

LA HISTORIA DE JAMIE

Un viaje a través
(y más allá)
del sistema legal

Este libro trata sobre una persona joven llamada Jamie. Ha experimentado algunas cosas por las que podrías haber pasado o por las que podrías estar pasando ahora.

Jamie está en un nuevo hogar grupal y se relaciona con algunas personas nuevas. Algo sucede, lo que lleva a Jamie a tener que testificar en un tribunal como testigo en un caso penal.

Algunas de las experiencias de Jamie pueden no parecer o sonar como las tuyas, pero pueden ayudarte a comprender lo que está sucediendo contigo, tu familia, tus amistades y tu situación.

Este libro incluye información sobre:

- lo que podría pasar en tu caso,
- las personas a las que podrías ver o hablar, y
- diferentes formas de lidiar con tus sentimientos.

La historia de Jamie se basa en la vida de personas reales. Te contaremos un poco más sobre algunas de ellas a lo largo del libro. Leer la historia de Jamie puede traer algunos sentimientos o recuerdos. Esto es muy comprensible. Podría ser útil trabajar en este libro con un defensor/una defensora o un asistente social/una asistente social, u otra persona adulta en quien confíes. Y si lees palabras o nombres de personas que no entiendes, puedes encontrar su significado en el folleto “¿Qué está sucediendo?”.

Puedes quedarte con este libro. Escribir en él, leerlo, compartirlo con alguien más. Puedes tomarte tu tiempo con él o leerlo todo de una vez. Lo que te parezca mejor a ti.

Y recuerda que hay muchas personas que pueden ayudarte y apoyarte. Siempre habrá alguien a tu lado.



LA HISTORIA DE JAMIE

PARTE UNO

Experiencia en el hogar grupal de Jamie

PÁGINA 6

PARTE DOS

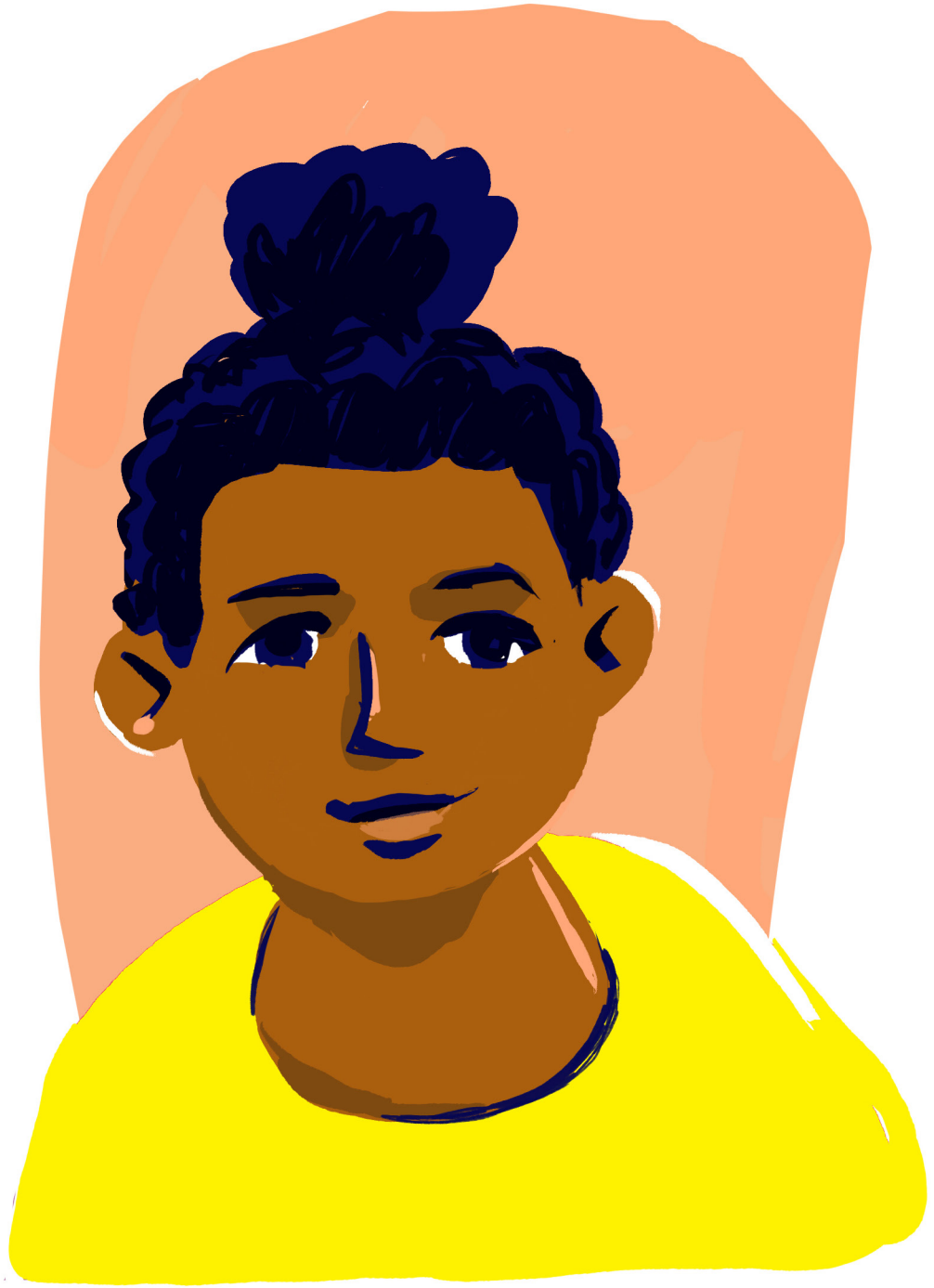
La experiencia de Jamie en el tribunal

PÁGINA 32

PARTE TRES

Jamie reflexiona y sigue adelante

PÁGINA 46



PARTE UNO

Experiencia en el hogar grupal de Jamie



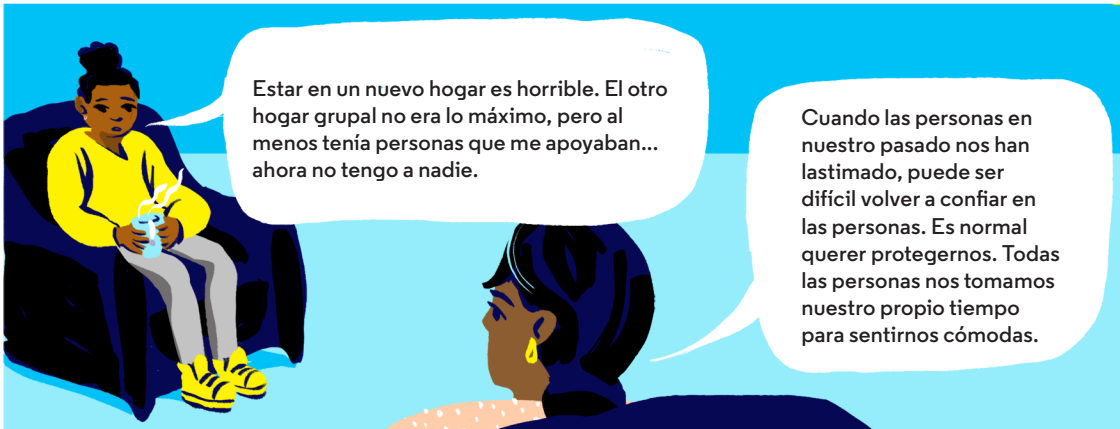




Oye, ¿quieres mirar también?



... no lo sé. ¿Tal vez?



Estar en un nuevo hogar es horrible. El otro hogar grupal no era lo máximo, pero al menos tenía personas que me apoyaban... ahora no tengo a nadie.

Cuando las personas en nuestro pasado nos han lastimado, puede ser difícil volver a confiar en las personas. Es normal querer protegernos. Todas las personas nos tomamos nuestro propio tiempo para sentirnos cómodas.



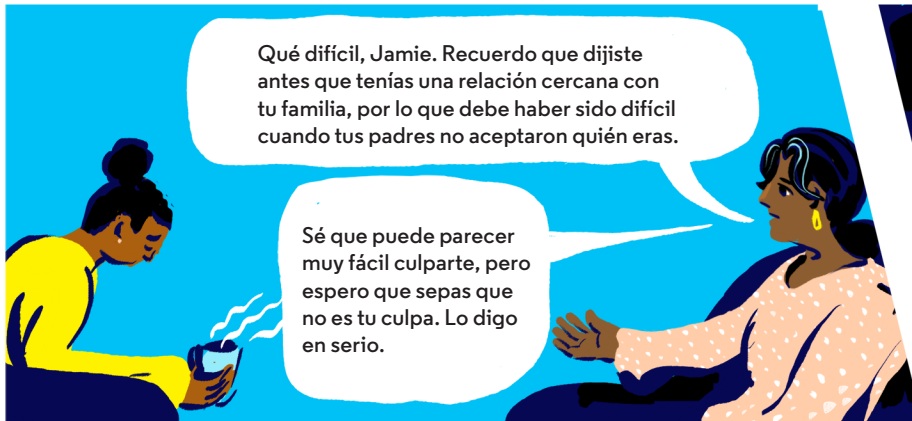
Supongo...

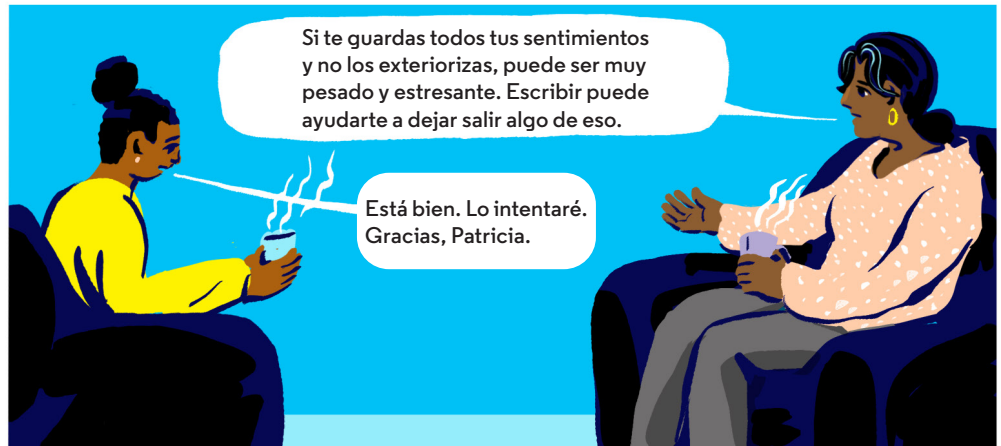
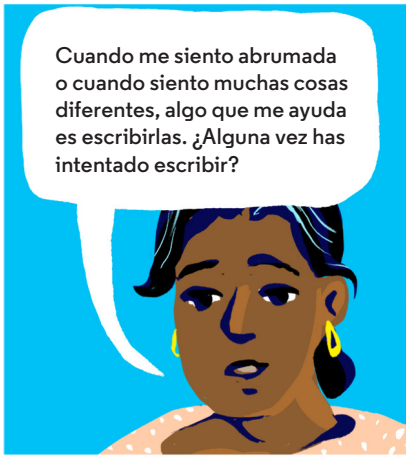


¿Recuerdas cuando nos conocimos por primera vez hace unos meses? Apenas me hablabas hasta que descubrí que nos gustaba la misma música.



Sí, es cierto. Me encantaba escuchar a mi familia poner esa música cuando era más joven. Era tan divertido.





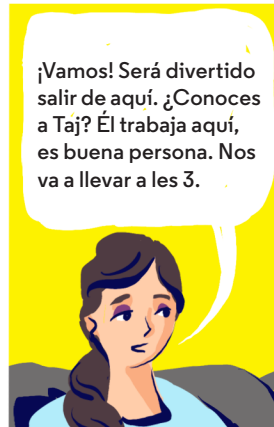
EXPRESA LAS COSAS

Escribir o dibujar puede ser una buena manera de expresar tus pensamientos y sentimientos, y ayudarte a sentirte un poco más en control cuando atraviesas situaciones estresantes o abrumadoras. Si hay cosas que son muy difíciles de decir en voz alta o si hay muchas cosas que pasan por tu mente, trata de escribirlas o simplemente dibuja lo que se te ocurra. Pon un cronómetro para que suene en cinco o diez minutos y simplemente escribe o dibuja. Si tienes un diario, puedes usarlo para escribir o dibujar. Incluso puedes escribirte una carta para ti o para otra persona. No tienes que compartir lo que escribas con nadie. El simple hecho de expresar las cosas puede ayudarte a descubrir cómo te sientes y cómo quieres manifestarte.

Si escribir o dibujar no te hace sentir mejor, siéntete libre de parar y optar por algo que sea más reconfortante. Podría ser colorear, respirar profundamente, imaginar tu lugar favorito, ¡cualquier cosa que te ayude a sentir que te has relajado!







UNAS SEMANAS DESPUÉS...



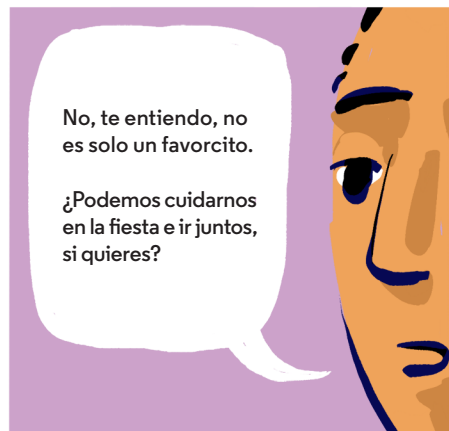












UNOS MESES DESPUÉS...



Oye, Steph, ¿has visto a Gigi?
No la he visto hoy.



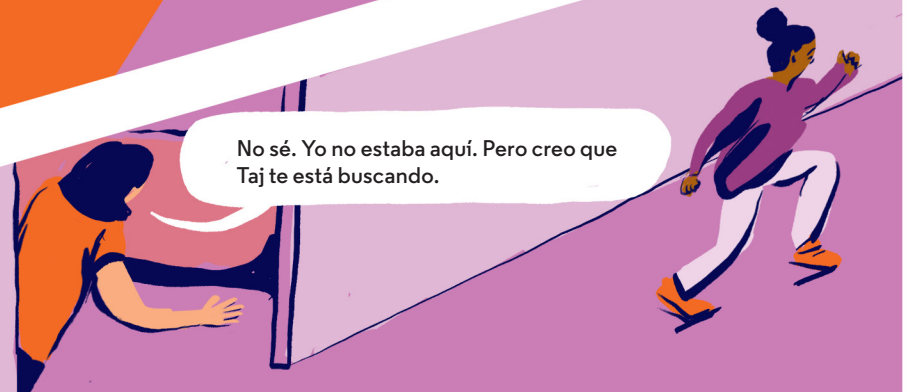
Eh, ¿qué? ¿No te enteraste?
La policía vino a llevársela.



¿Qué?

¿Por qué?

¿Cuándo?



No sé. Yo no estaba aquí. Pero creo que Taj te está buscando.





Eh, odio hablar con la policía.
¿De qué quieren hablar conmigo?

¿Me van a hacer algo?
He oído todas esas historias...

¿Van a presentar cargos
contra mí por algo?

¿Qué pasa si miran mis documentos
legales y me meten en la cárcel con
otros niños u hombres?



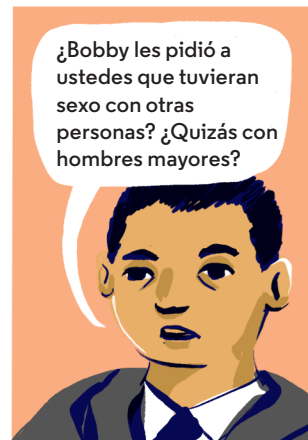
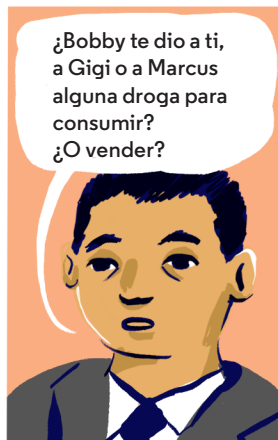
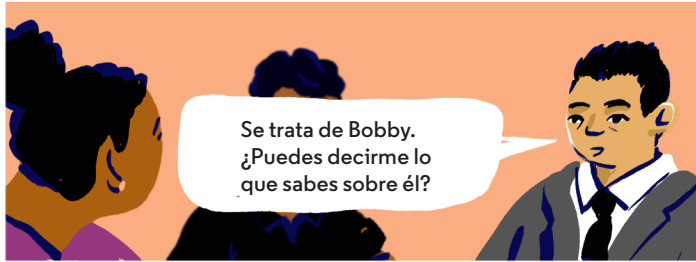
Parece que tienes muchas
cosas en tu mente. ¿Te
gustaría hablar de ello?

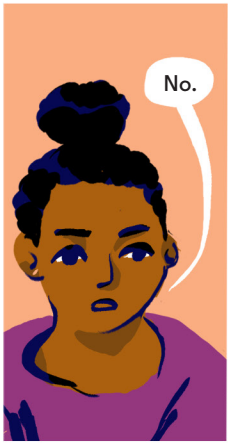


ESTACIÓN DE POLICÍA

¿Qué? No. Solo estoy pensando.

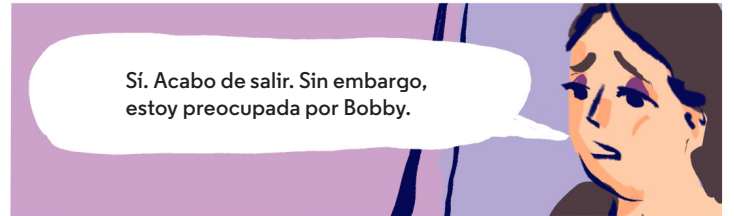








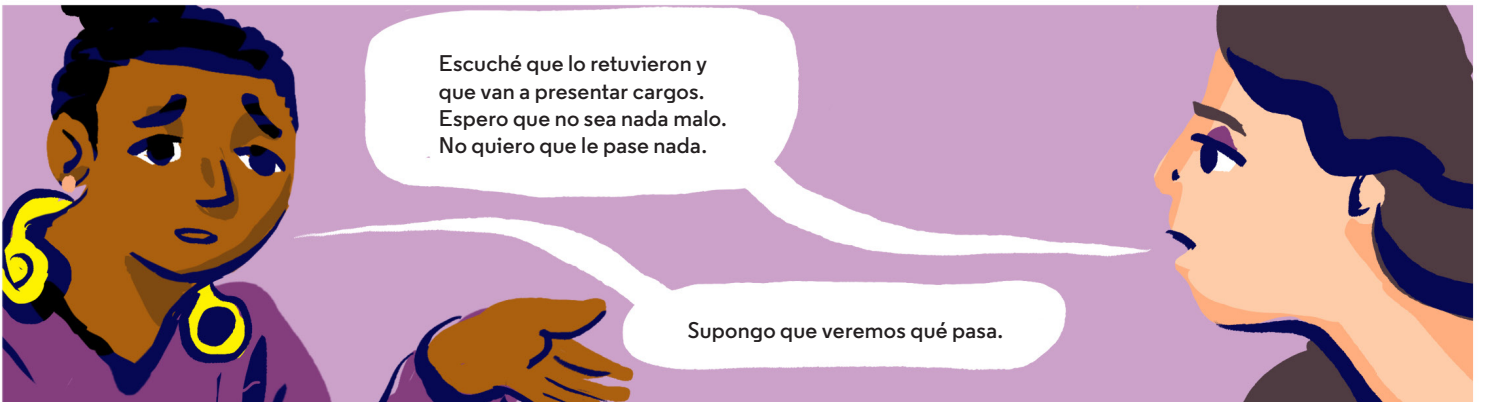
¡Regresaste!



Sí. Acabo de salir. Sin embargo, estoy preocupada por Bobby.



¿Qué quieres decir?



Escuché que lo retuvieron y que van a presentar cargos. Espero que no sea nada malo. No quiero que le pase nada.

Supongo que veremos qué pasa.

¿QUÉ ESTÁ SUCEDIENDO?

Si alguien posiblemente violó una ley o lastimó a otra persona, la policía tiene que averiguar qué sucedió. Para hacer eso, hablarán con diferentes personas y es posible que te hagan preguntas sobre lo que sabes. Esto se llama una investigación.

En la historia de Jamie, la policía le pidió que respondiera preguntas sobre Bobby. Eso significa que la policía inició una investigación para averiguar qué ha estado haciendo Bobby y cualquier daño que haya causado a otras personas.

Si la policía no encuentra evidencia de que algo ilegal está sucediendo, entonces termina el caso. Si el caso termina, eso no significa que nada sucedió y que nadie resultó herido. Si la policía encuentra suficientes evidencias, pueden arrestar a la persona o las personas involucradas (si todavía no lo han hecho) y el caso continuará.

Taj se quedó con Jamie cuando la policía le hizo preguntas, ya que Jamie es menor de edad (tiene menos de 18 años). Siempre debes tener a una persona adulta contigo cuando hables con la policía. Puede ser un abogado/una abogada, un trabajador/una trabajadora social u otro adulto de confianza.

Puedes interactuar con personas que tal vez no te entiendan del todo, ni a ti ni a tu situación, y que podrían hacerte preguntas o comentarios que parezcan bruscos. Todo esto puede sentirse incómodo y molesto.

Si puedes, intenta recordar que diferentes personas tienen diferentes roles y que hay personas que sin duda quieren ayudar y se tomarán el tiempo para conocerte.

Para Jamie, esa persona fue su terapeuta, Patricia, y Taj, el trabajador de apoyo en el hogar grupal.

Si la situación es incómoda, puedes pedir trabajar o hablar con otra persona. Puede que no funcione, pero es útil pedirla en caso de que haya personas que puedan brindarte un mejor apoyo.

Si lo deseas, tómate un tiempo para analizar estas preguntas con un defensor/una defensora u otra persona adulta de confianza y reflexiona sobre tus propias experiencias.

- ¿Alguna vez has tenido que hablar con la policía? Si es así, ¿cómo te hizo sentir la interacción?
- ¿Cómo crees que se sintió Jamie después de hablar con la policía? ¿Qué podría ayudarlo a procesar cómo se siente?

Puedes hacer preguntas si no entiendes lo que está sucediendo. Algunas preguntas podrían ser:

- ¿Cuál es mi rol en el caso?
- ¿Cuáles son los próximos pasos después de haber hablado conmigo?

Para obtener más información sobre tus derechos si tienes que ser parte de un caso penal, revisa el folleto “¿Qué está sucediendo?”.

Acabas de leer sobre la experiencia de Jamie hablando con un oficial de policía y superando algunos resentimientos.

Este libro se creó con la ayuda de algunas personas que han pasado por experiencias similares. Esto es lo que querían compartir contigo:

“Aboga por ti porque tu voz es poderosa. Si alguna vez sientes incomodidad, exprésala. No te guardes todo para ti solo porque sientes que estas personas te están diciendo lo que tienes que hacer.

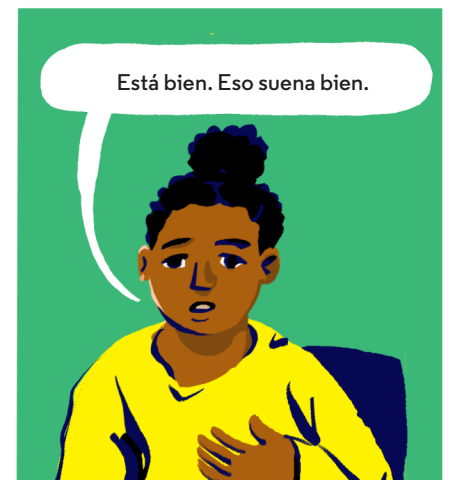
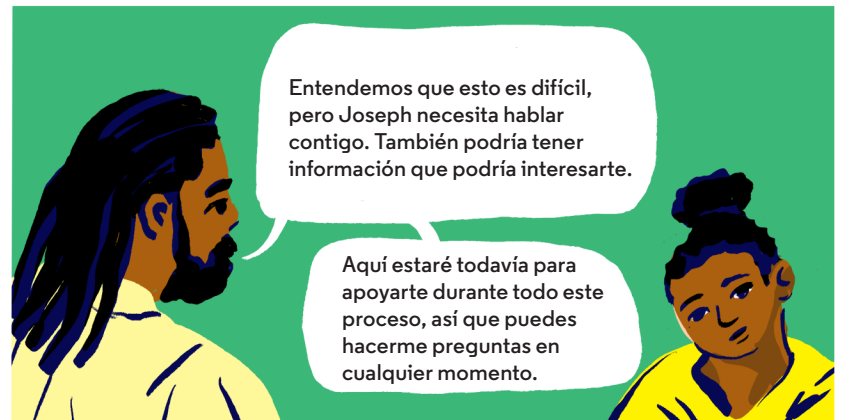
Sentí incomodidad muchas veces, pero nunca dije nada porque pensé: “Esta persona trabaja con el gobierno y el gobierno tiene razón” en lugar de decir: “¿Puedo tomarme un descanso?”, “Esto me pone triste” o “Tengo miedo”. Aboga por ti y haz cualquier pregunta que tengas”.

— Melanie T., persona experta que ha vivido una experiencia similar

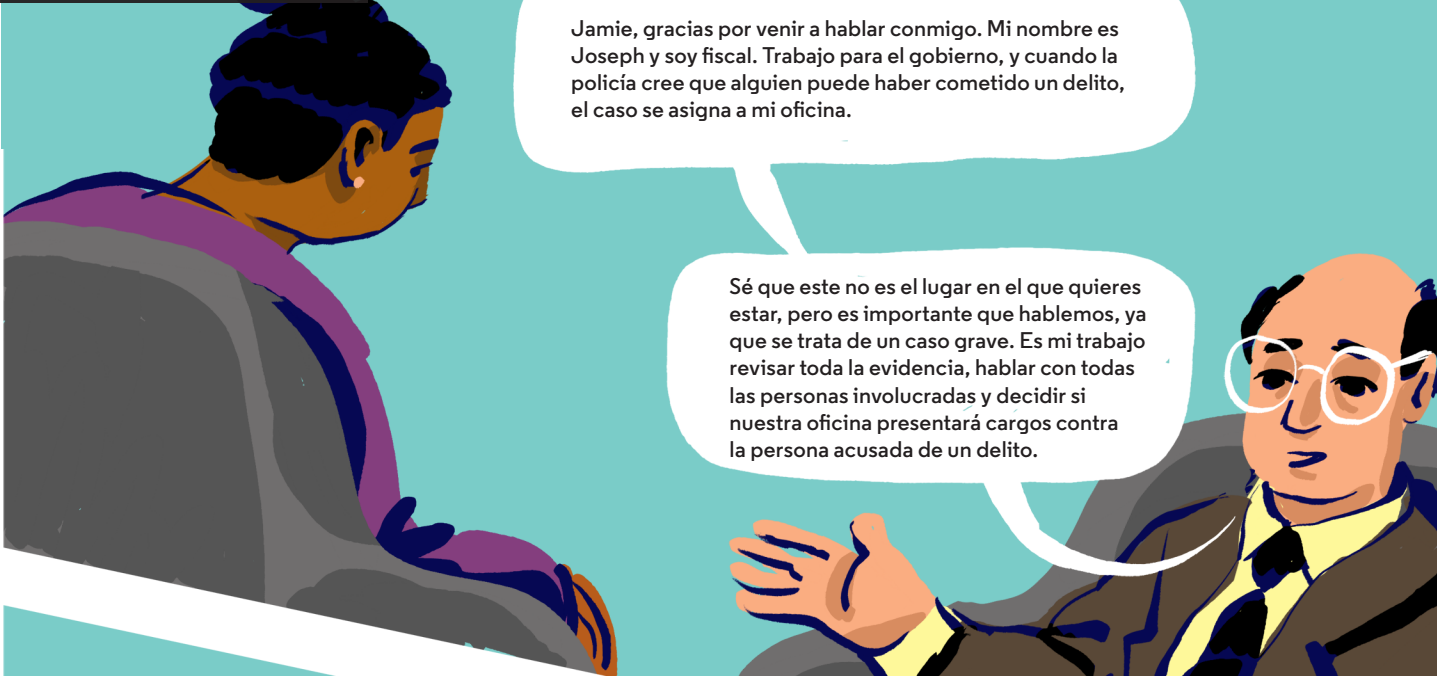
PARTE DOS

La experiencia de Jamie en el tribunal





UNOS DÍAS DESPUÉS...




Jamie, gracias por venir a hablar conmigo. Mi nombre es Joseph y soy fiscal. Trabajo para el gobierno, y cuando la policía cree que alguien puede haber cometido un delito, el caso se asigna a mi oficina.

Sé que este no es el lugar en el que quieres estar, pero es importante que hablemos, ya que se trata de un caso grave. Es mi trabajo revisar toda la evidencia, hablar con todas las personas involucradas y decidir si nuestra oficina presentará cargos contra la persona acusada de un delito.




¿Estoy en problemas?

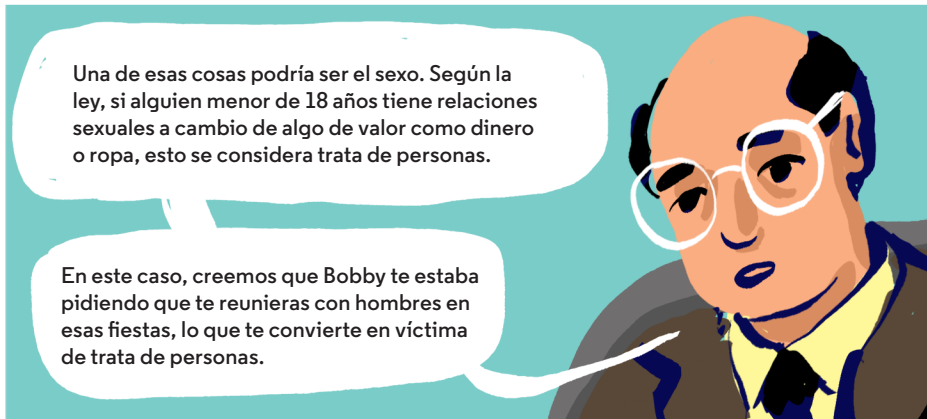
No. Pero creemos que puedes ayudarnos.

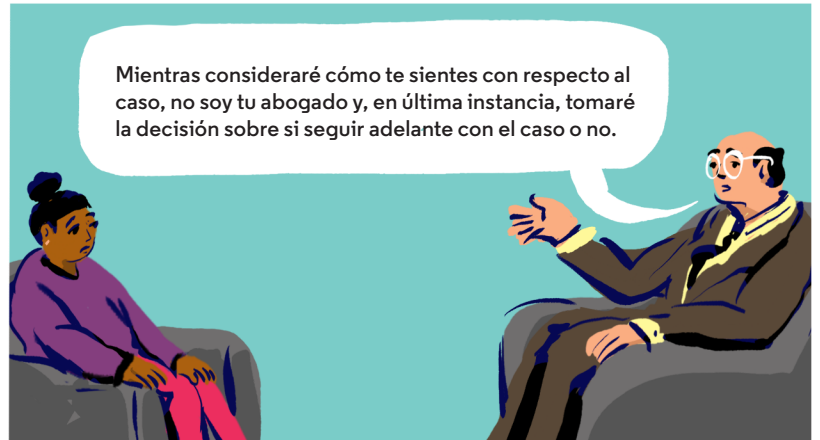
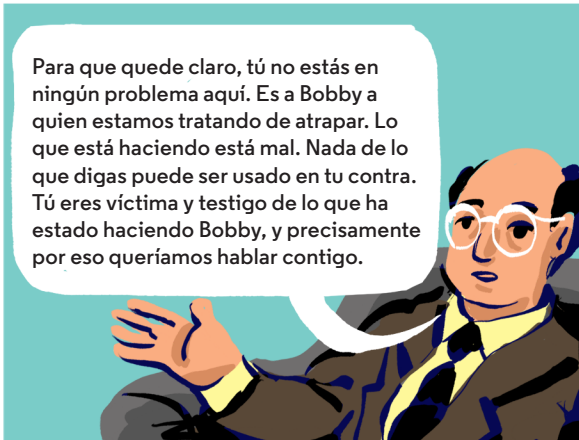


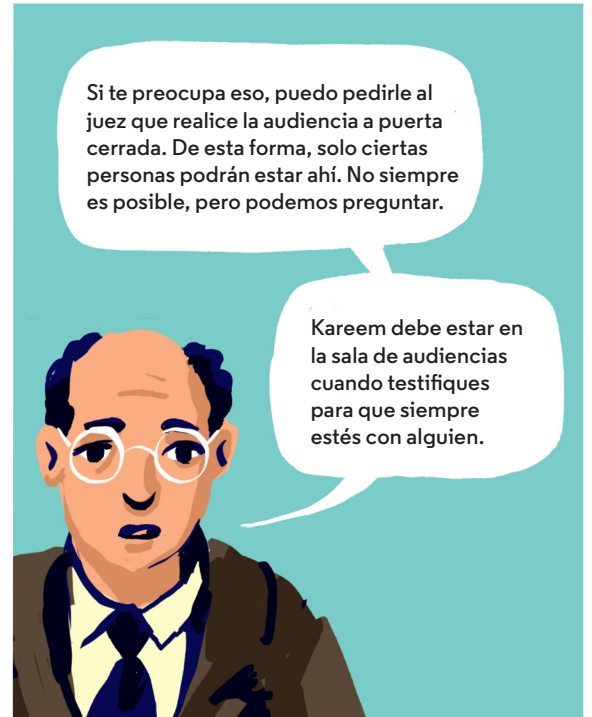
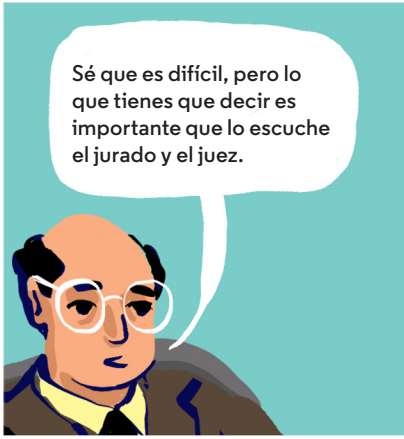
Planeamos seguir adelante con un caso contra Bobby y acusarlo de trata de personas. ¿Sabes qué es eso?

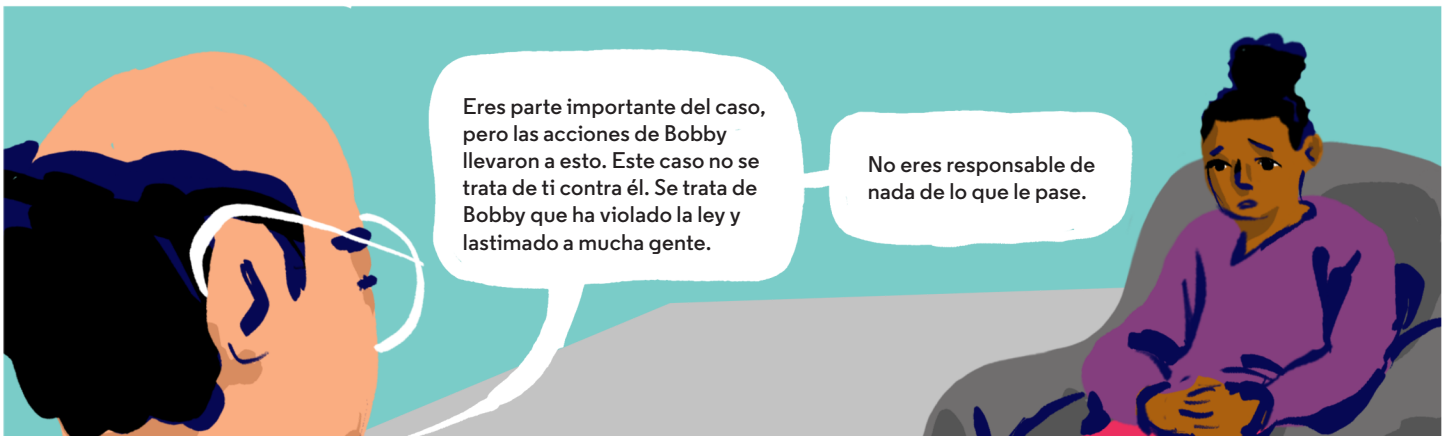


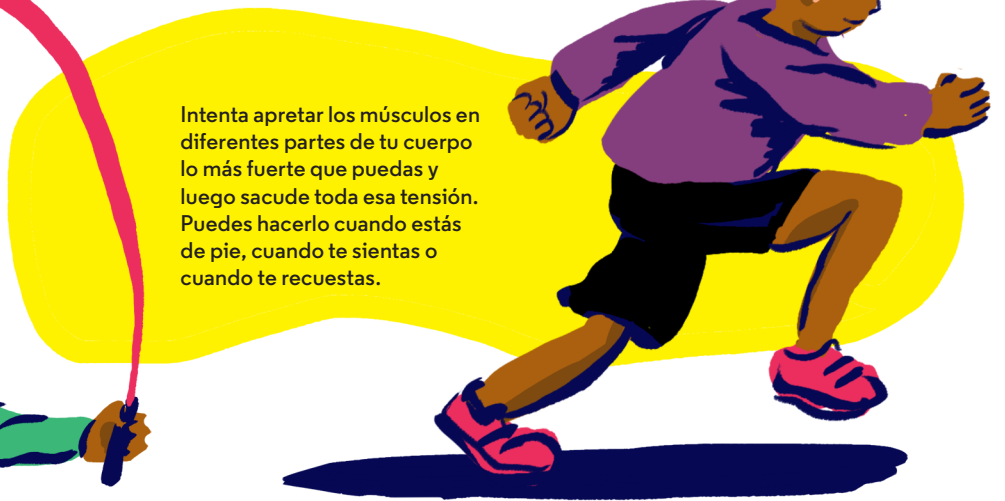
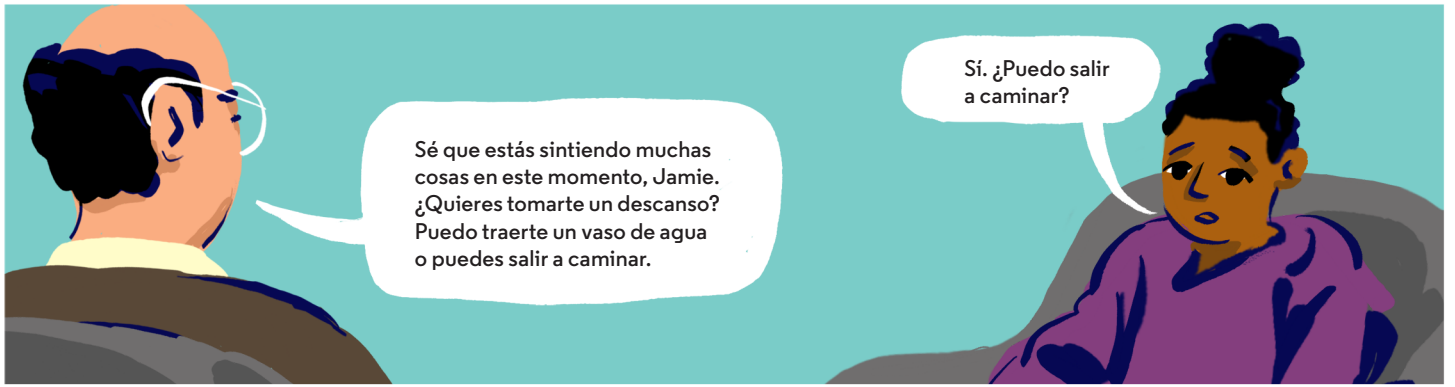
¿Trata de personas?
¿Qué tiene eso que ver conmigo?









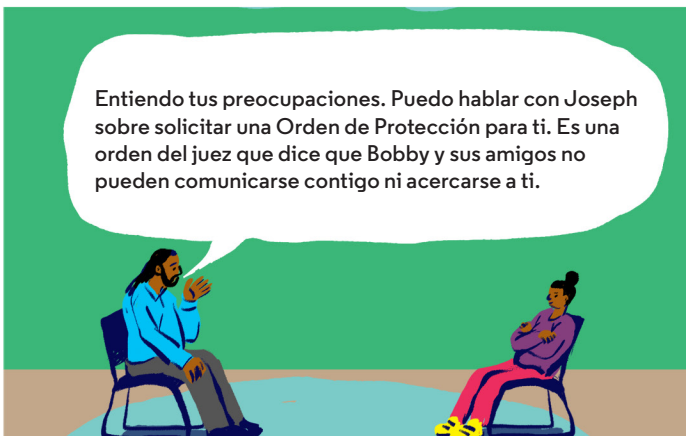


También puedes caminar, saltar, trotar, hacer ejercicio, practicar deportes o bailar para liberar energía y ayudar a que tu cuerpo se sienta en paz.

MUEVE TU CUERPO



MÁS TARDE ESE DÍA...





No. Es posible que aún lo veas por el vecindario, pero no tendría permitido mirarte ni tratar de asustarte.

Para aumentar tu seguridad, podemos hablar de trasladarte a una nueva casa y escuela.

Bobby tampoco puede hablar contigo en las redes sociales. Si él o alguien comienza a hablar sobre tu caso, no te involucres. También puedo mostrarte algunas configuraciones de privacidad de las redes sociales que puedes activar.



Si Bobby hace algo de eso, es una violación de la orden. Debes llamar a la policía y avisarnos también.



Está bien. ¿Y qué pasará con Gigi?

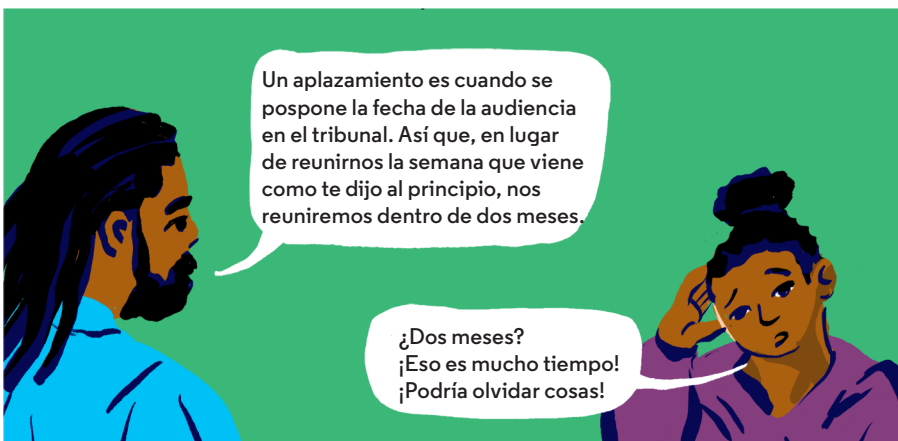


Creo que no la acusarán de nada, pero se le ha ordenado que comience un programa. En cuanto a ti, si las cosas cambian más adelante, podemos hablar sobre lo que quieres hacer u otras cosas que te ayuden a sentirte a salvo.

¿Saber todo eso cambia algo? ¿O lo hace un poco mejor?



¿Tal vez? ¿Qué significa un aplazamiento? Joseph lo mencionó, pero no sabía lo que significaba.



Un aplazamiento es cuando se pospone la fecha de la audiencia en el tribunal. Así que, en lugar de reunirnos la semana que viene como te dijo al principio, nos reuniremos dentro de dos meses.

¿Dos meses? ¡Eso es mucho tiempo! ¡Podría olvidar cosas!



Lo sé, lamentablemente puede haber retrasos. Si no recuerdas algo, está bien. Solo tienes que decir lo que sabes.



¿QUÉ ESTÁ SUCEDIENDO?

Después de una investigación policial, el caso pasa al/a la fiscal. El/la fiscal es un abogado/una abogada que trabaja para el gobierno. Investiga más sobre el caso. Luego averigua si hay suficiente evidencia para continuar con el caso. Si es así, presentará cargos contra la persona y el caso continuará. Si no es así, el caso se cerrará. Sin embargo, incluso si el caso se cierra, no significa que el delito no sucedió.

También puedes reunirte con otras personas adultas en la oficina del/de la fiscal, como Kareem, el defensor de víctimas de Jamie. Los defensores/las defensoras de víctimas pueden responder cualquier pregunta que tengas sobre el caso y contactarte con cualquier servicio u otras personas que puedan ayudarte.

Si un caso continúa, pueden suceder varias cosas. A menudo, la persona acusada y su abogado/abogada hablarán y acordarán algo con el/la fiscal. La persona acusada podría declararse culpable de ciertos cargos y aceptar cierto castigo. Esto se conoce como un “acuerdo de culpabilidad”. Si no llegan a un acuerdo, el caso va a juicio.

Si un caso va a juicio, te pueden pedir que testifiques. Si eso sucede, el/la fiscal y tu abogado/abogada pueden ayudarte a comprender cómo será y a prepararte. En algunas situaciones, se pueden hacer adaptaciones en el tribunal para ayudar a que los/las/les testigos sientan más comodidad al testificar. El/la fiscal que pide una audiencia en un tribunal a puerta cerrada es una de esas adaptaciones.

El tribunal también puede emitir una Orden de Protección para asegurarse de que las víctimas y los/las/les testigos no sufran hostigamiento ni intimidación por parte de las personas acusadas u otras personas involucradas en el caso. También puedes hablar con el/la fiscal o el defensor/la defensora de víctimas sobre otras cosas que pueden hacer para ayudarte a que te sientas con más seguridad en el tribunal y en la comunidad, como cambiar el lugar donde vives o la escuela a la que vas.

Si lo deseas, tómate un tiempo para analizar estas preguntas con un defensor/una defensora u otra persona adulta de confianza y reflexiona sobre cualquier experiencia que hayas tenido en un tribunal o tus sentimientos acerca de ir a un tribunal.

- ¿Cómo te sentirías si estuvieras en el lugar de Jamie? ¿Qué preguntas tienes sobre tu caso? ¿Hay algo que necesitarías para sentirte con más comodidad o seguridad en el tribunal?
- Cuando Jamie sentía estrés, hacía un par de cosas diferentes para sentirse mejor, como salir a caminar y escuchar música. ¿Qué puedes hacer para sentirte mejor cuando sientes estrés?

¿Víctima? ¿Sobreviviente?

A algunas personas no les gusta el término “víctima” y pueden preferir que les llamen “sobrevivientes”, otra cosa o nada en absoluto. Tú decides. Según la ley, una víctima es alguien a quien se le ha hecho algo que es un delito. En esta historia, Jamie es, en términos legales, víctima de trata de personas. El término “víctima” se usa en los tribunales y en otros entornos legales, junto con otros términos como “víctima-testigo”, lo cual significa alguien que vio y resultó afectado por un delito. Sin embargo, puedes elegir las palabras que usas tú para describirte.

PARTE TRES

Jamie reflexiona y sigue adelante

MÁS DE UN AÑO DESPUÉS...



Testificar no fue tan malo como pensaba. No creía que fuera a testificar alguna vez desde que comenzó el caso hace un año y medio.

Me alegro de haber terminado con esa parte.



La semana en que debía testificar, Kareem me llevó a ver el tribunal.



Me indicó dónde estarían todos y dónde me iba a sentar yo. Dijo que podía mirarlo a él o a Joseph si sentía nervios.



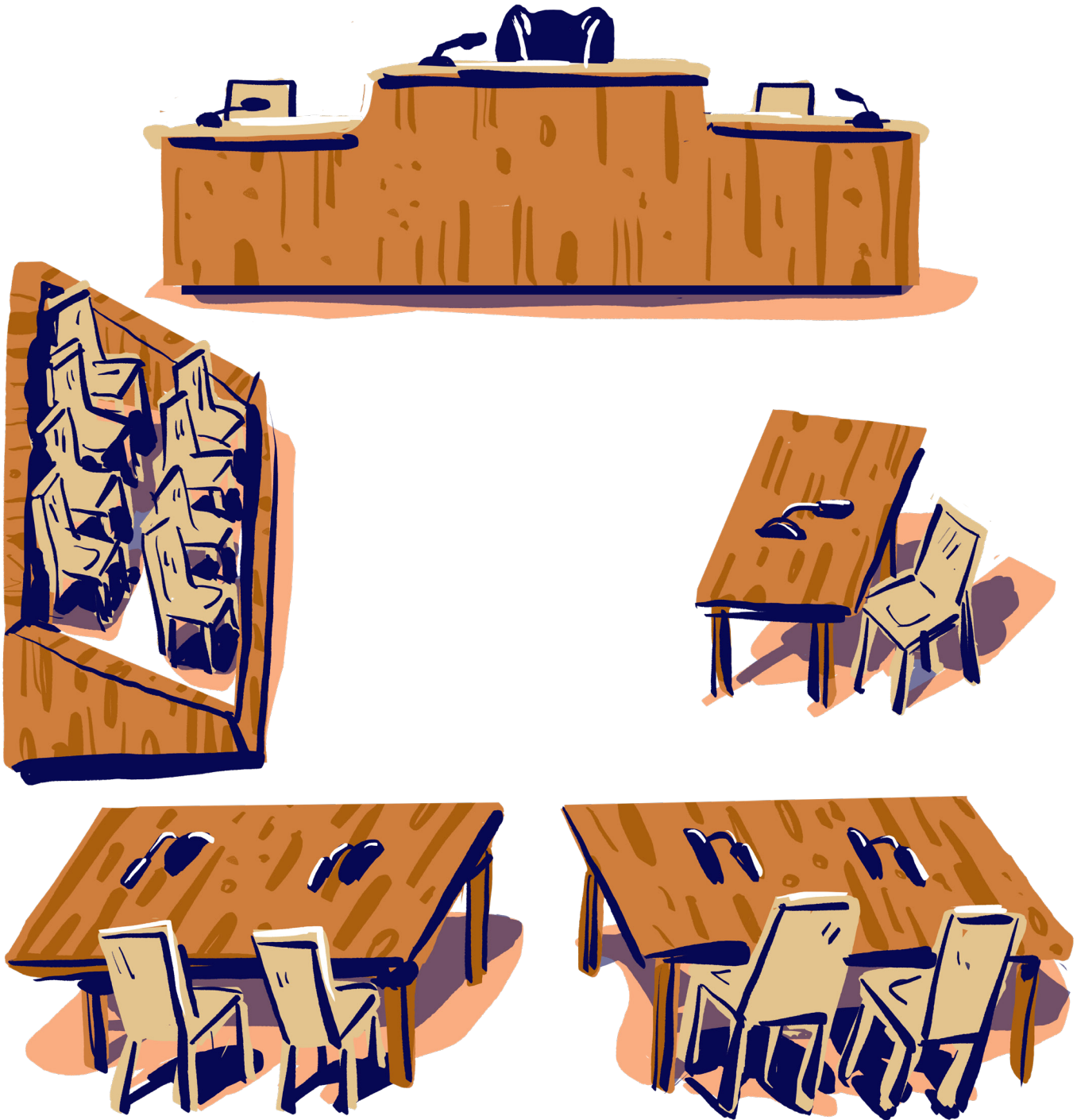
Joseph te hará preguntas como: "¿Puedes decirme cuántos años tienes?"



El abogado de Bobby también te hará preguntas. Una vez que ambos terminen de hacer sus preguntas, esto habrá acabado.



EJERCICIO DE ESTAR EN LA SALA DE AUDIENCIAS



Kareem llevó a Jamie a ver la sala de audiencias antes de que tuviera que testificar y le dijo quiénes serían todas las personas en la sala y dónde se iban a sentar.

Tu sala de audiencias puede verse diferente a la de Jamie, pero puedes usar este dibujo para familiarizarte con quién y en qué lugar te sentarás si tienes que ir a un tribunal. Pídele a tu defensor/defensora u otra persona adulta que trabaje contigo que te ayude a completarlo.

Me alegré de haberlo visto antes. Pero cuando entré con el oficial del tribunal, sentí mucho más nerviosismo. Me sentí como si estuviera subiendo a un escenario.



No pudimos tener una audiencia a puerta cerrada como yo quería. Pero el personal del tribunal usó los pronombres correctos, lo que me hizo sentir mejor.



Estaba bien cuando Joseph me estaba hablando pero...



...cuando lo hizo el abogado de Bobby, me dieron muchos nervios. Hizo muchas preguntas que fueron repentinas y confusas. Mi cara se puso muy caliente y podía sentir que yo estaba hablando más rápido.



Entonces, miré a Kareem y recordé su consejo de que todo lo que puedo hacer es decir lo que sé y recordar lo que pasó. Eso me ayudó.



Cuando nos preparábamos para ir al tribunal, Kareem dijo que llevara algo en mi bolsillo que me ayudara a sentir tranquilidad. Al principio pensé que era una tontería, pero fue agradable sentir el collar de mi abuela en mi bolsillo mientras hablaba.



Me dijo que planeara algo divertido para hacer después, así tendría algo que esperar con ilusión. Vi mi película favorita.



Todo fue confuso. Sin embargo, se hizo. Me alegré de ver a Kareem después y sentí alivio de que hubiera terminado.



PLANIFICACIÓN PARA LA VISITA AL TRIBUNAL

Kareem le mostró a Jamie diferentes cosas que podía hacer para sentir menos nervios y algunas cosas que podía hacer para prepararse para ir al tribunal. Ir al tribunal y testificar puede ser atemorizante y abrumador, y es normal tener muchos sentimientos diferentes al respecto. Sin embargo, tener un plan puede ayudarte a sentir más tranquilidad y un poco más de control.

Preparación

- Trata de dormir mucho la noche anterior.
- Intenta comer algo antes de ir al tribunal. Te ayudará a sentirte mejor y a tener la energía para salir adelante.
- No tienes que vestirme de forma elegante. Ponte algo un poco más bonito de lo habitual, si puedes, algo que te haga sentir bien.
- Trae algo para leer, jugar o hacer mientras esperas.
- Si tienes un objeto especial, como una pelota antiestrés o un amuleto de la suerte que te ayude a sentir tranquilidad, puedes llevarlo contigo.

Nerviosismo

Si sientes nervios, intenta una de estas cosas:

- Trata de imaginarte cómo quieres reaccionar si suceden cosas diferentes. Puede parecer una tontería, pero imaginarte las cosas puede ayudarte a sentir más tranquilidad.
- Inhala y exhala profundamente varias veces. ¡Esto ayuda mucho!

- Contrae los músculos y luego relájalos. Hazlo varias veces.
- Si puedes, sal a caminar o mueve tu cuerpo para liberar la energía extra. También puedes intentar caminar muy rápido durante unos segundos, luego respirar profundamente y caminar muy lentamente durante unos segundos, luego ir rápido, luego lento, rápido y luego lento unas cuantas veces más.
- Si tienes una oración o una canción especial que es importante para ti, intenta decirla o cantarla, ya sea en voz alta o mentalmente.

Obtener apoyo

- Piensa en quién puede ayudarte a determinar cómo te sientes y quién puede ayudarte en el tribunal.
- ¿Hay algún/alguna defensor/defensora, amigo, amiga, amigx o familiar que pueda acompañarte al tribunal? Si es así, puedes mirarles si sientes nervios.

Salir adelante

Puede ser bueno hacer algo que te guste al terminar, por ejemplo, ver una película, comer tu comida favorita o pasar tiempo con una amigo, amiga, amigx. Piensa en algo que puedas anhelar. Si quieres, usa esta lista para hacer tu propio plan:

Cosas que haré para prepararme...

Si siento nervios, yo...

Hablaré de cómo me siento con...

Después, haré algo como...



Joseph y Kareem dijeron que ahora debemos esperar para saber cuáles son los próximos pasos. ¿Qué significa eso? He estado esperando todo este tiempo.



¿No está Taj hoy?



No... ahora estoy en un nuevo hogar grupal, ¿recuerda?



Otra persona que entra y sale de mi vida...



Jamie, quiero disculparme contigo por la última vez que nos vimos...



... No pensé en hacer saber al tribunal tus pronombres hasta que lo pediste. Ese es mi error.



Oh... gracias por decir eso.

Por supuesto.



Entonces, ¿ya tomaron una decisión?



Espero que la tomen pronto.

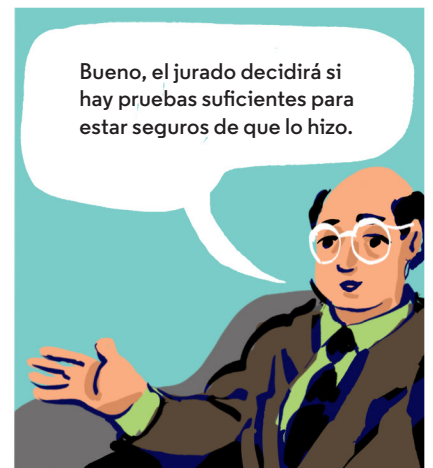


¿Usted y Kareem siguen diciendo lo mismo!

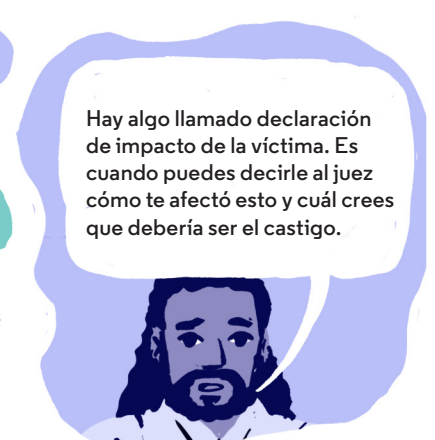
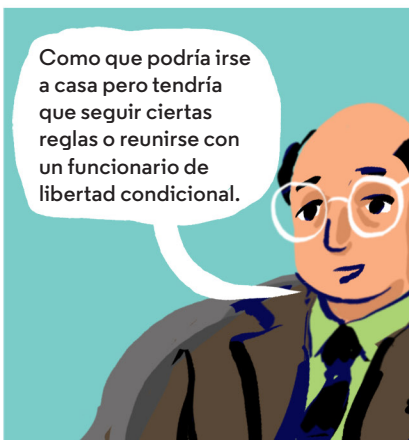
Lo sé. Desearía poder decir otra cosa. ¿Quieres repasar los posibles resultados de nuevo?



Culpable o no culpable, ¿verdad?

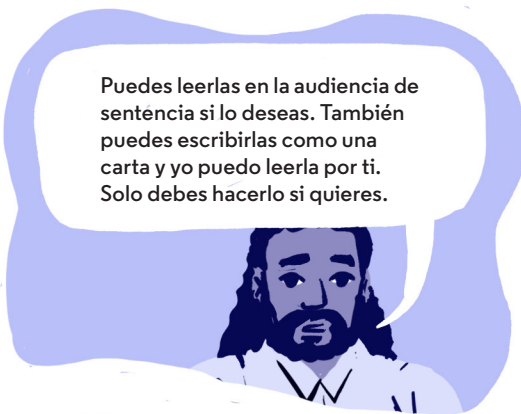


Bueno, el jurado decidirá si hay pruebas suficientes para estar seguros de que lo hizo.





Entonces, si quiero compartir mis opiniones, ¿tengo que ir al tribunal otra vez?

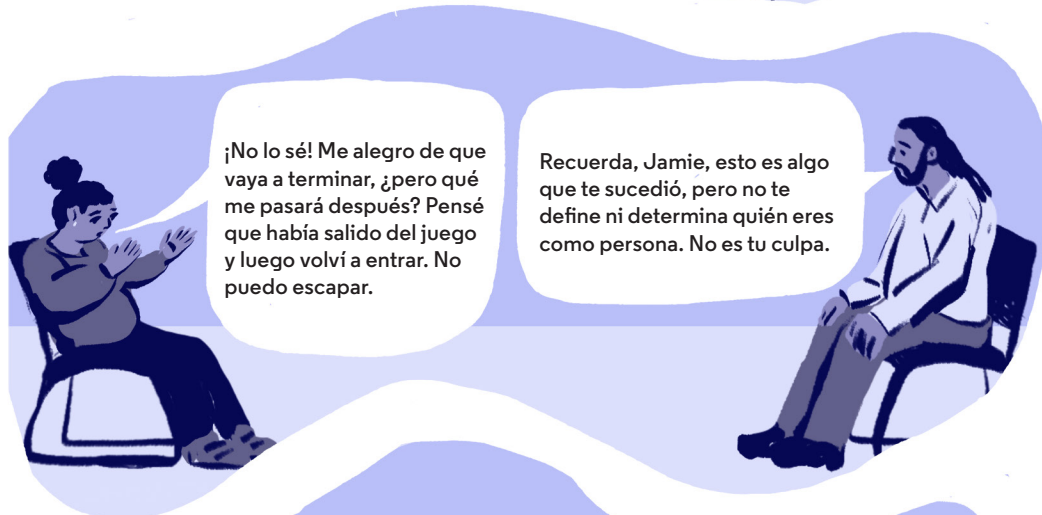


Puedes leerlas en la audiencia de sentencia si lo deseas. También puedes escribirlas como una carta y yo puedo leerla por ti. Solo debes hacerlo si quieres.



¿Y entonces las cosas finalmente terminarán?

Ese debería ser el final. ¿Cómo te hace sentir eso?

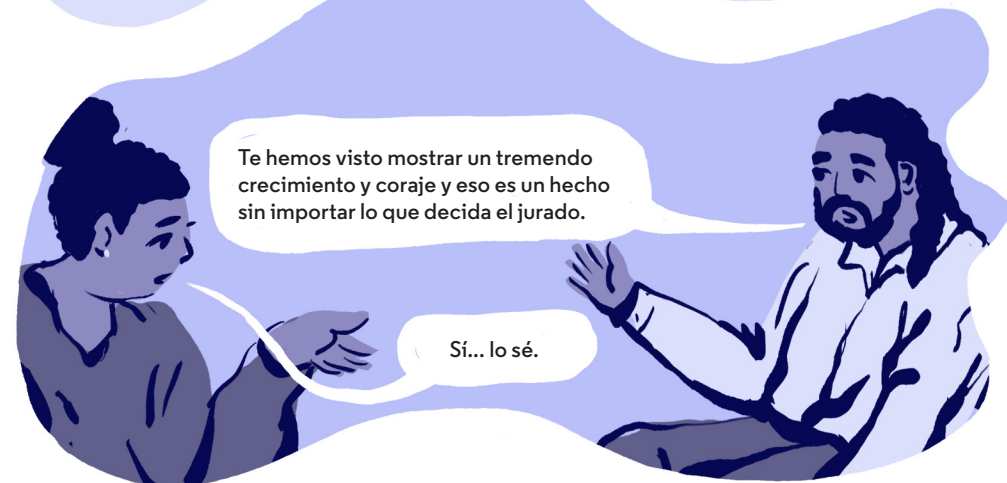


¡No lo sé! Me alegro de que vaya a terminar, ¿pero qué me pasará después? Pensé que había salido del juego y luego volví a entrar. No puedo escapar.

Recuerda, Jamie, esto es algo que te sucedió, pero no te define ni determina quién eres como persona. No es tu culpa.



Saliste de esa situación y puedes salir de esta también.



Te hemos visto mostrar un tremendo crecimiento y coraje y eso es un hecho sin importar lo que decida el jurado.

Sí... lo sé.



Exactamente.



Estamos aquí para apoyarte. Si alguna vez deseas hablar más, puedes comunicarte con uno de nosotros.

Me pondré en contacto cuando tenga alguna novedad.



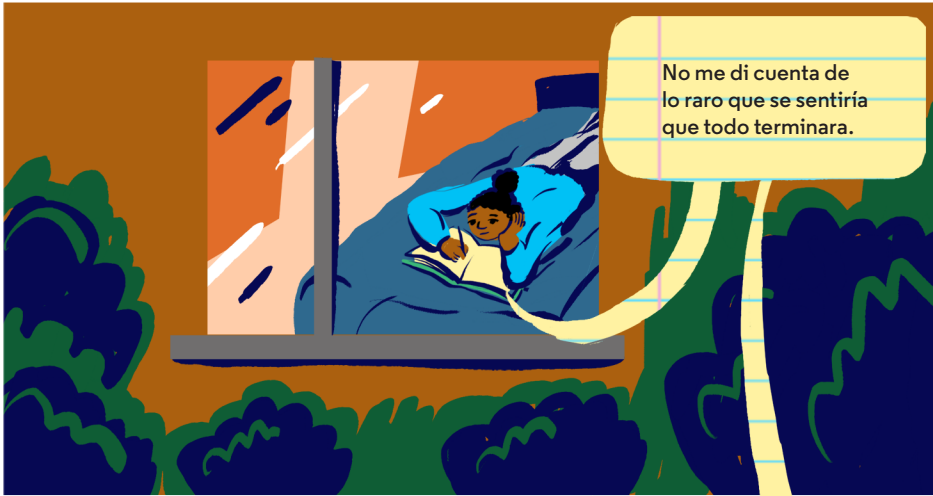
Me alegra que Gigi no terminara metiéndose en problemas, pero no hemos hablado en mucho tiempo. ¿Estará molesta conmigo? Y tampoco sé cómo le está yendo a Marcus... ¿debería comunicarme con él?

¿El jurado me creyó? ¿Y si dicen que es no culpable? Lo que Bobby hizo estuvo mal y nos estaba usando...

¿Por qué me siento tan mal? Probablemente porque volví a meterme en algo que no quería.

¿Cuánto tiempo pasará hasta que tenga noticias de Joseph?

¿Cuándo dejaré de pensar en esto?



Este año ha sido pesado y me tomará un tiempo confiar en la gente y en que las cosas vuelvan a estar bien.

Pero he aprendido muchas cosas recientemente, y el grupo de apoyo y mi terapeuta Patricia me han estado ayudando a ver las cosas de manera diferente.

Finalmente me siento más estable en el lugar donde estoy. Y sé que soy fuerte y que puedo hacerlo.

Lo que me pasó no me define.
He sobrevivido a esto y lo superaré.



¿QUÉ ESTÁ SUCEDIENDO?

Los casos no llegan a los tribunales de inmediato. Hay muchos pasos entre la investigación policial y el inicio de un juicio, y puede parecer que no pasa nada durante mucho tiempo. Los procesos judiciales son muy complicados y las fechas en los tribunales se reprograman mucho. Se suponía que Jamie testificaría, pero la fecha del juicio se retrasó varias veces.

En el caso de Jamie, tenía una Orden de Protección para mantener alejado a Bobby. Como parte de eso, Jamie se mudó a otra casa y se cambió de escuela. Eso también significaba que Gigi y Jamie ya no podían vivir ni ir a la escuela en el mismo lugar.

Es posible que tengas sentimientos encontrados sobre el final del caso. Es normal. Incluso cuando el caso haya terminado, no significa que dejarás de pensar o de tener sentimientos sobre lo que pasó. Pero nada de lo que pasó es culpa tuya. Y siempre habrá alguien a tu lado. Esta experiencia no tiene por qué definir toda tu vida. Sigue hablando con tu defensor/defensora o terapeuta, con amigos/amigas/amigxs o familiares que te apoyen y con otras personas en las que confíes. Es posible que puedan ponerte en contacto con recursos que pueden ayudarte.

Esos recursos pueden ser cosas como asesoramiento, vivienda, atención médica, ropa y artículos básicos, ayuda educativa, capacitación laboral, ayuda para pasar a la edad adulta, tutoría, ayuda con asuntos de inmigración o visa, e incluso ponerte en contacto con un grupo de apoyo con otras personas que han tenido experiencias similares.

Para obtener más información sobre otras ayudas que puedes recibir, revisa el folleto “¿Qué está sucediendo?”.

Para obtener más información sobre el sistema de bienestar infantil, revisa estos [materiales](#). Y para obtener más información sobre el sistema legal penal, revisa estos [materiales](#).

Acabas de leer sobre la experiencia de Jamie con la trata sexual y su testimonio en el tribunal.

Hay sentimientos difíciles que surgen al compartir tus experiencias, ir al tribunal y tratar de seguir adelante con tu vida. Te agradecemos por tu tiempo y por dedicar energía para leer este libro; esperamos que te ayude.

Este libro se hizo con la colaboración de personas que han pasado por experiencias similares. En las dos páginas siguientes hay mensajes que estas personas han querido compartir contigo.

“Eres una persona valiente. **Eres una persona heroica.** Eres como Batman. Eres como la Pantera Negra. Eres una persona heroica porque te pones delante de esa persona que te hizo todas esas cosas horribles para decirle que lo que hizo estuvo mal”.

— *Evelyn C., persona sobreviviente y activista contra la trata de personas*

“Esta puede ser la peor pesadilla que estés viviendo. Nadie va a experimentar el mismo miedo y dolor que tú estás sintiendo, pero créeme, esta pesadilla va a terminar. Y tú no tienes que cambiar. Vales mucho por el simple hecho de estar aquí. Vales mucho más, gracias por ser quién eres.

Y si el mundo parece que no te entiende, yo te veo, te escucho y estoy aquí para apoyarte. Y sé que es muy difícil expresar ese dolor y que las personas adultas han usado ese dolor para causarte más dolor. Sé lo difícil que es abrirte. Tómame tu tiempo y respira.

Esto parece que fuera una pesadilla, pero hay personas que te pueden ayudar. Esto llegará a su fin porque te mereces amor, respeto, cuidado y felicidad. Recuerda siempre que el poder está en ti, **tú tienes el poder**”.

— *Cristian E., persona sobreviviente y defensora*

CUIDAR DE MÍ

Tal como lo hizo Jamie a lo largo de su historia, puede ser bueno “hacer una verificación” personal y ver cómo te sientes. Cuando sientas enfado o un peso muy grande sobre ti, hacer alguna de estas actividades puede ayudarte a sentirte mejor.

- Leer, mirar o escuchar algo que te guste
- Reunirte con tus amistades en persona o en línea
- Hacer ejercicio o practicar un deporte
- Tomar una bebida (agua, jugo, té o chocolate caliente)
- Pasar tiempo al aire libre
- Masajear tus manos con una loción que huelga bien
- Pensar en un recuerdo feliz o en un lugar tranquilo
- Ayudar a alguien a hacer algo
- Hacer un proyecto de arte o cocinar algo
- Permitirte llorar, gritar o hablar de tu frustración
- Decirte cosas amables y cordiales

¿Qué otras actividades te hacen sentir bien? ¿Hay alguien a quien le puedas hacer preguntas acerca de otros tipos de actividades útiles? Escríbelo aquí.

El Proyecto de Materiales para Testigos Menores de Edad del Centro para la Innovación de los Tribunales es un esfuerzo de colaboración entre el Centro para la Innovación de los Tribunales, el Centro de Pedagogía Urbana y Alternate History Comics. Cuenta con el respaldo del acuerdo de cooperación número 2018-V3-GX-K069, concedido por la Oficina para Víctimas de Delitos, Oficina de Programas de Justicia, Departamento de Justicia de los Estados Unidos. Las opiniones, los hallazgos y las conclusiones o las recomendaciones que se expresen en este documento pertenecen a los colaboradores y no representan necesariamente la posición o las políticas oficiales del Departamento de Justicia de los Estados Unidos.

El Centro para la Innovación de los Tribunales trabaja para crear un sistema de justicia más eficaz y humano al realizar investigaciones originales y ayudar a lanzar reformas en todo el mundo.

www.courtinnovation.org

El Centro de Pedagogía Urbana es una organización sin fines de lucro que utiliza el poder del diseño y el arte para aumentar el compromiso cívico significativo, en asociación con comunidades históricamente marginadas.

www.welcometoCUP.org

Alternate History Comics es una editorial ganadora de múltiples premios que crea novelas gráficas originales y colecciones de historietas culturales.

<http://ahcomics.com>

Ilustración: Ryan Hartley-Smith

Diseño: Ryan Hartley-Smith

El Centro para la Innovación de los Tribunales agradece a los socios del proyecto y a las partes interesadas; a los profesionales del sistema de justicia; y a las personas jóvenes sobrevivientes de todo el país que contribuyeron en el desarrollo de este producto.

NCJ 303955

La Oficina para Víctimas de Delitos se compromete a mejorar la capacidad del país para ayudar a las víctimas de delitos y brindar liderazgo en el cambio de actitudes, políticas y prácticas para promover la justicia y la sanación para todas las víctimas de delitos.

www.ovc.ojp.gov

La Oficina de Programas de Justicia es una agencia federal que brinda liderazgo federal, subvenciones, capacitación, asistencia técnica y otros recursos para mejorar la capacidad del país para prevenir y reducir los delitos, ayudar a las víctimas y mejorar el estado de derecho mediante el fortalecimiento de los sistemas de justicia penal y juvenil. Sus seis oficinas de programas (la Oficina de Asistencia Judicial, la Oficina de Estadísticas Judiciales, el Instituto Nacional de Justicia, la Oficina para Víctimas de Delitos, la Oficina de Justicia Juvenil y Prevención de la Delincuencia, y la Oficina de Sentencias, Vigilancia, Detención, Registro y Seguimiento de Delincuentes Sexuales) respaldan los esfuerzos estatales y locales de lucha contra delitos, financian miles de programas de servicio a las víctimas, ayudan a las comunidades a controlar a los delincuentes sexuales, atienden las necesidades de las personas jóvenes en el sistema y de menores en peligro, y proporcionan investigación y datos importantes.



Office for Victims of Crime
OVC

