



ALDEAS
INFANTILES SOS
AMÉRICA LATINA Y EL CARIBE



ENSEÑANDO A VER LAS HERIDAS DEL ALMA

CÓMO FACILITAR FORMACIONES
SOBRE TRAUMA EN LA INFANCIA
Y ADOLESCENCIA





Responsables del contenido

Elaboración de contenido

F. Javier Romeo Biedma
Espirales Consultoría de Infancia

Coordinación, edición y revisión

Lucía Miranda Loría
Coordinadora Regional de Protección y Programas LAAM

Frank Mesén
Asesor Regional en Gestión de Caso

Micaela Rodas
Coordinadora Regional de Programas LAAM

Ilustraciones

Zaida Escobar

Diseño y diagramación

Valeria Losoviz

Proceso de desarrollo aprobado por:

Patricia Sainz
Directora de Programas OIR LAAM

Idioma original: español
Noviembre 2020

La Paz: Aldeas Infantiles SOS
(Oficina Regional para América Latina y el Caribe)

Copyright

Cuando las personas y en especial los niños, niñas y adolescentes se exponen a hechos estresantes y no se cuentan con las habilidades y/o herramientas necesarias para afrontarlas se originan una serie de daños y malestar psicológico. Este daño varía de persona en persona según las condiciones específicas del hecho, edad, contexto y el momento particular en el que ocurre, entre otras variables. Asimismo, estos hechos estresantes pueden derivar en experiencias traumáticas en mayor o menor medida, generando una serie de consecuencias, de ahí la relevancia de contar con guías e instrumentos que faciliten esta intervención.

Aldeas Infantiles SOS como organización que trabaja con niños, niñas, adolescentes y jóvenes que han perdido el cuidado parental o están en riesgo de perderlo reconoce la importancia de trabajar sobre la historia de vida de cada niño, niña o adolescente, con el fin de determinar aquellas causas que dieron origen a sus traumas y en consecuencia a sus comportamientos actuales, lo anterior mediante herramientas que permitan orientar a través de procesos legales, socioeducativos y terapéuticos las posibles acciones a tomar para su cuidado y protección.

Es así que, como parte del proceso de implementación de la Política de Protección Infantil en América Latina y el Caribe y considerando nuestra Promesa del Cuidado de SOS, la cual define nuestro compromiso con un cuidado de calidad durante el 2019, se creó el manual *“Acompañando las heridas del alma. Trauma en la infancia y adolescencia”*, el cual se ha convertido en un marco de referencia para una intervención integral y para la promoción de acciones hacia la recuperación emocional de los niños, niñas y adolescentes.

De esta forma, reconociendo la importancia de contar con documentos que faciliten el proceso de aprendizaje, se ha creado el presente documento: la guía didáctica *Enseñando a ver las heridas del alma. Cómo facilitar formaciones sobre trauma en la infancia y adolescencia*, que pretende ofrecer unas pautas que faciliten el desarrollo de procesos de capacitación y formación sobre la temática de trauma.



Patricia Sainz

Directora de Programas & Abogacía
América Latina y El Caribe
Aldeas Infantiles SOS Internacional

| | | |
|----------|---|-----------|
| ○ | Introducción | 5 |
| ① | Preparación | 6 |
| | 1.1. Qué necesitamos saber | 6 |
| | 1.2. Cómo organizamos las sesiones | 8 |
| | 1.3. Cómo creamos el entorno para la formación | 10 |
| | 1.4. Cómo preparamos a nuestro público | 11 |
| ② | Cómo realizar las actividades | 12 |
| | Actividad 1: “Centrando las sesiones” | 12 |
| | Actividad 2: “¿A qué llamamos trauma?” | 14 |
| | Actividad 3: “¿Qué situaciones pueden causar trauma?” | 16 |
| | Actividad 4: “¿Cómo detectamos el trauma?” | 18 |
| | Actividad 5: “¿Cómo atendemos a los niños, niñas y adolescentes con trauma como organización?” | 24 |
| | Actividad 6: “¿Cómo acompañamos mejor a niños, niñas y adolescentes con trauma?” | 26 |
| | Actividad 7: “¿Cómo seguimos avanzando?” | 30 |
| ③ | Seguimiento | 32 |
| ④ | Para terminar: preparación, presencia y trabajo en red | 34 |

INTRODUCCIÓN



Trabajar con niños, niñas y adolescentes en situación de dificultad supone en muchos casos acompañar el trauma. Para abordar el trauma de una manera segura y protectora necesitamos hacerlo en equipo. Y para tener equipos eficaces es necesario que todas las personas implicadas tengan unos conocimientos suficientes sobre trauma.

Esta guía pretende ofrecer unas pautas para poder ofrecer formaciones sobre trauma adaptadas a distintos públicos. Desde los cargos directivos y los equipos técnicos hasta el personal de cuidado directo y las familias, todas esas personas necesitan comprender a qué llamamos trauma, cómo lo identificamos y cómo queremos actuar. Dependiendo de cada grupo destinatario y del tiempo que tengamos, podremos profundizar más o menos. Pero es necesario que al final cada persona pueda hablar de las situaciones de trauma de los niños, niñas y adolescentes con un lenguaje común y con una visión compartida.

Los traumas son situaciones que afectan gravemente la vida cotidiana de los niños, niñas y adolescentes. Por tanto, necesitamos desarrollar una sensibilidad especial para detectarlos y abordarlos. Desarrollamos esa sensibilidad a través de nuestras experiencias, así que las formaciones tienen que ser vivenciales: primero la reflexión sobre las vivencias propias y después el análisis cognitivo y la exploración de los conceptos ordenados.

Habrán participantes que hayan experimentado trauma en sus propias vidas. Por eso durante la formación y en el seguimiento debemos ofrecer referentes técnicos de acompañamiento profesional y redes de apoyo que puedan ayudarles a integrar su experiencia. Y, por supuesto, durante las sesiones, quienes facilitamos formaciones al respecto necesitamos ser un modelo de calidez y presencia a nivel humano, pero también de conocimientos técnicos y contención emocional a nivel profesional, para acompañar esos procesos como queremos que los acompañe cada participante. De este modo lograremos, como dice el título, *enseñar a ver las heridas del alma*, para poder acompañarlas en su recuperación.

Preparación

1.1. Qué necesitamos saber

El trauma en la infancia y adolescencia es un tema complejo. Antes de facilitar cualquier formación al respecto necesitamos tener una formación sólida por nuestra parte. Los puntos de partida son los siguientes:

- Una formación profesionalizada apropiada¹.
- Un profundo conocimiento de la Psicología del Desarrollo, para conocer las distintas etapas evolutivas en la infancia y adolescencia.
- Una base sólida en trauma:
 - Haber integrado los conocimientos del Manual de partida aprobado por Aldeas Infantiles SOS: Romeo, F. J. (2019). *Acompañando las heridas del alma. Trauma en la infancia y adolescencia*. La Paz (Bolivia): Aldeas Infantiles SOS. Recuperado de: <https://www.espiralesci.es/manual-acompanando-las-heridas-del-alma-trauma-en-la-infancia-y-adolescencia-de-f-javier-romeo/>
 - Es conveniente haber leído al menos dos libros de las referencias bibliográficas del Manual.
 - Conocer bien la Guía Amigable aprobada por Aldeas Infantiles SOS: Romeo, F. J. (2020). *Las heridas del alma. Una guía sobre trauma para familias y profesionales*. La Paz (Bolivia): Aldeas Infantiles SOS. Recuperado de: <https://www.espiralesci.es/las-heridas-del-alma-una-guia-sobre-trauma-para-familias-y-profesionales-f-javier-romeo-aldeas-infantiles-sos-america-latina-y-el-caribe>



1. Dependiendo del país, las cualificaciones pueden variar. Es habitual que se requiera titulación superior en Psicología, pero puede haber otras profesiones que cumplan con los requisitos necesarios, como Trabajo Social, Pedagogía y Psicopedagogía o Educación Social. Es importante cumplir con la ordenación académica en cada país.

- Conocer la propia historia personal, y haber procesado las experiencias de trauma vividas (no se trata de no haber vivido traumas, sino de haberlos integrado de forma consciente).
- Tener experiencia en facilitación de grupos, en especial con dinámicas de trabajo corporal apropiadas para el acompañamiento de trauma.
- Contar con la flexibilidad, las capacidades profesionales y los conocimientos para adaptar los contenidos a distintos públicos (profesionales de distintos ámbitos: protección, cuidado directo, educación, ocio y tiempo libre..., pero también a los distintos grupos de familias).
- Saber contener cualquier situación emocional desbordante, tanto en cuando la persona acude en privado (fuera de las sesiones de formación) como en cuando la persona entra en crisis en una sesión.
- Experiencia en el trabajo con niños, niñas y adolescentes que han sufrido trauma.
- Experiencia en facilitar para personas adultas dinámicas de acompañamiento lúdico o artístico: dibujo o pintura para la conexión emocional, juegos simbólicos que ayudan al procesamiento del malestar psicológico, actividades grupales de cohesión y seguridad afectiva (especialmente para la **Actividad 6, “¿Cómo acompañamos mejor a niños, niñas y adolescentes con trauma?”**).
- Tener claros los mecanismos de derivación de casos, tanto de participantes que lo requieran como de niños, niñas y adolescentes que se identifiquen durante la formación.

En general, será conveniente que quien va a facilitar la formación mantenga una serie de intercambios con el equipo de la Oficina Nacional o con el Equipo Técnico que organiza la formación y va a realizar el seguimiento. Recibir formación en trauma puede afectar a algunas personas, y es imprescindible tener la seguridad de que quien facilita es capaz de manejar las situaciones individuales y grupales. La visión externa por parte de especialistas puede confirmar o cuestionar si la persona facilitadora cuenta con las capacidades necesarias. Cómo plantea la formación, las actividades que propone y las adaptaciones al público específico servirán para determinar si es apropiado que imparta las sesiones o si hay que buscar a otra persona.

1.2. Cómo organizamos las sesiones

Para asegurarnos de que organizamos adecuadamente las sesiones, necesitamos tener en mente distintos elementos:

- **El público destinatario.** Dependiendo de si son equipos técnicos, profesionales de cuidado directo, personas que intervienen con los niños, niñas y adolescentes desde otros ámbitos (educación, salud, ocio y tiempo libre, justicia...) o familias... necesitaremos adaptar los contenidos y las actividades. Algunas preguntas que pueden orientar la preparación son:
 - ¿Qué conocimientos previos tienen de trauma? No es lo mismo que lleguen sin saber nada, o habiendo estudiado algo en la carrera, o con formaciones previas.
 - ¿Qué experiencias de trauma han vivido? No es lo mismo un grupo con vivencias de trauma compartidas (catástrofes, violencia política...) que un grupo con situaciones similares pero cada cual con su caso concreto (familiares de niños, niñas y adolescentes que han sufrido abusos sexuales, por ejemplo) o población general, en la que algunas personas han vivido trauma y otras no.
 - ¿Qué otras formaciones han recibido sobre intervención con niños, niñas y adolescentes? Puede ser un grupo de familias que empieza ahora con procesos formativos dentro de un programa comunitario, o un equipo técnico que lleva dos años con encuentros y sesiones regulares y que quiere profundizar en la intervención en trauma, o un grupo de cuidadoras que comienza su formación, o muchas otras situaciones.
 - ¿Qué dificultades en concreto puede tener este grupo? Es necesario adaptar la formación, evitando aspectos demasiado complejos que no interese abordar, o dedicando más tiempo a aquellas cuestiones en las que necesiten más bases o más profundización.
- **Los intereses del público al acudir a la formación.** No es lo mismo querer comprender un poco mejor el concepto de trauma que necesitar pautas para la intervención con un niño, niña o adolescente que está sufriendo en la casa (que es lo más habitual en familias o en personal de cuidado directo), o querer mejorar la intervención de los equipos técnicos, o estar estructurando un programa comunitario de atención a trauma, o muchas otras posibilidades.
- **La disponibilidad de tiempo.** Dependiendo del perfil, pueden organizarse unas pocas sesiones de dos horas en jueves por la tarde con bebidas y merienda (**Formación básica abreviada**), o una formación regular de los sábados por la mañana de tres o cuatro horas (**Formación completa en periodos regulares**), o una **Formación completa intensiva** que se realiza en varios días seguidos, u otras opciones que se puedan adaptar mejor.

Y es importante no asumir principios sin comprobarlos. Se puede pensar que las familias en general necesitan menos tiempo y contenidos, pero a lo mejor una intervención que combine la formación con espacios terapéuticos a lo largo de varios meses puede tener un impacto muy positivo en los niños, niñas y adolescentes y sus comunidades, por ejemplo, después de un desastre natural compartido o de experiencias de violencia compartidas. También se puede considerar que los equipos técnicos pueden tener más disponibilidad horaria, y que sea lo contrario. O puede haber un grupo que considere que el trauma no es relevante para los niños, niñas y adolescentes de su entorno y que no tengan interés, y será necesario comunicar los objetivos de la formación de modo que resulten atractivos. Por eso es fundamental verificar con el público destinatario y adaptar la formación a sus tiempos, para facilitar su asistencia y su interés.

Dentro de todas las posibilidades, en este cuadro se ofrecen tres estructuras generales que se pueden adaptar a diversos grupos, o que pueden servir de punto de partida para otras estructuras más apropiadas.

| | Formación básica abreviada (3 sesiones de 2 horas) | | Formación completa en periodos regulares (5 sesiones de 3 horas) | | Formación completa intensiva (3 días) | |
|-----------------------------------|--|----------|--|----------|---------------------------------------|--|
| | Duración | Sesión | Duración | Sesión | Duración | Horaria |
| Actividad 1 | 30 min. | Sesión 1 | 60 min. | Sesión 1 | 60 min. | Día 1 09:00-10:00 |
| Actividad 2 | 60 min. | | 60 min. | | 60-90 min. | Día 1 10:00-11:30 |
| Actividad 3 | 30 min. | | 30-60 min. | | 60-90 min. | Día 1 12:00-13:30 |
| Profundizar Anexo 1 | | | | | 60 min. | Día 1 15:00-16:00 |
| Profundizar Anexo 1 | | | | | 60 min. | Día 1 16:30-17:30 |
| Actividad 4 (indicadores) | 60-90 min. | Sesión 2 | 60-60 min. | Sesión 2 | 120 min. | Día 2 09:00-11:30 |
| Actividad 4 (disociación) | 30 min. | | 30-60 min. | | 60-90 min. | Día 2 12:00-13:30 |
| Profundizar Apartados 2.3. y 2.4. | | | 30 min. | | 30-60 min. | Día 2 15:00-16:00 |
| Actividad 4 (análisis de casos) | | | 30-60 min. | Sesión 3 | 60-90 min. | Día 2 16:15-17:30 |
| Actividad 5 | 30 min. | Sesión 3 | 30-60 min. | Sesión 4 | 60-120 min. | Día 3 09:00-11:00 |
| Actividad 6 | 60-90 min. | | 90-120 min. | | 180 min. | Día 3 11:30-13:30 Día 3 15:00-16:00 |
| Actividad 7 | 30 min. | | 60-120 min. | | 60-90 min. | Día 3 16:15-17:00 |
| Profundizar Capítulo 4 | | | 60 min. | Sesión 5 | 30-60 min. | Día 3 17:00-17:30 |

Como una formación sobre trauma siempre puede afectar, por la dureza de algunas situaciones, es importante poner una especial atención a las aperturas y los cierres de cada día. Es recomendable empezar las sesiones o los días con alguna actividad de consciencia corporal (relajación, visualización, movimiento, baile...). Así las personas activarán sus recursos para estar presentes, prestando atención a lo que sucede en su interior ante los distintos contenidos. Y también es útil terminar las sesiones o los días con una actividad de cierre, que permita salir de la formación con serenidad. De este modo quienes participan podrán procesar mejor lo que se ha visto. Si la formación se realiza en sesiones cortas, estas actividades se podrán hacer en tiempos cortos (entre 10 y 20 minutos cada una). Si la formación se concentra en sesiones más largas o en días completos, e pueden hacer actividades más extensas o se pueden realizar varias actividades más cortas a lo largo del día. Quien facilita debe tener experiencia en las actividades que propone.

1.3. Cómo creamos el entorno para la formación

Las sesiones de formación deben ser entornos seguros y protectores, en los que el conjunto de participantes se sientan a gusto. El tema del trauma va a causar incomodidad emocional, así que la comodidad física es fundamental: es imprescindible haber creado un entorno físico y emocional seguro y protector². Para ello podemos comprobar los siguientes puntos:

- Los **asientos** son cómodos y están colocados de forma que faciliten la participación. Lo ideal es que estén dispuestos en círculo, para favorecer la interacción entre participantes, pero en grupos de más de veinte de personas se pueden explorar otras disposiciones. Debe haber un espacio adecuado también para las dinámicas corporales, en la propia sala o en otro lugar.
- El espacio tiene las condiciones de **luminosidad y temperatura adecuadas**.
- Los **servicios** están bien indicados y limpios en su interior.
- Existe una **pizarra o papelógrafo** y utensilios para escribir y borrar.
- Si se va a utilizar **computadora y proyector** para mostrar una presentación digital con diapositivas, comprobar que funcionan adecuadamente antes de cada sesión.
- Están disponibles los **materiales generales necesarios** (papel y material de escritura para participantes) y los **elementos específicos** para cada actividad (fotocopias, otros suministros...).
- Si es necesario, el **sistema de sonido funciona** adecuadamente, escuchándose bien en toda la sala, tanto para voz hablada como para la música en los ejercicios corporales.
- Si la formación se imparte en dos o más idiomas, se ha acordado cómo va a funcionar la **traducción** y quienes traducen conocen ya la temática y el vocabulario.
- Están previstos momentos para las **pausas**, con la posibilidad de beber y comer algo entre sesiones.

2. El documento de referencia de Aldeas Infantiles SOS debe servir también para organizar las formaciones: <https://www.espiralesci.es/guia-la-promocion-de-entornos-seguros-y-protectores-en-aldeas-infantiles-sos-en-america-latina-y-el-caribe-de-pepa-horno/>

1.4. Cómo preparamos a nuestro público

Las personas que van a asistir a la formación necesitan unas informaciones mínimas para poder participar adecuadamente. Para ello es conveniente haber comunicado de forma efectiva los siguientes elementos:

● **La temática de la formación y su relevancia.** Dependiendo de los públicos (familias, diferentes profesionales, equipos técnicos...) su interés estará en un foco o en otro, y se debe resaltar (las familias necesitarán saber cómo acompañar a sus hijos e hijas, el personal de cuidado directo querrán conocer cómo manejar el trauma en las casas, los equipos técnicos buscarán profundizar en los mecanismos de intervención...). Pero debe quedar claro que se va a tratar el trauma, cómo identificarlo y cómo actuar al respecto (incluyendo la coordinación con la organización que convoca).

● **Las fechas y la distribución horaria.** Es importante indicar también el número de sesiones y su distribución, en especial cuando están distanciadas (por ejemplo, cuando se realizan sesiones quincenales).

● **El lugar donde se realiza la formación.** Es recomendable incorporar detalles sobre cómo llegar, especialmente para participantes que no sean de la organización.

Es opcional, pero recomendable, proporcionar dos o tres preguntas de **reflexión preparatorias**, para que el público tenga curiosidad hacia la temática. Por ejemplo:

- *“Cuando escuchan la palabra ‘trauma’, ¿qué imágenes les vienen a la mente?”* sirve para preparar la temática y para que puedan expresar creencias al respecto y corregirlas si es necesario.
- *“¿Qué señales muestra un niño, niña o adolescente con trauma?”* estimula las capacidades de identificación.
- *“¿Qué tres cosas hay que hacer con un niño, niña o adolescente que presenta señales de trauma?”* promueve la reflexión sobre las actitudes e intervenciones más adecuadas.

Cómo realizar las actividades

ACTIVIDAD 1 “CENTRANDO LAS SESIONES”



OBJETIVOS

- Crear un espacio de confianza y solidez a nivel técnico y humano.
- Explorar las expectativas de forma compartida.
- Dar claridad respecto a los objetivos y metodología de la formación.
- Presentar los aspectos prácticos y de logística.

Materiales:

Sillas que se puedan mover para el trabajo en parejas, pizarra o papelógrafo para anotar las ideas.

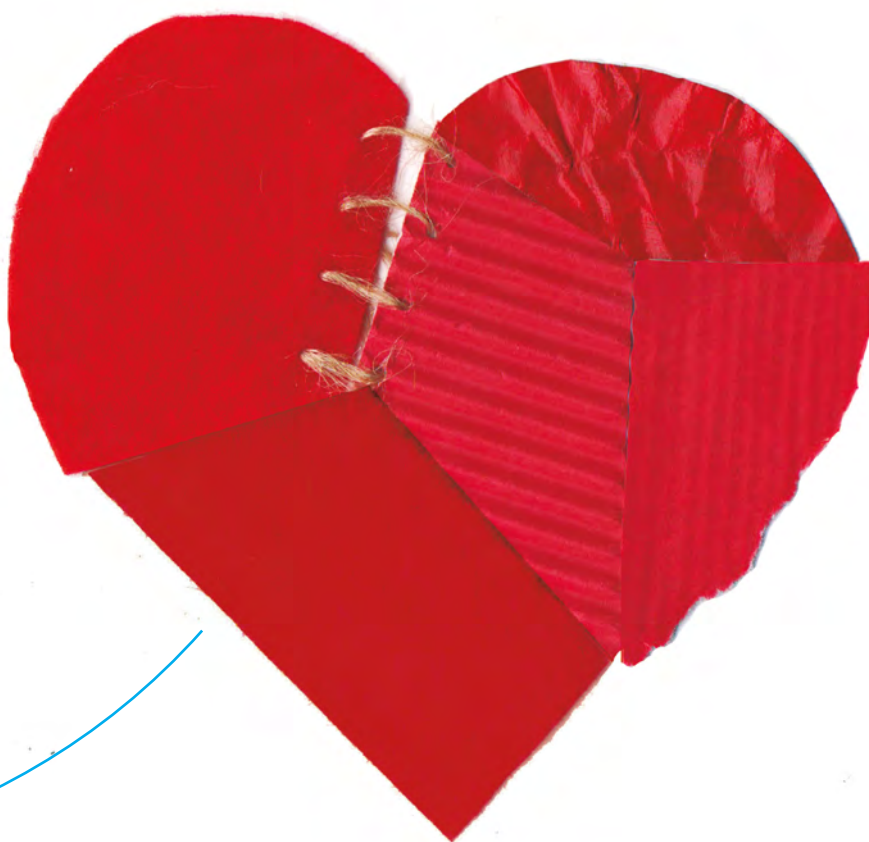
Temporalización:

30-90 minutos (dependiendo del tamaño del grupo).

Procedimiento:

- Quien facilita invita a que se creen parejas de participantes para el ejercicio de presentación.
- Quien facilita da la siguiente consigna: *“Ahora van a tener unos minutos para conversar dentro de la pareja. Les invito a que se presenten diciendo cómo se llaman (y cómo quieren que les llamemos aquí), de dónde vienen y una cosa, una sola, que les gustaría llevarse de esta formación. Presten atención a lo que les cuenta la otra persona, porque les va a corresponder presentarla. Dentro de una pareja, la persona A presentará a la persona B al grupo, y la persona B presentará a la persona A al grupo”*. A continuación se aclaran dudas. Si hay participantes impares, se puede formar un trío.

- Las parejas hablan durante seis minutos entre sí, quien facilita avisa cuando han pasado tres minutos para que puedan hablar ambas personas.
- Las personas se sientan en círculo en el grupo grande y quien facilita va pidiendo a cada persona que presente a su pareja, incluyendo una frase que explique las expectativas de la pareja respecto a la formación, y verifica con cada persona si siente que se la ha presentado de forma completa.
- Quien facilita va apuntando en el papelógrafo cada cosa que quieren llevarse. Al completar el círculo de presentación quien facilita resume las ideas principales y las reorganiza, explicando el programa completo de la formación, y en qué parte del programa encaja cada petición.
- Quien facilita y las personas que organizan la formación explican los aspectos prácticos del taller: horarios, pausas, contenidos...
- Quien facilita señala aspectos prácticos de participación: preguntar cuando haya dudas, pedir aclaraciones o que se hable más despacio, participar en las actividades, las responsabilidades de cada persona de la organización...



ACTIVIDAD 2

“¿A QUÉ LLAMAMOS TRAUMA?”



OBJETIVOS

- Explorar de forma vivencial situaciones que podrían haber sido traumáticas y que, sin embargo, no lo han sido.
- Identificar los elementos básicos de una situación potencialmente traumática a partir de lo que han vivido, pero sin entrar en vivencias traumáticas.
- Ofrecer una definición completa y operativa sobre trauma, de manera que sea comunicable a otras personas.
- Comprender los últimos avances en el ámbito de la conceptualización del trauma, de una manera práctica.
- Identificar mitos y conceptos obsoletos relativos a la conceptualización del trauma, para poder desmontarlos.

Materiales:

Sillas que se puedan mover para el trabajo en parejas, pizarra o papelógrafo para anotar las ideas.

Temporalización:

60-120 minutos (dependiendo del tamaño del grupo).

Procedimiento:

- **Ejercicio vivencial** opcional “¿Qué traumas he evitado?” (20-30 minutos). Este ejercicio es apropiado solo cuando el grupo esté formado por personas con seguridad emocional y que, si han pasado por situaciones de trauma, las han elaborado ya, al menos parcialmente:
 - Quien facilita invita a que se creen parejas o tríos de participantes para escucharse experiencias personales que puedan compartir con el grupo.
 - Quien facilita da la siguiente consigna: *“Todas las personas hemos vivido situaciones difíciles, pero no todas las situaciones difíciles se convierten en traumas. Les invito a que recuerden una situación difícil que hayan vivido en su vida profesional y que puedan recordar con orgullo, con satisfacción, en la que sientan que actuaron de forma valiente y eficaz. Pueden elegir una dificultad leve, como una mediación en una disputa o el descubrimiento de una historia dolorosa de un niño o niña. O también pueden escoger una dificultad mediana, como una enfermedad seria de alguien que acabó con buenos resultados o como una situación de peligro que finalmente se encauzó de forma positiva.*



No son buenos ejemplos para esta práctica los eventos mayores, aunque en un primer momento les interesen. Podrán explorarlos más adelante, cuando hayamos visto más herramientas para afrontar las situaciones difíciles. A partir de esa situación, les invito a que identifiquen qué aspectos les ayudaron para evitar que esa situación se convirtiera en traumática y que los comenten en su grupo". Se trabaja en grupos durante 10-15 minutos.

- De vuelta al grupo grande, quien facilita pide que se compartan los elementos que evitaron el trauma, sin necesidad de entrar en detalles de cada situación (aunque si surgen detalles se permiten, con moderación).
- Quien facilita va escribiendo en la pizarra o papelógrafo los elementos relacionados con el concepto de trauma.
- **Exposición teórica con preguntas y respuestas: conceptualización del trauma** (30-90 minutos). Quien facilita presenta los contenidos de la conceptualización del trauma adecuados a las necesidades e intereses del público, basándose en el **Capítulo 1 del Manual** y en el **Capítulo 1 de la Guía Didáctica**, respondiendo a las preguntas que vayan surgiendo. Los contenidos deben cubrir:
 - El funcionamiento básico del sistema nervioso (porque el trauma reside en él).
 - La imagen de las tres inteligencias, para ayudar a la gestión integrada del trauma.
 - El concepto de trauma.
 - El trauma como proceso.

Hay trauma cuando se producen tres condiciones:

- 1 **Sucede una situación de tensión.**
- 2 **Esa tensión supera la capacidad del sistema nervioso de la persona.**
- 3 **El sistema nervioso encuentra una respuesta que permite sobrevivir en el momento, pero que deja una huella, una marca en su funcionamiento.**



PARA PROFUNDIZAR

- **Algunas precisiones al concepto de trauma** (Apartado 1.1.4. y Anexo 1 del Manual).
- **Los tipos de trauma** (Apartado 1.1.6. y Anexo 2 del Manual).



ACTIVIDAD 3

“¿QUÉ SITUACIONES PUEDEN CAUSAR TRAUMA?”



OBJETIVOS

- Identificar los tipos de situaciones que pueden causar trauma.
- Reconocer y valorar la importancia de las relaciones en la infancia, con especial atención al apego y al vínculo.
- Repasar los conceptos básicos sobre apego que permitan comprender el impacto del trauma desde las relaciones vinculares.
- Comprender que algunas relaciones pueden ser fuente de trauma, y que otras relaciones pueden ayudar a sanar el trauma.

Materiales:

Sillas que se puedan mover para el trabajo en grupos pequeños, pizarra o papelógrafo para anotar las ideas.

Temporalización:

60-90 minutos (dependiendo del nivel de profundización y de los ejercicios opcionales).

Procedimiento:

- Quien facilita plantea la pregunta: “¿Qué tipo de situaciones pueden causar trauma?”. Puede realizarse en grupo grande, para mayor agilidad, pero si hay tiempo se puede hacer en grupos pequeños y volver al grupo grande después de unos minutos.
- Quien facilita va apuntando las ideas en la pizarra o en el papelógrafo. Normalmente saldrán fácilmente los tres primeros elementos, pero interesa que el grupo llegue también a identificar los tres últimos ([Apartado 1.1.2. del Manual](#) y [páginas 11 y 12 de la Guía Amigable](#)) y que haya un tiempo de reflexión para comentarlos en detalle bien:
 - **Violencia:** puede ser un buen momento para repasar el concepto de violencia.
 - **Pérdidas:** es importante insistir en las pérdidas simbólicas (un divorcio, una migración, un cambio de municipio...).
 - **Accidentes:** hay que recordar que también los pequeños accidentes domésticos pueden suponer un desbordamiento.



- **Procedimientos médicos:** es útil diferenciar entre la intención de curar por parte del equipo profesional y la vivencia del niño, niña o adolescente, que puede ser de miedo y dolor.
- **Falta de comprensión:** si un niño, niña o adolescente no entiende una situación, es más fácil que se desborde su sistema nervioso.
- **Privaciones físicas:** cuando se señala, es fácil comprender la relación entre haber pasado hambre y problemas con la comida, por ejemplo.
- **Exposición teórica con preguntas y respuestas, opcional: “Apego y trauma”** (30-60 minutos). Recomendable solo para profesionales, que tienen la obligación profesional de conocer la teoría del apego y el funcionamiento de las relaciones vinculares. Esta actividad está desaconsejada para familias, ya que una formación en apego y la consciencia sobre sus propias relaciones vinculares podría ser un trabajo de meses en grupo casi terapéutico. Quien facilita realiza una exposición sobre el concepto de apego, sus tipos y la interacción entre apego y trauma, teniendo en cuenta los conocimientos previos sobre apego y vínculo del grupo de participantes ([Capítulo 1.2. del Manual](#)).
- **Ejercicio práctico** opcional relacionado con la exposición teórica anterior, especialmente útil para profesionales que intervienen con niños, niñas y adolescentes: **“Identificar relaciones de apego de cada tipo en películas y series infantiles y juveniles”** (20-30 minutos). Se crean tres grupos pequeños de participantes, que tienen como objetivo generar un ejemplo de cada tipo de apego en películas y series infantiles y juveniles conocidas. Tras 10 minutos de discusión en grupo pequeño se pasa a 10 minutos de discusión en grupo grande. Quien facilita necesita haber reflexionado al respecto previamente para proporcionar claves para la consolidación de los conceptos.
- Quien facilita termina con una reflexión final: *“Si gran parte de los traumas se han producido en relaciones complicadas, entonces parte de la sanación consistirá en proporcionar relaciones seguras y protectoras. Esa es nuestra responsabilidad al terminar la formación”*. Se puede relacionar con el [Capítulo 3 del Manual](#) y de [la Guía Amigable](#), que se verá más avanzada la formación.



PARA PROFUNDIZAR

- Apartado 1.3. del Manual: **“Llegar aquí ha sido más duro que vivir en mi casa”**. Intervenciones técnicas y trauma.

ACTIVIDAD 4

“¿CÓMO DETECTAMOS EL TRAUMA?”



OBJETIVOS

- Identificar de forma vivencial pequeños traumas en nuestras vidas o en las vidas de personas de nuestro entorno.
- Conocer los indicadores generales del trauma.
- Comprender la disociación como una consecuencia del trauma.
- Reconocer los indicadores en casos prácticos.

Materiales:

Sillas que se puedan mover para el trabajo en parejas y en grupos pequeños, pizarra o papelógrafo para anotar las ideas.

- Copias impresas de uno de los esquemas de indicadores, según el nivel de la formación:
 - Para una formación introductoria las [páginas 17, 18 y 19 de la Guía Amigable](#).
 - Para una formación más extensa las [páginas 58 y 59 del Manual](#).
- Si se realiza análisis de casos, tener los casos preparados, en vídeo o en copias.

Temporalización:

60-240 minutos (dependiendo del perfil del grupo y de las actividades que se realicen). Si se realizan varios ejercicios hay que prever pausas intermedias o dividir la actividad en distintas sesiones.

Procedimiento:

- **Ejercicio vivencial** opcional: **“El sufrimiento a mi alrededor: traumas no vistos”** (45-60 minutos). Es muy recomendable con profesionales. Con familias, depende de las vivencias del conjunto de participantes (por ejemplo, después de un terremoto, no es recomendable porque surgirán vivencias traumáticas intensas), del tiempo disponible para la formación y de la capacidad de quien facilita para atender respuestas emocionales.
 - Quien facilita da la siguiente consigna: *“En la sesión anterior vimos el concepto de trauma, y vimos que hay muchos más traumas en la vida de los que identificamos. Con lo que sabemos ahora, les pido que recuerden alguna situación que consideren ‘un trauma pequeño’, en su vida o en la vida de alguien de*

su entorno afectivo. Consideraremos ‘un trauma pequeño’ una situación que cumpla con las características que vimos en las sesiones anteriores, pero en un nivel muy bajo. Por ejemplo, si alguna vez han tenido un accidente de auto, tal vez durante un tiempo les produjo miedo volver a subirse a un vehículo. O si han tenido alguna intervención médica que fuera especialmente incómoda, tal vez sienten inseguridad respecto a los hospitales y a los profesionales médicos, o se preocupan de forma distinta de su salud. Van a trabajarlo en parejas, así que busquen a alguien con quien se sientan a gusto comentando esto”.

- Una vez están formadas las parejas, quien facilita da la siguiente consigna: *“Necesitamos tener la seguridad de que tenemos un trauma que sea suficientemente pequeño. Les invito a que compartan con su pareja la historia de su trauma en tres frases. Si su pareja considera que es suficientemente pequeño, y ve que usted lo puede contar con tranquilidad, entonces es un trauma suficientemente pequeño. Si su pareja considera que la situación es demasiado grande por temática o por su respuesta emocional, trabajarán para encontrar un trauma más pequeño”*. Se dan entre 2 y 5 minutos, hasta que todas las personas indican que tienen el ejemplo adecuado.
- La invitación de quien facilita es la siguiente: *“Ahora que tienen ese trauma suficientemente pequeño, les invito a que lo exploren en pareja, dedicándole un tiempo a identificar los elementos que vimos en la sesión anterior [se pueden repasar los elementos de trauma analizados en la actividad 2]. Recuerden que quien narra la historia es su protagonista, y la pareja solo puede preguntar de forma orientativa, como en ‘Eso suena parecido a lo que vimos en la sesión anterior sobre... ¿Es así?’ o ‘¿Puedes describir un poco más cómo es eso?’*. Recuerden que la Gran Pregunta Prohibida es ‘¿Por qué?’, y que deben evitarla todo el tiempo. Si les da tiempo, les invito también a que identifiquen qué consecuencias tuvo esa situación entonces y cuáles perduran todavía. Recuerden que todo lo que compartan es privado, y no tendrán que comentarlo en el grupo grande”. Se les da 15 minutos a cada miembro de la pareja. El facilitador va pasando por las parejas para verificar que no se produce desbordamiento emocional y recordar los tiempos.
- Cuando el tiempo termina, quien facilita invita a volver al grupo grande: *“Ahora pueden compartir algo, si lo desean. Puede ser algún descubrimiento, o cómo se han sentido. Si quieren también pueden hacer alguna pregunta respecto a su propio proceso (no del proceso de su pareja, para asegurar su privacidad). Si tienen alguna pregunta más teórica o práctica, anótenla y la podremos abordar en otro momento”*. El facilitador va moderando el grupo para que sea un entorno seguro y protector, que contenga las emociones y vivencias.
- Quien facilita realiza un cierre con las ideas fundamentales e invita a continuar.
- **Ejercicio práctico** opcional: **“¿Qué indicadores de trauma conocemos?”** (15-30 minutos). Adecuado para profesionales, en especial equipos técnicos y responsables de intervención en trauma, también se puede realizar con personal de cuidado directo.

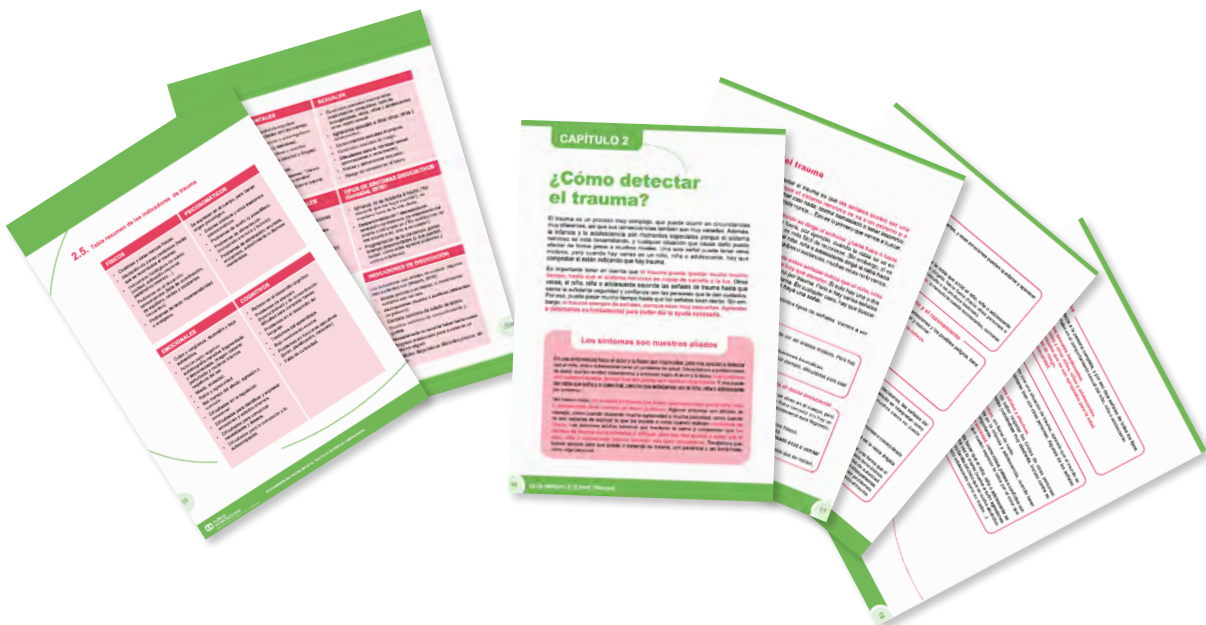
Ejercicio no recomendado para familias, con quienes es mejor pasar directamente a la exposición teórica (en un ejercicio como este podrían revelar información privada de sus niños, niñas y adolescentes en público, vulnerando su derecho a la privacidad).

- Quien facilita propone que se formen tres grupos de participantes. Una vez se sientan en grupo pequeño su tarea es elaborar un listado de consecuencias e indicadores de trauma en niños, niñas y adolescentes, en torno a las siete categorías propuestas. Quien facilita va pasando por los grupos para dar orientaciones y favorecer el avance.
- Dependiendo del grupo y del tiempo disponible, se puede elaborar un listado en la pizarra o en el papelógrafo, o se puede pasar directamente a la exposición, comprobando qué indicadores se habían identificado y cuáles no.

Indicadores

- Físicos.
- Indicadores psicosomáticos.
- Indicadores emocionales.
- Indicadores cognitivos.
- Indicadores comportamentales.
- Indicadores sexuales.
- Indicadores sociales y relacionales.

- **Exposición con preguntas y respuestas: “Consecuencias de la violencia en el desarrollo: los indicadores del trauma”** (60-120 minutos). Se presentan los distintos indicadores (**Apartado 2.1. del Manual y de la Guía Amigable**) ajustando la exposición al tiempo y los intereses del grupo. Es recomendable entregar copias de los cuadros de resumen apropiados para el grupo.



- Exposición con preguntas y respuestas: **“La disociación: el olvido necesario”** (Apartado 2.2. del Manual y de la Guía Amigable) (15-45 minutos). Se presenta la disociación de forma adecuada al grupo. Para ello pueden servir ejemplos concretos, relatando el proceso de la disociación paso a paso.
- **Ejercicio de trabajo corporal** (20-40 minutos). El procesamiento de los indicadores de trauma puede generar malestar emocional, de modo que es importante incorporar elementos de consciencia corporal. Quien facilita debe proponer en algún momento de esta actividad ejercicios de trabajo corporal de alguna técnica que domine y que sean adecuados para el grupo. Puede ser desde relajación y visualización hasta juegos con música o dinámicas de técnicas concretas (yoga, biodanza, Focusing, juegos de activación y autorregulación...).



Cómo seleccionar y preparar un caso para su trabajo en grupo

- Si es un caso real, es recomendable que no sea de Aldeas Infantiles SOS, o que sea imposible reconocer al niño, niña o adolescente.
 - El caso debe recoger datos de la vida del niño, niña o adolescente que estén relacionados con los indicadores que aparecen en el relato.
 - La redacción tiene que ser respetuosa hacia el niño, niña o adolescente (también en los casos inventados): tiene que servir para desarrollar en cada participante una mirada cálida y comprensiva hacia el sufrimiento humano.
 - La formulación debe incluir indicadores en distintos grados de dificultad: algunos evidentes que sean fáciles de reconocer y otros muy sutiles, para favorecer la discusión.
 - La situación debe estar redactada como si fuese un caso que pudiese suceder en el entorno profesional de la mayoría de participantes: si son profesionales de cuidado directo, el caso debería aparecer como lo vivirían desde un hogar; si son equipos de protección, la redacción debería ser como les llegaría a su oficina; y así con cada perfil.
- **Ejercicio práctico** opcional: **“Análisis de casos”** (45-60 minutos). Se parte de las claves del **Apartado 1.4 “Dónde me perdí?”**. **Narrar el trauma del Manual** y de los indicadores analizados.
- Quien facilita proporciona el caso, proyectando el vídeo o entregando las copias. Se forman grupos pequeños (5-7 participantes) y se les plantean las preguntas orientadoras:
 - *“¿Qué indicadores identificamos? ¿En qué situaciones concretas?”*. Se trata de concretar al máximo, por ejemplo, *“Vemos la tristeza en la escena en que el niño llora”, “Vemos la agresividad en la frase que la niña dice a su cuidadora”*.
 - *“¿Qué relación puede tener cada indicador con la historia del niño, niña o adolescente?”*. Es conveniente dar un ejemplo antes de que el grupo se ponga a trabajar. Por ejemplo: *“Parece que la tristeza del niño está relacionada con cuando le sucede A y pierde B”*.

- *“¿Para qué le sirvió esa respuesta al niño, niña o adolescente en la situación traumática, y cómo la ha mantenido hasta el presente?”. Por ejemplo: “La agresividad protegió a la niña durante la situación traumática que sufrió, y la falta de regulación después ha hecho que siga agrediendo como forma de protegerse”.*
- Reflexión final de cierre. *“Revisar las señales de trauma puede ser muy doloroso, especialmente si reconocen situaciones en las vidas de los niños, niñas y adolescentes de su entorno o incluso en las suyas propias. Si necesitan hablar al respecto, ya saben que A y B [personas concretas de la organización] están disponibles para que puedan comentar y desahogarse”.* Es fundamental que esas personas (y quien facilita, si es una de ellas) estén realmente accesibles y tengan tiempos y espacios donde desarrollar la escucha, si es necesaria.



PARA PROFUNDIZAR

- Apartado 2.3. del Manual: **“Agredo desde mi herida”. Trauma y conductas violentas y de riesgo.**
- Apartado 2.4. del Manual: **“Mi cuerpo ya no es mío”. Abuso sexual, trauma y sexualización inadecuada en la infancia y la adolescencia.** Esta parte debe ser facilitada exclusivamente por profesionales con formación avanzada específica en traumas por abuso sexual.

ACTIVIDAD 5

“¿CÓMO ATENDEMOS A LOS NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES CON TRAUMA COMO ORGANIZACIÓN?”



OBJETIVOS

- Tener claridad sobre los objetivos de la intervención: aspectos generales para todos los niños, niñas y adolescentes, independientemente de si se les ha reconocido trauma o no.
- Relacionar los aspectos generales de la intervención con los lineamientos de Aldeas Infantiles SOS respecto a los temas que afectan a la intervención en trauma.

Materiales:

Pizarra o papelógrafo para anotar las ideas.

Temporalización:

60-120 minutos (dependiendo del nivel de profundización deseado).

Procedimiento:

- **Exposición con preguntas y respuestas** (30-60 minutos). Esta actividad está dirigida especialmente a personal de Aldeas Infantiles SOS, pero puede resultar útil también para profesionales de otros ámbitos (centros educativos, ocio y tiempo libre, salud...) y para familias. Quien facilita tiene en cuenta el trabajo previo que se haya realizado con el grupo y repasa los conceptos necesarios para crear el marco que necesita cualquier niño, niña o adolescente para su desarrollo pleno, en especial después de trauma (**Apartado 3.3. del Manual**). Los documentos de referencia son los siguientes.



El acompañamiento: ofrecer entornos seguros y protectores para que el niño, niña o adolescente pueda poner en marcha sus propios mecanismos de recuperación.

<https://www.espiralesci.es/guia-la-promocion-de-entornos-seguros-y-protectores-en-aldeas-infantiles-sos-en-america-latina-y-el-caribe-de-pepa-horno/>

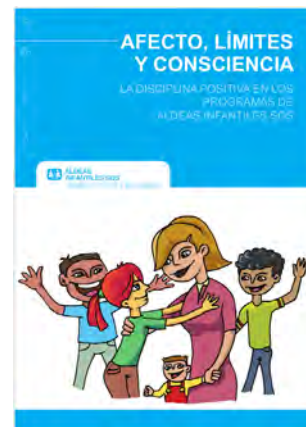


La práctica de la **Afectividad Consciente** (afectividad, vínculo, atención a las fases de cada proceso, la mirada consciente y respetuosa hacia la historia de cada persona y la resolución de conflictos desde la **Disciplina Positiva**).

<https://www.espiralesci.es/guia-la-afectividad-consciente-como-competencia-organizacional-en-aldeas-infantiles-sos-en-america-latina-y-el-caribe-de-pepa-horno/>

La **seguridad en las relaciones: la Disciplina Positiva y la previsibilidad del entorno.**

<https://www.espiralesci.es/guia-afecto-limites-y-consciencia-de-pepa-horno-y-f-javier-romeo-para-aldeas-infantiles-sos-en-america-latina/>



Una **visión del trauma que es necesario completar con la lectura del Manual.**

<http://www.espiralesci.es/manual-acompanando-las-heridas-del-alma-trauma-en-la-infancia-y-adolescencia-de-f-javier-romeo/>



PARA PROFUNDIZAR

- Si es necesario y el grupo de participantes no conoce las distintas herramientas, se pueden dedicar algunas sesiones para conocerlas, con la metodología que se considere apropiada. Sin embargo, con frecuencia es mejor terminar primero la formación en trauma y proponer una formación de profundización en otros aspectos organizacionales más adelante.

ACTIVIDAD 6

“¿CÓMO ACOMPAÑAMOS MEJOR A NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES CON TRAUMA?”



OBJETIVOS

- Asumir individualmente y como organización la importancia del trabajo en red para abordar el trauma en niños, niñas y adolescentes.
- Conocer los elementos básicos de la detección de trauma y los canales de comunicación al respecto.
- Incorporar acciones conscientes en la práctica diaria para acompañar mejor a los niño, niña o adolescente que sufren trauma.
- Comprender el proceso de derivación y la participación de cada persona en él.

Materiales:

Sillas que se puedan mover para el trabajo en parejas, pizarra o papelógrafo para anotar las ideas, espacio y materiales para los ejercicios prácticos que se decidan (papel, lápices de colores, pasta de modelar, globos, equipo de música...).

Temporalización:

60-180 minutos (dependiendo de los ejercicios que se quiera realizar y del nivel de profundización deseado).

Procedimiento:

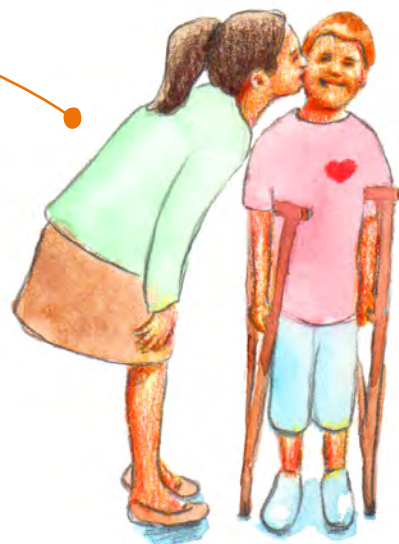
- **Ejercicio práctico: “¿Quiénes pueden apoyar a un niño, niña o adolescente con trauma?”** (15-30 minutos). Quien facilita plantea al grupo grande la pregunta y va apuntando todos los tipos de personas que pueden apoyar a un niño, niña o adolescente, aprovechando para destacar los mensajes clave (**Apartado 3.1. del Manual** y **“¿Qué hacer cuando vemos algo que parece trauma” de la Guía Amigable**).



- De **consciencia (“hacia dentro”)**:
 - El niño, niña o adolescente puede tener trauma, pero es mucho más que su trauma.
 - El trauma es un proceso tan complejo que necesitamos trabajarlo en equipo.
 - La respuesta de trauma ha sido la mejor posible hasta el momento, no queramos cambiarla hasta que no haya respuestas mejores.
 - Para acompañar el trauma van a hacer falta tiempo, presencia y paciencia.
- Y de **prudencia y colaboración (“hacia fuera”)**:
 - 1 Hacer una pausa y ver si el niño, niña o adolescente puede estar sufriendo trauma.
 - 2 Pensar en cómo puede actuar el trauma dentro de la vida del niño, niña o adolescente.
 - 3 Buscar ayuda especializada
 - 4 Hacer nuestra parte en el proceso.
- **Exposición con preguntas y respuestas: “La detección: qué hacer y qué no hacer”** (Apartado 3.2. del Manual) (10-20 minutos). Quien facilita repasa los distintos elementos de la detección, con distinta profundidad:
 - Para familias y profesionales de otros ámbitos, es suficiente que tengan claro que deben buscar ayuda especializada. Es un buen momento para presentar a la persona de referencia en protección de la organización, si no ha estado en la formación, y de aclarar cómo contactar con ella.
 - Para personal de Aldeas Infantiles SOS, deben quedar claros los canales de comunicación de indicadores y de sospecha de trauma y los pasos dentro de cada programa en concreto.

- **Exposición con preguntas y respuestas: “¿Cómo acompañamos mejor a niños, niñas y adolescentes con trauma?”** (de la Guía Amigable y Apartado 3.4. del Manual) (20-60 minutos). Quien facilita repasa las áreas en las que se puede apoyar a un niño, niña o adolescente que sufre trauma:

- **El afecto.**
- **Las relaciones.**
- **El juego.**
- **El arte.**
- **Otros elementos.**



- **Ejercicio vivencial** opcional (se puede incluir en la exposición anterior): **“Practicando nuestras habilidades de acompañar”** (30-60 minutos). Quien facilita puede dinamizar algunos ejercicios prácticos de arte, juego, baile o interacción, para que el conjunto de participantes los puedan practicar con los niños, niñas y adolescentes que tienen a su cargo. Dependiendo del grupo pueden ser actividades más lúdicas o más reflexivas, más sencillas o más complejas. Quien facilita debe sugerir solo prácticas que las personas participantes puedan llevar a cabo a solas de forma segura y protectora con niños, niñas y adolescentes con trauma. Ante las dudas, mejor optar por algo más sencillo (como un baile guiado o jugar con globos).
- **Exposición con preguntas y respuestas: “La derivación”** (10-20 minutos). Se realiza a dos niveles:
 - Para profesionales de Aldeas Infantiles SOS, exposición completa (**Apartado 3.5. del Manual**) con orientaciones específicas de su programa.
 - Para el resto de profesionales y para las familias, explicación del concepto de terapia como un apoyo para los niños, niñas y adolescentes, para reducir los prejuicios y la estigmatización, y algunas claves básicas del apoyo que recibirán desde Aldeas Infantiles SOS durante la terapia.

ACTIVIDAD 7

“¿CÓMO SEGUIMOS AVANZANDO?”



OBJETIVOS

- Realizar un análisis de la capacidad y recursos de cada participante en los siguientes pasos.
- Establecer una serie de objetivos individuales y grupales.
- Recordar y fijar los aspectos fundamentales de la formación.

Materiales:

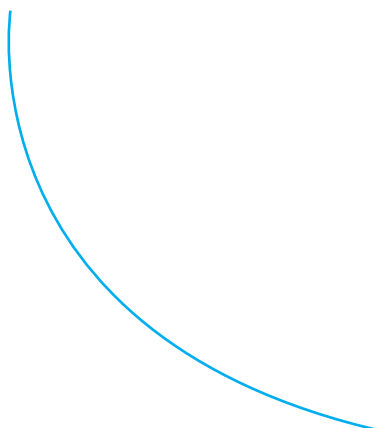
Sillas en círculo, pizarra o papelógrafo para anotar las ideas, papeles adhesivos (tipo *Post-It*) de un único color.

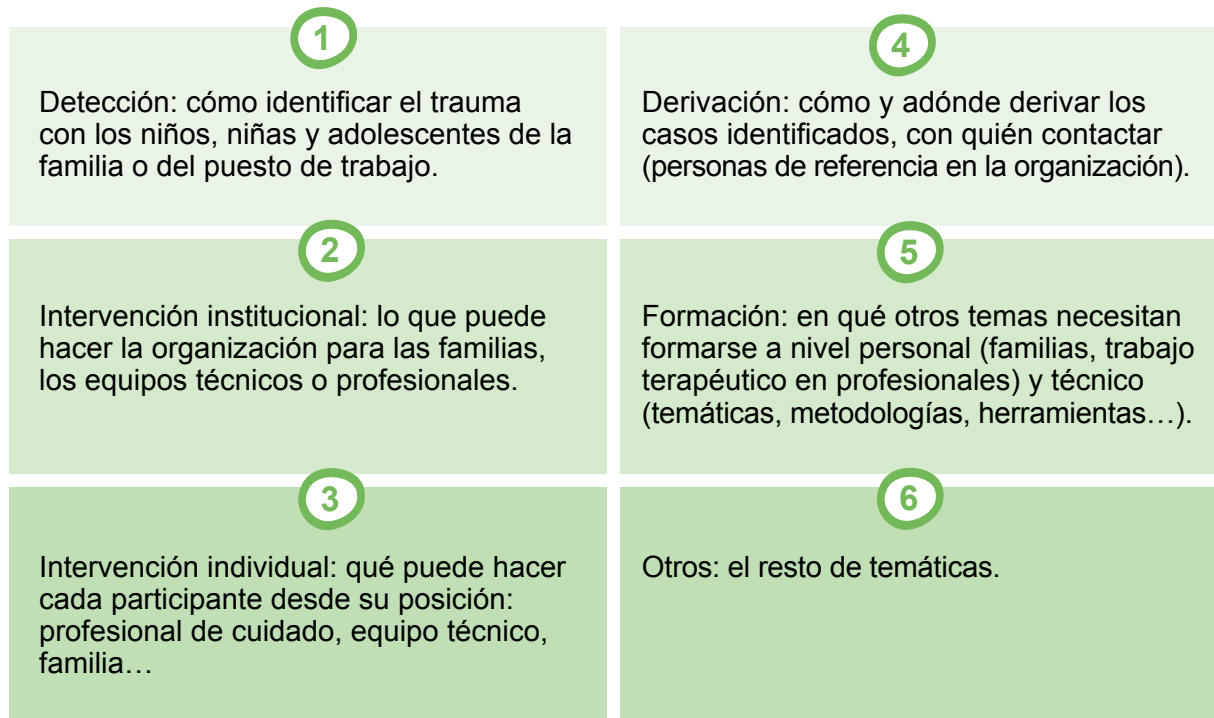
Temporalización:

60-120 minutos (dependiendo del tamaño del grupo).

Procedimiento:

- **Ejercicio práctico: “¿Qué queremos empezar a hacer ya?”** (45-90 minutos).
 - Quien facilita plantea las preguntas “¿Qué queremos empezar a hacer ya? ¿Qué cosas pueden hacer ya a nivel individual, de equipo o de familia? Por favor, busquen objetivos concretos, no más de tres”. Las preguntas se deben adaptar al tipo de grupo, dependiendo de si son equipos técnicos, personal de cuidado directo, profesionales, familias u otros colectivos.
 - Cada participante recibe tres papeles adhesivos (tipo *Post-It*) y escribe una sola idea en cada papel y se los entrega a quien facilita.
 - Quien facilita va organizando los papeles por temáticas en la pizarra o en el papelógrafo, relacionando cada idea con los contenidos vistos en la formación.





- Quien facilita y el conjunto de participantes comentan las líneas que han aparecido, asumiendo compromisos al respecto. Esas ideas servirán de orientación para la toma de decisiones a nivel individual y de equipos.
- **Evaluación final** (15-30 minutos). Se realiza adecuada al perfil de la formación, desde preguntas breves (“¿Qué tres cosas les han gustado? ¿Qué tres cosas no les han gustado? ¿Qué tres cosas habrían hecho diferentes?”) hasta cuestionarios completos. Si responden por escrito, es conveniente también pedir que unas cuantas personas compartan en voz alta.
- **Agradecimientos y cierre**, resaltando el trabajo realizado en equipo.

PARA PROFUNDIZAR



Capítulo 4 del Manual, Sigüientes pasos: el abordaje del trauma a nivel organizacional. Especialmente útil para equipos técnicos y equipos directivos, permite que se asuman procedimientos como organización para atender de manera integral a los niños, niñas y adolescentes con trauma.

Seguimiento

Una formación sobre trauma en la infancia y la adolescencia puede tener un gran impacto en quienes participan. Por eso el acompañamiento no puede terminar con la última sesión, y quienes organizan y facilitan deben preverlo y organizarlo. Estas son algunas reacciones que pueden surgir en participantes, con sus respuestas recomendadas.

- Pueden empezar a **reconocer situaciones de trauma que antes no veían.** Bien manejadas, esas nuevas capacidades pueden ayudar a detectar antes el trauma y a abordarlo mejor. Pero si no se dan pautas concretas y un camino que recorrer desde la esperanza, pueden abrumar por la sensación de *“Queda tanto por hacer”*. Y si no se atienden las peticiones de quienes reconocen el trauma, pueden suponer un desánimo por vivencias como *“Todo sigue como antes, pero ahora sufro al ver cosas que no puedo cambiar”*. Las orientaciones tienen que ir dirigidas a atender a los niños, niñas y adolescentes que muestran indicios de trauma, tanto con acciones individuales que la persona puede llevar a cabo como con respuestas institucionales que se asuman desde la organización.
- Pueden **identificar a niños, niñas y adolescentes con trauma que no supieron ver en el pasado.** Un proceso adecuado supone atravesar el duelo por aquellas situaciones en las que no pudieron ayudar a los niños, niñas y adolescentes, con un aprendizaje para el presente y el futuro. Pero sin apoyo, puede suponer un bloqueo emocional, desde la culpa, que causa mucho daño. La organización debe ofrecer respuestas institucionales que incluyan mejoras en la detección y atención a niños, niñas y adolescentes con trauma y acompañamiento profesional para la elaboración de esos duelos.
- Pueden **descubrir y nombrar como experiencias de trauma en su propia vida.** Bien gestionada, esa consciencia ayuda a que puedan elaborar sus vivencias y a que estén más presentes con los niños, niñas y adolescentes. Pero si no se proporciona la ayuda necesaria, las personas pueden sufrir que su propio trauma se active en su vida adulta, lo cual puede ser retraumatizante en sí. Por eso la organización debe ofrecer el apoyo necesario para la elaboración de sus vivencias a través de acompañamiento profesional a nivel individual o de grupo.
- En algunos casos muy infrecuentes, pero posibles, pueden **creer que ya saben todo lo necesario sobre trauma.** Eso es un peligro porque pueden dejar sin reconocer casos más sutiles de trauma o con mucha disociación. Por eso es necesario mantener reuniones y conversaciones regulares, de modo que estas personas puedan contrastar sus percepciones y recuerden la importancia del trabajo en equipo siempre.

En cualquier caso, acompañar a niños, niñas y adolescentes con trauma es un proceso largo y difícil. Recordemos siempre la frase “¿Quién cuida a quienes cuidan?”. Quienes organizan la formación deben asegurar que todas las personas implicadas tienen a profesionales de confianza a quienes consultar dudas y de quienes recibir apoyo emocional e incluso terapéutico. Por eso es importante organizar un sistema de seguimiento adecuado a cada tipo de participante después de la formación:

- **Seguimiento telefónico:** apropiado para mantener el contacto con familias y profesionales de otros ámbitos, para conversar de manera informal sobre las dudas y experiencias que vayan surgiendo en su vida.
- **Seguimiento online:** adecuado para crear espacios para equipos técnicos y a veces para profesionales de cuidado directo, ya que proporciona lecturas y permite resolver dudas compartidas en foros y conversaciones virtuales.
- **Acompañamiento individual:** necesario para cualquier persona que haya vivido trauma y lo esté elaborando a partir de la formación. Debería ser proporcionado desde la organización.
- **Acompañamiento grupal:** útil para recordar elementos en grupos homogéneos (grupo de familias, o grupo de profesionales de cuidado directo, o grupo de responsables de actividades de ocio y tiempo libre...) y para proporcionar experiencias de apoyo entre iguales (además del apoyo de quien dinamiza las sesiones).

Como hemos visto, el trauma supone una pérdida de control sobre los mecanismos internos de supervivencia. Las intervenciones reparadoras conllevan que la persona retoma gradualmente el control sobre su propia vida. Para lograrlo, es imprescindible el **protagonismo**, tanto de los niños, niñas y adolescentes en sus propios procesos como de las familias y profesionales de todos los ámbitos en las decisiones que les afectan.

Por último, es importante que estos tipos de acompañamiento estén organizados antes de la formación, de modo que se puedan presentar y poner en marcha entre las sesiones (especialmente cuando la formación se realiza en sesiones separadas). Así cada participante podrá identificar esos apoyos como una ayuda y no como una desconfianza en sus capacidades. De ese modo, quienes cuidan podrán sentir que también reciben el cuidado que necesitan.

Para terminar: preparación, presencia y trabajo en red

Impartir formaciones sobre trauma en la infancia y adolescencia es una gran responsabilidad. El trauma supone una marca profunda en los niños, niñas y adolescentes, y aprender a mirarlo conlleva un esfuerzo tanto a nivel intelectual como emocional. Por tanto, debemos recordar tres elementos siempre: preparación, presencia y trabajo en red.

Como hemos visto, el primer elemento es la **preparación**. Para facilitar talleres sobre trauma es necesario tener unas sólidas bases técnicas sobre cómo funciona el trauma en niños, niñas y adolescentes, cómo detectarlo y cómo intervenir de forma coordinada. Es imprescindible la formación continua, para estar al día de los últimos conocimientos técnicos. Pero también es fundamental la preparación de cada formación, aunque la hayamos impartido muchas veces. Conocer las expectativas del grupo y de quienes organizan nos ayuda a ajustarnos. Y tener varias alternativas en mente nos permite ser flexibles en caso de que haya imprevistos. Además, podrán surgir preguntas complicadas, y será necesario ofrecer respuestas adecuadas.

Pero los conocimientos por sí solos no bastan. Mirar el trauma puede desencadenar emociones intensas, e incluso puede provocar que haya participantes que entren en contacto con sus propias experiencias de trauma. Por eso, es necesario un trabajo emocional previo en quienes facilitamos las formaciones. Tenemos que conocer nuestras propias heridas, para poder dejarlas a un lado cuando atendamos a otras personas. Y es imprescindible que mostremos una **presencia cálida y segura** para poder contener y reconducir las situaciones. La formación no es un espacio de terapia, pero debemos dar una respuesta emocional adecuada para que cada persona se sienta vista y respetada (y sus procesos internos también). Así, podrán tener a su vez la presencia necesaria con los niños, niñas y adolescentes de su entorno.

Y como insistimos en la formación, es fundamental el **trabajo en red**, así que quienes facilitamos el taller debemos dar ejemplo. Dentro de lo posible, es importante que conozcamos los recursos disponibles tanto en cada comunidad (públicos o privados) como en la entidad que organiza la formación (profesionales de referencia, líneas de derivación...). Pero también podemos servir de modelo al crear red dentro del grupo, una red temporal durante la formación o algo de mayor duración, que continúe una vez terminado el taller.

Con la metodología propuesta, con los conocimientos y la experiencia de cada cual y con estos tres elementos finales podremos facilitar formaciones que, como dice el título, *enseñen a ver las heridas del alma* de tantos niños, niñas y adolescentes que lo necesitan.



**trabajo
en red**





**ALDEAS
INFANTILES SOS**
AMÉRICA LATINA Y EL CARIBE



OTROS MATERIALES SOBRE TRAUMA EN LA INFANCIA Y ADOLESCENCIA



Para comprender con mayor
detalle el trauma a nivel
profesional



Para empezar a conocer
el trauma en la infancia y
adolescencia de manera
sencilla