

C O S A S

que la

gente

nunca me

dijo

*Cuando usted comienza a vivir por su cuenta después de haber estado en cuidado adoptivo temporal, hay cosas en la vida que la gente olvida mencionarle.*



# COSAS QUE LA GENTE NUNCA ME DIJO

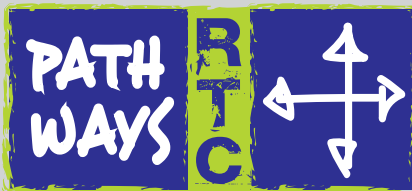
*Cuando usted comienza a vivir por su cuenta después de haber estado en cuidado adoptivo temporal, hay cosas en la vida que la gente olvida mencionarle.*

Un agradecimiento especial a aquellos que contribuyeron a este juego de herramientas:

Adrienne Croskey  
Brad Pitts  
Candis Williamson  
Charlie McNeely  
Mary Welch  
Mika Wilder  
Nicole Stapp  
Pamela Butler  
Shannon Turner

producido por

Proyecto Mejores Futuros (Better Futures Project), Centro de Investigación y Capacitación para Caminos hacia Futuros Positivos (Pathways to Positive Futures), Universidad Estatal de Portland.



[www.pathwaysrtc.pdx.edu](http://www.pathwaysrtc.pdx.edu)

patrocinado por

Proyecto patrocinado por el Instituto Nacional de Investigación sobre Discapacidad y Rehabilitación, Departamento de Educación de los Estados Unidos y el Centro de Servicios de Salud Mental de la Administración de Salud Mental y Abuso de Sustancias (subvención NIDRR H133B090019).



# introducción

La transición al salir de cuidado adoptivo temporal puede ser un proceso difícil y confuso. Entrevistamos a un grupo de adultos jóvenes que ya habían pasado o estaban en proceso de atravesar esta transición para tener una perspectiva en áreas importantes de la vida como finanzas, empleo, salud, transporte, y relaciones, entre otras. Esperamos que al aprender de sus experiencias y de sus sugerencias, los jóvenes que salgan de cuidado adoptivo temporal puedan equiparse con las herramientas necesarias para volverse adultos independientes y exitosos.

## COSAS QUE LA GENTE NUNCA ME DIJO

### dinero

#### Respecto al dinero, nunca me dijeron...

- ¡Cómo presupuestar o manejar mi dinero!
- Que podía hacer giros bancarios – que son como cheques, pero que no están asociados con mi cuenta bancaria y tienen un costo de servicio de .25-.75 centavos.
- ¡Que las cuentas bancarias eran imprescindibles a la hora de mudarme para no gastar todo mi dinero al instante! Sin embargo, descubrí que no era buena idea mantener un registro de mi dinero solo usando recibos de cajeros automáticos porque no siempre estaban actualizados.
- Que construir un historial de crédito tan pronto como fuera posible era importante para conseguir cosas como un automóvil.
- Que los cheques de ayuda financiera y el dinero proveniente de ILP [Programa de Vida Independiente: Servicios de



Transición para Jóvenes en Cuidado Adoptivo Temporal] ¡no era una gran suma de dinero incluso si así lo parecería! No sabía cómo “no” gastarlo de inmediato cuando era necesario que durara. Tampoco fui advertido de no ser demasiado generoso con los otros para evitar ser usado.

- ¡Cómo pagar impuestos! ¡O si tengo que pagarlos! Qué declarar como ingreso

y qué no, qué formularios usar y ¡qué formularios debo mantener para pagar los impuestos! Qué buscar a la hora de pagar los impuestos (la mayoría de adultos llevan sus impuestos a contadores) entonces ¿qué hago cuando soy joven y no puedo pagar por un contador? o ¿a quién más puedo llevar los impuestos? Aprendí que los impuestos pueden ser complicados.

- Cómo funciona el Seguro Social; cuáles son las condiciones para recibir Seguro Social (¡una pasantía remunerada podría irse en mi contra!)
- Lo que puede asumir pagar el DHS [Departamento de Servicios Humanos: División de Bienestar Infantil de Oregon]; tal como mi identificación estatal, licencia, o clases de manejo (las cuales no sabía que podían reducir mi seguro).

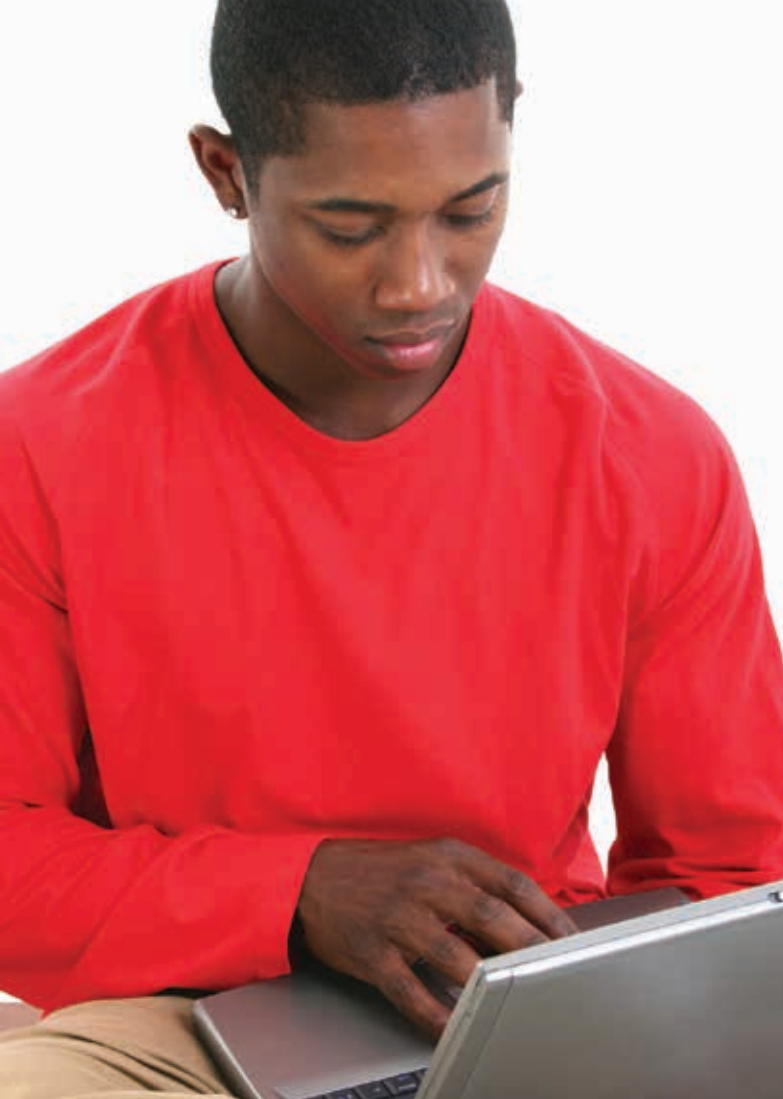
- Que las facturas deben ser pagadas cada mes. Y si no pago las facturas, mi información y el dinero que debo será enviado a las agencias de cobro, lo que arruinaría mi “crédito”. Además, ¡la agencia podría cobrarme más de lo que debo!
- Si pago las facturas tarde, incluso por un día, ¡habrá una cuota por RETRASO! Algunas veces, ¡estas cuotas acumuladas pueden llegar a sumar la mitad de la deuda!
- Qué se puede deber más de lo que se tiene o gana; esto se llama deuda. Algunas deudas valen la pena, como los préstamos estudiantiles. ¡Pero nunca me dijeron la diferencia entre préstamos estudiantiles, becas, y subvenciones! ¡Las becas y subvenciones son MEJORES que los préstamos porque no tengo que devolver el dinero!

## independencia

Respecto a la independencia, nunca me dijeron...

- Que nunca debería llevar mi tarjeta de Seguro Social o certificado de nacimiento en mi billetera o bolso y que debería guardarlos en un sitio seguro.
- Que no debía dar mi número de Seguro Social u otra información personal por medios telefónicos o Internet a menos que sea una fuente confiable.





- ¡Que debería comprar una carpeta para mantener registro de todos mis documentos importantes! esto incluye, formularios de apoyo financiero, facturas, formularios de ILP, contratos de arrendamiento, hojas de vida, contratos, etc. Nunca me dijeron que ser organizado me ahorraría tiempo y problemas a la hora de encontrar esos papeles más adelante.
- Qué ser organizado y tener un sistema de archivo para registrar las fechas en que deben efectuarse los pagos (tarjetas de crédito, renta, préstamos escolares, etc.) es extremadamente útil porque al momento de presentar mis impuestos o mi FAFSA (Aplicación Gratuita para Asistencia Federal Estudiantil) puedo saber dónde están mis papeles.

- Que debería pagar mi renta con cheque o giro bancario en lugar de efectivo porque es más sencillo de rastrear. Pero tampoco me dijeron que debía mantener mis cheques en un lugar seguro. Si realicé el pago de otras facturas con un cheque, me pareció importante mantener un registro de mis cheques y sus numeraciones.
- Que debería haber aplicado para obtener vivienda subsidiada y cupones de comida tan pronto como sea posible ya que hay una lista de espera. Averigüé que los alimentos son costosos, y que la renta también lo es, así que ¡ambas ayudas fueron un salvavidas!
- Que requería un historial de alquiler o garante para que me aprobaran mi primer apartamento y que mi última ubicación pudo haber contado como “historial de alquiler”
- Sobre cómo obtener ayuda para vivienda, tal como recibir aprobación, costos de mudanza... todo lo que involucra mudarse a un sitio propio, lo cual tuve que aprender por mi cuenta. No sabía cómo conseguir los servicios públicos, no conocía sobre los distintos programas de vivienda, y no sabía que cuando las cosas están conectadas sin estar encendidas aún consumen electricidad.
- Cómo decirle a mi compañero de cuarto que me iba a mudar o a manejar el estrés que involucra el mudarse, encontrar a alguien que me ayudara a mudar o incluso cómo mudarme en caso de no tener un vehículo.
- Cómo alquilar un vehículo, y que algunas veces se requería pagar más por ser menor de 25 años. Una joven que conocí se vio involucrada en un accidente automovilístico que no fue su culpa, pero debido a su edad se le cobró más por el alquiler de un vehículo y ni si quiera se lo mencionaron inmediatamente.

## recursos

### Respecto a los recursos, nunca me informaron...

- Cómo cocinar de manera saludable o cómo cocinar en general, qué comprar cuando voy al mercado, qué comer para estar saludable, o cómo abastecer una alacena. Nunca se me dijo que debía ir al supermercado y no únicamente cuando tuviera el antojo de algo, o cómo preparar o planear un menú o una lista de mercado.
- Qué hacer en caso de no tener un diploma o GED (Diploma de Equivalencia General) al momento de necesitar conseguir un empleo o cuánto esfuerzo requiere obtenerlo. Tampoco se me enseñó cómo completar una solicitud, qué llevar conmigo a una entrevista de trabajo, el costo de buscar empleo (pasajes de bus), cómo “construir” o “aparentar” experiencia para obtener un empleo, o incluso qué vestir para una entrevista (especialmente cuando no siempre tengo ropa buena).

“ Algunas veces mis emociones me controlan, pero esto no significa que no sea capaz de aprender o escuchar. Cuando estoy deprimido o no tengo interés, es difícil llevar a cabo cualquier cosa. La gente no entiende que algunas veces necesito inspiración para poder hacer las cosas. ¡Cuando me siento bien logro hacerlo todo! Algunas veces es todo o nada. Las emociones son caóticas y son fundamentales para alcanzar las metas. Recuerde que cuando se siente bien acerca de sí mismo, puede sentirse bien acerca de todo lo demás. ”



# atención médica

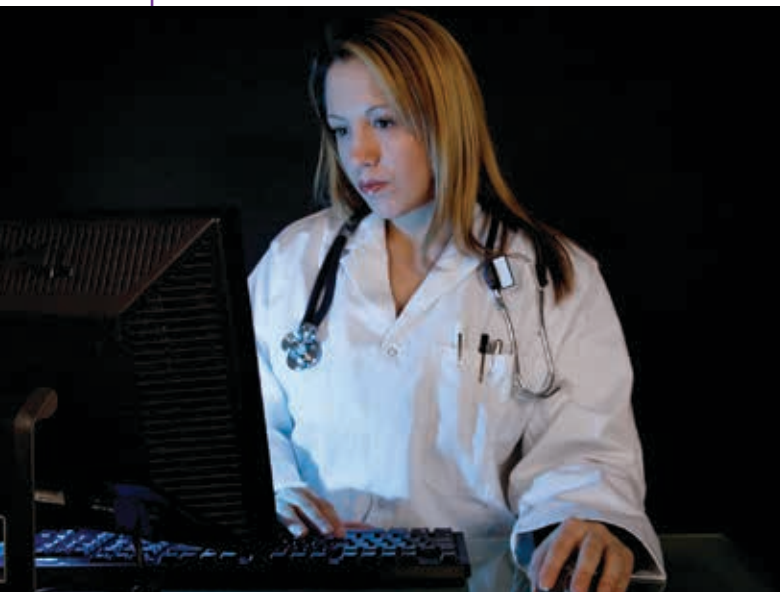
## Respecto a la atención médica, nunca me dijeron...

- Lo que cubría mi plan médico. Terminé con un gran número de facturas cuando pude haber atendido las cosas de manera más temprana si se me hubiera dicho lo que cubría o no mi plan médico o que hay distintos tipos de opciones de cobertura médica.
- Cómo encontrar un nuevo médico cuando el mío dejó de aceptar mi seguro o que había una línea de atención a la cual llamar. Sin embargo, no se me informó que el número no se actualiza constantemente, que los planes médicos pueden cambiar y que necesitaba separar tiempo para hacer un gran número de llamadas hasta encontrar el médico correcto que también acepte mi seguro médico.
- ¡Que la atención médica era importante! Que obtener las revisiones, utilizar los servicios de terapia y salud mental, obtener consejería e información de



fuentes confiables, etc. era de beneficio para mi cuidado. Tampoco me dijeron que era elegible para Chafee Medical [Seguro médico del estado de Oregon para jóvenes que salen de cuidado adoptivo temporal por edad] o lo que aun era.

- Cómo encontrar consejería durante el proceso de transición al salir de cuidado adoptivo temporal o al mudarme, cómo buscar un nuevo terapeuta o dónde debía haber comenzado la búsqueda de un consejero (conociendo mis derechos al buscar un consejero) o lo que debía haber buscado en un consejero.
- Que la terapia o medicamentos no eran los únicos recursos disponibles para cuidarme a mí mismo; nunca se me habló de otros tipos de “auto-ayuda” tal como lectura, escritura, ejercicio, cambio de dieta, cambio a tratamientos herbales, etc.
- Sobre el estrés que pude haber experimentado al no recibir ayuda durante el proceso de transición, o cómo lidiar con el estrés.
- Porqué las personas me recomendaban no “parar” de tomar mis medicamentos, sin embargo nunca me dijeron que pasaría si lo hiciera. Esencialmente se me indicó lo que no debía hacer pero nunca se me explicó la RAZÓN.



# transporte

## Respecto al transporte, nunca me informaron...

- Cuáles eran mis opciones en relación a la escuela (P.ej., si podía quedarme en mi escuela actual vs. tener que pasarme a otra escuela) al pasar de una ubicación a otra.
- Cómo y dónde se consiguen los pases para autobús.
- Cómo obtener mi licencia o permiso de conducción.
- Cómo puedo transportarme cuando me encuentro varado tarde en la noche y no tengo un sistema de apoyo o vínculos cercanos.



# relaciones

## Respecto a las relaciones, nunca me dijeron o enseñaron...

- Que sería notificado si alguno de los miembros de mi familia biológica fallecía.
- Que hay consecuencias del abuso y que éste generó barreras personales para encontrar mi autoestima y crear una percepción saludable de mi persona e identidad.
- Cómo crear un sistema de apoyo después de dejar el cuidado adoptivo temporal (cuando durante toda mi vida se me “proporcionó” un sistema de apoyo).
- Que mi sistema de apoyo desaparecería una vez dejara el cuidado adoptivo temporal, especialmente teniendo



en cuenta que todos mis apoyos eran profesionales pagados quiénes desaparecieron gradualmente de mi vida luego de mi transición.

- Que tenía el derecho de ver a mis hermanos y hermanas.
- Cómo crear “límites” y cómo cuidar de mí mismo, así como también no tratar de complacer a todos por temor a que me “dejaran”. La falta de crear estos límites me puso en riesgo al no comprender cuándo era adecuado negarme a “servir de garante” o “pagar por” otros.
- La diferencia entre relaciones saludables y disfuncionales y ¡no ser capaz de reconocer las SEÑALES DE ALERTA!
- Que la falta de conexiones representó una dificultad al momento de conseguir personas que me sirvieran de garante, ayudarán a mudarme o para hacer preguntas.
- En quien confiar o en quien no confiar, o que tanta confianza otorgar, o incluso como tomar estas decisiones informadas.
- Que experimentaría un “choque cultural” al salir de cuidado adoptivo temporal y que ¡ser arrojado al mundo real sería difícil!
- Que me sentiría aislado por estar rodeado de personas que estarían emocionadas por cosas que yo consideraba triviales debido a mi preocupación por sobrevivir, o por percibir que no teníamos nada en común.
- Cómo no golpear a alguien en la cara cuando se queja de cosas como “¡no conseguí el automóvil que quería!” cuando yo ni siquiera tenía suficiente ropa, un hogar o una familia propia.
- Que dejar mi “sistema de apoyo” o padres adoptivos temporales sería doloroso, especialmente cuando yo no estaba preparado para que nadie ni siquiera revisara que yo estuviera bien.
- Que yo debía ser el encargado de

mantener esas relaciones con mis padres adoptivos temporales o trabajadores sociales o que de otra forma las perdería. Tampoco se me dijo cómo lidiar con el rechazo si ellos no deseaban permanecer en contacto conmigo después de mi transición fuera del cuidado adoptivo temporal.

- Cómo lidiar con la pregunta “¿qué quieres de nosotros?” formulada por mis padres de cuidado adoptivo temporal, o cómo manejar o definir relaciones, o cómo afrontar la situación cuando se me dio la responsabilidad de definir las relaciones cuando yo había asumido que los “adultos” lo harían.
- Cómo afrontar el sentirse excluido cuando los hijos biológicos de mis padres de cuidado adoptivo temporal recibían mayor atención/trato especial pero yo no recibía este mismo trato por ser el “niño de cuidado adoptivo temporal”.
- Cómo afrontar el hecho de que las personas olvidaran o se perdieran mi cumpleaños y esencialmente ser tratado como algo secundario.
- Cómo lidiar con malas relaciones cuando todo lo que me ha rodeado y a lo que estoy acostumbrado han sido malas relaciones durante toda mi vida.



# paternidad/ maternidad

## Respecto a la paternidad//maternidad, nunca me dijeron.....

- Cómo afrontar la situación al quedar embarazada y ser expulsada por mis padres de cuidado adoptivo temporal!
- Cómo obtener apoyo al convertirme en padre/madre joven o incluso como buscar estas ayudas cuando no tuve una familia que me respaldara o con la que pudiera contar.
- Que tenía derechos al ser un padre/madre en cuidado adoptivo temporal.
- Que podría perder la custodia de mis hijos si se encuentran bajo el cuidado de mis padres biológicos en el caso de que algo malo se “sospeche”, ya que mis padres biológicos ya han sido caracterizados como “no aptos” incluso si ellos estuvieran tratando de ayudarme “ahora.”
- Cómo afrontar a mis padres de cuidado adoptivo temporal si intentan decidir sobre lo que debería hacer con mi niño por estar bajo su “cuidado”.
- Que mi niño no se encuentra bajo la tutela del Estado incluso cuando yo si lo estoy.



“ Era percibido como débil, tonto, terco, vengativo, manipulador, inútil y un mentiroso. Cuando REALMENTE soy fuerte, desconfiado, enojado, inteligente, creativo, y dije lo que pensé que debía decir para sobrevivir. Merezco más de lo que recibí, y los adultos en mi vida debieron tomarse el tiempo para decírmelo. ”



# auto-defensa

## Respecto a la auto-defensa, nunca me informaron...

- Que estaba bien sentirse perdido, confundido o asustado. Que estaba bien llorar al sentirme frustrado. Que no era el único que experimentaba estos sentimientos durante la transición al salir de cuidado adoptivo temporal. Que no estaba “loco” incluso si así me sentía. Que debería llamar a alguien, ir a caminar, dibujar (incluso si no creo hacerlo bien), escribir, escuchar música, o simplemente tomar un descanso para respirar.
- Cómo conocer los derechos que tenía como joven bajo cuidado adoptivo temporal.
- Cómo defender mis derechos.
- Cómo afrontar la situación cuando mis padres de cuidado adoptivo temporal no querían que utilizará el dinero proveniente de ILP, o de otros servicios o beneficios disponibles para jóvenes en programas de atención.
- Que ILP y otras organizaciones relacionadas con el cuidado adoptivo temporal contaban como trabajo voluntario o que muchas de las organizaciones con las cuales estuve involucrado eran opcionales y que ¡tenía opción de decidir!



# SUGERENCIAS PARA LOS JÓVENES

## educación superior

- ¡Estudie! Está bien no saber lo que quiere hacer al iniciar. Explore diferentes tipos de cursos: arte, diseño gráfico, psicología, biología, matemática, justicia criminal, swahili... sólo por nombrar unos pocos.
- Exprese sus deseos y pida a adultos que le muestren distintos ambientes académicos y programas educativos. Cuando sea posible, encuentre a otro joven que sirva como su mentor durante el proceso de educación superior. Continúe asistiendo a talleres informativos sobre los múltiples procesos de los que participará para ingresar a una universidad y que utilizará en la transición a ambientes de educación superior.
- ¡Averigüe si hay tutoría gratuita cuando esté en la universidad! ¡aprenda a pedir ayuda! Incluso pedir ayuda a un profesor después de clase es algo beneficioso. Utilice el correo electrónico y número de teléfono del profesor. Aprenda a comunicarse incluso cuando no se sienta cómodo haciéndolo.
- Guarde la hoja de impuestos que le envía su institución de educación superior en enero.
- ¡¡¡Regístrese pronto!!!
- Tenga un plan financiero de respaldo antes de que llegue a necesitarlo (sólo en caso de que la asistencia financiera se retrase). Averigüe cuando debe pagar el dinero, por ejemplo la fecha de pago de



la matrícula – y averigüe si la institución tiene un programa de préstamos o plan de pagos distinto, etc.

- Antes de iniciar clases, averigüe donde queda cada una de ellas de tal forma que sepa a dónde dirigirse en su primer día. ¡Esto puede ayudar a reducir el estrés en gran medida!
- Aprenda el “lenguaje” de la institución: FAFSA es ayuda financiera, o que su clase de inglés puede estar en el edificio de “Humanidades”.
- Comprenda que a menudo la educación superior es menos flexible de lo que

se percibe estando en la escuela preparatoria. Esto es importante para que comprenda que si pierde clases en una universidad puede reprobado, o que si obtiene muchas notas bajas puede reprobado una clase sin la opción de “crédito extra” y ¡ocasionar la pérdida de su ayuda financiera!

- Entérese sobre el proceso de transferencia para que conozca los créditos o clases que necesita. Reúnase con consejeros de manera frecuente, especialmente si está pasando de un sistema trimestral a un sistema semestral.
- ¡Preséntese el primer día a todas sus clases o podría tomarse como un abandono! Conozca las directrices de asistencia (perder por abandono podría afectar su asistencia financiera).
- Conozca sobre las organizaciones en la institución que podrían ayudarle, tal como servicios de discapacidad o centros multiculturales. Enterarse de todos los programas para los que es elegible en su campus le beneficiará a la larga.
- Conozca sobre los programas de alquiler en su institución para ahorrar dinero (alquiler de libros, alquiler de calculadoras, etc.).
- Vaya a eventos del campus para conocer personas, entérese sobre programas y actividades, etc. y ¡también haga amigos!
- Cuando la asistencia financiera escasee, compre sus libros antes de comprar cualquier otra cosa. ¡Priorice en lo que utiliza el dinero!
- Averigüe si los libros de sus clases están reservados en la biblioteca (aprenda a escanear las páginas que necesita) especialmente si no puede pagar el libro. Entérese si puede utilizar ediciones anteriores puesto que son más baratas. Averigüe cuáles libros son requeridos y cuales no.

- Diríjase a Amazon, Bookbyte, Craigslist o a una página web de intercambio de libros para adquirir libros de forma más económica (así que entérese de los libros que necesita antes de iniciar clases para que pueda pedirlos, encontrarlos, etc.).
- ¡No tome todas las clases divertidas primero! No deje ciencia y matemática para el final. ¡No es un mito que el desempeño en el último año de universidad empieza a decaer!
- Aprenda sobre los distintos estilos de clases – de conferencia, híbridas, laboratorios, etc. Algunas clases pueden tomar más o menos tiempo en culminar.
- Encuentre un sistema de apoyo con el propósito de saber a dónde puede dirigirse para encontrar respuestas a distintas preguntas que puedan surgir en una universidad (entender la programación de clases, manejar la asistencia financiera, balancear la vida escolar y social).



# vivienda

- Durante la transición es necesario tener los documentos de tutelado judicial para obtener un apartamento, completar el FAFSA, becas, etc.; estos deben ser mantenidos en un sitio seguro junto a otros documentos (obtener estos documentos puede implicar distintos procesos en distintos estados).
- Una vez se encuentre instalado en un apartamento, aprenda a ser un buen vecino ya que no quiere que las quejas vayan a su historial de alquiler.
- Conozca la ley de inquilinos y sus derechos como arrendatario. Por ejemplo: los propietarios tienen que notificarle antes de poder entrar a su apartamento; comprenda cuales comportamientos



son aceptables o no por parte del arrendador; y conozca hasta donde llega la responsabilidad del propietario.



# búsqueda de empleo

- Aprenda a “venderse” cuando esté buscando empleo, aprenda cómo presumir de usted mismo, hable de sí mismo, y tome experiencias de vida y adáptelas a la experiencia laboral que requiere.
- Aprenda cómo elaborar una hoja de vida que coincida con los empleos para los cuales está aplicando. Encuentre adultos que pueda usar como referencias, aprenda cómo presentar a su trabajador social si éste es su referencia.
- Aprenda a ser puntual y comprenda cuál es la apariencia “correcta” para un empleo específico.
- En cuanto a mantener su empleo: aprenda a lidiar con compañeros de trabajo, sepa cuáles límites son apropiados a la hora de tratar con sus compañeros de trabajo, comprenda lo que está bien y lo que no está bien con respecto a las relaciones de trabajo.
- Aprenda a balancear la necesidad de trabajar y hacer dinero reconociendo cuándo un empleo (o gente en este empleo) causa más daño que bien.

- Trate de mantener un empleo por el mayor tiempo posible antes de cambiar a otro (porque puede que se aburra de este) para demostrar estabilidad/ constancia en su historial laboral.
- ¡Aprenda a controlar su lengua en el trabajo!
- ¡Aprenda a SONREÍR! ¡Especialmente cuando esté buscando empleo, un apartamento o cualquier otra cosa que involucre una entrevista!
- Es bueno utilizar un presupuesto. Si domina un presupuesto, ¡todo es posible!
- Monitorear su cuenta bancaria en línea es una herramienta excelente, pero siempre utilice una conexión segura. ¡En estos días incluso su estado de cuenta e historial puede ser enviado a su teléfono inteligente!

## relaciones

- Afronte las situaciones de forma determinada y enfocada. Nunca deje que alguien le diga que no merece lo que quiere. Si una persona no quiere mejorar con usted tal vez no deba estar a su lado.
- Haga un plan antes de dejar el cuidado adoptivo temporal sobre lo que espera de los apoyos que tiene ahora y en lo que se convertirán. Plantee preguntas como: “¿Puedo llamarlos si necesito dinero, o que me lleven en auto a algún sitio, una firma, o dormir en su sofá?”
- Es recomendable que cree una lista de verificación de las cosas que debe vigilar en personas “negativas” para que no resulte engañado por alguien que le “importa”.
- Encuentre una comunidad o lugar a donde sienta que pertenece, lo cual es clave para sobrevivir por su cuenta. Crear un sistema de apoyo con personas de pensamiento similar (personas como usted, que compartan sus gustos) es importante. Usted también puede ser parte de muchas comunidades distintas por todas las diferentes partes de usted.
- Busque ayuda para obtener apoyo emocional.
- Manténgase en contacto con apoyos importantes o mentores después de irse. Normalmente ellos esperan a que usted los contacte ya que no quieren “entrometerse” en su nuevo estilo de vida independiente.
- Conozca los múltiples recursos y maneras disponibles para empezar el proceso de sanación después de sobrevivir a experiencias de abuso antes y mientras se encontraba en cuidado adoptivo temporal.
- Aprenda a normalizar las emociones que siente después de dejar el cuidado adoptivo temporal (sentirse deshecho, sintiendo que nunca va a poder ser reparado... otros también sienten esto ¡no es solamente usted!)
- Aprenda a comprometerse – no siempre tenga miedo al compromiso, puede perderse oportunidades o relaciones realmente increíbles. ¡No deje que su “equipaje” o experiencias pasadas se interponga en el camino de un nuevo comienzo!
- ¡No planea para el “fracaso” ya que podría auto-sabotear sus relaciones!

- Aprenda cómo afrontar las relaciones y ¡esfuércese para que funcionen (solo si tales relaciones parecen prometedoras) de tal forma que realmente puedan DURAR!
- No corte simplemente con las personas incluso si llevan un tiempo sin hablarse o verse.
- Aprenda a mostrar afecto, o a demostrar el grado apropiado de afecto con las distintas personas que conocerá en diferentes ambientes y situaciones sociales.



- Aprenda a no cuestionar los sentimientos que otras personas sienten por usted (aprenda cómo manejar la situación cuando alguien realmente lo “extraña”)
- Aprenda cómo afrontar el no ser muy independiente. Aprenda a estar en contacto con otros, o aprenda incluso a querer estar en contacto con otras personas, a no recluírse y cerrarse porque tiene toda su vida por delante.
- Aprenda a abrirse después de haber estado cerrado durante toda su vida porque espera que los demás le fallen, hieran, decepcionen o se marchen.
- Sea comprensivo con la sensibilidad de los demás.
- Aprenda a ser agradable y a comprometerse en sus relaciones. Brinde oportunidades a las nuevas personas en su vida y no deje que situaciones/ recuerdos/sentimientos pasados o lo que le han dicho se interponga en el camino de nuevas relaciones en su adultez.
- Conozca lo que lo hace sentirse bien, comprenda lo que es el cuidado personal, o aprenda cómo tener control sobre su vida y estado de ánimo.
- Aprenda a rodearse de buenas personas. ¡Ellas si existen!
- Aprenda a no apresurarse a hacer las cosas o a comprometerse en una relación, y ¡aprenda a tomar las cosas con calma!
- Aprenda cómo pasar de no ser la prioridad de nadie mientras crecía, a convertirse en alguien extremadamente especial para alguien más, sin apartarlo porque se siente incómodo o temeroso.
- Aprender a reconocer si usted está con alguien simplemente porque ansía ser especial con alguien o porque tiene miedo de estar solo (cuando de hecho la relación es negativa o abusiva) es una habilidad muy importante.



- Aprenda a no girar su mundo demasiado alrededor de alguien o muy pronto simplemente porque ansía esa atención o persona.
- Trabaje en sus relaciones, no las abandone simplemente (aprenda cómo solucionar cosas) o dése cuenta que las relaciones requieren trabajo incluso si ocurre que nadie se tomó el tiempo de esforzarse para tener una relación con usted cuando se encontraba recibiendo el cuidado adoptivo temporal. ¡Será una muestra de nobleza! y ¡tendrá muchas mejores relaciones!
- Aprenda lo que requiere tener relaciones sanas con familia, amigos, socios... (Solía ser que cuando las cosas iban mal con sus padres adoptivos temporales, usted se iba o era removido- comprenda que esto no es como funcionan todas las relaciones o aprenda la manera en que funcionan las relaciones en el “mundo real”). Si comete



un error, ¡no será abandonado como lo fue anteriormente!

- Aprenda a no descontrolarse cuando las cosas se dificultan, lo atemorizan o provocan. Aprenda habilidades de afrontamiento, y a reconocer cuando se siente provocado o está a punto de “tocar fondo” para que pueda buscar ayuda de sus nuevas y sanas relaciones.

## BARRERAS QUE IMPIDEN UNA TRANSICIÓN EXITOSA

- Falta de apoyo.
- No tener estabilidad financiera.
- No saber cómo sobrellevar el proceso de transición en general (buscar un apartamento o compañero de piso, buscar un empleo distinto a la industria alimenticia, decidir lo que va hacer en relación al estudio).
- No tener historial de alquiler.
- No saber cómo o dónde obtener documentos personales.
- Carencia de apoyos para la salud mental.
- Los requisitos para recibir subsidios algunas veces implican escoger entre trabajar o recibir programas subsidiados ejecutados en base a la necesidad únicamente y las necesidades de los jóvenes de cuidado adoptivo temporal normalmente son pasadas por alto o minimizadas.

- Pérdida de seguridad y apoyos; los errores se sienten tres veces más fuerte porque no hay espacio para equivocaciones ya que no hay nadie en quien respaldarse.
- Dejar de pagar una factura o tener un pago atrasado podría conducir al joven a la indigencia o desamparo por la falta de apoyos.
- Los jóvenes en transición son vistos como una población perdida que a menudo cae entre las brechas de otros sistemas durante y después de estar en cuidado adoptivo temporal.
- No hay lugar a dónde ir en los días festivos o recesos escolares así que los jóvenes no van a la universidad y más bien se dedican a trabajar para no quedarse sin hogar.
- No tener espacio de exploración; sentirse restringido y que cada decisión tomada debe ser la correcta.
- Falta de programas y recursos en general.
- Un sistema de bienestar infantil excesivamente directivo donde muchas decisiones se toman sin tener en cuenta los deseos de los jóvenes. Los jóvenes deben estar al cargo tanto como sea posible cuando se planea su futuro.
- No saber lo que pierden los jóvenes al simplemente irse (atención voluntaria o solo irse).
- La cantidad de medicamentos psicotrópicos que se le receta a los jóvenes de manera regular crea una barrera significativa en la forma en que estos se perciben a sí mismos y sus habilidades para llevar una vida independiente.
- No tener la documentación que “pruebe” que los jóvenes se encuentran bajo el tutelaje de la corte, o su certificado de

nacimiento, registros de vacunas, tarjeta de seguro social, o registros de historial familiar; y también no saber que su trabajador social debería proporcionárselos.

- Que los jóvenes digan cualquier cosa que está en sus mentes, puede arruinar relaciones y oportunidades de trabajo.
- No saber cómo balancear discusiones, relaciones o límites sanos.
- No decirle a los jóvenes para qué (programas) son elegibles... o informarles de los beneficios posteriormente o demasiado tarde.



# MITOS, ESTEREOTIPOS, Y LA VERDAD

**ESTEREOTIPO:** Es culpa de los jóvenes estar en cuidado adoptivo temporal.

*Nosotros no escogemos recibir estos servicios. No nos levantamos y deseamos estar en cuidado adoptivo temporal. Si esto fuera verdad, ¿por qué la mayoría de jóvenes dejan el cuidado adoptivo temporal cuando cumplen 18 si tienen la opción de quedarse hasta los 21?*

**ESTEREOTIPO:** Los jóvenes de cuidado adoptivo temporal tienen una cierta apariencia y pueden ser identificados sólo con mirarlos.

*LOL (riendo a carcajadas)*

**ESTEREOTIPO:** Que le digan "¡¿te está yendo bien y ERES un menor de cuidado adoptivo temporal!?. A veces los jóvenes de cuidado adoptivo temporal reciben demasiadas alabanzas por logros/hitos normales que la juventud experimenta diariamente.

*Esto no es útil ni es un cumplido, nos va bien porque trabajamos duro como cualquier otra persona.*

**ESTEREOTIPO:** Todo menor en cuidado adoptivo temporal tiene padres que son inadaptados sociales.

*En realidad algunos de nosotros terminamos en cuidado adoptivo temporal debido al fallecimiento de nuestros padres, o porque estos son inmigrantes ilegales... circunstancias fuera de nuestro control.*

**ESTEREOTIPO:** Sólo las minorías ingresan a cuidado adoptivo temporal.

*La población de color se encuentra más representada en estos servicios, pero también hay otras poblaciones raciales y étnicas.*

**ESTEREOTIPO:** Quieren que las cosas sean gratis y fáciles para ellos.

*¿Acaso no queremos eso todos? Pero esto no significa que no estemos dispuestos a trabajar por ello. Trabajamos muy duro para arreglárnoslas porque nada ha sido fácil para nosotros.*

**ESTEREOTIPO:** Los jóvenes de cuidado adoptivo temporal deben ser ayudados solo simbólicamente o se debe sentir compasión por ellos.

*Denos oportunidades porque hemos trabajado duro para recibirlas, alábennos cuando lo merezcamos, pídanos ser parte de algo porque podemos contribuir, no porque somos "jóvenes de cuidado adoptivo temporal" o para hacerlos lucir "bien."*

**ESTEREOTIPO:** Los jóvenes de cuidado adoptivo temporal son una mala influencia para los jóvenes "normales."

*A menudo estamos más avanzados o somos más experimentados debido experiencias y circunstancias de vida.*

**ESTEREOTIPO:** Los jóvenes de cuidado adoptivo temporal no pueden manejar relaciones normales.

*Nunca aprendimos porque las personas entraban y salían de nuestras vidas; nadie es constante, ningún mentor o relación, ni siquiera nuestros padres.*

**ESTEREOTIPO:** Todos los padres de los jóvenes en cuidado adoptivo temporal son adictos a las drogas o convictos.

*Tal vez esa sea una razón para estar en cuidado adoptivo temporal; pero hay muchos otros motivos. Cada historia es diferente.*

**ESTEREOTIPO:** Los jóvenes en cuidado adoptivo temporal tienen tantas personas pendientes de ellos que la gente asume que están siendo cuidados (“Por qué no le dijiste a tu trabajador social de ILP, trabajador social, etc.”). Se asume que ellos no hablan con estas personas, o que tal vez no saben cómo.

*¡No se puede tener suficientes apoyos! Sin embargo ocurre a menudo que nadie nos ayuda porque asumen que todos los demás nos están ayudando.*

**ESTEREOTIPO:** Los jóvenes de cuidado adoptivo temporal obtienen “beneficios” o utilizan/abusan del sistema, mientras que los niños que viven con sus padres biológicos reciben sólo lo “normal.”

*El sistema trata de compensarnos por no tener padres, pero preferiríamos tenerlos... La realidad es que no hay cantidad de dinero que pueda reemplazar unos padres.*

**ESTEREOTIPO:** Los jóvenes de cuidado adoptivo temporal “tienen derecho a” y utilizan los servicios de cuidado adoptivo temporal como una excusa para no avanzar en la vida o los utilizan como muleta.

*El sistema se vuelve nuestro padre, ¡así que lo buscamos cuando necesitamos suplir nuestras necesidades! Pero si esto fuera enteramente verdad, muchos más de nosotros alcanzaríamos el éxito. Estar en el sistema es un obstáculo que debemos quitar del camino para poder tener éxito; no es una muleta.*

**ESTEREOTIPO:** Los jóvenes de cuidado adoptivo temporal no tienen éxito en sus vidas; ninguno parece estar preparado ni rumbo a la universidad.

*Con las oportunidades correctas podemos ser exitosos, pero puede que tengamos algunos obstáculos o barreras más difíciles de superar que el público en general.*

“ Mucha gente piensa que conocer a alguien que haya estado en cuidado adoptivo temporal es como encontrarse a una especie de otro planeta. Finalmente, incluso cuando fui ubicado con gente como yo, al ser de raza mixta, aún era difícil decidir qué mitad quería ser o lo que quería revelar, así que decidí tener mis propias reglas de vida y simplemente ser ‘Yo.’ ”

ESTEREOTIPO: Todos los jóvenes de cuidado adoptivo temporal tienen algún tipo de trastorno o han sido abusados.

*No todos nosotros, y aquellos que afrontan condiciones de salud mental o son sobrevivientes no deberían ser "señalados" por lo que son o por lo que han experimentado. Cualquier joven, ya sea que se encuentre en cuidado adoptivo temporal o no, puede estar lidiando con situaciones difíciles del pasado o condiciones de salud mental y finalmente deberían ser apoyados y no juzgados.*

ESTEREOTIPO: La gente simplemente asume que los jóvenes de cuidado adoptivo temporal deberían obtener su GED (Diploma de Equivalencia General), diploma modificado, o que deberían asistir a la escuela vocacional (en lugar de obtener un diploma de escuela preparatoria regular o un título universitario) porque no van a poder con el trabajo que esto implica.

*Somos capaces de hacer cualquier cosa que otro joven haga con los arreglos y apoyos necesarios. ¡Tener que asistir a distintas escuelas preparatorias lo hace difícil, pero tengan fe en nosotros!*

ESTEREOTIPO: Las adolescentes en cuidado adoptivo temporal son extremadamente sexuales.

*Carmen Electra, Snooki y JWow, Paris Hilton, Miley Cyrus y Lindsey Lohan no estuvieron en cuidado adoptivo temporal....*

ESTEREOTIPO: Los jóvenes de cuidado adoptivo temporal son sucios; no saben cómo cuidar de sí mismos o son incapaces de aprender.

*No a todos nosotros se nos enseñó el cuidado personal, no es algo que tengamos que aprender para sobrevivir. Puede que esto no tenga tanta prioridad en nuestra lista, cuando nuestra preocupación es la comida o cómo llegar a la escuela. Se espera que sepamos cosas que a otros jóvenes se les enseña en sus familias.*

ESTEREOTIPO: Los jóvenes de cuidado adoptivo temporal son dramáticos (¡Siempre tienen muchos problemas ocurriendo en sus vidas!)

*¡De hecho los tenemos! Nuestra vida cambia constantemente, entra en crisis, está en caos o simplemente nos encontramos en un proceso de transición, pero no somos dramáticos, solamente tenemos diferentes/distintas experiencias de vida comparados con otros jóvenes.*

ESTEREOTIPO: Los jóvenes de cuidado adoptivo temporal siempre estarán solo sobreviviendo y nunca prosperando.

*Somos capaces de prosperar mientras también nos esforzamos por sobrevivir. ¡Tenemos gran capacidad de hacer muchas cosas a la vez! Somos muy resistentes y estamos muy motivados como cualquier otra persona, ¡o incluso más! Hemos experimentado grandes barreras y muchos de nosotros somos adultos exitosos con títulos universitarios.*

ESTEREOTIPO: Los jóvenes de cuidado adoptivo temporal están locos.

*Somos incomprensidos y tenemos las tasas más altas de diagnósticos de salud mental... No ingresamos a cuidado adoptivo temporal porque la vida fuera "asombrosa"; recibir los servicios de cuidado adoptivo temporal no es una opción o vacación.*

ESTEREOTIPO: Los jóvenes de cuidado adoptivo temporal deben conseguir un trabajo a los 15/16 años porque se asume que simplemente trabajarán para siempre.

*Tenemos una realidad diferente y somos forzados a la adultez; conseguir un trabajo en lugar de asistir a una universidad es el camino que se nos ha impuesto.*

ESTEREOTIPO: El costo de matrícula para jóvenes en cuidado adoptivo temporal es injusto para los menores que viven con sus padres (¿Por qué los jóvenes de cuidado adoptivo temporal reciben trato especial? No lo merecen).

*Muchos de los que salimos de cuidado adoptivo temporal por edad nunca logramos ir a una universidad por no tener los apoyos adecuados, nunca se nos enseña como diligenciar un FASFA, o no tenemos los ingresos para mantenernos y pagar una educación universitaria. Esto se estableció para lograr que más de nosotros pudiéramos asistir a una de estas instituciones.*

ESTEREOTIPO: Ellos regresan solamente por “ayudas” y son dependientes del sistema público.

*El sistema es nuestro apoyo principal; muchos de nosotros no tenemos padres o familias en las cuales respaldarnos. El sistema es nuestro “padre.”*

ESTEREOTIPO: Los adolescentes en cuidado adoptivo temporal son más difíciles de cuidar.

*La mayoría de adolescentes son difíciles, sin importar si se encuentran en cuidado adoptivo temporal o no...*

ESTEREOTIPO: ¡Los jóvenes de cuidado adoptivo temporal son violentos! ¡Los jóvenes de cuidado adoptivo temporal actúan riesgosamente!

*Cuando somos violentos, agresivos, o actuamos de forma riesgosa, nuestros comportamientos son exagerados mas que los de nuestros pares “que no se encuentran en cuidado adoptivo temporal” y normalmente tiene que ver con nuestras experiencias de vida y supervivencia. Ser etiquetado como “niño de cuidado adoptivo temporal” amplifica/ exagera/ criminaliza el comportamiento habitual adolescente.*

## conclusión

Dadas las barreras que experimentan y enfrentan los jóvenes de cuidado adoptivo temporal, somos fuertes y resistentes. No solamente vencemos a las probabilidades todo el tiempo, sino que superamos los obstáculos y no dejamos que la etiqueta de “joven de cuidado adoptivo temporal” o los mitos que la acompañan nos limiten. Somos más que capaces de alcanzar un gran nivel de éxito dadas las oportunidades y el conocimiento correcto. Hemos creado este juego de herramientas para ayudar a otros jóvenes en cuidado adoptivo temporal y con el fin de crear conciencia en aquellos que entran en contacto y trabajan con estos jóvenes. Cuando aprendemos de los desafíos enfrentados por otros jóvenes en cuidado adoptivo temporal, estamos más empoderados para definir nuestras experiencias y crear un mejor futuro para nosotros mismos y los demás.

# ¿OPINIONES O PREGUNTAS?

contacte a

Adrienne Croskey

[acroskey@pdx.edu](mailto:acroskey@pdx.edu)

“ Afronte las situaciones de forma determinada y enfocada. ”

-consejo por parte de un joven de cuidado adoptivo temporal.

producido por

Proyecto Mejores Futuros (Better Futures Project),  
Centro de Investigación y Capacitación para  
Caminos hacia Futuros Positivos (Pathways to  
Positive Futures), Universidad Estatal de Portland.



[www.pathwaysrtc.pdx.edu](http://www.pathwaysrtc.pdx.edu)