

# Instrucciones para personas/familias sobre cómo crear un Plan de Seguridad

---

Usted puede elegir redactar un Plan de Seguridad en cualquier lado de este documento. El lado formateado del Plan de Seguridad tiene tres secciones. Usted puede llenar cualquiera o todas las tres secciones que usted encuentre útiles. El Plan de Seguridad se puede actualizar en cualquier momento a medida que usted adquiere experiencia con lo que funciona, cambia el objetivo del plan, o se le ocurren nuevas/diferentes acciones a tomar. La siguiente es una descripción de cada una de las secciones y algunas preguntas para pensar a medida que llena el plan.

1. **CONTACTOS Y RECURSOS:** Esta es una sección para que usted enumere en un solo lugar todos los nombres, roles y números de las personas que usted cree que serán de mayor utilidad para usted o su familia en una crisis.

**Preguntas para considerar:**

- *¿Hay alguien que usted crea que DEBAMOS notificar si hay una situación de crisis? (empleador, escuela, otro padre de familia)*
- *¿Hay alguna persona que usted crea que pueda ayudar a calmar la situación? (familia, amigos, maestros, vecinos, sacerdote)*
- *¿Hay personas o profesionales de apoyo a quien usted quiera contactar? (proveedor actual de tratamiento, miembro del equipo CSA, equipo MCI, línea de ayuda, PPAL, mentor, centro de tratamiento de urgencias, departamento de urgencias del hospital, control de envenenamiento, 911)*
- *¿Hay alguien a quien quiera llamar o que pueda ayudar a manejar otras prioridades mientras usted se enfoca en la crisis (cuidado de niños, mascotas, cerrar la casa, transporte, cubrir un turno, etc.)?*
- *Si usted pudiera llamar/hablar con alguien para que lo calme/calme a su hijo cuando (inserte el nombre de la crisis/riesgo), ¿quién sería esa persona?*

2. **OBJETIVO DEL PLAN:** No siempre es posible evitar una crisis, así que algunas veces el objetivo de un plan de crisis es manejar la situación bien o evitar que las personas se hagan daño. El objetivo podría estar enfocado en la persona en crisis o podría enfocarse en cómo otros miembros de la familia actúan/responden a la crisis.

**Preguntas para considerar:**

- *¿Qué desea usted que el plan logre para usted/su familia en una situación de crisis?*
- *¿Cuál sería una medida de éxito para manejar un episodio de crisis?*
- *Si usted no cree que pueda prevenir de manera realista una crisis, ¿qué podría hacer? ¿cómo podría usted dar pasos para lograr su objetivo a largo plazo?*
- *¿Qué le gustaría lograr como padre/madre/tutor en el manejo de la crisis?*
- *¿Qué se podría hacer para reducir la probabilidad de hacerse daño o lesionarse?*

3. **ACCIONES:** Saber el objetivo facilita pensar en las acciones que se podrían tomar. Únicamente enumere acciones que las personas estén realmente dispuestas a dar y que usted cree que tienen probabilidad de funcionar.

**Preguntas para considerar:**

- *¿Qué cosas puede verse a sí mismo haciendo que le ayuden a alcanzar su objetivo?*
- *¿Qué ha funcionado en el pasado que podría intentar nuevamente?*
- *¿Qué acciones podrían tomar (padres/tutores) para lograr el objetivo de la crisis?*
- *¿Qué acciones podrían tomar (otros) para lograr el objetivo de la crisis?*
- *¿Cuáles son las maneras como usted cree que podría calmar la situación?*
- *Si usted piensa en intentar las acciones ¿cree que van a funcionar?*

## Contactos y recursos

# _____	# _____
# _____	# _____
# _____	# _____
Nombre/rol _____	Nombre/rol _____
Tel. _____	Tel. _____

### Notas:

## Objetivo del plan

---

---

---

## Acciones:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Preparado por: \_\_\_\_\_

Fecha en que se llenó \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_  Inicial  Revisión

Se compartió con:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Este plan es para:

\_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ \_\_\_\_\_  
Fecha de nacimiento      Nombre      Apellido

(otra información, necesidades, solicitudes)

\_\_\_\_\_ tel.: \_\_\_\_\_ tel.: \_\_\_\_\_

Nombre en letras del padre/madre/tutor, si es el caso

\_\_\_\_\_ tel.: \_\_\_\_\_ tel.: \_\_\_\_\_

Nombre en letras del padre/madre/tutor, si es el caso

<p><b>Preparado por:</b> _____</p> <p>Fecha en que se llenó __/__/__ <input type="checkbox"/> Inicial <input type="checkbox"/> Revisión</p> <p><b>Se compartió con:</b></p> <p><input type="checkbox"/> _____</p> <p><input type="checkbox"/> _____</p> <p><input type="checkbox"/> _____</p> <p><input type="checkbox"/> _____</p>	<p><b>Este plan es para:</b></p> <p>_____/_____/_____  Fecha de nacimiento      Nombre      Apellido</p> <hr/> <p>(otra información, necesidades, solicitudes)</p> <p>_____ tel.: _____ tel.: _____</p> <p>Nombre en letras del padre/madre/tutor, si es el caso</p> <p>_____ tel.: _____ tel.: _____</p> <p>Nombre en letras del padre/madre/tutor, si es el caso</p>
---	--