

# Una guía para padres y cuidadores

Los *Materiales para Sobrevivientes Jóvenes* del Centro para la Innovación de los Tribunales se diseñaron para jóvenes de 12 a 18 años que han experimentado tráfico sexual y laboral, para ayudar a informarlos y empoderarlos mientras navegan por el sistema de justicia. Con el financiamiento de la Oficina para Víctimas de Delitos (OVC, por sus siglas en inglés) de los EE. UU., estos materiales se crearon con el aporte de personas que han vivido experiencias similares, así como de profesionales expertos que trabajan en el campo de la lucha contra la trata de personas. Mientras los materiales tienen la intención de relacionarse con la audiencia más amplia posible, es importante reconocer que cada persona tiene su propia experiencia única con la trata de personas y el sistema de justicia, por lo que no todos los elementos de los materiales serán relevantes para cada joven, cuidador/cuidadora o comunidad. Como cuidador/cuidadora, le alentamos a analizar las similitudes y diferencias entre la experiencia de su hijo/hija/hijo y la historia presentada en los materiales, ya sea en los detalles del caso, las personas involucradas o en el entorno cultural y comunitario local.

## Cómo leer los materiales

Los materiales incluyen tres novelas gráficas cortas (*la historia de Sergio*, *la historia de Zoe* y *la historia de Jamie*), más un folleto adjunto titulado *¿Qué está sucediendo?*, que se enfoca en los derechos, roles y responsabilidades dentro del sistema de justicia.

Debido a que no todos están familiarizados con las novelas gráficas, puede ser útil explicarle el formato a su hijo/hija/hijo antes de comenzar a leer.

- Las novelas gráficas se dividen en viñetas o recuadros separados. Una viñeta es un dibujo individual en una sola sección de la página, y cada viñeta está separada por cuadros. Estas viñetas se leen en orden de izquierda a derecha como un libro de cuentos tradicional y luego de arriba a abajo. Revise el siguiente gráfico para ver un ejemplo de dos viñetas de *la historia de Sergio*.
- Los globos del diálogo se leen con mayor frecuencia de izquierda a derecha y luego de arriba a abajo, cuando corresponda.
- Algunas de las novelas usan diferentes esquemas de color y marcadores de tiempo para indicar escenas retrospectivas, en donde la historia pasa del presente a un evento que ocurrió en el pasado.



## Cómo usar los materiales

Es muy importante que su hijo/hija/hijo sienta que está recibiendo apoyo durante este momento estresante. Revisar juntos estos materiales es una forma en que usted y su hijo/hija/hijo pueden conectarse y hablar sobre lo que ha estado sucediendo, y aprender más juntos sobre los procesos del sistema de justicia. Si algo en los materiales no está claro, pídale a un defensor/una defensora (o a la persona que le proporcionó los materiales) que se lo explique, para que así se sienta cómodo/cómoda revisando los materiales con su hijo/hija/hijo.

- Le recomendamos que primero lea los materiales, antes de revisarlos con su hijo/hija/hijo. Si su hijo/hija/hijo tiene dificultad para leer, usted o alguien que trabaje en su caso, como un/una terapeuta o un defensor/una defensora, puede leer los materiales con ellos.
- Independientemente de la edad de su hijo/hija/hijo, usted desempeña un rol muy importante ayudándole a comprender lo que está leyendo y brindándole apoyo emocional.
- Los materiales se pueden leer completos de una sola vez, o se pueden usar diferentes secciones en distintos momentos, según la edad de su hijo/hija/hijo, la situación de su familia y cómo se siente su hijo/hija/hijo. También puede ser útil consultar el folleto *¿Qué está sucediendo?* para obtener más información y explicaciones de los diferentes términos que se mencionan a lo largo de las historias.
- A medida que lea cada una de las historias, encontrará actividades. Aliente a su hijo/hija/hijo a intentar las actividades, ya que enseñan habilidades de afrontamiento que pueden ayudarle (¡y tal vez también a usted!) a desestresarse. También puede usar las actividades como recordatorios para tomar un descanso y hablar con su hijo/hija/hijo sobre las emociones que puede estar experimentando.
- Tenga en cuenta que cualquier cosa que les recuerde los traumas que han experimentado puede estresar a los/las jóvenes. Si su hijo/hija/hijo se angustia en algún momento, está bien tomarse un descanso, ofrecerle apoyo y practicar juntos habilidades de afrontamiento como la respiración profunda.
- Siéntase libre de adaptar los materiales para que funcionen bien con su hijo/hija/hijo. Esto podría significar intercambiar términos que sean más conocidos para su familia y comunidad, o relacionar partes de la historia con la experiencia de su hijo/hija/hijo.
- Haga preguntas a su hijo/hija/hijo para ayudar a asociar la historia con sus sentimientos y experiencias. Por ejemplo: *Escribir en un diario le ayudó a Jamie a procesar sus pensamientos y sentirse mejor. ¿Qué cosas te ayudan a sentirte mejor? ¿Te gustaría hacerlo juntos?*

## Consejos para apoyar a su hijo/hija/hijo

Aquí hay algunas maneras de apoyar a su hijo/hija/hijo mientras usa estos materiales y a medida que pasa por esta experiencia:

- Dígale que está bien tener sentimientos fuertes o no sentir nada, y que hay cosas que puede hacer para sentirse mejor.
- Recuérdelle que nada de esto es culpa de él/ella/ellx.
- Sea paciente con su hijo/hija/hijo, ya que es posible que no se sienta listo/lista para abordar todos los detalles con usted.
- Dígale que no es la única persona que ha pasado por esto; otros/otras jóvenes y familias también han vivido estas experiencias.
- Recuérdelle que hay personas que le apoyan, como los familiares, amigos/amigas, trabajadores/trabajadoras sociales, defensores/defensoras, terapeutas y abogados/abogadas, y nombre a esas personas junto con su hijo/hija/hijo.
- Aliente a su hijo/hija/hijo a hacer tantas preguntas como quiera y a expresarle sus pensamientos y sentimientos a usted y a las personas que trabajan en su caso.
- Trate de encontrar momentos para reír junto con su hijo/hija/hijo, participar en un pasatiempo divertido y hacer cosas físicas como dar un paseo. Son actividades importantes para cuidarse y cuidar a los demás.
- Limite la exposición de su hijo/hija/hijo a conversaciones, así como a programas de televisión, películas y otros medios que hablen sobre violencia u otros temas perturbadores.
- Considere permitir que su hijo/hija/hijo tome decisiones cada vez que sea posible, incluso sobre cosas pequeñas como qué comida comer, qué mandado hacer primero o qué partes de estos materiales trabajar juntos. Esto ayuda a los/las jóvenes a volver a tener una sensación de control y poder personal.
- Aliente a su hijo/hija/hijo a ceñirse a su rutina diaria habitual lo más que sea posible; saber qué esperar le ayuda a los/las jóvenes a sentir más seguridad y protección.
- Recuérdelle a su hijo/hija/hijo que es fuerte y que superará esto.

**Una nota más:** Debido a que usted es tan importante para su hijo/hija/hijo, ¡una de las mejores cosas que puede hacer por él/ella es cuidarse a sí mismo/misma! De esa manera usted podrá apoyarle lo mejor que pueda. Por lo tanto, no se olvide de hacer cosas para ayudarse a sentirse mejor y sanar, y además haga cualquier pregunta que tenga.

También puede hablar con su defensor/defensora o trabajador /trabajadora social sobre los servicios y apoyos que podrían ser útiles para su propia sanación y bienestar.