

"PRESTANDO ATENCIÓN A LAS SEÑALES"

Año 3, Temporada 23

GUÍA DE SESIÓN PARA REFERENTES DE APOYO DE AUDIO FORMACIÓN

Esta guía de sesión tiene como objetivo brindarte algunas pautas para que, en tu rol como Referente de apoyo de Audio formación, puedas acompañar adecuadamente los espacios de encuentro con las oyentes posteriores a la escucha de los audios de nuestra serie Comando 5.

Momento 1. Luego de la escucha de los capítulos

¿Qué te sugerimos hacer en este momento?

Recordemos qué pasó en la historia de la semana. Puedes compartir con las oyentes el resumen de la temporada para recordar lo que pasó. También puedes invitar a las oyentes que narren las partes de la historia que más recuerdan.

Momento 2. Reflexionamos con las/los oyentes

¿Qué te sugerimos hacer en este momento?

Puedes compartir con las oyentes algunas preguntas que ayuden a generar una reflexión e intercambio de opiniones y percepciones. Hazlo siempre de una manera positiva y motivadora.

Momento 3. Consolidamos conceptos clave con las/los oyentes

¿Qué te sugerimos hacer en este momento?

En este momento puedes compartir pautas conceptuales de los temas abordados en la temporada.

Momento 4. Llamado a la acción

¿Qué te sugerimos hacer en este momento?

En este momento, podrías compartir sugerencias de acciones concretas y actividades que las oyentes pueden aplicar en su día a día.



Momento 1. Luego de la escucha de los capítulos

Breve resumen del capítulo

Hermenegilda está ansiosa por el inicio de una nueva semana, Doña Efigenia le pide que acompañe a Margarita a realizar algunas actividades para el colegio y que durante el tiempo que esté con ella afine bien sus sentidos para registrar todo aquello que le llame la atención, iniciando así su entrenamiento de observación y escucha.

Comando 5 está alerta y registra algunos comportamientos llamativos que luego Hermenegilda comenta con Doña Efigenia, quien le hace notar que algunas de las señales que observó son de trauma. Doña Efigenia introduce un concepto desconocido hasta el momento para Hermenegilda, la “disociación” y se apoya en Marcos, otra persona integrante del equipo técnico, quien le explica como ocurre una disociación.

Comprender los efectos que produjo el trauma en Margarita entristece mucho a Hermenegilda, pero Comando 5 no está dispuesto a dejar que se dé por vencida.



Momento 2. Reflexionamos con las/los oyentes

A continuación, presentamos preguntas y frases clave sugeridas para iniciar el proceso de reflexión sobre esta temporada:

- Al igual que Margarita, las señales de trauma pueden expresarse de diferentes formas. ¿Cuáles son las más frecuentes en tu experiencia?
- ¿Recuerdas algún caso en el que las señales del trauma no hayan sido fáciles de identificar?



Momento 3. Consolidamos conceptos clave con las/los oyentes

¿CÓMO DETECTAMOS EL TRAUMA?

El trauma es un proceso muy complejo y no siempre fácil de identificar, puede ocurrir en diferentes circunstancias, por lo tanto, sus consecuencias también son variadas.

Ten en cuenta que el trauma puede quedar oculto mucho tiempo, hasta que el sistema nervioso sea capaz de sacarlo a la luz. En algunas ocasiones, las señales de trauma no son perceptibles hasta que las niñas, niños o adolescentes sienten la suficiente seguridad y confianza para abrirse y contarlas. Una sola señal puede tener varios motivos, pero cuando hay varias señales en una niña, niño o adolescente, debemos compartir los indicadores con el equipo técnico para realizar un diagnóstico adecuado.



El trauma se manifiesta a través de señales, aunque estas sean muy pequeñas. Aprender a detectarlas es fundamental para brindar la ayuda necesaria.

Los síntomas nos dan pistas para resolver el problema.



SEÑALES VISIBLES DE TRAUMA

El trauma se puede mostrar a través de distintos tipos de señales. Vamos a ver las principales.

SEÑALES FÍSICAS

- Cicatrices.
- Problemas de coordinación y equilibrio.



SEÑALES PSICOSOMÁTICAS

- Dolores crónicos.
- Problemas de sueño.
- Problemas de alimentación.
- Problemas con el control de esfínteres.



SEÑALES EMOCIONALES

- Culpabilidad y vergüenza.
- Tristeza y estado de ánimo bajo.
- Pensar mal de sí.
- Miedo y ansiedad.
- Rabia y agresividad.
- Dificultades para manejar las emociones.



SEÑALES COGNITIVAS

- Retraso en el desarrollo cognitivo.
- Problemas de atención y de concentración.
- Problemas de lenguaje.
- Problemas de aprendizaje.
- Bajo rendimiento escolar.
- Dificultades para pensar y planificar.
- Falta de curiosidad.



SEÑALES COMPORTAMENTALES

- Actuar por impulsos.
- Comportamiento agresivo.
- Hacerse daño.
- Consumo de drogas y adicciones.
- Comportamiento desafiante.
- Conductas de riesgo.
- No dar problemas nunca.



SEÑALES SEXUALES

- Comportamientos sexuales inadecuados.
- Agresiones sexuales a otros niños, niñas y adolescentes.
- Conocimientos sexuales que no son apropiados para la edad.
- Conductas sexuales de riesgo.
- Dificultades en su sexualidad.



SEÑALES SOCIALES Y RELACIONALES

- Dificultad para tener relaciones cálidas y afectivas.
- Problemas con los límites.
- Falta de confianza en otras personas.
- Aislamiento social.
- Comportamientos que van contra la sociedad.
- Conductas de riesgo.
- Repetición de patrones.



SEÑALES NO VISIBLES DEL TRAUMA

La disociación: el olvido necesario para sobrevivir

El trauma no es siempre visible, en ocasiones el cerebro recurre a otro tipo de mecanismos que **no dan señales visibles hacia afuera**, para asegurar que la persona que ha vivido una situación traumática pueda seguir adelante, a esto llamamos disociación.

¿Qué es la disociación?

La disociación es un mecanismo adaptativo que “desconecta” nuestra mente de la realidad cuando nos encontramos frente a una situación potencialmente traumática. Es una “distancia de seguridad” que reduce el impacto emocional, la tensión, el miedo y el dolor del momento.

En el caso de niños, niñas y adolescentes que han vivido trauma y tienen disociación, hay dos ideas muy importantes:



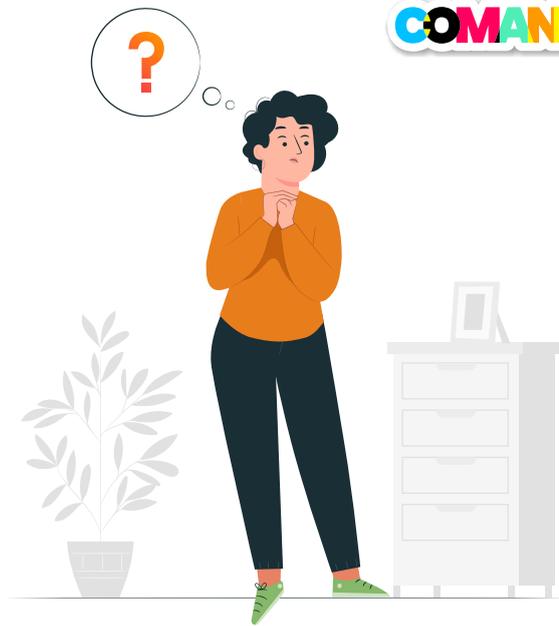
Hay niñas, niños y adolescentes que no dan señales de trauma porque han disociado lo que han vivido en la situación traumática. Parece que están bien, que nada ha pasado.



Hay niñas, niños y adolescentes con comportamientos que parece que no tienen sentido, pero que sí se entienden cuando los vemos como señales de disociación y trauma. Debemos aprender a ver las conductas de riesgo como una señal de un daño más profundo.

¿Cómo acompañar una disociación?

La clave es buscar la relación entre lo que les sucedió antes y lo que está pasando ahora, cómo se sienten y cómo se comportan.



¿Por qué es tan importante reconocer el trauma?

Cuando conocemos las situaciones traumáticas por las que han pasado las niñas, niños y adolescentes, descubrimos el significado de sus comportamientos, manejamos de mejor forma el día a día y podemos ayudarles a entender por qué se comportan así.

Las personas adultas tenemos que mantener la calma y comprender que las señales de trauma son incómodas y difíciles de manejar, pero nos ayudan a saber que la niña, niño o adolescente necesita más tiempo y apoyo para recuperarse. Recuerda que, así como una enfermedad física tiene un tratamiento, el trauma también necesita ser atendido y acompañado, apóyate en el equipo de técnico que tienes a disposición, no estás sola.



CONFIDENCIALIDAD

Cada niña, niño y adolescente a quien brindamos protección tiene derecho a que se preserve su intimidad, esto significa que los detalles más duros de sus vidas deben ser conocidos solo por aquellas personas que necesitan saberlos para poder acompañar sus procesos.



Momento 4. Llamado a la acción

¡Buen Trabajo!

Concluiste con la sesión. Ahora invita a las oyentes a ingresar al cuestionario de la temporada y compartir tus apreciaciones y observaciones.

Ingresa **AQUÍ**



Si no tuviste la oportunidad de tener un encuentro presencial con las oyentes, también puedes dinamizar la reflexión en el espacio de WhatsApp. Compartimos algunas pautas que podrían servirte para dinamizar los intercambios en el grupo.

Momento 1:

Luego de la escucha de los audios, en un breve mensaje en el grupo, invita a las oyentes a compartir el momento que más les gustó y/o llamó la atención de esta temporada.

Si no hay reacciones, puedes tu hacer un breve resumen de la historia y la parte que tu consideras es memorable. Hazlo en un tono amable y motivador.

Momento 2.

Una vez que se tengan comentarios en el grupo, puedes compartir algunas de las preguntas dinamizadoras que te ayuden a generar un proceso de reflexión.

Nota. Es importante retroalimentar y responder en lo posible todos los comentarios de las oyentes para que se mantengan motivadas para participar y sientan que su opinión es tomada en cuenta.

Momento 3.

Enlaza las reflexiones anteriores con elementos conceptuales. Luego de los intercambios, tienes una buena oportunidad para reforzar elementos conceptuales clave que esperas que las oyentes tomen en cuenta.

Momento 4.

Finalmente puedes extraer algunas conclusiones sobre temas clave. Para cerrar, puedes agradecer la participación y a continuación compartir las infografías para que las oyentes las conserven.



Bibliografía

Aldeas Infantiles SOS, *Uso de tecnologías en entornos seguros y protectores*. Recuperado el 28 de marzo de 2022, de <https://cursos.aldeasinfantilessos.org/course/management.php?-categoryid=7&view=courses&search=uso%20de%20tecnolog%C3%ADas&courseid=167>