

# ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE QUE UN/A TRABAJADOR/A SOCIAL ESTÉ FORMADO EN TRAUMA E INTERVENGA DESDE UNA PERSPECTIVA DE TRAUMA?

## Recordemos ALGUNOS DE LOS ÁMBITOS en LOS que PUEDE intervenir UN/A TRABAJADOR/A SOCIAL

- Sistema de protección a la infancia y adolescencia
- Servicios sociales
- Entidades
- Atención temprana
- Violencia de género
- Geriatría
- Inmigración
- Prisiones
- Escuela
- Centros de acogida
- Centros de atención a la infancia
- Personas sin hogar
- Comunidades excluidas socialmente
- Víctimas de trata
- Refugiados
- Adicciones
- Discapacidad
- Víctimas del terrorismo
- Puntos de encuentros familiar
- Centros de salud mental
- Hospitales
- Pisos tutelados
- ...

¿Qué pueden tener en común todas las personas que pertenecen a algunos de estos colectivos.?

Es muy probable que muchas de ellas hayan **vivido varias experiencias traumáticas** a lo largo de su vida. Sin embargo muy pocos profesionales del trabajo social tienen conocimiento acerca del trauma psicológico





# COMENCEMOS HABLANDO DEL APEGO...

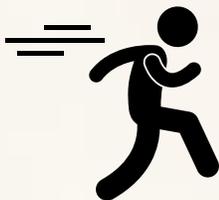
Vamos a ver muy brevemente qué implicaría el estilo de apego de cada persona en la intervención social (Nos centramos en los estilos de apego inseguro)

Recordemos que el apego no es solo amor, son relaciones de seguridad con nuestras figuras de referencia y nuestros iguales.

**Estilo evitativo:** no confía en recibir ayuda, protección o cuidados. Esto lo podemos ver en personas que no siguen las pautas que les damos, prefieren hacerlo todo por su cuenta, nos rechazan, no acuden a las citas, demuestran una falsa autonomía...

**Estilo ansioso-ambivalente:** tiene dudas sobre sí mismo, desconfía de la disponibilidad de los demás, puede tener relaciones de dependencia. Lo podemos ver en personas que nos consultan continuamente, que necesitan asegurarse varias veces de que continuamos con ella, que categorizaríamos como dependientes del profesional y de otros.

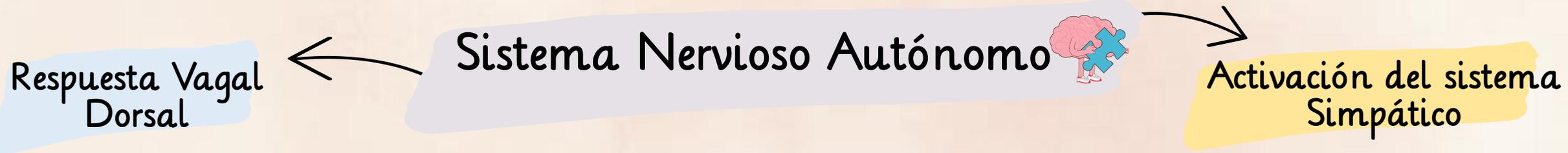
**Estilo desorganizado:** cree que los demás son irresponsables y que por tanto necesitan que se les esté vigilando y controlando constantemente. Podemos verlo en personas excesivamente cuidadoras, en aquellas que nos culpan constantemente, que dudan de nuestras acciones, nos piden ver todo firmado o que lo hagamos delante de ellas...





# MUCHAS DE LAS PERSONAS QUE ATENDEMOS VIVEN EN UNA CONTINUA SENSACIÓN DE PELIGRO ¿PERO QUÉ IMPLICA ESO?

Una explicación sencilla desde la teoría polivagal, teoría basada en el nervio vago y creada por Stephen W. Porges. Cuando nos sentimos en peligro podemos activar tres tipos de respuestas, **ventral** que nos permitiría la conexión con el otro y en la que estaríamos en un estado de seguridad y regulados, y las **respuestas vagal dorsal y activación del sistema simpático** estas dificultan la conexión y hay desregulación, el objetivo sería llegar a una respuesta ventral que es la que nos permitiría la conexión :



Nos ayuda a sobrevivir a través de la energía a través del **colapso y el apagado**



Nos ayuda a sobrevivir a través de la **lucha o la huida**



Cuando se da un evento traumático el vago dorsal puede acudir al rescate en forma de **disociación**



Si se activa continuamente la persona entraría un estado de **"hiperalerta"** continuo sin poder desactivarlo



La disociación implica que **llega menos sangre y oxígeno al cerebro**. Parece que la persona **"se ha ido"** a otro lugar, **está ausente** y es incapaz de conectar con nosotros.



En una intervención esto lo podremos ver, como una persona en movimiento constante, que no mantiene la mirada fija, con ganas de huir, en posición defensiva...





## ¿QUÉ IMPLICA ESTO?

(SOLO ALGUNAS POSIBLES CONSECUENCIAS)

Estas respuestas son adaptativas y sirven para protegernos ante situaciones de peligro, el problema es que **en las personas que han sufrido situaciones traumáticas, es muy probable que estén activadas continuamente, esto quiere decir que sienten el peligro aunque no lo haya. Se sienten en peligro con nosotros y con sus iguales.**



Que no traigan la documentación que les pedimos.

Que necesitan nuestra incondicionalidad, y que seamos capaces de transmitirles seguridad



Que sean incapaces de realizar trámites por sí solas porque se sienten amenazadas y se tienen que proteger.

Que no recuerden cosas que les hemos dicho varias veces, o que perciban las situaciones de una forma que realmente no han sucedido como ellas piensan

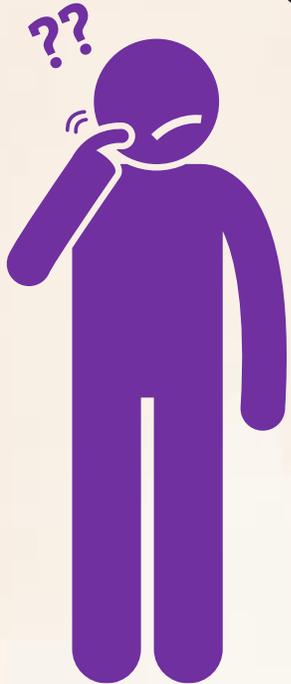


Que falten a las citas por ese sentimiento de peligro, somos una amenaza para ellos, pueden haberse disociado en la sesión y no recordar la próxima cita.

Que se muestren agresivas hacia nosotr@s



¿PERO... ESTO NO ES  
INCOMPATIBLE CON UNOS DE  
LOS PRINCIPIOS DEL TRABAJO  
SOCIAL? LOGRAR LA  
AUTONOMÍA DE LA PERSONA



Por supuesto que **NO**. Cuando tenemos una perspectiva de trauma y entendemos, al menos lo que hemos visto, porque las consecuencias del trauma son muchas más. Comprendemos que la **autonomía** también se mide en otros aspectos, como la capacidad de permanecer una sesión entera en con nosotros, como avisar de que no acudirá a una cita, que pida ayuda, que sea capaz de reconocerse a sí mismo en su vivencia traumática y aceptarla.



Pero para esto, nosotrxs, lxs profesionales **tenemos que estar dispuestos a aceptar sus vivencias traumáticas y a comprender y acoger el impacto que estas han tenido en la vida de la persona que atendemos**, y para eso es necesario una formación en trauma. También **tenemos que ser capaces de transmitir seguridad a la persona para que poco a poco pueda comprender que no somos una amenaza pero que entendemos que nos sienta como tal.**



# BIBLIOGRAFÍA



"La teoría polivagal en terapia. Cómo unirse al ritmo de la regulación" Deb Dana. 2019

Guía de bolsillo de la teoría polivagal: el poder transformador de sentirse seguro. Stephen w. Porges. 2018

Vinculaciones afectivas: apego, amistad y amor. María José Cantero López, María Josefa Lafuente. 2010

"El trauma interrumpe el proceso de construcción del circuito autónomo de conexión segura y desvía el desarrollo de la regulación y la resiliencia. Los pacientes con un historial traumático suelen experimentar respuestas autónomas más intensas y extremas, lo que afecta a su capacidad para regular y sentirse seguros en las relaciones."

Del libro "La teoría polivagal en terapia. Cómo unirse al ritmo de la regulación" Deb Dana



@lamochiladevandi

