Lo que los jóvenes deben saber sobre

Las personas de confianza



¿Cómo se comportan los adultos de confianza?

- Un adulto de confianza es alguien cuyas palabras y acciones te hacen sentir seguro. Los adultos de confianza...

  Escuchan sin juzgarte ni interrumpirte

  Creen y toman en serio tus preocupaciones

  Respetan tus límites, tu cuerpo y tu espacio personal

  Explican las cosas con claridad, incluyendo qué pueden y qué no pueden mantener en privado

- Los adultos de confianza deben comportarse así en la vida real y en el Internet.

¿Cómo NO se comportan los adultos de confianza?



- Los adultos de confianza NO quieren que hagas cosas que te hacen sentir incómodo o inseguro.
- **No** te **insultan**.
- **No** te **amenazan**.
- **No** te **hacen daño**.

Preguntas comunes

Si necesito ayuda, ¿cómo puedo decírselo a un adulto de confianza?

Pide hablar en **privado**. Explica tus preocupaciones al adulto de confianza.

Si prefieres no hablar en persona, manda un **mensaje de texto**, un **correo electrónico** o escribe una **carta** y dásela al adulto de confianza.

¿Y si la persona no me cree cuando digo que necesito ayuda?

Aún mereces apoyo. Si esto sucede, puedes hablar con otro adulto cuyo trabajo sea apoyarte, como un maestro, un trabajador de casos o un consejero. Puedes contárselo a cuantas personas sea necesario hasta que recibas el apoyo que necesitas.



10 tipos de personas de confianza



Adultos cuyo trabajo es mantenerte seguro y apoyado

- Trabajadores sociales y trabajadores de casos *
- Maestros, directores y otro personal escolar *
- Oficiales de las autoridades, como los agentes de policía *
- Médicos, enfermeros y otros trabajadores de salud *
- Consejeros, terapeutas y otros profesionales de la salud mental *

Adultos de confianza en tu comunidad

Estos son adultos que quizás conozcas de tu familia, vecindario, escuela, deportes, fe u otras actividades.

- Adultos en tu familia
- Vecinos
- Entrenadores
- Adultos en un lugar de devoción religiosa
- Adultos en las familias de tus amigos



¿Deberías confiar automáticamente en todos estos adultos?



No siempre. Un adulto de confianza es alguien que te hace sentir seguro, te escucha y respeta tus límites. La confianza se construye con el tiempo, y está bien si no confías en alguien de inmediato, o si nunca lo haces.

Utiliza la lista de adultos anterior para pensar en los adultos en los que confías en tu propia vida.

* Algunos adultos están obligados por ley a ayudar a mantener seguros a los jóvenes. Estos adultos se llaman **personas obligadas a reportar**. Esto significa que si informas a una persona obligada a reportar sobre un daño grave, abuso o peligro que estés sufriendo, esta persona tiene la obligación de compartir esa información para ayudar a protegerte.

refugees.org

The production of this material was supported by Grant #90RB0054 from the Administration for Children and Families (ACF). Its contents are solely the responsibility of the U.S. Committee for Refugees and Immigrants (USCRI) and do not necessarily represent the official views of ACF.

U.S. COMMITTEE FOR REFUGEES AND IMMIGRANTS