

## ¿QUE PUEDO HACER EN CASA CON MI HIJO(A)?

El trauma se manifiesta cuando suceden cosas malas. Este causa un gran sentimiento de miedo, desamparo y shock o impacto. Uno no puede pensar claramente, y sus sentimientos están entremezclados. No todas las personas reaccionan de la misma manera ante un evento traumático.

El trauma crea demasiada tensión, y cada uno desarrolla maneras internas de respuesta a esa tensión. Las tres maneras principales de responder a la tensión (y la manera en la que nuestras mentes enfrentan el peligro) son Pelear/Fugar/Congelarse. Cuando algo peligroso sucede, nuestro cuerpo tiene un sistema de alarma automático que se prende y nos prepara para enfrentar el peligro, salir corriendo, o simplemente no poder hacer nada.

### ALGUNAS COSAS QUE SE PUEDEN HACER SON:

- Adoptar los siete compromisos de Sanctuary® en su hogar y rutina diaria.
- Preguntar las tres preguntas básicas de las reuniones comunitarias para establecer una conexión.
- Preparar los planes de seguridad.
- Valorar la seguridad física, psicológica, social y moral de su hijo(a).
- Crear un ambiente seguro, sin violencia para los niños.
- Usar varias formas de arte, tales como música, ilustraciones y videos apropiados.
- Recuerde por lo que le ha pasado su hijo(a) y no los problemas que tiene.
- Enséñele límites: cuándo decir “no”, “sí”, “me duele”, “perdona”.
- Resuelva conflictos como individuos y como equipo.

## Oficina de Servicios para Niños y Familias del Estado de Nueva York

Capital View Office Park  
52 Washington Street  
Rensselaer, NY 12144

Oficina del Mediador  
Abogados por los jóvenes  
bajo la custodia de OCFS  
1-888-219-9818

Visit our website at:  
[www.ocfs.state.ny.us](http://www.ocfs.state.ny.us)



**Trabajador(a) de Admisión:**

**Equipo de Servicios de la Comunidad:**

De acuerdo a la Ley para los Norteamericanos con Incapacidades (Americans with Disabilities Act), la Oficina de Servicios para Niños y Familias del Estado de Nueva York hará disponible este material y a sea en letras de imprenta grandes o en cinta magnetofónica, según la solicitud.

*“...promoviendo la seguridad, la permanencia y el bienestar de nuestros niños, familias y comunidades. ...”*

Pub. 5104S (9/2010)

 Oficina de Servicios para Niños y Familias del Estado de Nueva York

## El Modelo Sanctuary® Construyendo Futuros Positivos para Nuestros Jóvenes



### Nuestro Compromiso con Sanctuary®

En la Oficina de Servicios para Niños y Familias (*Office of Children and Family Services—OCFS*), hemos adoptado el Modelo Sanctuary®, un modelo de tratamiento que guía a líderes, personal, niños y jóvenes, y familias a compartir los mismos valores y lenguaje.

Sanctuary® es una forma de organizar nuestro tratamiento y la manera en la que trabajamos. Le animamos a que usted, como padre/madre o tutor(a) legal de una persona joven que está recibiendo servicios de OCFS, adopte estos principios como guía para crear un ambiente sano y sin violencia.

## ¿POR QUE OCFS ADOPTÓ EL MODELO SANCTUARY®?

OCFS adoptó este modelo porque reconoce y comprende la conexión entre el trauma y sus efectos en el comportamiento de una persona. El Modelo Sanctuary® ha demostrado la reducción de la agresión física, al igual que la capacidad de promover un ambiente sano y sin violencia para todos.

Debido a que Sanctuary® es un modelo cultural en vez de un tratamiento de intervención, OCFS mantiene sus estructuras y normas relacionadas a la protección de nuestra juventud, al igual que las consecuencias, incentivos y servicios individuales.

## ¿A QUIÉN SE LE REQUIERE SEGUIR ESTE MODELO?

Cada persona en cada parte de un establecimiento residencial para jóvenes debe practicar estos *siete compromisos* en su trabajo diario.

1. **No violencia** – mantener la seguridad por fuera (físicamente), por dentro (emocionalmente) y con otros (socialmente), y haciendo lo correcto (moralmente).
2. **Inteligencia emocional** – manejar nuestros sentimientos de manera que no nos hagamos daño a nosotros mismos o a otros.
3. **Aprendizaje social** – respetar y compartir las ideas de nuestros equipos.
4. **Gobierno compartido** – tomar decisiones en conjunto.
5. **Comunicación abierta** – expresar lo que sentimos y no decirlo con malicia.
6. **Responsabilidad social** – juntos logramos más; cada uno hace una contribución a la cultura de la organización.
7. **Crecimiento y cambio** – creando esperanza para nuestra juventud y para nosotros.

## ¿CUÁL ES EL LENGUAJE DE SANCTUARY®

Tenemos cuatro pasos llamados **S.E.L.F.** (*Self/Emotions/Loss/Future*) que guían la manera en la que trabajamos y en la que los residentes se curan/alivian y progresan en sus vidas.

**S= Seguridad** es donde empezamos y donde terminamos. Es el fundamento o la base para recobrar la salud.

**E= Emociones** identifican lo que estamos sintiendo y cómo manejamos estos sentimientos.

**L=Pérdida** (*Loss*) para reconocer y lamentar las cosas dolorosas que han sucedido en el pasado.

**F=Futuro** para hacer cambios positivos y crear un futuro mejor para nosotros y el mundo.

## HE ESCUCHADO ACERCA DE LOS PLANES DE SEGURIDAD. ¿QUE SON?

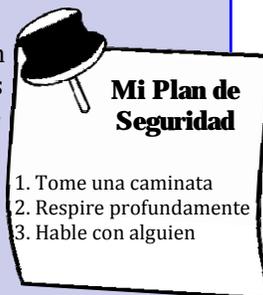
Los Planes de Seguridad son tarjetas o postales pequeñas usadas por jóvenes y personal que enumeran sugerencias para las diversas maneras de mantenerse seguros por dentro, y ayudan a manejar nuestras emociones.

Nosotros aplicamos nuestros Planes de Seguridad de manera que estén disponibles cuando nos sintamos agobiados. Los Planes de Seguridad sirven como otra herramienta en el proceso informado del trauma, y son una manera simple de mantener vivo el mensaje de que nuestra meta es mantener la seguridad de todos.

## MI HIJO(A) PARTICIPA EN REUNIONES DE LA COMUNIDAD ¿QUE SON?

Las Reuniones de la Comunidad permiten a los residentes y al personal hacer conexiones emocionales y a compartir luchas diarias.

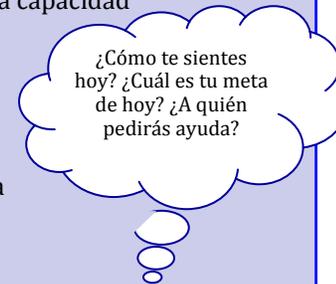
Es la primera fase para la recuperación del trauma y crea seguridad en un grupo.



Estas reuniones incluyen rituales saludables para promover y chequear nuestros sentimientos para establecer una conexión.

Pensando y tener la capacidad de verbalizar sentimientos es importante.

Se hacen tres preguntas durante las Reuniones de la Comunidad.



**¿Como te sientes hoy?** Estas preguntas ayudan a la identificación emocional y enseñan a los niños a usar palabras en vez de acciones para compartir sus sentimientos.

**¿Cuál es tu meta de hoy?** Esta pregunta promueve la auto-recuperación. Las metas individuales crean estructuras y se relacionan al proceso del uso del razonamiento o la percepción. Provee al personal comprensión sobre lo que los residentes están sintiendo, y es importante para todos.

**¿A quién pedirás ayuda?** Nuestros jóvenes se olvidan de que ellos pueden contar con otras personas. El pedir ayuda permite que los niños recuperen fe en que otras personas estarán listas para ayudarles. Esto también ayuda a fomentar un sentido de comunidad entre los residentes y el personal cuando se pide ayuda públicamente. Una respuesta como “Yo te ayudaré” es importante para reforzar el compromiso del personal de prestar apoyo a nuestros jóvenes.

La reunión concluye con un pensamiento del día, tal como:

*“Para el mundo puede que tú seas una persona, pero para una persona, puede que tú seas el mundo”.*

*Anónimo*