



**Dossier de cursos
formativos
impartidos por
La Mochila de Vandi
curso 2025/2026**



¿Qué es “La Mochila de Vandi”?

En el ámbito del trauma y el apego, y sobre todo en adopción y acogimiento, se utiliza a menudo la idea de la mochila para hablar de la historia que cada persona trae consigo. Una metáfora que puede ayudarnos a entender que nadie llega de cero a ningún lugar, pero que también merece ser revisada.

Una mochila suele asociarse a una carga, a algo que pesa y que, en algún momento, podría dejarse atrás. Sin embargo, cuando hablamos de trauma, adopción y acogimiento y de experiencias relacionales, hablamos de una historia que nos acompaña a lo largo de la vida y que no tiene por qué ser únicamente una carga. Con frecuencia, al hablar de esa mochila, ponemos el foco casi exclusivamente en las dificultades: en lo que dolió, en lo que faltó, en las heridas. A veces hablamos de resiliencia, muchas veces de forma simplificada, pero pocas veces nos detenemos a mirar qué otros recursos, aprendizajes y capacidades también pueden haberse ido guardando en ella.

En *La mochila de Vandi* quise darle una vuelta a esta idea. Pensar la mochila como un espacio con muchos bolsillos, en los que caben experiencias, emociones, preguntas, recursos y formas de vincularnos. Bolsillos que se han ido construyendo a través de la formación, la experiencia profesional, el mundo asociativo y también de la experiencia personal de convivir con el impacto del trauma y del apego.

Esos bolsillos no aparecen solos. Han tenido que coserse, con tiempo, errores, apoyo, ilusión y también frustración. Un proceso imperfecto, pero profundamente personal.

Este proyecto pretende ser una mochila con bolsillos estructurados, desde la que acercar una mirada más amplia y humana sobre el trauma, el apego y los vínculos a lo largo de la vida. Un espacio para comprender por qué nos pasa lo que nos pasa y para relacionarnos con nuestra historia —y con los demás— con más cuidado..



LA MOCHILA DE VANDI ES UN PROYECTO PARA SENSIBILIZAR ANTE EL TRAUMA, EL APEGO Y LA ADVERSIDAD TEMPRANA QUE SUFREN O HAN SUFRIDO MUCHOS NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES, JÓVENES Y ADULTOS.

¿Quién soy?

Vandita García Garrido
(Vandi)



Trabajadora social colegiada (M-2510682), especializada en trauma, apego, adopción y acogimiento.

Mi trabajo parte de la convicción de que el trauma influye, pero no define, y de que comprender la historia de cada persona transforma la manera en la que nos miramos y afrontamos nuestra realidad.

Soy co-directora y trabajadora social en [Apananá](#), un centro terapéutico que presta servicios de acompañamiento terapéutico individual y sociofamiliar especializado en trauma, apego, adopción y acogimiento, ubicado en la Comunidad de Madrid.

Mi forma de acompañar **se basa en una mirada vincular**, respetuosa con los tiempos, los ritmos y los espacios de cada persona. Concibo el acompañamiento como un proceso que se construye en relación, desde la cercanía y la humanidad, creando espacios seguros donde las emociones puedan tener lugar sin ser corregidas ni juzgadas. Acompaño dando valor a lo que se siente, a lo que se nombra y también a aquello que todavía no puede decirse, permitiendo que cada persona pueda ser quien es, con su historia, sus recursos y sus dificultades.

Además de la intervención directa, realizo formación y acompañamiento a profesionales, asociaciones y familias adoptivas y acogedoras, así como talleres socioeducativos con niños, niñas y adolescentes, siempre desde una perspectiva informada en trauma y apego.

Catálogo de formaciones*



Ejercer el buen trato en centros residenciales

Duración: 2h o 4h

Formato: Presencial, online o mixto

Precio: A consultar

No hay mínimo de participantes

Duración: 3h- 4h

Formato: Presencial, online o mixto

Precio: A consultar

No hay mínimo de participantes



Vínculos y adolescencia

Duración: 2h

Formato: Presencial, online o mixto

Precio: A consultar

No hay mínimo de participantes

* Se preparan formaciones adaptadas al colectivo solicitante.

La estructura de cada curso, así como su duración se podrá consensuar de forma individual con la entidad/ personas interesadas en contratar el curso.



Catálogo de formaciones*



Construir escuelas sensibles al trauma

Duración: 2h o 4h

Formato: Presencial, online o mixto

Precio: A consultar

No hay mínimo de participantes

Duración: 3h- 4h

Formato: Presencial, online o mixto

Precio: A consultar

No hay mínimo de participantes



Habilidades parentales desde una perspectiva terapéutica

El impacto del trauma en la persona

Duración: 2h

Formato: Presencial, online o mixto

Precio: A consultar

No hay mínimo de participantes

* Se preparan formaciones adaptadas al colectivo solicitante.

La estructura de cada curso, así como su duración se podrá consensuar de forma individual con la entidad/ personas interesadas en contratar el curso.



Catálogo de formaciones*



Trauma y su impacto en las relaciones sociales

Duración: 2h

Formato: Presencial, online o mixto

Precio: A consultar

No hay mínimo de participantes

Duración: 2h o 4h

Formato: Presencial, online o mixto

Precio: A consultar

No hay mínimo de participantes

El impacto del trauma temprano en la identidad de una persona.



Integración de la historia de vida

Duración: 2h

Formato: Presencial, online o mixto

Precio: A consultar

No hay mínimo de participantes

* Se preparan formaciones adaptadas al colectivo solicitante.

La estructura de cada curso se podrá consensuar de forma individual con la entidad/ personas interesadas en contratar el curso.



Catálogo de formaciones*



Recursos para la intervención en entornos socioeducativos y terapéuticos. Fomentando nuestra creatividad

Duración: 2h

Formato: Presencial u online.

Precio: 70-100€/hora

No hay mínimo de participantes

Duración: 2h o 4h

Formato: Presencial, online o mixto

Precio: A consultar

No hay mínimo de participantes



Orígenes en adopción: más allá de la búsqueda.



La adopción. Más allá de los 18 años.

Duración: 2h

Formato: Presencial, online o mixto

Precio: A consultar

No hay mínimo de participantes

* Se preparan formaciones adaptadas al colectivo solicitante.

La estructura de cada curso se podrá consensuar de forma individual con la entidad/ personas interesadas en contratar el curso.



Catálogo de formaciones*



Trauma racial

Duración: 2h

Formato: Presencial u online.

Precio: A consultar

No hay mínimo de participantes

Duración: 2h o 4h

Formato: Presencial u online

Precio: A consultar

No hay mínimo de participantes



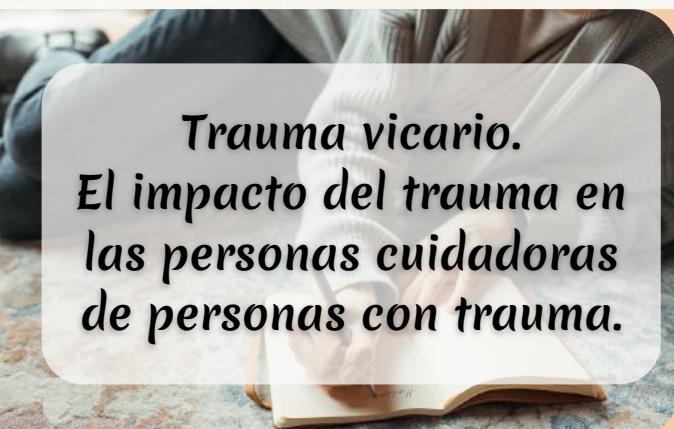
Implementación del ocio y tiempo en contextos terapéuticos.

Duración: 2h

Formato: Presencial, online o mixto

Precio: A consultar

No hay mínimo de participantes



**Trauma vicario.
El impacto del trauma en las personas cuidadoras de personas con trauma.**

* Se preparan formaciones adaptadas al colectivo solicitante.

La estructura de cada curso se podrá consensuar de forma individual con la entidad/ personas interesadas en contratar el curso.



Datos de contacto



Teléfono: 658 17 24 12



Correo: info@lamochiladevandi.com



Web: www.lamochiladevandi.com



Instagram: @lamochiladevandi



LinkedIn: Vandita García Garrido



La
Mochila
de **Vandi**