

Sistema Judicial

Para muchos, esta puede ser primera vez que tienen contacto con la policía o con el sistema judicial. Es muy común que la gente espere lo que ha visto en la televisión o películas se aplique a sus circunstancias. Desafortunadamente, estas expectativas a menudo son poco realistas o una distorsión de como realmente funcionan las cosas.

Texas cuenta con leyes y reglamentos vigentes destinados a proteger a las víctimas. Para casos que están en el proceso de juicio, las Especialistas para Víctimas de la corte le pueden proporcionar con información, educación y apoyo que le ayudara en reducir sus temores e incertidumbres.

Frecuentemente los casos criminales se resuelven por medio de un acuerdo entre los involucrados. A través de negociación y acuerdo, este enfoque hacia resolución puede prevenir la necesidad de testificar en corte.

La educación e información acerca de cómo el sistema judicial opera puede ayudarles a las víctimas y sus familias con el impacto del trauma.

Beneficios de Consejería

Algunos de los beneficios de recibir consejería son:

- La revisión del incidente y el procesar el evento le puede ayudar a clarificar lo que realmente sucedió.
- Las decisiones legales y judiciales pueden ser discutidas y utilizadas como parte de su recuperación y la resolución del caso.
- La consejería puede ayudarle a desarrollar habilidades de enfrentamiento y estrategias – así, permitiéndole continuar en la escuela y en el trabajo y a mantener sus relaciones.
- El establecimiento de una grupo/red de apoyo puede ayudarle a disminuir los efectos negativos tanto físicos, psicológicos y emocionales que resultan de su pesar.
- Usted puede utilizar su dolor como una oportunidad para fomentar la confianza, reducir el aislamiento, y desarrollar habilidades de instinto de protección.

¿Quien 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

The Christi Center

512.467.2600

www.christicenter.org

Austin Center for Grief and Loss

512.472.7878

www.austingrief.org

People Against Violent Crime

512.837.7282

www.peopleagainstviolentcrime.org

Travis County Medical

Examiner's Office

512.854.9599

www.traviscountytexas.gov/medical-examiner

**Survivors of
Homicide**
Sobrevivientes de
Homicidio

**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

Usted ha perdido un ser querido al homicidio.

Decir que su vida ha cambiado no empieza a describir por lo que está pasando. Su enojo y dolor son muy profundos. Es posible que piense que nunca se recuperara, pero con determinación y tiempo usted podrá aprender a manejar su pesar. Usted necesitara tener a su alrededor personas queridas que le apoyen.

Los Sentimientos más Comunes de Dolor

Choque—Al principio, la mayoría de las personas sienten un profundo adormecimiento. Algunos lo comparan como “si estuviera en neblinas”. Es posible que esta neblina le permita realizar los arreglos necesarios para el funeral y otras obligaciones.

Trastorno—Cuando la neblina se aclara, las emociones en la mayoría de las personas caen en una confusión. Posiblemente tendrá recuerdos repentinos del momento en el que le notificaron de la muerte, o de la última vez que usted vio a su ser querido. Es posible que usted sueñe con su ser querido, o crea que en un momento él o ella “entraran por la puerta” Una parte de usted negara que su ser querido está realmente muerto.

Posiblemente tenga episodios de llanto incontrolable. Usted podrá tener ataques de pánico y sentirá temor por su vida o la vida de otros familiares. Usted podrá sentirse llena de inquietudes o se sentirá incapaz de concentrarse en nada. Es posible que usted no pueda dormir en la noche y le sea demasiado difícil levantarse en la mañana.

A medida que vaya aceptando la realidad que su ser querido falleció, la depresión no está muy lejana. El mundo parece no tener ningún sentido para usted. Actividades que en un momento disfrutó ahora le parecen como una carga. Es posible que sienta que no tiene mucho sentido el seguir adelante, o quisiera aislarse de todos.

Mientras está pasando por todas estas emociones, usted necesita continuar hablando con personas de confianza que escucharan sin juzgarle.

Búsqueda de la comprensión—Usted probablemente tendrá una gran necesidad de entender por qué paso esta tragedia. En la búsqueda de la comprensión puede sentir la necesidad de saber que ocurrió, donde ocurrió y quien lo hizo. Si alguien ha sido arrestado, usted querrá saber lo más posible de esta persona.

Usted espera que el sistema judicial trabaje más rápido y que lo mantenga mejor informado. Es posible que usted decida asistir al juicio criminal si lo hay, como en búsqueda del porque sucedió. Si la persona sobreviviente es testigo durante el juicio, no se le permitirá atender el resto del juicio, lo cual contribuye a tener preguntas sin respuestas. Si no hay juicio, es posible que usted tenga la necesidad de escuchar frecuentemente la explicación sobre esa decisión.

Varias personas le darán su opinión acerca del del crimen, el motivo, y sobre el criminal. Usted probablemente no encontrará todas las respuestas a todas sus preguntas.

Culpabilidad—Cada sobreviviente vive con los “si hubiera...”. Esta es una reacción muy normal. Por favor recuerde que nadie pudo predecir el futuro o recrear lo que posiblemente hubiera sido. No podemos cambiar los acontecimientos que tuvieron lugar y culparnos a nosotros mismos solo será destructivo.

Enojo—A veces puede sentir que la ira le abrumara. Es posible que sea dirigida hacia el asesino, al sistema judicial, a sus familiares, o amigos. No es fuera de lo común que se enoje con Dios.

Muchas personas sienten remordimiento por sentir ira/enojo, pero es una reacción completamente normal.

El enojo puede o inmovilizarlo o moverlo a actividades incesantes. No dejara de sentir coraje por completo. Con el tiempo y apoyo su enojo podrá manejarse y tal vez podrá contribuir para ayudarle a recobrar algo de control en su vida.

Venganza—Por primera vez en su vida, muchos sobrevivientes se encuentran pensando en la manera que pueden matar a otro ser humano, al asesino. Es comprensible que algunas personas estén profundamente perturbadas por esta emoción.

Podría usted estarse preguntando si está usted perdiendo la razón, pero es importante que recuerde que el tener estos sentimientos no significa que vaya a actuar sobre ellos.

Enfrentar Las Reacciones de Otros

Cada uno de nosotros somos una persona individual- Nos gustan diferente tipo de comidas, nos ponemos ropa diferente, y escogemos estilos de vida únicos. Es lógico pensar que en el momento más doloroso de nuestras vidas también la expresión de nuestro dolor es única. Como elegimos expresar nuestro dolor está determinado por tres cosas—Nuestro punto de vista personal sobre la muerte, cómo ve la sociedad la muerte y nuestras personalidades individuales.

Familia—Cuando un homicidio ocurre, usted podría esperar que la familia se uniera. Sin embargo, no es fuera de lo común que las familias se separen, tanto física como emocionalmente. Durante este transcurso, la comunicación es muy importante. Esfuércese en expresar sus sentimientos con su familia de una manera acogedora y honesta.

Amigos—Cuando usted se siente herido, recurre a las personas que siempre le han apoyado, sus amigos. Pero en donde están ellos un mes, seis meses o un año después del homicidio? A menudo ellos han regresado a sus vidas cotidianas, pero usted aún necesita apoyo. A pesar que los sobrevivientes a menudo tienen la necesidad de hablar sobre los detalles del homicidio, las personas a su alrededor suelen sentir que no tienen las palabras adecuadas o la capacidad para escuchar. Puede que se sientan inadecuados. Y la pérdida de su ser querido puede que les afecte con la cruda realidad: Si esto le sucedió a usted, también les puede suceder a ellos.

Compañeros de Trabajo—Tal vez se de cuenta que las personas con las que usted ha trabajado por años le evaden. Pueden desviar la vista y “no lo ven.” Por lo general, no tienen idea que usted siente esto como un rechazo y añade a su dolor. Usted puede enfrentar este problema de varia maneras. Puede dejar de verlos, continúe el contacto con ellos pero evite el tema del cual usted más necesita seguir discutiendo, trate el tema directamente, o usted puede añadir a otras personas a su círculo de amigos que también han perdido a un ser querido o que están dispuestos a compartir su experiencia.