

Sensibilidad al trauma

Enfoque y justificación:

El taller se centra en mejorar la comprensión y la sensibilidad de los trabajadores sociales ante el trauma cuando brindan apoyo a las mujeres migrantes. Reconoce que las mujeres migrantes a menudo enfrentan traumas únicos y complejos relacionados con la migración, como la violencia, el desplazamiento y la discriminación. La razón detrás del taller es garantizar que los trabajadores sociales estén equipados con el conocimiento y las habilidades necesarias para brindar atención informada sobre el trauma, creando un entorno seguro y de apoyo para que las mujeres migrantes se curen y prosperen.

Consideraciones para la implementación:

Sensibilidad cultural: Reconocer y respetar los diversos orígenes y experiencias culturales entre las mujeres migrantes, adaptando en consecuencia los enfoques a la sensibilidad al trauma.

Seguridad y Confidencialidad: Crear un espacio seguro y confidencial para que los participantes participen en debates y actividades relacionadas con el trauma.

Aprendizaje interactivo: Utilizar actividades interactivas, estudios de casos y debates grupales para facilitar el aprendizaje activo y la participación entre los participantes.

Consideraciones éticas: Abordar consideraciones éticas relacionadas con la sensibilidad al trauma, como el consentimiento informado, los límites y la confidencialidad.

Cuidados personales: Enfatizar la importancia del autocuidado de los trabajadores sociales para mantener la resiliencia y prevenir el agotamiento cuando trabajan con sobrevivientes de traumas.

Objetivos clave para su taller:

1. **Mejorar la comprensión:** Aumentar la comprensión de los participantes sobre la prevalencia, el impacto y las manifestaciones del trauma entre las mujeres migrantes.

2. **Promover la sensibilidad:** Fomentar la sensibilidad y la empatía hacia los sobrevivientes de traumas, reconociendo las diversas experiencias y respuestas al trauma.
3. **Integre la atención informada sobre el trauma :** Equipar a los participantes con los principios y estrategias de la atención informada sobre el trauma, enfatizando la seguridad, la confiabilidad, la elección, la colaboración y el empoderamiento.
4. **Facilitar la reflexión:** Alentar a los participantes a reflexionar sobre sus propios prejuicios, suposiciones y reacciones ante el trauma, promoviendo la autoconciencia y el crecimiento.
5. **Empoderar la acción:** Empoderar a los participantes para que apliquen los principios de sensibilidad al trauma en su práctica, apoyando la curación y la resiliencia de las mujeres migrantes frente al trauma.

Al abordar estos objetivos y consideraciones, el taller apunta a equipar a los trabajadores sociales con el conocimiento, las habilidades y las actitudes necesarias para brindar un apoyo eficaz y sensible a las mujeres migrantes que han experimentado un trauma.

Nombre de la actividad:	Actividad para romper el hielo: “Reflexión sobre la concienciación sobre el trauma”
Objetivo:	Construir conexión. Promover la empatía. Configurar el tono. Fomentar la autorreflexión. Cree una atmósfera de apoyo y empatía al comienzo del taller, sentando las bases para discusiones significativas y aprendizaje sobre la sensibilidad al trauma en el contexto del trabajo con mujeres migrantes.
Duración:	15 minutos
Materiales necesarios:	• Cuadernos o papel para que los participantes escriban sus reflexiones durante la actividad para romper el hielo. • Bolígrafos o marcadores para que los participantes los utilicen durante los debates y actividades.
Descripción de la actividad:	• Se pide a los participantes que reflexionen individualmente sobre un momento en el que se sintieron abrumados o experimentaron una situación desafiante. • Después de la reflexión, los participantes se forman en parejas y comparten sus experiencias, centrándose en las emociones, los mecanismos de afrontamiento y los sistemas de apoyo. • Facilite una breve discusión sobre las similitudes y diferencias en las respuestas, enfatizando la empatía y la comprensión de diversas experiencias.

Actividad informativa	● Comenzar la sesión informativa agradeciendo a los participantes por su apertura y disposición para compartir durante la actividad. ● Reflexionar sobre los puntos en común y las diferencias en las experiencias de los participantes, reconociendo la diversidad de respuestas a los desafíos y factores estresantes. ● Invitar a los participantes a compartir cualquier idea o emoción que haya surgido durante el proceso de reflexión. Fomentar la escucha activa y la validación de las experiencias de los demás. ● Enfatizar la importancia de la empatía y la comprensión en el contexto de la sensibilidad al trauma, destacando cómo las reflexiones personales pueden informar su práctica cuando trabajan con mujeres migrantes que han experimentado un trauma. ● Concluir reiterando el enfoque del taller en crear un ambiente seguro y de apoyo para discutir temas delicados relacionados con el trauma.
Consejos	● <i>Anime a los participantes a abordar la actividad con una mente abierta y voluntad de compartir sus experiencias.</i> ● <i>Recuerde a los participantes que no están obligados a compartir nada con lo que se sientan incómodos y que pueden participar según su propio nivel de comodidad.</i> ● <i>Enfatice la escucha activa y la empatía mientras los participantes comparten sus reflexiones, fomentando una atmósfera de apoyo.</i>
Fuentes	● <i>Red Nacional de Estrés Traumático Infantil (NCTSN)</i> ● <i>Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA): enfoque basado en el trauma</i> ● <i>Centro de recursos para la implementación de atención informada sobre el trauma (TICIR) - https://www.traumainformedcare.chcs.org/</i> ● <i>Oficina de Salud de las Minorías (OMH) - https://minorityhealth.hhs.gov/</i> ● <i>Asociación Estadounidense de Psicología (APA) - Oficina de Asuntos de Minorías Étnicas</i>

Nombre de la actividad:	Sesión interactiva: “Comprender el trauma”
Objetivo:	Educar a los participantes. Introducir principios de atención basados en el trauma. Promover la sensibilidad. Fomentar la aplicación. Equipar a los participantes con los principios básicos de brindar ayuda a mujeres migrantes mentalmente frágiles y educar a los trabajadores sociales sobre los difíciles antecedentes que podrían tener las mujeres migrantes.
Duración:	20 minutos
Materiales necesarios:	• Estudios de caso o escenarios relacionados con experiencias traumáticas entre mujeres migrantes. • Papel de rotafolio y marcadores para discusiones grupales y sesiones de lluvia de ideas. • Notas adhesivas o fichas para que los participantes anoten ideas o respuestas durante las actividades.
Descripción de la actividad:	• Presentar información sobre la prevalencia y el impacto del trauma entre las mujeres migrantes, incluidas experiencias traumáticas comunes como la violencia, el desplazamiento y la discriminación. • Discutir los principios clave de la atención basada en el trauma: ○ Seguridad: Crear un ambiente seguro y de apoyo para que las mujeres migrantes se sientan seguras. ○ Confiabilidad: Establecer confianza y confiabilidad en las relaciones con los clientes. ○ Opción: Empoderar a las mujeres inmigrantes involucrándolas en la toma de decisiones y respetando su autonomía. ○ Colaboración: Trabajar en colaboración con mujeres migrantes para comprender sus necesidades y objetivos. ○ Empoderamiento: Apoyar las fortalezas y la resiliencia de las mujeres migrantes en el proceso de curación. • Involucrar a los participantes en actividades grupales o estudios de casos para aplicar principios de atención informados sobre el trauma en escenarios hipotéticos.
Actividad informativa	• Comenzar resumiendo los conceptos clave discutidos durante la sesión, como la prevalencia y el impacto del trauma entre las mujeres migrantes y los principios de la atención informada sobre el trauma. • Alentar a los participantes a reflexionar sobre cómo la información presentada se alinea con sus propias experiencias y observaciones en su trabajo con mujeres migrantes. • Facilitar una discusión sobre los desafíos y oportunidades de aplicar en la práctica los principios de atención basada en el trauma. Invite a los participantes

	a compartir ejemplos de estrategias que hayan utilizado o encontrado en su trabajo. • Abordar cualquier pregunta o inquietud planteada por los participantes con respecto a la sensibilidad al trauma y la atención informada sobre el trauma. • Concluir enfatizando la importancia del aprendizaje continuo y la autorreflexión para mantener la conciencia de la sensibilidad al trauma en su práctica.
Consejos	• <i>Proporcione explicaciones claras y concisas de conceptos clave relacionados con la sensibilidad al trauma y la atención informada sobre el trauma.</i> • <i>Utilice ejemplos de la vida real y estudios de casos para ilustrar los principios de la atención basada en el trauma en acción.</i> • <i>Fomente la participación activa haciendo preguntas abiertas e invitando a los participantes a compartir sus ideas y experiencias.</i>
Fuentes	• <i>Red Nacional de Estrés Traumático Infantil (NCTSN)</i> • <i>Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA): enfoque basado en el trauma</i> • <i>Centro de recursos para la implementación de atención informada sobre el trauma (TICIR) - https://www.traumainformedcare.chcs.org/</i> • <i>Oficina de Salud de las Minorías (OMH) - https://minorityhealth.hhs.gov/</i> • <i>Asociación Estadounidense de Psicología (APA) - Oficina de Asuntos de Minorías Étnicas</i>

Nombre de la actividad:	Lluvia de ideas en grupos pequeños: estrategias para la sensibilidad al trauma.
Objetivos:	Generar soluciones prácticas. Promover la implementación. Mejorar el compromiso. Fomentar la reflexión. Empoderar a los participantes para que desarrollen soluciones prácticas y viables para promover la sensibilidad al trauma en su trabajo con mujeres migrantes, mejorando la calidad de la atención y el apoyo brindados.
Duración:	20 minutos
Materiales necesarios:	• Papelógrafos o pizarras para que cada grupo registre sus ideas. • Marcadores o bolígrafos para escribir en el papel del rotafolio. • Folletos con preguntas orientadoras para cada grupo. • Opcional: Temporizador o cronómetro para gestionar la duración de la sesión de lluvia de ideas.

Descargo de responsabilidad: Financiado por la Unión Europea. Sin embargo, los puntos de vista y opiniones expresados son únicamente los de los autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o la Agencia Ejecutiva Europea en Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser consideradas responsables de ello.

Descripción de la actividad:	1. Divida a los participantes en pequeños grupos de 4 a 5 miembros cada uno. 2. Proporcione a cada grupo un conjunto de preguntas guía para estimular la lluvia de ideas, tales como: ○ ¿Cuáles son algunas formas de crear un entorno seguro y de apoyo para las mujeres migrantes que han experimentado un trauma? ○ ¿Cómo podemos asegurar que nuestra comunicación con las mujeres migrantes sea respetuosa y empoderadora? ○ ¿Qué estrategias podemos implementar para abordar consideraciones culturales y promover la sensibilidad cultural en nuestras interacciones? ○ ¿Cómo podemos colaborar con otros proveedores de servicios y recursos comunitarios para mejorar el apoyo a las mujeres migrantes? 3. Anime a los participantes a intercambiar ideas, compartir experiencias y colaborar en el desarrollo de estrategias prácticas que puedan implementarse en su práctica. 4. Asigne tiempo suficiente para la discusión en grupo y la generación de ideas, asegurando que cada miembro tenga la oportunidad de contribuir con sus ideas y sugerencias. 5. Facilite el intercambio de ideas entre grupos, permitiendo que cada grupo presente sus principales estrategias al grupo más grande.
Actividad informativa	• Después de la sesión de lluvia de ideas, facilite un debriefing para reflexionar sobre las estrategias generadas por cada grupo. • Invite a cada grupo a compartir sus principales estrategias y explicar el fundamento de sus elecciones. • Facilite una discusión sobre temas comunes y tendencias observadas en las estrategias de los diferentes grupos. • Aliente a los participantes a identificar conclusiones clave y pasos prácticos que puedan incorporar a su práctica. • Resuma las principales estrategias identificadas por los grupos y resalte cualquier enfoque innovador o prometedor.
Consejos	• <i>Anime a los participantes a pensar de forma creativa y innovadora al generar estrategias.</i> • <i>Fomente una atmósfera colaborativa e inclusiva donde todos los miembros del grupo se sientan cómodos compartiendo sus ideas.</i> • <i>Recuerde a los participantes que se centren en estrategias prácticas y viables que puedan implementarse en sus entornos de práctica.</i> • <i>Facilite la escucha activa y la comunicación respetuosa entre los miembros del grupo para garantizar debates productivos.</i>
Fuentes	• <i>Red Nacional de Estrés Traumático Infantil (NCTSN)</i>

	• <i>Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA): enfoque basado en el trauma</i> • <i>Centro de recursos para la implementación de atención informada sobre el trauma (TICIR) - https://www.traumainformedcare.chcs.org/</i> • <i>Oficina de Salud de las Minorías (OMH) - https://minorityhealth.hhs.gov/</i> • <i>Asociación Estadounidense de Psicología (APA) - Oficina de Asuntos de Minorías Étnicas</i>
--	--

Nombre de la actividad:	Resumen y recursos
Objetivos:	Resumir los aprendizajes clave. Proporcionar recursos adicionales. Reúna los comentarios y reflexione. Cierre y agradecimiento. Consolidar el aprendizaje, brindar apoyo adicional para el crecimiento continuo y fomentar la reflexión y la retroalimentación para mejorar futuros talleres y oportunidades de desarrollo profesional.
Duración:	25 minutos
Materiales necesarios:	• Folletos o recursos digitales que contienen materiales de lectura adicionales, cursos en línea, redes de apoyo y organizaciones especializadas en sensibilidad al trauma y salud mental de mujeres migrantes. • Formularios de evaluación o encuestas para recopilar comentarios de los participantes. • Opcional: Papel de rotafolio y marcadores para capturar reflexiones y conclusiones clave.
Descripción de la actividad:	1. Resumen de aprendizajes clave (5 minutos): ○ Resuma los principales conceptos, ideas y estrategias discutidas durante el taller, destacando los puntos clave relacionados con la sensibilidad al trauma y la atención informada sobre el trauma en el apoyo a la salud mental de las mujeres migrantes. ○ Invite a los participantes a compartir cualquier conocimiento o reflexión adicional que hayan obtenido en el taller. 2. Distribución de Recursos (5 minutos): ○ Proporcionar a los participantes folletos o recursos digitales que contengan materiales de lectura adicionales, cursos en línea, redes de apoyo y organizaciones especializadas en sensibilidad al trauma y salud mental de las mujeres migrantes. ○ Resalte recursos específicos que los participantes puedan encontrar útiles en su aprendizaje continuo y desarrollo profesional. 3. Comentarios y reflexión (10 minutos): ○ Invite a los participantes a compartir sus comentarios sobre la estructura, el contenido y la facilitación del taller, fomentando tanto los comentarios

	positivos como las críticas constructivas. ○ Facilite una discusión sobre las reflexiones de los participantes sobre su propio crecimiento y aprendizaje durante el taller, incluidos los desafíos o áreas para un mayor desarrollo. ○ Reconocer y validar las contribuciones y el compromiso de los participantes durante todo el taller. 4. Palabras finales (5 minutos): ○ Expresar agradecimiento por la participación activa y el compromiso de los participantes para apoyar la salud mental de las mujeres migrantes. ○ Reforzar la importancia de la sensibilidad al trauma y la atención informada sobre el trauma en la práctica del trabajo social, enfatizando el viaje continuo de aprendizaje y crecimiento. ○ Aliente a los participantes a continuar su desarrollo profesional y buscar apoyo de colegas y recursos a medida que incorporan principios de sensibilidad al trauma en su práctica.
Actividad informativa	● Después de la sesión de Resumen y Recursos, facilite una sesión informativa para reflexionar sobre los comentarios y reflexiones de los participantes sobre el taller. ● Invite a los participantes a compartir cualquier pensamiento o conocimiento final que hayan obtenido de la experiencia del taller. ● Resuma los temas principales y los puntos clave planteados durante la sesión de retroalimentación y reflexión. ● Expresé gratitud a los participantes por su compromiso y contribuciones al taller.
Consejos	● <i>Asigne tiempo suficiente para que los participantes revisen y discutan los recursos proporcionados, asegurándose de que tengan amplias oportunidades para explorar oportunidades de aprendizaje adicionales.</i> ● <i>Fomente una atmósfera abierta y de apoyo durante la sesión de retroalimentación y reflexión, animando a los participantes a compartir sus pensamientos y experiencias honestas.</i> ● <i>Agradezca a los participantes por sus comentarios y contribuciones, reforzando el valor de sus perspectivas a la hora de dar forma a futuros talleres y oportunidades de desarrollo profesional.</i>
Fuentes	● <i>Red Nacional de Estrés Traumático Infantil (NCTSN)</i> ● <i>Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA): enfoque basado en el trauma</i> ● <i>Centro de recursos para la implementación de atención informada sobre el trauma (TICIR) - https://www.traumainformedcare.chcs.org/</i> ● <i>Oficina de Salud de las Minorías (OMH) - https://minorityhealth.hhs.gov/</i>

- | | |
|--|---|
| | <ul style="list-style-type: none">• <i>Asociación Estadounidense de Psicología (APA) - Oficina de Asuntos de Minorías Étnicas</i> |
|--|---|