

¿Te sientes atrapado en un evento doloroso, incapaz de afrontar con éxito el dolor emocional y sigue con la vida normal?

**Buscar seguridad puede ayudar.**

Si usted o un ser querido está luchando contra el trastorno de estrés postraumático y la adicción, las clases de Buscando seguridad pueden ayudarlo a encontrar una sensación de paz y comodidad nuevamente. Con Seeking Safety, puede aprender habilidades de afrontamiento saludables que fortalecen y fomentan su resiliencia personal.

## AMADOR HEALTH ANNEX HOURS

**Monday-Friday: 8am-4:30pm**

El horario de clases varía por semana; llame con anticipación para obtener información



### Contáctanos

Office Phone: 575-556-9681

Mobile (Call/Text):

575-395-6953

[www.amadorhealth.org](http://www.amadorhealth.org)

**Amador Health Annex**

**999 W. Amador Ave, Suite D.**

**Las Cruces, NM 88005**

# BUSCANDO SEGURIDAD



**AMADOR**  
HEALTH CENTER

PROYECTO DE RECUPERACIÓN

Tabaco ♦ Alcohol ♦ Opioides

Mobile Tel: (575) 395-6953

[www.amadorhealth.org](http://www.amadorhealth.org)

## QUE ESTA BUSCANDO

### ¿LA SEGURIDAD?

Seeking Safety es un modelo de asesoramiento basado en la evidencia y centrado en el presente para ayudar a las personas a estar a salvo del trauma y / o abuso de sustancias. Se puede realizar en grupo o en forma individual y cubre 25 temas.

¡Puede unirse en cualquier momento y permanecer tantas sesiones como desee!

### ¿QUÉ HACE DIFERENTE BUSCAR SEGURIDAD?

Seeking Safety es diferente de otros grupos, ya que es el único grupo diseñado específicamente para ayudar juntos con el trastorno de estrés postraumático y el trastorno por uso de sustancias.

## ¿POR QUÉ DEBERÍA ASISTIR A UNA BÚSQUEDA CLASE DE SEGURIDAD?

Si ha experimentado un trauma en su vida y ha usado drogas o alcohol para sobrellevarlo, las clases de Buscando seguridad podrían ser para usted. La seguridad es uno de los fundamentos de la curación del trauma y la adicción; buscamos seguridad en nuestras mentes, en nuestras relaciones y en nuestros comportamientos. Estas clases crean un espacio seguro para compartir y honrar nuestras experiencias, sin juzgar y con respeto por el viaje de curación de cada individuo.

## CINCO PRINCIPIOS CLAVE

1. La seguridad como objetivo general: ayudar a los clientes a lograr seguridad en sus relaciones, pensamiento, comportamiento y emociones.
2. Tratamiento integrado que aborde el trauma y la adicción al mismo tiempo si los clientes tienen ambos
3. Centrarse en los ideales para inspirar esperanza
4. Cuatro áreas de contenido: cognitivo, conductual, interpersonal y manejo de casos.
5. Atención a los procesos clínicos: ayudar a los médicos a trabajar en el cuidado personal, las respuestas emocionales y otros problemas.

\*Brochure adapted from University of Texas & Lisa M. Naja <https://www.treatment-innovations.org/>