RECURSOS DEL PROGRAMA UNA LIBERTAD NUEVA

1 **ABIERTO al Cambio**. Este es un programa de 60 sesiones de grupo abierto / admisión abierta sobre factores de riesgo y abuso de sustancias - disponible en versiones para adultos y jóvenes.

2 **El Puente.** Este es un modelo de grupo abierto básico de salud conductual de 20 sesiones.

3 Unidades **ABIERTAS** A y B, y las Unidades **Puente** A y B se han diseñado para proporcionar un modelo completo de Diagnóstico Doble de 40 sesiones.

Manual	Titulo		Horas
Auto-Descubrimiento			
Preparación de los materiales de tratamiento: Introducción al tratamiento, reduciendo la resistencia, empezando el proceso de auto-revelación.			
ICD	¿Qué es lo que significa el tratamiento?	Un manual corto que explica el proceso de tratamiento y las expectativas.	1
Pre1	¿Qué estoy haciendo aquí?	Empieza identificando áreas y asuntos en el abuso de sustancias y otras dependencias similares. Guía los clientes desde los cambios de la pre-contemplación hasta la contemplación. Incluye seis grupos de tarjetas para actividades. *(Para programas correccionales juveniles)*	1
Pre2	Mientras tu estes aquí	Actividades cortas clarifican las oportunidades y expectativas para los participantes en programas de tratamiento a nivel correccional. *(Para programas correccionales juveniles)*	1
Pre4	¿Qué tan importante es para ti?	Identifica los objetivos críticos, elecciones de alto riesgo y aumenta la importancia de tomar decisiones prosociales. Valioso recurso de MI para casi todos los programas.	1
Pre6a	Introducción al programa	Este libro aumenta la conciencia personal: aborda las decisiones que toman, la idea del cambio personal y los problemas comunes. *(Usado como una opción al ICD - arriba*)	1
Pre9a/j	Un punto de partida	Actividad de participación sobre precontemplación basada en MI, centrada en la importancia y la confianza al pensar en el cambio y explorar opciones. (Disponible en versiones para adultos y menores)	1
Pre11	No puedes cambiarme	Recurso MI (específicamente enfocado en anti-contemplación). Examina cuestiones de importancia y confianza al hacer cambios en la vida. Pide a los participantes que evalúen su posición en 13 áreas específicas de cambio personal.	1
Pre13	Es como magia	Un recurso para el desarrollo de aceptación durante la precontemplación. Los conceptos de MI ayudan a aumentar la importancia de realizar cambios y evitar ciertas trampas al asumir solo un compromiso parcial con estos cambios.	1
Pre15	No tiene sentido	Pretratamiento centrado en IM o actividad de tratamiento temprano dirigida a precontempladores rebeldes (anti-contemplación) y resistencia al cambio.	1
Manuales de Auto-descubrimiento			
SD1	Introducción al Auto-Descubrimiento	Un manual de trabajo corto a manera de introducción para el uso individual y de grupo. Empieza el proceso de identificación y tratamiento del abuso de sustancias y otras dependencias similares. *(Para programas correccionales de jóvenes y adultos)*	4
SD2	"*¿Qué salio mal?*"	Este manual de trabajo identifica y trata las áreas de vulnerabilidades y los asuntos subyacentes - críticos para el proceso de cambio personal y recuperación a largo plazo.	9
SD5	Entendiendo tus dependencias	Examina las adicciones individuales y adicciones múltiples ademas de explicar la naturaleza crónica de las dependencias. Trata sobre asuntos de la negación y ayuda los clientes a enfocarse en la recuperación.	8

Manual	Titulo		Horas
SD6	Razones para cambiar	Trata la negación, resistencia, y otras defensas. Aumenta el conocimiento acerca de las consecuencias de nuestras conductas sobre nosotros mismos y sobre los demás (incluyendo pensamiento criminal y compasión a la victima) Aumenta la motivación para hacer cambios personales.	6
SD7	Mi Vida hasta ahora.	Diseñado para permitir a los participantes que describan las experiencias en sus vidas, incluyendo sus experiencias con el alcohol y otras drogas - en un ambiente sin criticas. Discusiones sobre los asuntos familiares y las memorias de la infancia ayudan a identificar asuntos y áreas especificas para ser tratadas durante sesiones de consejería. Está diseñado para funcionar conjuntamente con otros recursos de Incremento Motivacional en este programa.	8
SD11	¿Qué está sucediendo en mi vida?	Un manual de introducción para ayudar a identificar los sentimientos, los asuntos, y los factores de riesgo, reduciendo la resistencia, y empezando el proceso de cambio y alerta personal. Basado en el modelo de Incremento Motivacional.	7
RH25/ SD12 jm/jf	Elementos claves del cambio	Este manual de trabajo provee un repaso compresivo acerca del cambio personal en el área de abuso de sustancias. Este incluye elementos de la terapia de expansión motivacional (MET. Siglas en ingles) y de la terapia cognitiva y del comportamiento (CBT. Siglas en ingles), así como un análisis de los factores de riesgo, del desarrollo de habilidades claves de enfrentamiento y de rechazo, y del desarrollo de una red de seguridad.	8
CC1/ GG13 a/j/f	¿Qué te ha metido en problemas?	Examina comportamientos y problemas pasados: peleas, violencia, toma de riesgos peligrosos, abuso de alcohol, uso de drogas, actividad de pandillas, venta de drogas y delitos como robo, hurto y robo de autos. Ayuda a los participantes a comprender sus factores de riesgo y a considerar opciones futuras.	2
CC3	¿Cómo se ve tu futuro?	Este recurso de MI ayuda a desarrollar discrepancias y a aumentar la confianza en la realización de cambios.	1
CC4/ GG13 aj/jf	Confianza y desconfianza	Guía a los participantes en la evaluación de los costos y las consecuencias de una confianza fuera de lugar. Específicamente útil para desafiar a aquellos que pueden ser influenciados por líderes de grupo, líderes de pandillas u otros.	1
CC6	Yo tengo mis razones	Este recurso de TCC brinda a los participantes la oportunidad de analizar por qué han estado tomando algunas de las decisiones que han hecho, y los costos y consecuencias de estas decisiones.	1
CC9	Negación	Este recurso ayuda a los clientes a identificar problemas de negación y a desarrollar un plan de acción para el cambio. También es útil como recurso para abordar el pensamiento disfuncional, los mecanismos de defensa y el pensamiento criminal.	1
CC10j	¿Quién está tomando tus decisiones?	Incluye elementos de presión entre amigos y locus de control externo (permitiendo que otros tomen o influyan en sus elecciones).	1
CC11	¿Por qué estoy pensando en cambiar?	Ayuda a identificar y aclarar algunos de los problemas involucrados en la decisión de hacer cambios. Examina razones y obstáculos específicos.	1

Manual	Titulo		Horas
Comprendiendo tus sentimientos		Educación enfocada en los síntomas. Conecta los sentimientos con el abuso de sustancias en el pasado y la recaída.	
F2	Enojo	Identifica los síntomas de enojo, asuntos, y estímulos del cliente, relacionando el enojo con las dependencias. Los tópicos incluyen el enojo reprimido, y la conducta pasivo-agresiva.	6
CBT1	Introducción al pensamiento funcional. Recurso básico de terapia cognitiva conductual.		4
CBT4	Síntomas y señales tempranas de advertencia. Recurso básico de terapia cognitiva conductual.		3
CBT5	Factores Cuasantes. Recurso básico de terapia cognitiva conductual.		3
CBT5a	Factores Cuasantes 2. Recurso básico de terapia cognitiva conductual.		4
CBT7b/ CS1	Habilidades de enfrentamiento para emergencias: Los clientes aprenden a identificar sus propias situaciones de alto riesgo, las señales de que se están volviendo de alto riesgo, que harán para enfrentar efectivamente, y luego practicar estas habilidades nuevas hasta que tengan la confianza de que funcionaran. Incluido en estas habilidades están: deteniendo el pensamiento, evitando el conflicto, y habilidades de "escape," y un juego comprensivo de habilidades de "rechazo." *(También mencionadas como CS1)*. Recurso básico de terapia cognitiva conductual.		6
TX2	Ayudando que funcione el tratamiento		1
FID	Frecuencia, intensidad y duración		
TSA	Actividad de Resumen de los Factores Causantes		1
PDL26/ 27	Vías para una mejor salud física o emocional -1		1
F3m	Ansiedad y Miedo	Identifica en el cliente los síntomas de ansiedad, los asuntos, y las causas del estrés y sus estímulos. Los tópicos incluyen: los temores, las fobias, y las preocupaciones innecesarias. Conecta la ansiedad con las dependencias.	6
F5m	Vergüenza	Identifica en el cliente los asuntos relacionados con la vergüenza, incluyendo los síntomas y las fuentes de la vergüenza, y la conexión entre la vergüenza y las dependencias. Identifica los pasos para realizar un cambio.	7
F12/DP3	Vamos a hablar sobre los sentimientos	Sentimientos específicos (enojo, ansiedad o miedo, auto-estima baja, / vergüenza, dolor, y soledad) son tratados en actividades que ayudan a los clientes a identificar y experimentar los sentimientos de una manera segura.	4
"Auto-conocimiento"		Incrementa el conocimiento sobre los patrones o ciclos de pensamientos, sentimientos, y conductas que han conducido a la recaída en el pasado.	

Manual	Titulo		Horas
SA1	Auto-conocimiento: previniendo la recaída incrementando tu sensibilidad a tu patrón o ciclo	Provee el vocabulario básico en el tratamiento del abuso de sustancias. Explica los patrones típicos de dependencia y recaída. Guía los clientes a examinar el uso en el pasado y los estadios en el ciclo de recaída personal. Los clientes identifican vulnerabilidades, estímulos específicos para dificultades pasadas, y "pensamiento hediondo" (sobre ellos mismos, sobre otras personas, no siendo realistas, pensando negativamente sobre el futuro, etc.). Los clientes describen como han tratado con sus sentimientos de incomodidad, como el aislamiento pudo haber sido un factor contribuyente en su dificultades pasadas, patrones típicos de acumulación hacia la recaída, la necesidad de controlar sentimientos incomodos, y los pasos que se han tomado en el pasado para obtener esa sensación de control, y como ellos empezaron a planear o predisponerse para una recaída. Adicionalmente, los clientes describen las tentaciones especificas experimentadas en varias categorías, sus conductas o dependencias mas comunes y dañinas, sus pensamientos, sentimientos, y conductas después de la recaída, y los asuntos resultante de la recaída.	6
SA2 am/af	Auto-conocimiento: examina en detalle tu patrón o ciclo (Manual de trabajo ampliado)		10
SA3/ AODA-1	Algunas de las experiencias de nuestras vidas	Este es un recurso del programa de abuso de sustancias. Este identifica los factores de riesgo específicos - y cómo estos influyen en las decisiones actuales. Proporciona la oportunidad de evaluar los resultados positivos y negativos de diferentes opciones. La lección también les pide a los participantes que evalúen sus decisiones y los resultados de una variedad de sus propias experiencias de vida.	1
Habilidades de Enfrentamiento para la Prevención de Recaída		Cambio de conducta, entrenamiento sobre relajación, y otras habilidades de enfrentamiento. Desarrolla un set de conductas y habilidades nuevas y comprensivas para las personas en recuperación. La meta es el desarrollo de "auto-eficacia".	
CS1/ CBT7b	Habilidades de enfrentamiento para emergencias	Los clientes aprenden a identificar sus propias situaciones de alto riesgo, las señales de que se están volviendo de alto riesgo, que harán para enfrentar efectivamente, y luego practicar estas habilidades nuevas hasta que tengan la confianza de que funcionaran. Incluido en estas habilidades están: deteniendo el pensamiento, evitando el conflicto, y habilidades de "escape," y un juego comprensivo de habilidades de "rechazo." *(También mencionadas como CBT7b)*	6
CS2	Habilidades de enfrentamiento para la prevención de recaída , set# 1: técnicas para ser usadas cuando estes en alto riesgo	Provee guía y práctica en el dominio de siete habilidades de emergencia - para tratar las áreas de tentación a la recaída (o para exteriorizar el enojo, ect.). Guía el desarrollo del plan de acción personal para el uso de medidas inmediatas durante situaciones de alto riesgo.	7
CS4	Habilidades de enfrentamiento, serie # 3: técnicas para el manejo sentimientos y pensamientos incomodos	Provee una guía importante para el dominio de trece habilidades de enfrentamiento en la prevención de recaída.	7

Manual	Titulo		Horas
CS7/ RH22	Habilidades de enfrentamiento para la prevención de recaída , set #6: Técnicas para hacer cambios de largo plazo	Un plan práctico y comprensivo para la prevención de recaída luego de la salida de la cárcel. Este manual de trabajo esta diseñado para identificar y tratar los asuntos y las responsabilidades enfrentadas individualmente por los participantes.	7
CS8/ RH23	Haciendolo personal: tu plan propio para mantener tu recuperación, identificando y tratando tus riesgos mas altos	Identificación de los factores personales de mas alto riesgo con la especifica habilidad de enfrentamiento a ser usada y una demostración de capacidad (eficacia personal) en el tratamiento de los riesgos de recaída. Poniendo énfasis especial en la transición a la comunidad.	7
CS9	Manejando tu estrés	Manual básico sobre el manejo del estrés, incluyendo el auto-examen, el conocimiento de los síntomas, la identificación de los estímulos, el estrés subyacente y los asuntos del estilo de vida, una evaluación de las habilidades de enfrentamiento pasadas, y una introducción a varias habilidades de enfrentamiento claves.	5
CS10/ RH26	Reduciendo tus riesgos	Un manual básico de reducción de riesgo. Trata sobre las situaciones de alto riesgo, los signos de alerta, los sentimientos de alto riesgo que conducen a la recaída, y provee una guía de habilidades de enfrentamiento.	3
TP1	Puntos de inflexión	La decisión de hacer un cambio significativo - moverse a hacer algo realmente - a menudo se llama un punto de inflexión. Esta lección ayuda a identificar los puntos de inflexión y centra al participante en realizar cambios reales. Este punto de inflexión se puede ver como la transición entre la etapa de contemplación del cambio y la etapa de determinación.	1
TP2	Trazando una línea	Esta lección se centra en la determinación real de hacer un cambio e identificar comportamientos específicos que ellos han decidido no volver a hacer. Como parte de la lección, se identifican 17 comportamientos específicos y se les pide a los participantes que tracen una línea que ellos no irían a cruzar. Específicamente se les pregunta: ¿Qué harás? ¿Qué no vas a hacer? También se les pide a los participantes que evalúen la importancia de asumir estos compromisos, elaboren un plan de acción concreto para el cambio y evalúen su nivel actual de confianza de que podrían seguir adelante con esta determinación. Este recurso aclara la transición entre la etapa de contemplación del cambio y la etapa de determinación.	1
TP3	El nuevo reinventado tu	Esta lección ofrece la oportunidad de explorar el comienzo de uno mismo. Ayuda a los participantes a aclarar nuevos objetivos, evaluar sus fortalezas y activos, a resumir brevemente su nuevo sistema de apoyo externo y a aclarar su compromiso de cambio. Resume con un breve plan de acción.	1

Manual	Titulo		Horas
TP4	Antes y ahora - factores de protección externos y barreras.	Muchas personas que participan en un programa tienen un historial de recaídas pasadas o fallas similares. Este recurso comienza examinando esas experiencias pasadas para aclarar lo que salió mal, así como los elementos de apoyo. El elemento principal del recurso se centra en el desarrollo de nuevos factores de protección externos. Concluye resumiendo pasos de acción específicos e identificando medidas para superar los obstáculos al cambio efectivo.	1
TP5 (also listed as SA4)	Resumen del programa de abuso de sustancias	Recurso crítico del programa de abuso de sustancias. Esta actividad revisa y resume dónde se encuentra cada participante en los elementos cruciales de su programa de recuperación. Identifica dónde se han comprometido a cambiar, resume sus factores de riesgo internos y externos, el historial de abuso de sustancias, la importancia del cambio y la confianza en las opciones a las que ahora se han comprometido en vista de sus factores de riesgo más altos.	2
TP6	Haciendo una transición: ¿Cómo lo vas a hacer?	Esta lección identifica y resume las áreas claves para los problemas en el mantenimiento de la recuperación - o en el mantenimiento de nuevos cambios en la vida y el estilo de vida. Esta lección proporciona 25 áreas para la autoevaluación. A continuación, los participantes resumen sus tres principales áreas de preocupación (donde se sienten menos seguros). Luego, se les guía para desarrollar medidas de planificación de acciones que aumenten su confianza en el manejo de estas situaciones con éxito.	1
TP7/ RH30	No puedo volver a hacer eso.	La decisión de asumir el compromiso real de detener el comportamiento problemático (drogas, alcohol, violencia, etc.) es un objetivo crítico en el tratamiento. Esa decisión - un punto de inflexión - a veces se produce como resultado de una introspección repentina. ¡Esto a veces se llama un momento Aaja! Este recurso ayuda a los participantes a aclarar sus razones más importantes para realizar este tipo de cambio. Incluye conceptos como "trazando la línea", "quemando puentes", así como una aclaración del impacto de sus viejas elecciones en las personas importantes en sus vidas.	1
TP8	Desarrollando la resiliencia	La resiliencia frente a las dificultades puede ser una cualidad crítica. Es algo básico: las personas con esta calidad lo hacen mejor en la vida, y puede ser especialmente útil para hacer cambios para apoyar la recuperación. En esta lección se abordan los elementos externos e internos en la resiliencia. En el lado externo, ayuda a aclarar los soportes disponibles actualmente y las opciones para ampliar esta red de seguridad. Después de eso, los participantes se evalúan a sí mismos sobre 20 características de los apoyos internos para la resiliencia como evaluación básica de su propia capacidad de resiliencia. Luego de ello, el recurso guía a los participantes en el desarrollo de un plan de acción específico para aumentar su sistema de apoyo.	2

Manual	Titulo		Horas
TP9	Factores de riesgo clave para la recaída: Emociones placenteras	Ciertos factores de riesgo ocurren una y otra vez como las razones o predisposiciones más comunes para la recaída. Esta lección, una de varias de las series, ayuda a los participantes a examinar cómo este factor de riesgo ha afectado sus decisiones pasadas y qué papel podría desempeñar en el futuro. Esta lección es una lección por si sola, pero se puede complementar con un conjunto de seis (6) elementos de actividad cortas que proporcionan una oportunidad para la práctica y el dominio de una variedad de opciones de enfrentamiento.	3 *lección básica, más seis actividades*
TP13	Factores de riesgo clave para la recaída: Pensamiento realmente malo (prueba de control personal)	Ciertos factores de riesgo ocurren una y otra vez como las razones o predisposiciones más comunes para la recaída. Esta lección, una de varias de las series, ayuda a los participantes a examinar cómo este factor de riesgo ha afectado sus decisiones pasadas y qué papel podría desempeñar en el futuro. Esta lección es una lección por si sola, pero se puede complementar con un conjunto de cinco (5) elementos de actividad cortas que proporcionan una oportunidad para la práctica y el dominio de una variedad de opciones de enfrentamiento.	3 *lección básica, más cinco actividades*
TP14	Factores de riesgo clave para la recaída: Malestar físico	Ciertos factores de riesgo ocurren una y otra vez como las razones o predisposiciones más comunes para la recaída. Esta lección, una de varias de las series, ayuda a los participantes a examinar cómo este factor de riesgo ha afectado sus decisiones pasadas y qué papel podría desempeñar en el futuro. Esta lección es una lección por si sola.	1
TP16/ Pre12 m/f	Tu interno puedo hacer esto (fortalezas)	Ayuda a los participantes a identificar las fortalezas internas claves y los factores de protección, y los guía para tomar mejores decisiones sobre cómo vivirán su vida en el futuro.	1
TP17/ CF20	Actividades: Situaciones difíciles	Tres (3) situaciones problemáticas, abordando los problemas que pueden enfrentar para tomar buenas decisiones en el futuro. Incluye la identificación de factores personales específicos de alto riesgo, la selección de habilidades específicas de enfrentamiento para manejar la situación, y orientación en la práctica en el uso de la habilidad seleccionada.	1
Regresando a Casa		Manuales cortos altamente interactivos para la reintegración a la comunidad y parte del plan para el mantenimiento.	
RH1m	Tus primeros días	Este Manual trata los asuntos envueltos en los primeros días críticos de la transición, incluyendo problemas comunes y estrés, y la planificación de actividades seguras. Además se incluyen tarjetas de situaciones para practicar en simulacro y modelar formas de enfrentamiento de manera exitosa.	5
RH2m	Relacionándote con las personas de diferentes maneras	Ayuda los participantes a identificar lo que pueden hacer diferente si sus "maneras viejas" no funcionaron, incluyendo tentaciones y asuntos con la familia, amigos y la comunidad que pudieran interponerse en el camino hacia una transición exitosa. Se provee además de un juego de tarjetas de situaciones para discusión de grupo.	5

Manual	Titulo		Horas
RH3m	Manejando la incomodidad	Este manual identifica y trata los sentimientos más comunes que se experimentan durante el periodo de transición. Las actividades identifican los asuntos y cuestiona los participantes para que demuestren como planean manejar estos asuntos. Esta información puede ser usada por los consejeros para identificar respuestas efectivas e inefectivas. Cuando sea posible, el "punto del problema " se puede manejar de una manera individual o de grupo, y desarrollar una respuesta más efectiva.	5
RH4m	Enfrentado tus responsabilidades	Este manual identifica y trata las responsabilidades comunes enfrentadas durante la transición. Los ejercicios mencionan las responsabilidades más importantes, y le pide a los participantes que identifiquen como van a cumplir con cada área de responsabilidad. Las respuestas pueden ser compartidas y evaluadas de manera individual o de grupo.	5
RH5m	Si tu 'lapsas"	Este manual de trabajo trata los asuntos de "lapsos" y "recaídas" y ayuda a preparar al participante para el manejo de situaciones altamente riesgosas mediante el conocimiento de los problemas comunes y teniendo confianza en sus habilidades para un enfrentamiento mas efectivo. Un "resbalón," o teniendo fantasías de uso, no necesita conducir a una "caída." Este manual de trabajo provee las herramientas para tratar resbalones comunes y revisa dos habilidades de enfrentamiento criticas. Un juego de tarjetas de situaciones es proveído para la discusión de grupo.	6
RH6	Tomando pasos positivos para tener control de tu vida	Desarrolla un plan detallado para el uso de una "red de seguridad" y actividades de recuperación después de la excarcelación. Guía el proceso de identificación, selección de amigos, y recursos en la comunidad, para asistir durante la transición. Adicionalmente, este identifica y trata los factores de alto riesgo que estas personas necesitaran conocer para que ellas puedan ayudar.	5
RH7m	Evitando lo negativo	Este manual ofrece ayuda específica en el mantenimiento de la recuperación a través del desarrollo de un plan para identificar y evitar situaciones de alto riesgo. Este se basa en el concepto del uso de "controles del medio ambiente" para evitar personas, lugares, cosas, y situaciones que presenten una gran amenaza a la recuperación. Provee a los participantes y miembros del personal con las herramientas para ayudar a tratar vulnerabilidades especificas.	5
RH8m	Práctica sobre el manejo de situaciones difíciles	Este manual ayudara a los participantes a identificar - y desarrollar soluciones para -situaciones difíciles comunes encontradas durante la transición. Los ejercicios identifican preocupaciones especificas, y se provee un juego de tarjetas con los problemas encontrados mas comúnmente, para la discusión de grupo. Las áreas problemáticas pueden ser usadas como discusión y puntos de aprendizaje para ayudar los individuos a desarrollar la confianza de que ellos pueden manejar esas situaciones de una manera apropiada cuando las confronten de nuevo.	6
RH9	Evitando los problemas con la autoridad	Este manual trata los asuntos envueltos en el manejo de las figuras de autoridad y ayuda a los participantes a entender la naturaleza de su enojo, dolor y resentimiento - y las maneras en que estos pudieran causarles problemas a ellos mismos. Este ofrece sugerencias especificas para tratar con los conflictos potenciales con las figuras de autoridad, y un patrón para evaluar las respuestas durante situaciones típicas. Las tarjetas de situaciones proveen oportunidades para ensayar las respuestas apropiadas.	4

Manual	Titulo		Horas
RH10	Evitando los problemas (cuando estas con los demás)	La presión de los amigos y las malas elecciones generalmente conducen a los problemas. Estar en el lugar equivocado en el momento equivocado, con las personas equivocadas, es la explicación mas común por el fracaso. Este manual identifica problemas y soluciones comunes, y provee veinte situaciones típicas para la practica y demostración de habilidades de enfrentamiento efectivas.	4
RH11/ AM1	Manejando situaciones difíciles	*Un manual del laberinto de acción* - provee al participante la oportunidad de tomar decisión al tratar con tentaciones y problemas comunes (personas, lugares, cosas, situaciones, y sus propios pensamientos).	4
RH 12	Redes de Seguridad	Este Manual de trabajo guía los clientes para identificar y tratar los signos de alarma tempranos, de que están en un riesgo en aumento de volver de nuevo hacia los patrones (negativos) de conductas viejas.	2
RH13 j/a?	Banderas Rojas	Un manual de trabajo corto que ayuda al participante a identificar y planear para tratar los síntomas y señales de que se están acercando a situaciones de alto riesgo. Este es un paso clave hacia la auto-eficacia.	5
RH14m	Acercandose al tiempo de salir	Diseñado para las ultimas semanas antes de irte a casa, este manual trata los pensamientos, sentimientos, y tentaciones comunes, incluyendo ansiedades y temores típicos.	2
RH 15	¿Como estas haciendo?	¿Que tan lejos has llegado?	1
		Controlando tus impulsos	1
		Predisponiendote	1
		Planeamiento de actividades de recuperación	1
RH16 a/j/f	¿Cómo lo vas a hacer?	Esta es un valioso recurso de ayuda de Confianza Situacional (SCQ) y MI. Los participantes evalúan cuán seguros están de lidiar con los factores de riesgo, desencadenantes o situaciones más comunes o graves que enfrentarán a su regreso a casa. Muy recomendable.	2
RH17 a/j/aoda	Manteniendo tu enfoque en lo que es importante	Continúa la identificación de los recursos de MI - claves para la mayoría de los programas. Identifica metas críticas, opciones de alto riesgo y aumenta la importancia de tomar decisiones prosociales en el futuro.	1
RH18	Preparación para la finalización del programa	Diseñado como un elemento de resumen del programa, este recurso permite a los participantes para que hagan un resumen sus factores de riesgo externos e internos y sus planes para tratar con ellos eficazmente.	1
RH21/ PS2	Resolución del problema 1-2-3 ***Dos opciones***	(A) Usando el modelo básico de resolución del problema, se presentan 54 situaciones en la comunidad y el hogar, experimentadas por personas en transición y/o en recuperación. (B) Este recurso cuenta con 28 situaciones problemáticas en el líder debe escoger los que mejor se adapten al grupo.	9
RH22/ CS7	Haciendo cambios de largo plazo	Plan de prevención de recaída practico y comprensivo para ser usado después de la salida de la cárcel. Este manual es diseñado para identificar y tratar los asuntos y las responsabilidades enfrentadas por los participantes individuales.	10

Manual	Titulo		Horas
RH23/ CS8	Identificando y tratando tus altos riesgos	Identificación de los factores personales de alto riesgo, con las habilidades de enfrentamiento especificas a ser usadas, y una demostración de competencia (auto-eficacia) en el tratamiento de los factores de riesgo para la recaída. Se pone un énfasis especial en la transición hacia la comunidad.	10
RH24/ PS3	Auto-eficacia y resolución de los problemas	Este pequeño manual resume las estrategias claves de enfrentamiento o evitando/escapando, usadas por los clientes en situaciones de alto riesgo. (Actividad clave de resumen de auto-eficacia)	3
RH25/ SD12	Elementos claves del cambio	Este manual de trabajo provee un repaso compresivo acerca del cambio personal en el área de abuso de sustancias. Este incluye elementos de la terapia de expansión motivacional (MET. Siglas en ingles) y de la terapia cognitiva y del comportamiento (CBT. Siglas en ingles), así como un análisis de los factores de riesgo, del desarrollo de habilidades claves de enfrentamiento y de rechazo, y del desarrollo de una red de seguridad.	12
RH26/ CS10	Reduciendo tus riesgos	Un manual básico de reducción de riesgo. Trata sobre las situaciones de alto riesgo, los signos de alerta, los sentimientos de alto riesgo que conducen a la recaída, y provee una guía de habilidades de enfrentamiento.	3
ADR	Actividades de resumen		1
Manuales del Programa de Intervención a las Pandillas			
GG1m	¿Qué tenías en mente? *(Estado de mente pandillero)*	Este es un manual importante, que contiene un enfoque de re-estructuración cognitiva sobre las actividades pandilleras. Identificando un grupo selectivo de estados de mente negativos y que son comunes en las personas envueltas en actividades pandilleras. Después de esto, trata de manera sistemática con cada uno de ellos, identificando los puntos débiles de esas formas de pensamiento, ademas de ofrecer una guía para el desarrollo de una presentación mas positiva.	8
GG2 m	¿Quién quiere estar a riesgo?	Este manual trata sobre el enfoque de los "factores de riesgo" para el envolvimiento en las actividades pandilleras. El objetivo es hacer que los participantes puedan identificar sus propios factores de alto riesgo y reconocer que estos riesgos y tentaciones van a estar ahí afuera esperando por ellos cuando salgan de la cárcel. *"Tienes muchas posibilidades de éxito si planeas para esto, y desarrollas opciones acerca de como lo manejarías mejor."*	14
GG3m	¿Qué necesitas? (Las necesidades y las pandillas)	Este manual - basado en la teoría de las necesidades jerárquicas de Maslow - trata sobre las actividades pandilleras desde el punto de vista de las necesidades subyacentes. Estas necesidades no se van a ir; ellas seguirán presentes cuando los participantes regresen a la comunidad. Por lo tanto, este manual guía los estudiantes para que encuentren maneras alternativas - y mejores - para satisfacer sus necesidades sin tener que recurrir a las pandillas o al crimen.	6
GG4m	Viviendo una vida sin violencia #1	Este manual provee a los clientes la oportunidad de identificar sus estímulos y factores de riesgo personal mas altos para la violencia, y desarrolla estrategias para evitar estos asuntos o enfrentarlos en el futuro con mas efectividad.	10
GG5m	Viviendo una vida sin violencia # 2	Este manual provee a los clientes una oportunidad mas enfocada para identificar sus factores de mas alto riesgo para la violencia (personas, lugares, cosas, momentos, y situaciones donde ellos están en un riesgo mas alto). Este guía el desarrollo de estrategias de "controles ambientales" para evitar estos asuntos y situaciones - y ayudar al cliente a explorar sus opciones.	8

Manual	Titulo		Horas
GG7m	Comprendiendote a ti mismo #1	Este es el enfoque de los "factores de riesgos" para la agresión y la violencia. Este provee un enfoque alternativo para los asuntos de la violencia y la conducta, tratando los factores de riesgo en la comunidad y en la familia para la violencia. Para los clientes el objetivo es incrementar el conocimiento. Luego los clientes pueden admitir que tienen estos factores de riesgo y reconocer que estos riesgos y tentaciones estarán afuera esperando por ellos cuando salgan de prisión. "Si planeas para ellos, y desarrollas opciones sobre como los vas a manejar mejor, entonces tendrás una buena oportunidad."	9
GG8m	Comprendiendote a ti mismo #2	Este es el acercamiento de los "factores de riesgo" para la conducta pasivo-agresiva, la cual conduce muchas veces a la violencia y otros problemas. Este provee un acercamiento de alternativa para la violencia, tratando los factores de riesgo para esta conducta pasivo-agresiva en la comunidad y en la familia. *(El acercamiento es similar al de GG7, arriba*)	5
GG13	Recursos para la intervención de pandillas	¿Donde están hoy tus viejos amigos?	2
		Valores criminales	2
		Respecto	3
		Cómo identificar tus amigos verdaderos	1
		Pensando sobre los estereotipos	2
		Lealtad	2
GG14	Alejandose de la pandilla	Un manual comprensivo que provee sugerencias, plan de acción y apoyo, para asistir en el alejamiento de la pandilla. Incluye situaciones típicas para el ensayo practico y auto eficacia	9
Recursos de los Programas de Desviación			
DP1j	¡Tienes opciones!	Un manual de trabajo basado en los factores de riesgo para jóvenes de alto riesgo. Los clientes identifican situaciones problemáticas y practican opciones a la violencia o el abuso de sustancias. Actividades planeadas de acción dan soporte y apoyo al programa de distracción.	3
DP2/CS2 /RI16	Habilidades de enfrentamiento para emergencias	Los clientes aprenden a identificar sus propias situaciones de alto riesgo, las señales de que se están volviendo de alto riesgo, que harán para enfrentar efectivamente, y luego practicar estas habilidades nuevas hasta que tengan la confianza de que funcionaran. Incluido en estas habilidades están: deteniendo el pensamiento, evitando el conflicto, y habilidades de "escape," y un juego comprensivo de habilidades de "rechazo." *(También mencionadas como CS1)*	4
DP3/F12 /RI17	Vamos a hablar sobre los sentimientos	Sentimientos específicos (enojo, ansiedad o miedo, auto-estima baja, vergüenza, dolor, y soledad) son tratados en actividades que ayudan a los clientes a identificar y experimentar los sentimientos de una manera segura.	4
DP4/ RI20j	Pandillas	Manual corto que ayuda al cliente a identificar asuntos relacionados con las pandillas y opciones a la participación.	2
DP5 /RI18j	Violencia en el Hogar	Manual corto que ayuda clientes entender violencia familiar y sus consecuencias. Ayuda clientes a identificar selecciones seguras y opciones disponibles.	3

Manual	Titulo		Horas
DP6j	Problemas en la casa	Este manual corto esta diseñado para ayudar a los clientes a que comiencen a discutir asuntos familiares (negligencia, abuso, abandono, o adiciones) con los miembros del programa.	3
DP8/ SD12/ RH25	Elementos claves del cambio	Este manual de trabajo provee un repaso compresivo acerca del cambio personal en el área de abuso de sustancias. Este incluye elementos de la terapia de expansión motivacional (MET. Siglas en ingles) y de la terapia cognitiva y del comportamiento (CBT. Siglas en ingles), así como un análisis de los factores de riesgo, del desarrollo de habilidades claves de enfrentamiento y de rechazo, y del desarrollo de una red de seguridad.	12
Resolución del Problema y Toma de Decisión			
AM1/ RH11	Manejando situaciones difíciles	*Un manual del laberinto de acción* - provee al participante la oportunidad de tomar decisión al tratar con tentaciones y problemas comunes (personas, lugares, cosas, situaciones, y sus propios pensamientos).	3
CURRÍCULO PHOENIX			
PC8 25	Currículo Phoenix (A nivel de estudiantes de Secundaria)	Programa de intervención de 25 horas que incluye elementos del currículo de la escuela, con materiales adicionales específicamente dirigidos a dar prioridad a los factores de riesgo comunes al grupo. Permite una amplia variedad de opciones, incluyendo la violencia con intimidación, las pandillas, y los programas específicos para los diferentes géneros sexuales.	
Áreas contenidas en el Currículo Phoenix:		¿Qué es lo importante para ti? (Metas, Sueños, y Valores)	$995
		Entendiendo Tus Sentimientos (Inteligencia Emocional)	
		Resolución del Problema (Evitando los pensamientos impulsivos, reconociendo el problema, pensamiento acerca de las consecuencias, pensamiento de soluciones alternativas, sopesando los pros y los cons, pensamiento acerca de los medios para conseguir el fin, planeamiento.).	
		Factores de Riesgo (incluyendo las habilidades de Evitar, Escape, y de Rechazo)	
		Factores de Protección	
Curriculo de los padres		¡Material educativo y de apoyo para una de las fuerzas más influyentes en la vida de un niño!	$155

ABIERTO Unidad G (juvenil). El recurso de abuso de sustancias centrado en el cambio ayuda a identificar sentimientos, problemas y factores de riesgo, reduce la resistencia y comienza el proceso de conciencia y cambio personal. Los recursos adicionales de este modelo aumentan la auto-conciencia con el objetivo específico de disminuir la incomodidad con las antiguas elecciones. Los elementos específicos están diseñados para aumentar la conciencia de la discrepancia, una técnica crítica de entrevista motivacional (MI). (por ejemplo, la disonancia cognitiva).	$695