



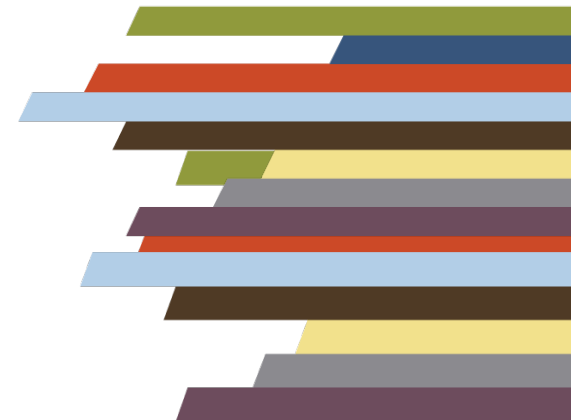
Northeast & Caribbean (HHS Region 2)

ATTC

Addiction Technology Transfer Center Network
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

Reflexionando en el Trauma: Un adiestramiento para personal en Hogares Residenciales de Justicia Juvenil Módulo 3

Rocio Chang, Psy D.



Relevo de Responsabilidad



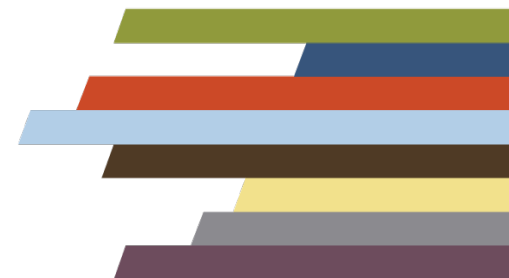
"El desarrollo de estos materiales de capacitación fue respaldado por la subvención T1082504 (PI: M. Chaple) del Centro de Tratamiento de Abuso de Sustancias, Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental (SAMHSA), Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos. El contenido es responsabilidad exclusiva del Centro de Transferencia de Tecnología de Adicciones del Noreste y el Caribe, y no representa necesariamente las opiniones oficiales de SAMHSA ".



Northeast & Caribbean (HHS Region 2)

ATTC

Addiction Technology Transfer Center Network
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



Octubre: Mes Nacional de la Prevención del Consumo de Sustancias



ATTC

Addiction Technology Transfer Center Network
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration



El uso de un lenguaje afirmativo inspira esperanza y promueve la recuperación.

EL LENGUAJE IMPORTA.

Las palabras tienen poder.

LAS PERSONAS PRIMERO.

Los Centros ATTC utilizan lenguaje afirmativo para promover la recuperación utilizando prácticas basadas en evidencia y culturalmente sensibles.

Adaptado de <https://ttchub.org/regcenters/webadmin/promotion/templates.aspx>



Northeast & Caribbean (HHS Region 2)

ATTC

Addiction Technology Transfer Center Network
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

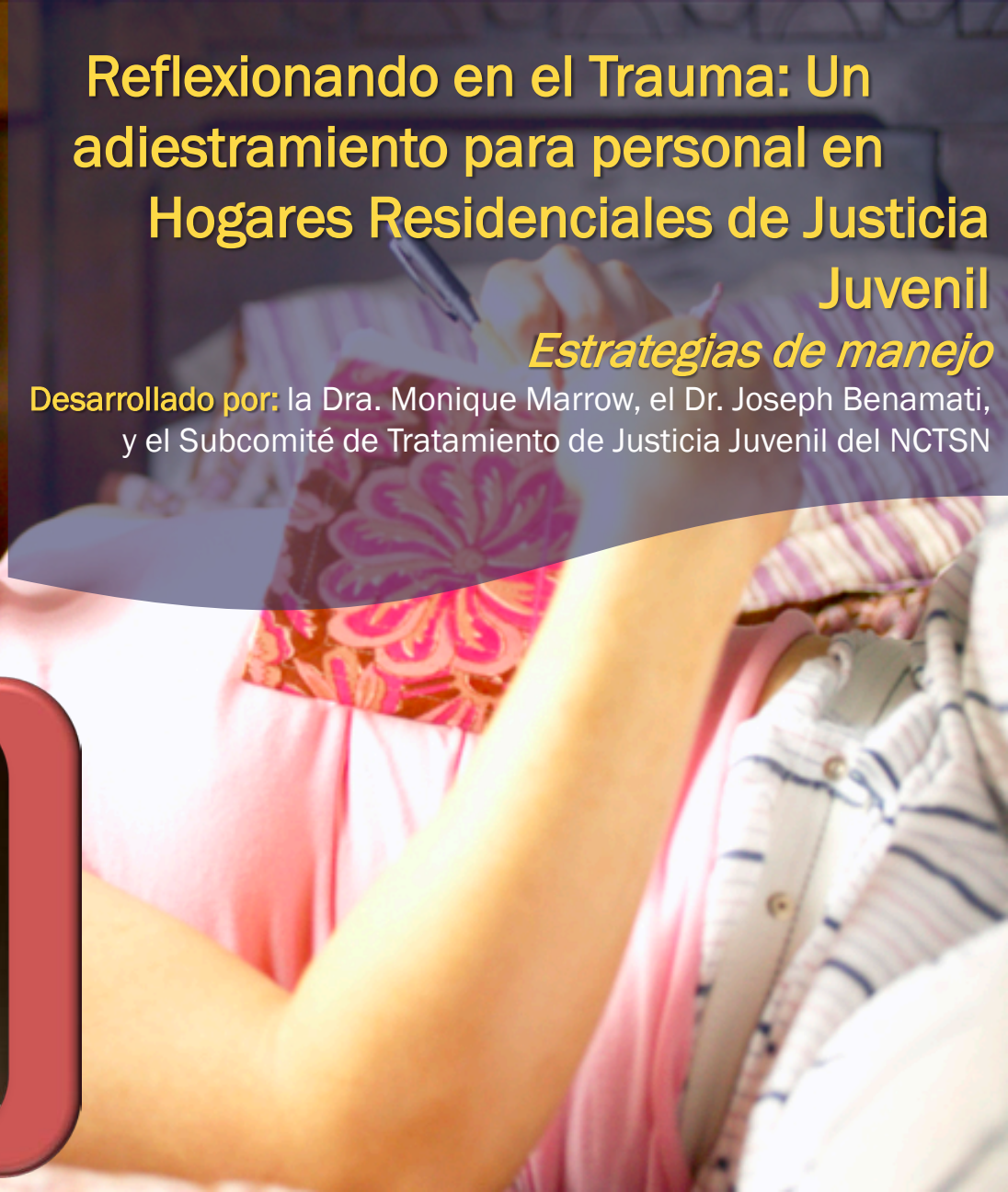




Reflexionando en el Trauma: Un adiestramiento para personal en Hogares Residenciales de Justicia Juvenil

Estrategias de manejo

Desarrollado por: la Dra. Monique Marrow, el Dr. Joseph Benamati, y el Subcomité de Tratamiento de Justicia Juvenil del NCTSN





Bienvenido





Visión
general
de la
serie

Módulo Uno: Trauma y Delincuencia

Módulo Dos: Impacto del Trauma en el Desarrollo

Módulo Tres: Estrategias de Manejo

Módulo Cuatro: Trauma Vicario, Estrés Organizacional y Autocuidado

¡Alerta de Autocuidado!

- Salga del lugar y tome un receso.
- Hable con alguien en quien confíe.
- Haga algo que le relaje.





Módulo Tres: Objetivos de Aprendizaje

¿Qué aprenderé hoy?



Los participantes serán capaces de describir de dos a tres estrategias de manejo para la supervivencia que podrían usar jóvenes con historial de trauma y nombrar formas alternativas para lidiar con el trauma.

Los participantes serán capaces de redactar un plan informado de seguridad para el trauma y usarlo en sus unidades.

Los participantes serán capaces de describir formas en que pueden ayudar a los jóvenes que estén experimentando reacciones de estrés traumático.

¿Qué ha aprendido hasta ahora?

- El trauma es prevalente entre los jóvenes en el sistema de JJ.
- Las reacciones al estrés traumático y los recordatorios del trauma pueden parecer “mal comportamiento”.
- El trauma puede moldear el comportamiento de la juventud para responder a un mundo que percibe como peligroso.
- El trauma puede alterar y descarrilar el desarrollo normal infantil.
- Los efectos del trauma pueden ser acumulativos.
- Usted puede fomentar que los jóvenes adopten la resiliencia y superen el impacto del trauma.

Aprendemos de la experiencia



Los historiales de trauma pueden llevar a tener que lidiar con la supervivencia.



Una estrategia de manejo es un comportamiento que los individuos usan consciente o inconscientemente para tolerar la adversidad, desventaja o impedimento sin corregir o para eliminar la condición subyacente.



Estrategias de manejo

- Pueden ser positivas o negativas
- Son adaptativas a una situación traumática
- Pueden ser inadaptadas cuando cambia la situación

Afrontamiento de supervivencia

Victimización

Pérdida de integridad y control personal

Afrontando la supervivencia

Desregulación de las emociones

Procesamiento rígido y distorsionado de información social

Comportamiento rígido, desconfiado y cruel

Fachada de agresión, contrariedad, desafío a las reglas, violaciones a las leyes

Ford, Chapman, Mack y Pearson, 2006; Kerig & Becker, 2010)



NCTSN

The National Child Traumatic Stress Network



Northeast & Caribbean (HHS Region 2)

ATTC Addiction Technology Transfer Center Network
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

La traducción al español y revisión del taller Think Trauma del National Center for Child Traumatic Stress, versión 1 fue subvencionada por fondos del NoC ATTC, julio 2021.

Estrategias de manejo...

Piense en las estrategias que podrían haber usado:

- para aumentar su sensación de seguridad física y emocional
- disminuir la ansiedad y el miedo
- protegerse del impacto de traumas o pérdidas en el futuro



Estrategias de manejo para la supervivencia



La venganza como estrategia de manejo para la supervivencia y el contrato social

- Los adolescentes se vuelven más sensibles en cuanto a si la familia, escuela, comunidad y sociedad protegen a sus miembros e imparten justicia.
- Percibir fallas en el contrato social puede llevar a fantasías y comportamientos vengativos.



Experiencias infantiles adversas y estrategias inadaptadas de manejo

El estudio de las Experiencias Infantiles Adversas (EIA)



Dr. Felitti – Kaiser Permanente



Dr. Anda – Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades

Las experiencias infantiles adversas son comunes

<u>Disfunción del hogar:</u>	<u>% de la muestra</u>
Abuso de sustancias	27%
Divorcio/sep. de padres - ausencia	23%
Enfermedad mental	17%
Madre maltratada	13%
Comportamiento criminal	6%

(www.acesstudy.org)

Las experiencias infantiles adversas son comunes

2. Abuso:

% de la muestra

Psicológico

11%

Físico

28%

Sexual

21%

3. Negligencia:

Emocional

15%

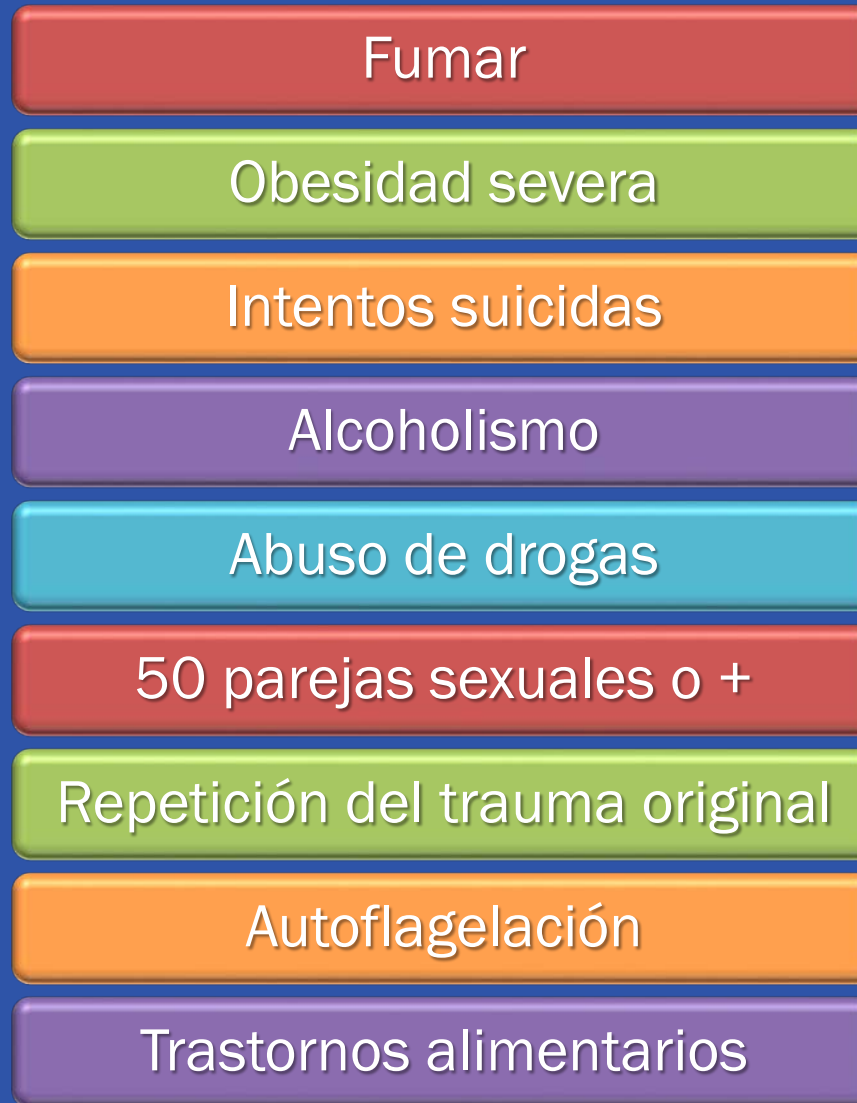
Físico

10%

(www.acesstudy.org)

Mecanismos de manejo negativos

Puntuación
de EIA



Riesgo de
caer en estos



Las “EIA” y el afrontamiento inapropiado

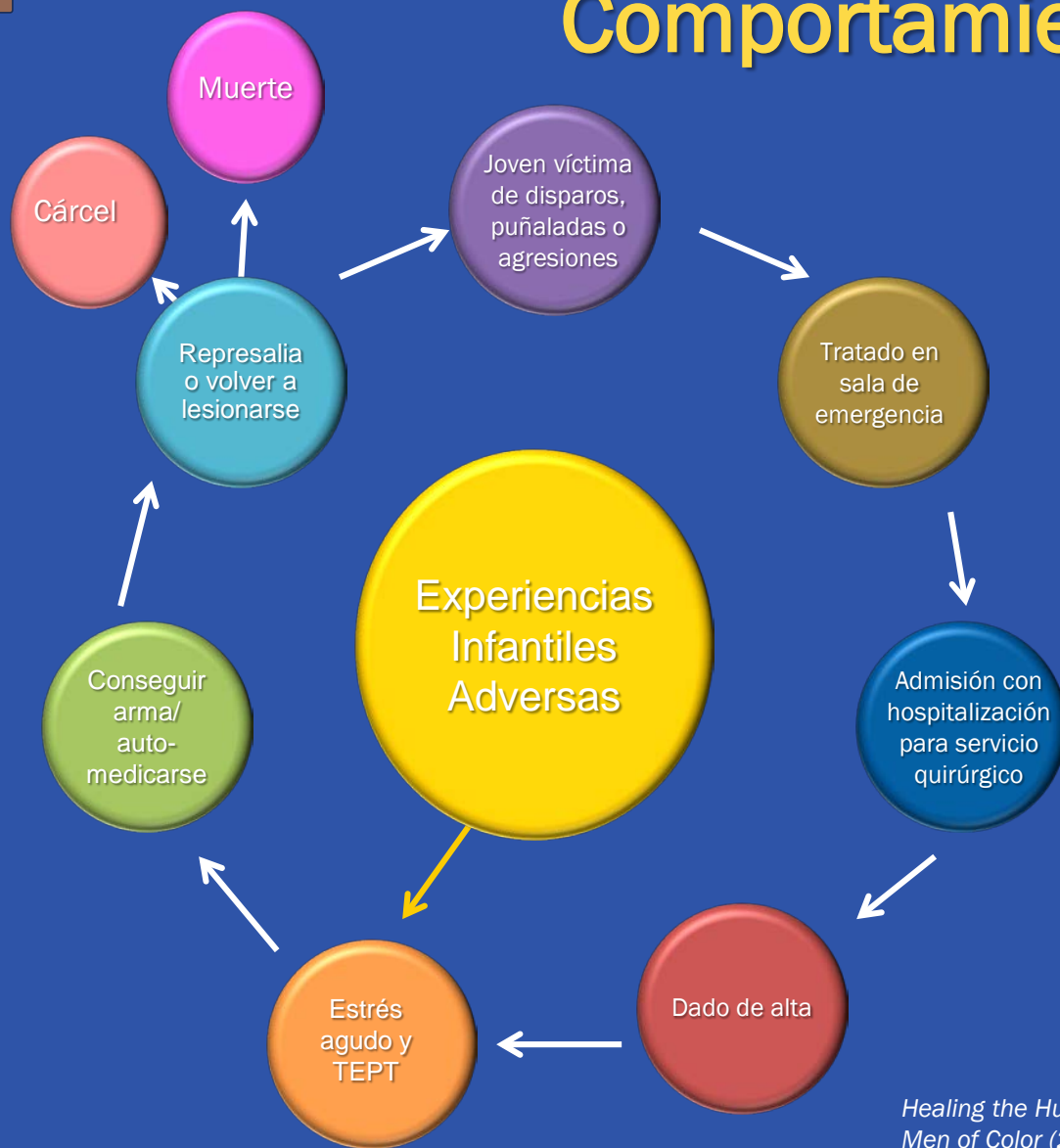


Experiencias infantiles adversas importantes que NO se cubren en el Estudio de EIA

Violencia comunitaria

- Ser testigo de un tiroteo/bombardeo o disturbios
- Haber recibido un disparo
- Haber sido agredido o golpeado
- Haber sido acuchillado
- Haber perdido a alguien por asesinato

Comportamientos y mecanismos de afrontamiento



Dr. John A. Rich, MD, MSP

Healing the Hurt: Trauma-Informed Approaches to the Health of Boys and Young Men of Color (2010) (www.nonviolenceandsocialjustice.org) – disponible en inglés

Estrategias de supervivencia de Elijah

“Lo único que realmente me ayuda a dormir es fumar. Es lo que me hace dormirme por la noche. Me quita las pesadillas”.



© 2011, Richard Ross. Derechos reservados

Estrategias de supervivencia de Elizabeth



“Estoy tan acostumbrada a no sentir nada, que cuando me corto siento algo”.

¿Qué puede hacer?

- Ayudar a los jóvenes a que reconozcan sus propias estrategias de manejo para la supervivencia.
- Ayudarles a reconocer que estas estrategias no son apropiadas para la situación actual de sus vidas.
- Ayudarles a desarrollar estrategias de manejo más saludables.



© 2011, Richard Ross. Derechos reservados

Una alternativa de manejo para Elijah

“He aprendido que cuando peleo, lo único que consigo es meterme en más problemas. Levantar pesas me ayuda a calmarme”.



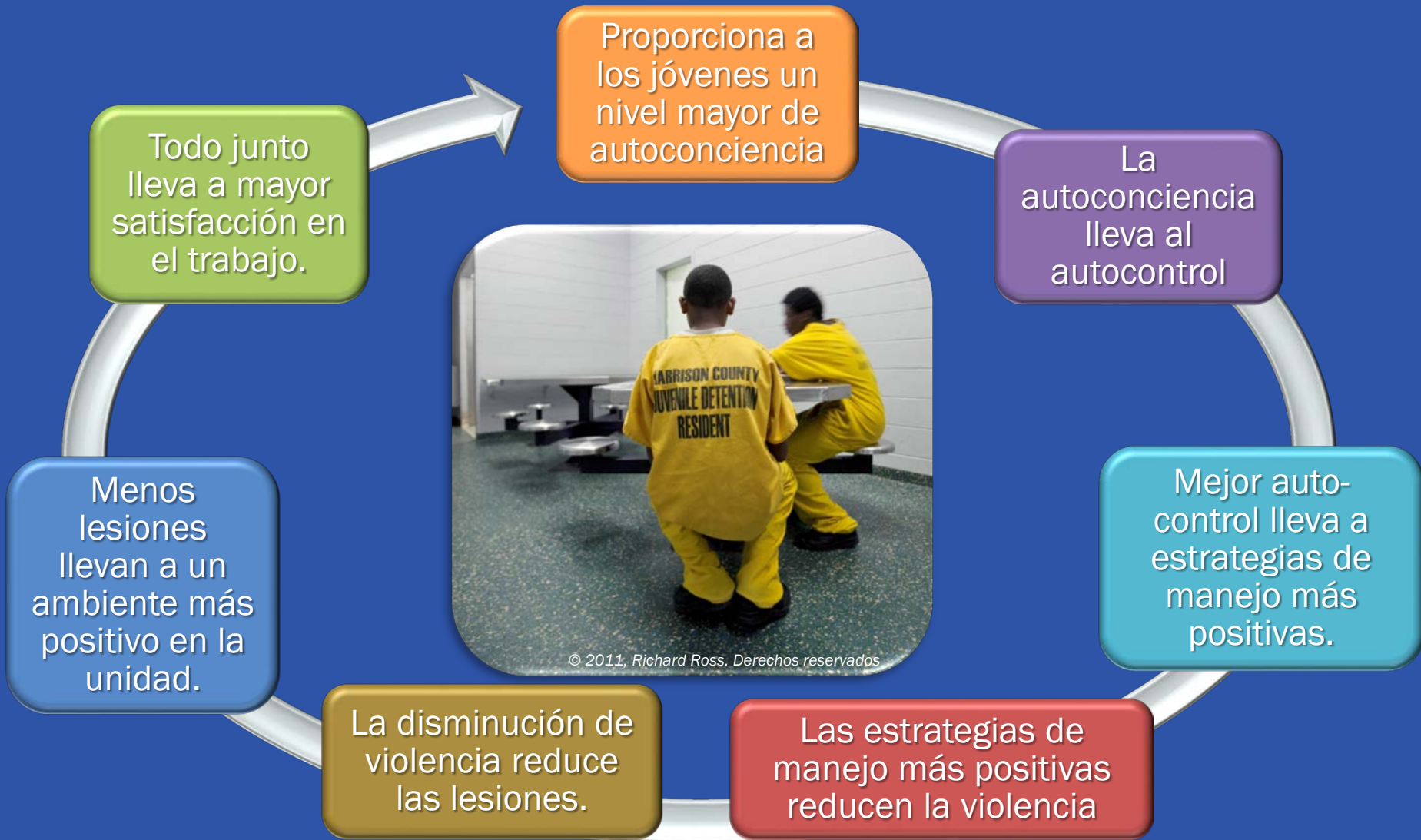
© 2011, Richard Ross. Derechos reservados

Una alternativa de manejo para Elizabeth

“Me sentí orgullosa de mí misma cuando pedí la manta con peso en lugar de pellizcarme”.



¿Por qué es importante?



¿Qué puede hacer?

- Ayudar a los jóvenes a entender el impacto de sus experiencias traumáticas y sus comportamientos con esas experiencias.
- Ayudarles a manejar las reacciones al estrés traumático y las reacciones a los recordatorios del trauma.
- Reducir la exposición innecesaria a los recordatorios del trauma.



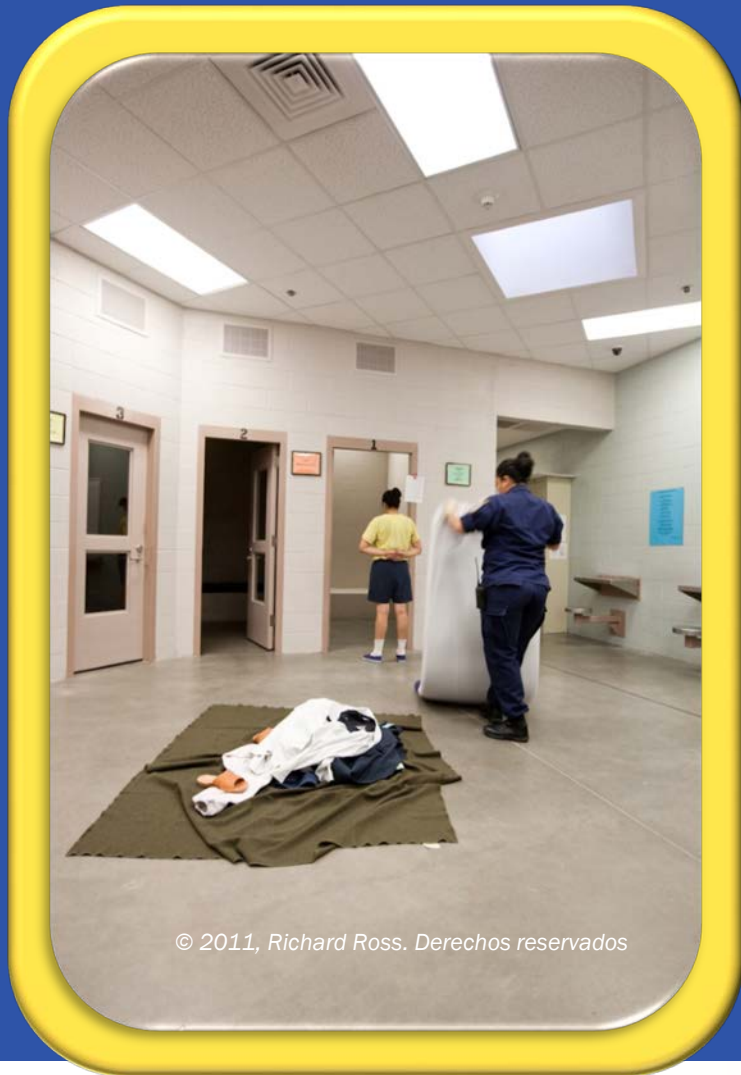
¿Qué puede hacer?

- Crear un plan informado de seguridad para el trauma con su equipo de trabajo multidisciplinario y los jóvenes.
- Ayudar a los jóvenes a desarrollar y practicar estrategias de manejo saludables.



© 2011, Richard Ross. All Rights Reserved

¿Qué es un plan informado de seguridad para el trauma?



© 2011, Richard Ross. Derechos reservados

Un plan de seguridad informando para el trauma es más que un plan.

- Es una forma de preguntar sobre las experiencias de los jóvenes y qué funciona para ayudarles a calmarse y mantener o recuperar el control.

Creando un plan informado de seguridad para el trauma

Los planes de seguridad deben incluir:

1. Un historial breve del trauma
2. Recordatorios del trauma
3. Primeras señales de advertencia de la pérdida de control
4. Comportamientos que calmen



Primero: Identificar el historial del trauma



Antes de la detención



Durante su detención



© 2011, Richard Ross. Derechos reservados



Primero: Identificar el historial del trauma

Plan individualizado informado de seguridad para el trauma

Instalación: _____

Nombre de la persona joven: _____

Fecha: _____

Nombre del miembro de personal: _____

Nos gustaría que mientras estés con nosotros te sientas tan seguro/a como sea posible. Por favor, completa este plan de seguridad con tu trabajador social, psicólogo, o miembro del personal en el que confíes. Lee las siguientes preguntas y contesta a todas las que te apliquen.

¿Habías estado antes en un centro de detención? Sí No

¿Alguna vez has sufrido o presenciado? (Marca todas las que te apliquen)

- | | | | |
|---|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> Abuso físico | <input type="checkbox"/> Negligencia | <input type="checkbox"/> Prostitución | <input type="checkbox"/> Desastre natural |
| <input type="checkbox"/> Abuso sexual | <input type="checkbox"/> Violencia doméstica | <input type="checkbox"/> Trabajo forzado | <input type="checkbox"/> Lesión grave |
| <input type="checkbox"/> Abuso emocional | <input type="checkbox"/> Muerte de ser querido por violencia | <input type="checkbox"/> Muerte de ser querido por accidente/enfermedad | <input type="checkbox"/> Recibir una puñalada |
| <input type="checkbox"/> Muerte de amistad por violencia | <input type="checkbox"/> Padre/madre | <input type="checkbox"/> Padre/madre | <input type="checkbox"/> Recibir un disparo |
| <input type="checkbox"/> Muerte de amistad por accidente/enfermedad | <input type="checkbox"/> Hermano/a | <input type="checkbox"/> Hermano/a | <input type="checkbox"/> Enfermedad grave |
| <input type="checkbox"/> Abandono | <input type="checkbox"/> Pariente | <input type="checkbox"/> Pariente | <input type="checkbox"/> Accidente grave |
| <input type="checkbox"/> Reclusión | <input type="checkbox"/> Observar una pelea | <input type="checkbox"/> Estar en una pelea | <input type="checkbox"/> Acoso/hostigamiento |
| <input type="checkbox"/> Represión | <input type="checkbox"/> Confinamiento en un cuarto | <input type="checkbox"/> Registro sin ropa | <input type="checkbox"/> Ideaciones suicidas |
| <input type="checkbox"/> Lesión auto-provocada | <input type="checkbox"/> Estar sin hogar | <input type="checkbox"/> Miedo a agresión | <input type="checkbox"/> Intentos suicidas |
| <input type="checkbox"/> Otro: (Por favor, describe) | | | <input type="checkbox"/> Huídas |

Segundo: Descubrir los recordatorios del trauma

- Hora de acostarse
- Inspecciones a las habitaciones
- Programas violentos
- Gritos o peleas
- Tener personas demasiado cerca
- Soledad



© Fotografía de Katie Rentzke

Segundo:

Descubrir los recordatorios del trauma

¿Cuáles son tu recordatorios del trauma? (Marca todas las que te apliquen)

- Que te toquen
- Época del año (cuándo)
- Hora particular del día (cuándo)
- Ver a los demás fuera de control
- Inspecciones de habitaciones
- Otros:
- No tener poder decisonal
- Puertas de la habitación abiertas
- Estar en aislamiento
- Persona específica (quién)
- Gente que tienes cerca
- Personas en uniforme
- Gritos
- Peleas
- Aniversarios (cuáles)
- Ruidos altos
- Verte en la obligación de hablar
- Estar cerca de hombres
- Estar cerca de mujeres

Ayudando a Carmen a identificar sus recordatorios del trauma



“Así que hay una razón para que me sienta siempre tan nerviosa. Es bien difícil no poderte concentrar”.

Tercero: Determinar las primeras señales de advertencia

Inquietud

Pasearse

Dificultad respiratoria

Hablar muy poco

Sentir presión en el pecho

Sudar

Náusea

Agitación



© 2011, Richard Ross. All Rights Reserved

Tercero:

Determinar las primeras señales de advertencia

Por favor, describe las señales de advertencia, por ejemplo: ¿qué sientes en el cuerpo cuando estás perdiendo el control y qué han visto otras personas que cambie? (Marca todas las que te apliquen)

- | | | | | |
|--|--|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> Sudores | <input type="checkbox"/> Respirar con dificultad | <input type="checkbox"/> Corazón acelerado | <input type="checkbox"/> Rechinar los dientes | <input type="checkbox"/> Cerrar los puños |
| <input type="checkbox"/> Cara enrojecida | <input type="checkbox"/> Retorcerte las manos | <input type="checkbox"/> Voces altas | <input type="checkbox"/> Dormir mucho | <input type="checkbox"/> Rebotar/saltar |
| <input type="checkbox"/> Mecerte | <input type="checkbox"/> Pasearte | <input type="checkbox"/> Ponerte en cuclillas | <input type="checkbox"/> Incapaz de sentarte | <input type="checkbox"/> Decir palabras groseras |
| <input type="checkbox"/> Llorar | <input type="checkbox"/> Aislarte | <input type="checkbox"/> Hiperactividad | <input type="checkbox"/> Náuseas | <input type="checkbox"/> Dificultad respiratoria |
| <input type="checkbox"/> Dormir menos | <input type="checkbox"/> Comer menos | <input type="checkbox"/> Comer más | <input type="checkbox"/> Ponerte grosero/a o alterarte | <input type="checkbox"/> Cantar (canciones inapropiadas) |
| <input type="checkbox"/> Otros: | | | | |
-
-

Cuarto: Crear comportamientos que calmen



- Separarse un rato de la situación estresante
- Salir a caminar
- Hablar con alguien que vaya a escuchar
- Hacer ejercicio
- Acostarse
- Escuchar música



Cuarto:

Crear comportamientos que calmen

¿Qué te ayuda a sentir seguridad o sentirte a salvo? (Marca todas las que te apliquen)

- | | | | |
|--|--|--------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> Gritar | <input type="checkbox"/> Tener apoyo de personal masculino | <input type="checkbox"/> Leer | <input type="checkbox"/> Hacer ejercicio/practicar deportes |
| <input type="checkbox"/> Escribir | <input type="checkbox"/> Tener apoyo de personal femenino | <input type="checkbox"/> Hielo | <input type="checkbox"/> Dibujar/colorear |
| <input type="checkbox"/> Ver TV o una película | <input type="checkbox"/> Tener apoyo de tus pares | <input type="checkbox"/> Videojuegos | <input type="checkbox"/> Darte una ducha |
| <input type="checkbox"/> Oír música | | <input type="checkbox"/> Hablar | <input type="checkbox"/> Mantas/chalecos con peso |
| <input type="checkbox"/> Otros: | | <input type="checkbox"/> Caminar | |

¿Qué te ayuda a mantenerte en control? _____

¿Qué te ha ayudado a mantenerte en control en el pasado? _____

¿Qué clase de espacio te resulta más cómodo cuando lo necesitas?

- Área silenciosa Tu habitación Cuarto de seguridad Tu cama Otro: _____

¿Tenemos algún sitio seguro que puedas usar? Sí No Describe: _____

¿Qué comportamientos alternativos positivos podrías usar cuando te sientes inseguro/a? _____

¿Qué incentivos te funcionan? _____

¿Crees que debes decirnos algo que te podría ayudar? _____

Gracias por completar este formulario. Lo estaremos actualizando contigo en tres meses. Por favor, firma aquí debajo.

Joven: _____

Miembro del personal: _____

Los comportamientos que calman: Usan los sentidos



Los comportamientos que calman: Usan la propiocepción

- Presión en los músculos o articulaciones, o actividades que requieran que usemos los músculos
- Uso terapéutico de pesas, como por ejemplo un edredón pesado o una manta con peso
- La presión o el peso puede ayudar a estabilizar, calmar y organizar





Los comportamientos que calman: Usan el sistema vestibular

La sensación de movimiento en el espacio





PRECAUCIÓN

Nota importante

PRECAUCIÓN

No todos los comportamientos que calman aplican a todos los jóvenes

- La propiocepción puede ser un recordatorio del trauma para un joven que haya sufrido abuso físico.
- El sistema vestibular puede alterar a un joven que haya estado en un accidente de auto grave.
- Pedir a algún joven que visualice una escena calmada puede llevar al aislamiento en algunos casos.

Actividad de planificación de seguridad



Actividad:

Estrategias alternativas de manejo

- Leer un libro
- Escribir un diario
- Ejercicio
- Respirar profundamente
- Pensar en algo tranquilo
- Escuchar música
- Cantar
- Levantar pesas
- Tocar un instrumento
- Bailar
- Manta con peso
- Hablar con un amigo
- Ver TV
- Dormir
- Jugar algún juego de mesa o video
- Meditar
- Hacer yoga o Tai Chi
- Practicar deportes
- Pintar o dibujar
- Hacer artesanías
- Comer hielo
- Chupar una bola de fuego
- Lavarse la cara o las manos
- Rezar
- Jugar con juguetes o armar rompecabezas
- Colorear
- Caminar
- Contar
- Usar una bola de relajación

Módulo Tres: Mensajes para llevarse a casa



El trauma causa estrategias de manejo para la supervivencia que pueden ser inapropiadas.

Las estrategias de manejo para la supervivencia que son inapropiadas pueden causar enfermedades y muerte prematura.

Usted puede ayudar a los jóvenes a desarrollar más estrategias de manejo positivas.



Northeast & Caribbean (HHS Region 2)

ATTC

Addiction Technology Transfer Center Network
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

Ibis Carrión, PSYD

Directora

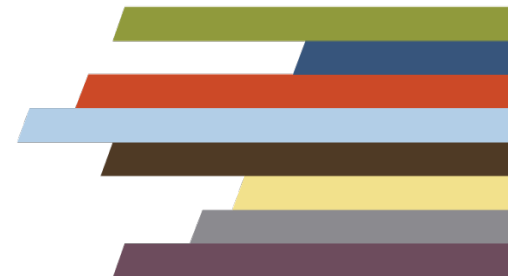
ibis.carrion@uccaribe.edu

Nilsa Padilla, MPA

Coordinadora

nilsa.padilla@uccaribe.edu

Su opinión es importante para nosotros! Complete sus formularios de evaluación, ¡solo le tomará un par de minutos! Simplemente escanee este código con su teléfono inteligente. No se preocupe si no puede: se le enviará un correo electrónico con el enlace.





Gracias



Northeast & Caribbean (HHS Region 2)

ATTC Addiction Technology Transfer Center Network
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

