

Sistema Judicial

Para muchos, este puede ser su primer contacto con la policía o el sistema judicial. Es muy común para las personas esperar lo que han visto en la televisión o películas aplique a sus circunstancias actuales. Por desgracia, estas expectativas a menudo son poco realistas o una instantánea distorsión de cómo funcionan realmente las cosas.

Texas tiene leyes y reglamentos diseñados para proteger a las víctimas. Para casos de enjuiciamiento, defensores de la Corte pueden proporcionarle información, educación y apoyo que ayudarán a reducir sus temores e incertidumbres.

Resolución de casos penales por acuerdo entre las partes involucradas es una práctica que se utiliza a menudo. A través de negociación y acuerdo, este enfoque de resolución puede evitar la necesidad de testificar en corte.

La educación e información acerca de cómo opera el sistema judicial puede ayudar a las víctimas y a sus familiares a reducir el trauma.

Beneficios de Consejería

Algunos beneficios de buscar consejería son:

- Revisar el incidente y procesar el evento puede ayudar a aclarar lo que realmente ocurrió
- Decisiones legales y judiciales pueden ser discutidas y utilizadas como parte de la promoción de mejoría y resolución
- Consejería puede ayudar a desarrollar las habilidades de afrontamiento y estrategias – permitiendo la continuación de escuela, trabajo o las relaciones
- El establecimiento de una red de apoyo puede disminuir los efectos negativos físicos, psicológicos y emocionales que a menudo resultan de las experiencias traumáticas.

Usted puede utilizar la experiencia traumática como una oportunidad para construir y practicar asertividad, confianza, y habilidades de instintos protectores

¿Quién Puede Ayudar?

La unidad de Servicios para Víctimas de la Oficina del Sheriff del Condado de Travis puede proporcionar asistencia con información sobre el estado del caso, los derechos de las víctimas de delitos, compensación para víctimas del crimen, exploración del sistema de Justicia Penal y referidos a profesionales u organizaciones comunitarias de acuerdo a sus necesidades específicas.



Resources

2-1-1 Texas

2-1-1 or 1-877-541-7905

www.211texas.org

VINE

(Victim Information and Notification Everyday)

1-877-894-8463

www.vinelink.com

Office for Victims of Crime

1-800-851-3420

www.ovc.gov

After A Robbery
Despues de un Robo

Victim Services Unit

5555 Airport Blvd
Austin, TX 78751
512-854-9709



Name/ID Number:

Direct Number:

Mailing Address:

PO Box 1748
Austin, TX 78767

La violencia directa o implicada durante los robos puede resultar en reacciones personales y sentimientos inesperados para las víctimas.

La mayoría de ladrones no están interesados en dañar físicamente a sus víctimas. A menudo utilizan amenazas para asustar, luego completar el robo y fugarse. Generalmente no recuerdan los rostros ni la apariencia de sus víctimas.

Recuerde... Los robos son eventos raros, así que se esperan reacciones raras. Su reacción a un robo puede depender en:

- La rapidez o el nivel de aviso
- Si su seguridad personal fue amenazada
- El comportamiento del ladrón
- El número de robos anteriores en los cuales usted ha estado involucrado.
- Su nivel de estrés antes del robo
- Su salud física y emocional
- El nivel de apoyo que reciba después del robo

Durante el Robo

Cualquier de sus reacciones durante un robo serán automáticas. Puede que usted no es consciente de lo que hace. Los acontecimientos pueden parecer ocurrir de manera lenta. Varios minutos pueden parecer como una hora. Puede ser que usted se enfoque en uno o dos aspectos de lo que está sucediendo y no preste atención a otros.

Usted puede sentir sentimientos de:

- Temer por su seguridad y la seguridad de otros
- Impotencia
- Confusión sobre qué hacer y cómo responder
- Temer que el ladrón pueda acordarse de usted
- Reacciones físicas – agitación, la incapacidad de moverse, sudoración, dolores de cabeza

Inmediatamente Después

Después que el ladrón haya huido, la reacción inmediata más común es el sentimiento de alivio al saber que la crisis ha terminado – usted la sobrevivió y no fue gravemente herido. El alivio puede ser seguido por sentimientos de:

Ira Contra:

- Tener que pasar por un robo
- Un sistema que permite que esto suceda
- Los ladrones por lograrlo y huir
- Tener que renunciar a dinero y posesiones personales
- La policía por no llegar a tiempo

Impotencia que:

- No pudo hacer algo durante el robo
- Usted puede ser robado en el trabajo, en casa, o en la calle – entonces cualquier cosa es posible
- Que ha sido victimizado

Culpa que:

- No actuó de una manera diferente
- Pudo haberlo impedido
- Debió haber recordado detalles

Frustración porque:

- Su jefe le dio responsabilidades después del robo
- Tuvo que contestar muchas preguntas
- No pudo recordar todos los detalles
- Tuvo que regresar al trabajo

Es importante recordar que estos sentimientos pueden ocurrir aun cuando el robo se dio a cabo en su lugar de empleo, un negocio al que visitaba, o a usted personalmente.

Reacciones Comunes

Aunque todas reacciones son individuales, algunas reacciones comunes incluyen:

- Sentirse solo o asustado
- Querer hablar mucho sobre el robo
- No querer hablar de ello en absoluto
- Cambios en el apetito o normas de dormir
- Soñar con el evento
- Irritabilidad
- Ansiedad
- Sentimientos de vulnerabilidad
- Híper vigilancia – su guardia puede estar en alto, usted puede reaccionar a movimientos repentinos o ruidos fuertes
- Preocupación con el robo – usted puede revivirlo o tratar de identificar a personas que usted piensa estuvieron involucrados.

Lo Que Puede Ayudarle

Aunque se pueden esperar reacciones a un evento traumático, los siguientes consejos podrían ayudar:

- Absténgase del uso excesivo de sustancias
- Haga ejercicio regularmente
- Mantener una dieta adecuada
- Descanse regularmente
- Mantenga el contacto con colegas, amistades, familia – personas que escuchan con apoyo
- Sea honesto con si mismo sobre su nivel de estrés y su capacidad para hacer frente