



## Tu Vida – Tu Futuro

### Información Acerca de Programas Residenciales Desde Adentro por Jóvenes que Han Estado Ahí

Puede ser difícil iniciar el tratamiento residencial, pero puede ayudarte el saber lo que puedes esperar. Puedes sentirte sólo/a o enojado/a o atemorizado/a, y puedes estar preocupado/a pensando que nadie te escuchará o escuchará tus preocupaciones. Nosotros hemos estado ahí donde tu estas ahora. Nosotros compilamos esta información para ayudarte a que te beneficies de nuestra experiencia.

Entrar a un programa residencial es un gran cambio para cualquiera. Cuando tu sabes lo que puedes esperar, puede ser mucho menos atemorízate y tu podrás beneficiarte más de tu experiencia. No temas hacer preguntas y cuídate a ti mismo/a. ¡Tu mereces lo mejor!

Las siguientes preguntas pueden ayudarte a entender que es lo que puedes esperar y a tratar asuntos con tu programa para que puedas hacerte cargo exitosamente de tu propia recuperación.

### Preguntas que tal vez quieras hacerte a ti mismo/a y a otros

- ¿Cómo **me va a ayudar** el estar en este programa?
- ¿Qué factores **determinarán el tiempo que me voy a quedar** aquí?
- ¿Qué **metas** tengo par mi mismo/a? ¿**Es este el mejor sitio** para ayudarme a alcanzar mis metas?
- ¿Cómo puedo **estar involucrado/a en las decisiones** acerca de mi tratamiento?
- ¿**Qué puedo hacer** para aprovechar al máximo el tiempo que pase aquí?
- ¿Cómo pueden satisfacerse mis necesidades emocionales y físicas para **que yo me sienta seguro/a y cómodo/a**?
- ¿Cuáles son las **reglas de este programa**? ¿Quién toma las decisiones acerca de las reglas? ¿Tengo yo algún papel en determinar las reglas?
- ¿Cómo **disciplina** este programa a los jóvenes? ¿Cómo me ayudará el personal a hacer lo mejor que pueda?
- ¿Qué tipo de **opciones** tengo? ¿Apoya este programa el que los/las jóvenes tomen sus propias decisiones?
- ¿Qué **educación** recibiré mientras estoy en este programa? ¿Asegurarán que mis créditos se transfieran a mi escuela para que no me retrase en mi progreso educativo?

- ¿Cómo se asegurarán que puedo mantenerme en contacto con mis **padres, hermanos, amigos** y otras personas importantes en mi vida? ¿Cómo encajarán ellos en lo que sucede aquí (por ejemplo las políticas, el pasar tiempo con mi familia, la toma de decisiones)? ¿Qué pasa si hay personas a la que no quiero ver?
- ¿Qué **terapias y medicamentos** recibiré y para qué son? ¿Qué opciones tengo en cuanto a mis terapias y medicamentos?
- ¿Cómo respetará este programa **mi cultura, mis creencias, mi orientación sexual y mi identidad de género**?
- ¿Qué hago si siento que el personal me **trata injustamente** o si tengo otros problemas con este programa?
- ¿Usa este programa **la reclusión (aislamiento) o la restricción**? Si es que sí, ¿Qué es lo que se hace para prevenir su uso?
- ¿Qué pasa si encuentro que una terapia en particular es demasiado dolorosa o que no ayuda? ¿A quién le expreso **mis preocupaciones**?
- ¿Cómo me **ayudará el programa a prepararme** para regresar a mi escuela, universidad, trabajo o a vivir independientemente y manejar mis finanzas?
- ¿Cómo puedo mantener las conexiones que hice con cierto personal?
- ¿Si me parece que mi programa **no** es el adecuado para mí, con quién puedo hablar y como puedo abogar por mi mismo/a? ¿**Quién está para ayudarme si tengo un problema**?

### Para obtener ayuda y mayor información

Si tú tienes preocupaciones acerca de la seguridad, llama a la línea directa de abuso infantil o marca el 911.

Para obtener más información sobre el liderazgo y la abogacía juvenil, puedes contactar:

La Red Nacional de Derechos de Discapacidad [www.ndrn.org](http://www.ndrn.org)

Youth M.O.V.E [www.youthmove.us](http://www.youthmove.us)

Foster Club [www.fosterclub.com](http://www.fosterclub.com)

Alianza Comunitaria para el Tratamiento Ético de los Jóvenes [www.cafetv.org](http://www.cafetv.org)

**Esta hoja de consejos fue escrita por el grupo de asesoría juvenil de Building Bridges**

Visita el sitio web de la Iniciativa Building Bridges en [www.BuildingBridges4youth.org](http://www.BuildingBridges4youth.org) donde encontrarás más recursos.