

por LaShae Lopez



SANACIÓN EN MOVIMIENTO

CÓMO LAS COALICIONES PUEDEN APOYAR EL CRECIMIENTO Y EL CAMBIO EN LA VIDA DE LOS SOBREVIVIENTES ADULTOS DE ABUSO SEXUAL EN LA INFANCIA

Sanación en movimiento: cómo las coaliciones pueden apoyar el crecimiento y el cambio en la vida de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia

Julio de 2023

Esta publicación fue elaborada por LaShae Lopez y el equipo Fortaleciendo la resiliencia [Building Resilience]: Resource Sharing Project (Proyecto de Recursos Compartidos), Activating Change, Just Detention International, Minnesota Indian Women’s Sexual Assault Coalition (Coalición de mujeres indígenas contra la agresión sexual en Minnesota), the North Carolina Coalition Against Sexual Assault (Coalición contra la agresión sexual en Carolina del Norte), y Olga Trujillo, Juris Doctor.

© Resource Sharing Project (Proyecto Nacional de Recursos Compartidos), 2023. Todos los derechos reservados.

El contenido de esta publicación se puede reproducir con el siguiente reconocimiento: Este material fue reproducido, con autorización, a partir de la publicación del Proyecto de Recursos Compartidos [Resource Sharing Project] “Sanación en movimiento: cómo las coaliciones pueden apoyar el crecimiento y el cambio en la vida de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia”. Este informe se encuentra disponible en

www.resourcesharingproject.org.

Diseño gráfico y diagramación por Norio Umezu Hall, RSP. Esta publicación fue traducida del inglés al español por Vanessa Marcano-Kelly de Caracas Language Solutions, LLC.

Resource
Sharing
Project



Este material fue elaborado con el apoyo del convenio cooperativo número 2019-V3-GX-K040, otorgado por la Oficina para víctimas de delitos, Programas de la Oficina de Justicia, del Departamento de Justicia de los EE.UU. Las opiniones, hallazgos y conclusiones o recomendaciones expresadas en este material pertenecen a los autores y no necesariamente reflejan la postura oficial ni las políticas del Departamento de Justicia de los EE.UU.

CONTENIDOS

Foreword 7

Uso del plan de estudios 14

Explicación de la estructura de los módulos 36

Plan de estudios y componentes de los módulos 37

Module maps 44

Las realidades del abuso sexual en la infancia 47

Cómo sobrellevar el abuso sexual vivido en la infancia durante la
edad adulta 87

El impacto del abuso sexual en la infancia sobre el cuerpo 125

Cómo el abuso sexual en la infancia afecta las relaciones 155

Una visión para la sanación	193
Cómo incorporar el cuerpo en la sanación	211
El sexo y la sexualidad como parte de la sanación	239
Espiritualidad y cultura en la sanación	265
Creación de una comunidad como parte de la sanación	295
Conclusión	322

PRÓLOGO

Estimadas coaliciones,

Los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia se encuentran en todas las comunidades, pero a menudo en el silencio y el abandono. Este silencio se infiltra incluso en los programas de intercesoría y las coaliciones. **Sanación en movimiento: cómo las coaliciones pueden apoyar el crecimiento y el cambio en la vida de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia** es tu guía para entender las dinámicas en torno a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia y para ayudar a los intercesores a recibir a todos los sobrevivientes (y todas sus complejidades) con compasión y creatividad.

Sanación en movimiento se enfoca en los servicios y destrezas que están al alcance de cualquier programa de intercesoría actualmente, incluyendo prácticas de sanación corporales y espirituales. Ayudarás a los intercesores a poner el apoyo y la sanación emocional en el centro de la intercesoría. Este plan de estudios contiene nueve módulos, con aproximadamente 44 horas de facilitación. Lo hemos diseñado para que puedas presentar los módulos de acuerdo con el ritmo que sea más conveniente para ti; se puede utilizar para la instrucción virtual o presencial.

Los temas en las lecciones incluyen las realidades del trauma en la juventud, cómo sobrellevar situaciones en la edad adulta, la disociación, drogadicción y alcoholismo, salud mental, reclusión (en cárceles o prisiones), identidad y cultura, sanación en la comunidad y mucho más. Igualmente, profundizamos en temas de racismo, anti-negritud, anti indigeneidad, homofobia y transfobia, además de otros tipos de opresión. Hemos tenido el cuidado de preparar un contenido que no sea explícito, pero sabemos que todos estos temas pueden ser intensos. Reconocemos que explorar las experiencias de los adultos sobrevivientes de abuso sexual en la infancia y la naturaleza compleja de vivir en las intersecciones de la identidad y el trauma es algo conmovedor y desafiante. En estas lecciones, encontrarás esperanza, resiliencia y compasión.

Sanación en movimiento se fundamenta en nuestra convicción de que los intercesores:

- ▶ Valoran el conocimiento del sobreviviente acerca de sí mismo y sus métodos creativos de sanación, por encima de las ideas clínicas y empíricas en torno a la sanación.
- ▶ Establecen confianza con los sobrevivientes con el tiempo.
- ▶ Sienten comodidad trabajando sin un plan de intercesoría concreto y confianza al brindar intercesoría intangible. Los intercesores se centran en el apoyo emocional y la sanación.
- ▶ Ayudan a los sobrevivientes a explorar opciones ante los asuntos que enfrentan hoy, sin juzgarlos.
- ▶ Se mantienen presentes.
- ▶ Acogen y reciben a los sobrevivientes tal como son a plenitud, incluyendo sus identidades culturales, fortalezas y traumas. Respetan la fortaleza y creatividad de los sobrevivientes.
- ▶ Apoyan a los sobrevivientes al buscar formas de manejar y adaptar su trauma y sanación a su vida cotidiana.

- ▶ Reflexionan sobre su práctica y buscan informarse más en torno a la prestación de servicios, sus propias emociones, reacciones, sesgos, opresión y privilegios. Los intercesores buscan entender el contexto social y la historia de su trabajo: el movimiento contra la violencia sexual, la intersección de movimientos, el racismo y otros temas sociales que convergen.
- ▶ Ayudan al sobreviviente a identificar y crear su comunidad.
- ▶ Inculcan esperanza para la sanación. Ayudan al sobreviviente a reconocer sus propias fortalezas y lo lejos que ha llegado.
- ▶ Brindan un contexto a los sobrevivientes acerca de qué es el abuso sexual en la infancia y cómo afecta a los adultos.

Sanación en movimiento se fundamenta en nuestra convicción de que las coaliciones contra la agresión sexual a nivel tribal, estatal y territorial son esenciales para el éxito de los intercesores

Las coaliciones son excepcionales en cuanto a su capacidad de forjar comunidades para un aprendizaje óptimo. Creemos en las aptitudes de las coaliciones para brindar espacio a sus intercesores a fin de que exploren sus miedos y preocupaciones, sesgos, sus propios traumas y el trauma vicario, y que ayuden a los intercesores a sentir que sus destrezas intangibles de intercesoría son valiosas y valoradas. Las coaliciones pueden ayudar a los intercesores a enterarse de qué pueden y deben brindar a los adultos sobrevivientes de abuso sexual en la infancia, dando así a los intercesores suficiente tiempo y espacio para poner en práctica sus destrezas. A través de capacitaciones y asistencia técnica, las coaliciones cumplen su papel como instituciones de apoyo para quienes hacen el trabajo de intercesoría directa con sobrevivientes de violencia sexual.

Este plan de estudios se elaboró en colaboración con intercesores, empleados de coaliciones, expertos y, lo más importante, sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia

Nos sentimos sumamente agradecidos con todas las personas que contribuyeron en la creación de plan de estudios. Esperamos que nos acompañen a honrar a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia al formar una comunidad de aprendizaje, escuchar a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia y trabajar por comunidades más equitativas, florecientes y seguras para todos nosotros.

Deseamos expresar nuestro más profundo agradecimiento al personal de the Native Women's Society of the Great Plains, Southwest Indigenous Women's Coalition, Yupik Women's Coalition, Reflection of Inspiration Inc., New Jersey Coalition Against Sexual Assault, Nevada Coalition to End Domestic and Sexual Violence, Kentucky Association of Sexual Assault Programs, Maryland Coalition Against Sexual Assault, Iowa Coalition Against Sexual Assault, North Carolina Coalition Against Sexual Assault, South Dakota Coalition to End Domestic and Sexual Violence, Connecticut Alliance to End Sexual Violence, Missouri Coalition Against

Domestic & Sexual Violence, Tennessee Coalition to End Domestic & Sexual Violence, Maine Coalition Against Sexual Assault y Wings. Gracias a sus considerados comentarios y revisiones logramos obtener la mejor versión de este plan de estudios. Asimismo, extendemos nuestro cariño y gratitud al personal del RSP que brindó asistencia y asesoría en este proyecto: Norio, Val, Rebekah, Tracy, Brittany.

Un cordial saludo en comunidad, de parte del equipo de Building Resilience:

LaShae, Leah, Kris, Olga, Nancy, Nicole,
Erica, Guadalupe, Cynthia

USO DEL PLAN DE ESTUDIOS

El Resource Sharing Project (Proyecto de Recursos Compartidos) elaboró este plan de estudios como respuesta a la gran cantidad de capacitadores en coaliciones que expresaron no estar seguros de cómo enseñar destrezas de intercesoría para brindar servicios a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia que acudían a sus programas miembro. La intercesoría que necesitan estos sobrevivientes es compleja y variable. Los participantes de las capacitaciones pudieran sentirse incómodos, estresados o sucumbir ante detonantes debido a los temas tratados y esto puede ser un desafío para los instructores. Este plan de estudios proporciona herramientas para fortalecer la confianza y conocimientos de los facilitadores, a fin de que puedan ayudar a los intercesores a fortalecer su propia confianza y conocimientos.

Esta capacitación se ha diseñado para adaptarse a cada coalición y sus participantes. Sanación en movimiento: cómo las coaliciones pueden apoyar el crecimiento y el cambio en la vida de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia aporta los materiales y las ideas, mientras que los facilitadores aportan sus destrezas y estilos particulares de capacitación. Para que este plan de estudios sea pertinente a los integrantes y programas de la coalición, los facilitadores deberán considerar las diversas culturas e historias de todas las comunidades.

Preparación para facilitadores

Los facilitadores del plan de capacitación tienen la tarea de impartir el plan de estudios, guiar los diálogos y fomentar un espacio abierto para el aprendizaje, la exploración y el desarrollo de destrezas. **Los facilitadores a quienes está dirigido este plan de estudios son aquellos que imparten capacitaciones en coaliciones tribales, territoriales y estatales contra la violencia sexual.**

Debido a su contenido, se sugiere que este plan de estudios lo imparta **un equipo de capacitadores experimentados** que:

- ✓ entienda cómo enseñar acerca del tema de la opresión
- ✓ Sepa cómo proporcionar y hablar de la intercesoría ante la agresión sexual desde una óptica anti-opresiva, con ejemplos que los intercesores ante la agresión sexual puedan poner en práctica en su trabajo.
- ✓ Tenga experiencia facilitando, contextualizando y sorteando conversaciones emotivas difíciles acerca del trauma y la sanación. Sería particularmente útil si los facilitadores tuviesen experiencia brindando apoyo a personas que hayan revelado ser sobrevivientes de abuso sexual en la infancia.

- ✓ Tenga experiencia explicando, demostrando y enseñando varias técnicas de consciencia plena y maneras de centrarse.
- ✓ Tenga una rutina de autocuidado que pueda emplear después de la capacitación
- ✓ Haya facilitado capacitaciones de más de dos horas de duración
- ✓ Se sienta cómodo elaborando y adaptando materiales de capacitación para intercesores ante la violencia sexual basados en conceptos presentes en planes de estudio o lecciones.

Antes de impartir el contenido, es importante que los facilitadores:

Comprendan las necesidades de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia dentro de su zona y comunidad

Cada comunidad es única, con diferentes historias, luchas, brechas, fortalezas, servicios, relatos y enfoques para lograr justicia y sanación. Es importante que los facilitadores estén conscientes de estos factores. Esto no puede llevarse a cabo si no están escuchando a los sobrevivientes, en especial los sobrevivientes particularmente desatendidos. Para conocer más ejemplos de cómo averiguar cuáles son las necesidades existentes en tu zona, por favor, consulta la publicación [“Cómo escuchar a nuestras comunidades: un conjunto de herramientas de evaluación”](#) creada por el Proyecto de Recursos Compartidos y el National Sexual Violence Resource Center (Centro nacional de recursos sobre la violencia sexual).

Incorporen el trabajo de sanación en torno a su propio trauma

Hablar del abuso sexual en la infancia puede ser particularmente difícil. Independientemente de si el facilitador es un sobreviviente o no, todas las personas resultan afectadas por la realidad del abuso sexual en la infancia, dado a que este asunto afecta a personas, familias y comunidades. Se recomienda encarecidamente que, antes de facilitar esta capacitación, los instructores reflexionen sobre cómo el abuso sexual en la infancia ha afectado su vida y cómo se manifiesta en la manera en que sobrellevan, procesan y logran sanar de esas experiencias. Esta reflexión puede hacerse a solas, con compañeros de trabajo o con seres queridos.

Trabajen en equipo a la hora de impartir la capacitación

Para este material de capacitación, una estrategia en equipo (dos o más facilitadores) será la más idónea para facilitar y brindar apoyo a los participantes. Si no es posible hacer la capacitación como equipo, por favor, planifiquen tiempo y espacio para el autocuidado, el ritmo de la instrucción, sesiones de desahogo (debriefing) y apoyo.

Hablen (como equipo de capacitación) acerca de las maneras de responder y brindarse apoyo mutuo durante distintas situaciones

Los facilitadores deben preocuparse de conversar abiertamente acerca de sus inquietudes respecto a sus traumas pasados, determinar qué tipo de apoyo pudieran necesitar si sucumben ante algún detonante durante la capacitación y cuáles son algunas cosas que hacen para mantenerse centrados y presentes en el momento. Los facilitadores también deberán hablar de qué harán si un participante sucumbe ante un detonante y necesita apoyo antes, durante y después de la capacitación.

Hablen (como equipo de capacitación) acerca de las maneras de responder ante la opresión cuando surja durante la capacitación

Esta capacitación se enfoca en diversos temas de opresión, como, por ejemplo, el racismo, la anti-negritud, la anti indigeneidad, la colonización, la homofobia, la transfobia y el capacitismo. Antes de comenzar la capacitación, los facilitadores deben:

- ▶ reflexionar sobre los privilegios que tienen y las opresiones que viven.
- ▶ Hablar de cómo la opresión se manifiesta comúnmente en los espacios y diálogos colectivos de capacitación. Luego, considerar dónde pudiera manifestarse durante la capacitación, dando particular consideración a los artículos externos que se compartirán.

- ▶ Reflexionar respecto a cómo estos conflictos se han desarrollado durante capacitaciones pasadas.
- ▶ Reflexionar sobre el historial de tu propia coalición y su rol en perpetuar la opresión, ser cómplices de esta, y no asumir responsabilidad de sus actos pasados. Pensar en cómo esta historia pudiera afectar la instrucción y recepción de la información mencionada durante la capacitación.

Además, los facilitadores deben hablar de cómo responderán cuando estos prejuicios surjan en el espacio. Deben crear una estrategia respecto a cómo responderán ante incidentes en el momento en que ocurran y cómo los abordarán con los participantes, facilitadores, invitados y cualquier otra persona presente durante la capacitación. Para conocer más información, recursos y orientación sobre todo esto, consulta la capacitación virtual [“Fundamentals of Facilitation for Racial Justice Work Online” \[Aspectos básicos de la facilitación del trabajo de justicia racial\]](#) de Interaction Institute for Social Change.

Piensen críticamente acerca de su estilo de facilitación y la cantidad de tiempo que tomará trabajar con este contenido

Cada facilitador tiene su propio estilo de presentación; esto puede generar un gran impacto en cómo los participantes reciben, entienden e interactúan con el contenido. Los facilitadores deben considerar:

- ▶ cómo desean prepararse y familiarizarse con el contenido nuevo
- ▶ Cuáles son sus fortalezas y debilidades a la hora de impartir capacitaciones
- ▶ Cuál es su estilo de facilitación y cómo se acopla con los enfoques de los otros facilitadores
- ▶ Principios y estrategias del aprendizaje entre adultos. Para conocer información adicional y recursos en torno a este tema, por favor, consulta el artículo [“Adult Learning Principles” de Valamis.](#)

Consideren el cronograma de la capacitación y la preparación necesaria para esta

Recuerda que este contenido puede ser pesado para tanto los facilitadores como los participantes. Los facilitadores deben tomarse un momento para planificar los diversos aspectos de la capacitación, incluyendo:

el tiempo necesario para recopilar y preparar todos los materiales, recursos, tecnología, solicitudes y adaptaciones de accesibilidad, así como otras necesidades establecidas para la capacitación.

Qué cambios serán necesarios en la impartición del contenido, adaptaciones para los participantes y otros preparativos para la capacitación, según su entorno. Esto puede ser afectado por:

- ▶ Si la capacitación es presencial, virtual o en modalidad híbrida. En las capacitaciones presenciales, es posible que los participantes necesiten más tiempo para deambular por la sala, recoger materiales, retornar de recesos, acceder a la tecnología, concluir diálogos, anotar el registro de su asistencia, etc.
- ▶ La cantidad de participantes. Mientras más participantes haya, más tiempo deberán planificar los facilitadores para desarrollar actividades y conversaciones.

El tiempo que los participantes necesitan para leer los materiales. Recuerda que hay algunos participantes se benefician de tener más tiempo para leer y absorber el material. Sugerimos entregar todo el material de lectura a los participantes antes de la sesión, incluso si planeas darles tiempo para leer durante la sesión.

Se necesitará tiempo para el análisis, revisión, evaluación y lectura de los comentarios que aportaron los participantes entre cada módulo o receso durante la capacitación.

¿Cómo dividir la capacitación? Esto incluye recesos adecuados y tiempo para comer, así como tiempo para el análisis/desahogo después de actividades y conversaciones con carga emocional.

- ▶ Una sesión de desahogo (debriefing) pudiera incluir algún tipo de actividad de consciencia plena o ejercicio para centrarse antes del diálogo. Si quieres una lista útil de ejercicios para centrarse, que se utilizará en el plan de estudios, consulta el recurso [“Destrezas de intercesoría: cómo centrarse”](#), por el Proyecto de Recursos Compartidos.

- ▶ Establece un plan en caso de alguna emergencia, en la que uno o más de los facilitadores no puedan asistir. Esto pudiera involucrar tener a un facilitador de respaldo o contar con alguien en “espera” que conozca el contexto de la capacitación.

- ▶ Establecer un plan de acción en caso de que la capacitación deba finalizar o cancelarse repentinamente.

Recibe a los participantes, invítalos a que atiendan sus necesidades durante la capacitación y establece lineamientos respecto a la conducta de los participantes durante la capacitación.

Hablar del abuso sexual en la infancia puede ser un detonante incluso para intercesores que hayan trabajado anteriormente con sobrevivientes de violencia sexual. Los facilitadores deben tomarse el tiempo de establecer un espacio cálido, abierto, accesible y adaptable, a la vez que dejan claras las expectativas en torno a la conducta y participación.

Para conocer más información acerca de cómo preparar el espacio, por favor, consulta estos capítulos del [“Manual de capacitación: fundamentos de la intercesoría”](#), una herramienta creada por el Proyecto de Recursos Compartidos y el National Sexual Violence Resource Center (Centro nacional de recursos sobre la violencia sexual).

- ▶ Información acerca de esta capacitación:
Cómo empezar y Apoyo para la capacitación

- ▶ Módulo 1: Bienvenida y

- ▶ Módulo 2: Cómo cuidarnos mutuamente y a nosotros mismos.

Preparación para los participantes

Los participantes de la capacitación (a veces denominados “asistentes”, “integrantes de la audiencia” o “alumnos”) son aquellos que han acudido a la capacitación para aprender, analizar y ampliar sus destrezas de intercesoría. La audiencia objetivo de este plan de estudios son los programas integrantes de coaliciones tribales, territoriales y estatales contra la violencia sexual. Específicamente, este plan de estudios es para los intercesores comunitarios contra la violencia sexual o que trabajan en agencias duales o multiservicios, que deseen ampliar sus destrezas fundamentales de intercesoría.

Debido al contenido que se tratará en este plan de estudios, se sugiere a los participantes que acudan a la capacitación:

- ✓ Entender qué es la intercesoría ante la agresión sexual y completar un curso fundamental de intercesoría ante la agresión sexual.
- ✓ Tener experiencia brindando intercesoría ante la agresión sexual.
- ✓ Tener cierta comprensión de cómo la opresión y el trauma afectan las vidas de los sobrevivientes.

El objetivo de esta capacitación es ampliar la destreza de los intercesores para prestar servicios ante la agresión sexual a una población desatendida específica.

Los intercesores deberían conocer conceptos como “sanación”, “anti-opresión” y “atención médica con conciencia del trauma”.

Los intercesores también deberían tener cierta comprensión de cómo brindar intercesoría a los sobrevivientes de violencia sexual:

- ▶ fuera del contexto de la violencia doméstica
- ▶ enfocada en la sanación a largo plazo
- ▶ con apoyo fuera de los sistemas legales penales
 - » Si deseas más orientación sobre cómo ampliar esta comprensión, por favor, consulta el recurso [“¡Es importante! Cómo el definir la violencia sexual define a los programas de intercesoría”](#), creado por el Proyecto de Recursos Compartidos y el National Sexual Violence Resource Center (Centro nacional de recursos sobre la violencia sexual).

Antes de asistir a esta capacitación, es importante que los participantes:

Reflexionen acerca de cómo el abuso sexual en la infancia ha afectado sus vidas

El abuso sexual en la infancia nos afecta a todos, dado a que este tema impacta a personas, familias y comunidades. Se recomienda encarecidamente que, antes de asistir a esta capacitación, los participantes piensen en cómo el abuso sexual en la infancia ha afectado sus vidas y cómo se manifiesta en la manera en que sobrellevan, procesan y logran sanar de esas experiencias. Esta reflexión puede hacerse a solas, con compañeros de trabajo o con seres queridos.

Sean receptivos al aprendizaje y al cambio en los enfoques individuales y organizacionales en la intercesoría

Centrar las necesidades de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia les da oportunidades a los intercesores y organizaciones de cambiar cómo desempeñan su labor.

- ▶ Si deseas más orientación acerca de cómo corregir y ampliar tus servicios contra la violencia sexual, por favor, consulta el recurso [“Adiós al menú: cómo ampliar el alcance de la intercesoría”](#), creado por el Proyecto de Recursos Compartidos y el National Sexual Violence Resource Center (Centro nacional de recursos sobre la violencia sexual).

Estén dispuestos a interceder por los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia ante sistemas fuera y dentro de la organización, con las entidades de financiamiento, a fin de centrar las necesidades de estos sobrevivientes

Prestar servicios a sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia requiere el cambio de políticas, procedimientos y prácticas; las capacitaciones o acreditación de las coaliciones deben cambiar, así como las prioridades de las entidades de financiamiento, para que los intercesores y organizaciones pongan en el centro a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia. Darse cuenta de que estos cambios y transformaciones son necesarias exigirá que se abogue por ello dentro de las organizaciones de intercesoría, coaliciones y entidades de financiamiento.

Nota acerca del tiempo para la preparación y facilitación

Tiempo de preparación

Por favor, ten en cuenta que el tiempo estimado de preparación para facilitar todo el plan de estudios por primera vez es entre 25 y 40 horas.

Esto incluye el tiempo necesario para:

- ▶ Leer el plan de estudios y familiarizarse con el contenido

- ▶ Recopilar y preparar todos los materiales, recursos, tecnología, solicitudes y adaptaciones de accesibilidad, así como otras necesidades establecidas para la capacitación.

- ▶ Crear los materiales sugeridos y las modificaciones a la capacitación específicas para la comunidad detalladas en el plan de estudios.

- ▶ Conseguir los espacios donde se hará la capacitación; bien sea presencial, virtual o en modalidad híbrida.
- ▶ Promocionar el evento, reclutar e inscribir a los participantes de la capacitación.
- ▶ Completar otras tareas administrativas vinculadas con la capacitación (enviar materiales con anticipación, verificar información, etc.).

Además de esto, también tomará tiempo adicional para que los facilitadores realicen el trabajo de sanación en torno a sus propios traumas y para hacer una evaluación comunitaria de las necesidades de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia en su estado, comunidad tribal o territorio.

Tiempo de facilitación

Por favor, ten en cuenta que el tiempo estimado para la facilitación de todo el plan de estudios es alrededor de 44 horas.

Esto no incluye:

- ▶ Tiempo intencional para hacer análisis entre diálogos, recesos entre lecciones y módulos, así como la hora de las comidas.
- ▶ Tiempo para que los facilitadores analicen y evalúen el desarrollo de cada sesión de capacitación y hagan ajustes al contenido.

Se sugiere encarecidamente que este plan de estudios se facilite a lo largo de varias semanas (al menos dos) para evitar el agotamiento y darles a los participantes la oportunidad de reflexionar en torno a lo aprendido y ponerlo en práctica en sus labores de intercesoría. Adicionalmente, se sugiere que, si esta capacitación se realiza virtualmente, que se divida en varias semanas para reducir la cantidad de fatiga por estar conectados en Zoom.

Si deseas sugerencias acerca de cómo dividir el contenido, por favor, consulta la sección “Explicación de la estructura de los módulos”.

EXPLICACIÓN DE LA ESTRUCTURA DE LOS MÓDULOS

A grandes rasgos, el orden de los módulos obedece el orden de la serie de conversaciones [“Forjando la resiliencia: conversaciones con y acerca de sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia”](#). Las lecciones de cada módulo progresan con las marcas de tiempo de la serie de podcasts.

Si bien los facilitadores pueden repasar el plan de estudios con esta estructura en mente, los facilitadores pudieran también cambiar el orden de los diferentes módulos de la capacitación según las necesidades de los participantes. Por favor, ten en cuenta de que algunos elementos de aprendizaje quizá pierdan la concordancia si se cambia el orden de los módulos.

PLAN DE ESTUDIOS Y COMPONENTES DE LOS MÓDULOS

Este plan de estudios contiene nueve módulos y cada módulo se divide en una lista de lecciones y pasos. Los facilitadores deberán modificar los componentes de la capacitación para satisfacer las necesidades de los participantes, así como las consideraciones culturales que no se hayan incluido en el esquema.

Resumen general de los componentes

Cada módulo del manual tendrá los siguientes componentes fundamentales.

componente	descripción
Resumen del módulo	Breve descripción del contenido del módulo
Objetivos de aprendizaje	Una lista de las conclusiones y datos clave que los participantes deberían aprender al completar el módulo
Estructura del módulo	El tiempo necesario para la facilitación, nombre y cantidad de lecciones en el módulo. Por favor, ten en cuenta que el tiempo indicado en el módulo es la cantidad estimada de tiempo necesaria para facilitar el módulo únicamente, no para hacer los preparativos y recopilar los materiales necesarios.

componente	descripción
Materiales necesarios para el módulo	<p>Una lista de los materiales sugeridos necesarios para cada lección del módulo. La lista se divide de acuerdo con lo necesario para capacitaciones presenciales y virtuales.</p> <ul style="list-style-type: none">▶ En la lista de Materiales necesarios para el módulo, se incluye el programa PowerPoint como uno de los materiales necesarios. Los facilitadores deben utilizar cualquier herramienta de presentaciones (Microsoft PowerPoint, Google Slides, Canva, Prezi, etc.) que empleen normalmente para hacer sus capacitaciones.

componente	descripción
	<ul style="list-style-type: none"><li data-bbox="662 619 1427 1134">▶ En las listas de Materiales necesarios para el módulo, “copias o enlaces” aparece al lado de algunos de los recursos virtuales del lado que coincide con la capacitación presencial. Se sugiere encarecidamente a los facilitadores crear una carpeta de recursos que contenga copias de todos los recursos utilizados durante la capacitación para que los participantes puedan consultarlos fuera de la capacitación. <li data-bbox="711 1228 1427 1455">» Para ver una lista de todos los recursos mencionados en el plan de estudios, por favor consulta “Sanación en movimiento: lista de recursos recopilados” en la página lviii.

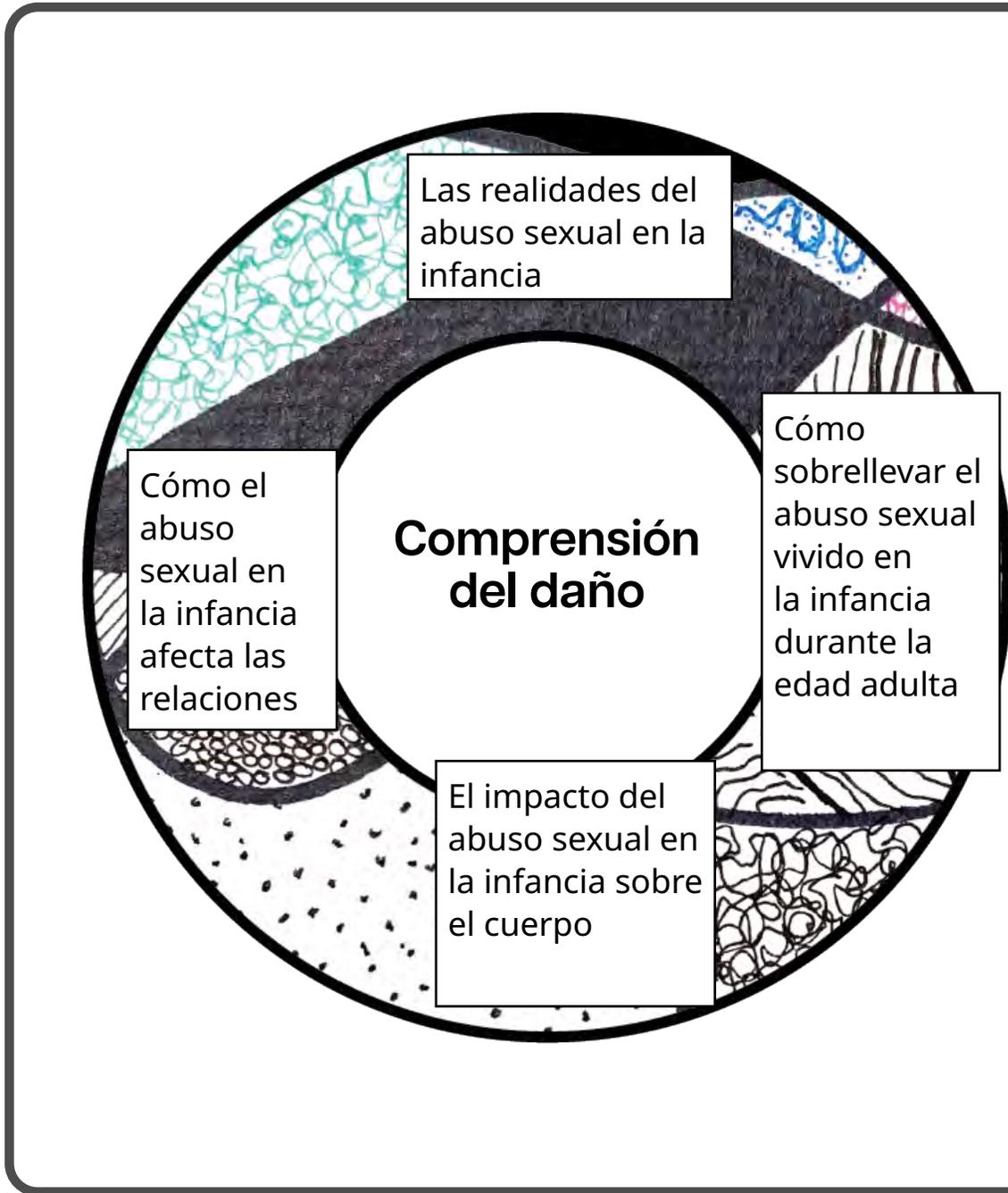
componente	descripción
Notas acerca del módulo	Una guía exhaustiva para ayudar a los facilitadores a saber de qué deben estar pendientes durante el módulo. Esto incluye contenido adicional de preparación que no se haya incorporado expresamente en el módulo (por ejemplo, materiales específicos para ciertas culturas) y los posibles problemas que pudieran surgir. Esta sección se desglosa según los pasos que requieren atención adicional.
Contenido del módulo	Los temas que se tratarán, aprenderán y explorarán en el módulo.
Oportunidades para aprender más	Materiales adicionales relacionados con el tema del módulo para expandir la comprensión y destrezas de intercesoría de los participantes. Estos recursos pudieran ser útiles para los facilitadores durante la preparación inicial de la capacitación.

Elementos adicionales

- ▶ Los módulos 2, 6 y 8 cuentan con una lección llamada “Integremos el conocimiento”. Esta lección es una oportunidad para que los facilitadores y participantes repasen el contenido aprendido durante los dos módulos anteriores.
- ▶ El módulo 4 tiene una lección llamada “Consulta a medio camino”, dado que este es el punto intermedio de la capacitación. Si esta actividad no es el punto intermedio (por ejemplo, si se ha agregado o eliminado contenido), se sugiere cambiar esta lección al lugar apropiado.
- ▶ Como primer paso de cada módulo, los facilitadores realizarán un ejercicio para que todos puedan centrarse. Aunque saber cómo centrarse es una destreza importante para los intercesores en su trabajo con los sobrevivientes, los facilitadores de la capacitación pueden cambiar esta actividad en algunos módulos y, en cambio, hacer ejercicios de afirmación, consciencia plena o actividades para fortalecer al equipo para abrir la sesión, según sea apropiado.

- ▶ Algunos módulos tendrán los Apuntes del facilitador, los cuales brindan una orientación específica al facilitador, incluyendo cosas que deben mencionar a los participantes.
- ▶ La lista de recursos contiene todos los recursos mencionados durante la capacitación en una sola lista consolidada.
- ▶ La guía de estilo tiene consejos para elaborar presentaciones para esta capacitación. La guía de estilo incluye algunas pautas de formato y perspectivas acerca de las imágenes que puedes utilizar en tus presentaciones.

MODULE MAPS





LEYENDA

Actividad



Diálogo en grupos pequeños



Documento



Diálogo en colectivo



Ver



Enseñanza



Análisis



Conclusión

Tiempo para facilitar:
6.5 hr



MÓDULO # 1

LAS REALIDADES DEL ABUSO SEXUAL EN LA INFANCIA

RESUMEN DEL MÓDULO

Este módulo establece las bases del contenido que se aprenderá durante el resto del curso. Es esencial que los facilitadores creen un espacio en donde los participantes se sientan cómodos haciendo preguntas, expresando lo que piensan, pensando críticamente y recibiendo retroalimentación durante este primer módulo. Dado a que este es el primer módulo, habrá más Notas de preparación y Apuntes del facilitador para dar más contexto a los participantes acerca de los componentes del módulo.

DEBIDO A LA INFORMACIÓN FUNDAMENTAL QUE SE ABORDARÁ AQUÍ

es importante que los facilitadores mantengan “Las realidades del abuso sexual en la infancia” de primero entre los módulos.

- ▶ Se recomienda a los facilitadores tomar cierto tiempo para explicar los componentes de la capacitación en los módulos y describirlos a los participantes cuando sea necesario (las descripciones se encuentran en la sección “Componentes del módulo” en la página 38 del plan de estudios).

LAS REALIDADES DEL ABUSO SEXUAL EN LA INFANCIA OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- ▶ Reflexionar en torno a los conocimientos que se tienen actualmente acerca de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia y sus necesidades
- ▶ Familiarizarse con la terminología e información utilizada comúnmente
- ▶ Desarrollar una comprensión más amplia de la prevalencia, dinámica y el impacto del abuso sexual en la infancia en la vida de un sobreviviente
- ▶ Empezar a explorar cómo la intercesoría y los servicios de sus agencias satisfacen las necesidades de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia

ESTRUCTURA DE “LAS REALIDADES DEL ABUSO SEXUAL EN LA INFANCIA”

Tiempo para facilitar este módulo: Seis horas y media (6.5 hr) en total

Lección 1.1 Esquematización de nuestros conocimientos (una hora)

Lección 1.2 Glosario de términos (una hora)

Lección 1.3 Exploración de las dinámicas, estadísticas y definición del abuso sexual en la infancia (una hora)

Lección 1.4: La diferencia entre vivir incidentes de abuso sexual en la infancia comparado con vivir incidentes de agresión sexual por primera vez en la edad adulta (una hora)

Lección 1.5 ¿Qué significa esto para nuestra intercesoría? (Dos horas y media - 2.5 hr)

MATERIALES NECESARIOS PARA EL MÓDULO “LAS REALIDADES DEL ABUSO SEXUAL EN LA INFANCIA”

Lección	Presencial	Virtual
1.1	<ul style="list-style-type: none">▶ Pizarra blanca o tablas▶ Marcadores (borrado en seco y permanentes)▶ Notas autoadhesivas grandes▶ Papel▶ Instrumentos de escritura	<ul style="list-style-type: none">▶ Google Jamboard u otro tipo de plataforma virtual para tomar apuntes en vivo
1.2	<ul style="list-style-type: none">▶ Copias de, o enlace a, Glosario de términos: Las realidades del abuso sexual en la infancia 1.2	<ul style="list-style-type: none">▶ Glosario de términos: Las realidades del abuso sexual en la infancia 1.2

Lección	Presencial	Virtual
1.3	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Computadora ▶ Proyector o televisión de pantalla grande ▶ Bocinas que los participantes puedan oír ▶ Video del primer episodio de la serie de conversaciones: ¿Por qué nos enfocamos en los adultos sobrevivientes de abuso sexual en la infancia? ▶ Copias o enlace a la hoja para colorear del primer episodio de “Forjando la resiliencia” ▶ Copias o enlace al artículo “Remembering the Children of Native American Residential Schools (Recordando a los niños de las escuelas residenciales indígenas estadounidenses)” del National Sexual Violence Resource Center (Centro nacional de recursos sobre la violencia sexual). 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Video del primer episodio de la serie de conversaciones: ¿Por qué nos enfocamos en los adultos sobrevivientes de abuso sexual en la infancia? ▶ Hoja para colorear del primer episodio de “Forjando la resiliencia” ▶ Enlace al artículo “Remembering the Children of Native American Residential Schools (Recordando a los niños de las escuelas residenciales indígenas estadounidenses)” del National Sexual Violence Resource Center (Centro nacional de recursos sobre la violencia sexual).

Lección Presencial

1.4

- ▶ Computadora
- ▶ Bocinas que los participantes puedan oír
- ▶ Proyector o televisión de pantalla grande
- ▶ PowerPoint
- ▶ [Video del primer episodio de la serie de conversaciones: “¿Por qué nos enfocamos en los adultos sobrevivientes de abuso sexual en la infancia?”](#)
- ▶ [Copias o enlace a la hoja para colorear del primer episodio de “Forjando la resiliencia”](#)
- ▶ Instrumentos de escritura
- ▶ Copias o enlace a “Sanación en movimiento: hoja de trabajo para la planificación estratégica”

Virtual

- ▶ [Video del primer episodio de la serie de conversaciones: “¿Por qué nos enfocamos en los adultos sobrevivientes de abuso sexual en la infancia?”](#)
- ▶ [Hoja para colorear del primer episodio de “Forjando la resiliencia”](#)
- ▶ PowerPoint
- ▶ Sanación en movimiento: hoja de trabajo para la planificación estratégica

Lección	Presencial	Virtual
1.5	<ul style="list-style-type: none">▶ Computadora▶ Proyector o televisión de pantalla grande▶ Copias o enlace a la hoja de trabajo “Áreas de dolor, áreas de sanación” creada por el Proyecto de Recursos Compartidos▶ PowerPoint▶ Instrumentos de escritura▶ Papel	<ul style="list-style-type: none">▶ Hoja de trabajo “Áreas de dolor, áreas de sanación” creada por el Proyecto de Recursos Compartidos▶ PowerPoint

NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 1.1 ESQUEMATIZACIÓN DE NUESTROS CONOCIMIENTOS

- ▶ Los facilitadores darán apertura al módulo con un ejercicio para centrar al grupo. Si deseas ver una lista de ejercicios para centrarse, por favor, consulta la herramienta [“Destrezas de intercesoría: ejercicios para centrarse”](#), creada por el Proyecto de Recursos Compartidos

- ▶ Los participantes harán una actividad para medir sus conocimientos iniciales acerca de cómo brindar intercesoría a sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia. En el caso de capacitaciones presenciales, considera pedirles a los participantes que escriban sus respuestas en notas autoadhesivas grandes y que las peguen a un rotafolio ubicado en algún lugar de la sala, debajo de cada pregunta. En el caso de capacitaciones virtuales, los facilitadores pueden pedirles a los participantes que hagan esta actividad en Google Jamboard (una herramienta interactiva gratis que ofrece Google) u otra herramienta para la toma de apuntes en vivo, guardar los resultados y enviarlos a los participantes al final de la capacitación.
 - » Los facilitadores necesitarán acceso a una cuenta en Google para usar Google Jamboard.

Lección 1.1: Esquematización de nuestros conocimientos

Tiempo estimado: Una hora



ACTIVIDAD Da apertura al módulo con un ejercicio para centrar al grupo.



DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS

Divide a los participantes en grupos y pídeles que respondan las preguntas a continuación.

- ▶ ¿Qué sabes acerca de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia?
- ▶ ¿Cuáles son tus preguntas a la hora de hablar acerca de estos sobrevivientes?

- ▶ ¿Cuáles son tus inquietudes a la hora de prestar servicios a sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia?
- ▶ ¿Dónde notas que existen brechas en los servicios o respuestas a estos sobrevivientes en tu zona de servicios?
- ▶ ¿Dónde notas que existen brechas en los servicios o respuestas a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia dentro del movimiento contra la violencia sexual?

Pídeles a los grupos que compartan lo conversado en un diálogo colectivo (facilitado por ti).

NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 1.2 GLOSARIO DE TÉRMINOS

- ▶ Los facilitadores guiarán a los participantes durante un ejercicio en el cual el grupo ideará definiciones compartidas de una lista de términos. Si bien hay una lista con términos, definiciones y explicaciones en la hoja de trabajo “Glosario de términos: las realidades del abuso sexual en la infancia” en la página i, se invita a los facilitadores a revisar y modificar estas definiciones para que reflejen las palabras utilizadas en sus comunidades. Alentamos a los facilitadores a que agreguen a la lista otros términos cuya definición consideren necesaria en las primeras etapas de la capacitación.

- » A fin de aprovechar el tiempo, una sugerencia para los facilitadores es dividir a los participantes en grupos pequeños y pedir que cada grupo defina varios términos antes de unir al colectivo y ver si todos están de acuerdo con la lista completa.

- ▶ En el caso del término “detonantes” o “sucumbir ante detonantes” (trigger), los facilitadores deberían pensar en iniciar un diálogo acerca de cómo las personas han venido utilizando esta palabra coloquialmente para describir “una situación incómoda”, a menudo vinculada con una experiencia difícil, desafiante o estresante. El uso coloquial de esta palabra no involucra la activación de un incidente traumático. Además, el uso de este término pudiera volver a traumatizar a sobrevivientes que hayan vivido un incidente de violencia con armas. Muchos recursos y herramientas en este plan de estudios hacen referencia a “detonantes” y quizá contengan la palabra “detonante” en el título, pero, si se prefiere, los facilitadores y participantes pueden omitir esta palabra y usar términos como:
 - » activación del trauma o “activarse/sentir una activación”: “los sobrevivientes sintieron una activación/sintieron activación [del trauma]”
 - » revivir: “revivieron o volvieron a vivir el trauma”
 - » desencadenar/desencadenante: “sucumbió ante un elemento desencadenante que le recordó del lugar donde fue abusado”



Lección 1.2: Glosario de términos

Tiempo estimado: Una hora



ACTIVIDAD En el grupo colectivo, dirige a los participantes en la elaboración de una lista de definiciones compartidas de los términos en la página i. A fin de aprovechar el tiempo, una sugerencia para los facilitadores es dividir a los participantes en grupos pequeños y pedir que cada grupo defina varios términos antes de unir al colectivo y ver si todos están de acuerdo con la lista completa. Regresen al grupo colectivo y repasen las definiciones creadas.



DOCUMENTO Distribuye el Glosario de términos: las realidades del abuso sexual en la infancia, lección 1.2 para que los participantes se lo lleven a la casa. El documento se encuentra en la página i.

Lista de términos sugeridos:

- ▶ capacitismo
- ▶ sanación
- ▶ rendición de cuentas / responsabilidad
- ▶ heterosexismo
- ▶ anti-negritud
- ▶ incesto
- ▶ anti-indigeneidad
- ▶ salud mental
- ▶ abuso sexual en la infancia
- ▶ opresión
- ▶ cisexismo
- ▶ poder
- ▶ colonización
- ▶ racismo
- ▶ sobrellevar una situación
- ▶ sexismo
- ▶ captación de menores
- ▶ detonantes
- ▶ violencia
- ▶ daño
- ▶ persona que ha hecho un daño

NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 1.3 EXPLORACIÓN DE LAS DINÁMICAS, ESTADÍSTICAS Y DEFINICIÓN DEL ABUSO SEXUAL EN LA INFANCIA

- ▶ En la **ENSEÑANZA #1** hay instrucciones para compartir información pertinente acerca del abuso sexual en la infancia en tu zona. Pudiera ser útil incluir información acerca de la historia y condiciones actuales de colonización y opresión y cómo estas afectaron el abuso sexual en la infancia en la zona donde viven. En particular, considera los efectos de la colonización en las poblaciones originarias estadounidenses y pueblos originarios de Alaska, en lo que concierne a los internados (escuelas residenciales); la esclavización de las poblaciones afrodescendientes, así como el tratamiento de comunidades de trabajadores agrícolas, inmigrantes detenidos, personas recluidas y personas internadas con discapacidades. Los facilitadores deben ser conscientes de que esta lección pudiera traer recuerdos e historias traumáticas entre los participantes y, por lo tanto, deben estar preparados para brindarles apoyo emocional. Tener un equipo que imparta la capacitación, en lugar de un solo facilitador, es particularmente útil durante esta lección.

- ▶ En la **ACTIVIDAD #1**, se pide al facilitador que dé un resumen de la serie de conversaciones. Si queda tiempo, dirige a los participantes al sitio web del Proyecto de Recursos Compartidos y explora los diferentes recursos de la serie de conversaciones.

- ▶ Te comentamos algunas cosas que pudieras incluir en el resumen:
 - » La serie de conversaciones [“Forjando la resiliencia: conversaciones con y acerca de sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia”](#) es una serie de podcasts que se enfoca en cómo brindar intercesoría a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia.

 - » Cada episodio resalta una conversación con un sobreviviente de abuso sexual en la infancia y expertos en el campo contra la violencia sexual donde hablan de diferentes temas respecto a la intercesoría para los sobrevivientes.

 - » La serie contiene los 12 episodios principales del podcast, de aproximadamente una hora cada uno, con cinco episodios adicionales y ocho entrevistas con sobrevivientes.
 - ◆ Episodios 1 al 4: aspectos básicos para comprender el abuso sexual en la infancia y su impacto en los adultos



- ◆ Episodios 5 al 8: maneras en que los adultos pueden sanarse en la edad adulta, a menudo abordando cómo fueron lastimados
- ◆ Episodios 9 al 12: cómo nuestras organizaciones pueden ofrecer un mejor apoyo a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia.
- » Cada episodio y entrevista cuenta con hojas para colorear y recursos para los oyentes.
 - ◆ Hay más recursos adjuntos a los diferentes episodios con herramientas para sobrevivientes e intercesores.
- ▶ Para completar el **DOCUMENTO #2**, se les pide a los participantes que lean un artículo acerca del impacto de las escuelas residenciales sobre las comunidades indígenas estadounidenses y pueblos originarios de Alaska.
 - » Debido a la extensión del artículo, se recomienda enviarlo antes de la capacitación para incluir a quienes necesiten más tiempo para leerlo.
 - » En el caso de coaliciones tribales, quizá sea mejor y tenga mayor resonancia cultural dedicar esta sección a reflexionar y hablar del impacto que tuvieron las escuelas residenciales en sus comunidades en el pasado y el presente, de acuerdo con lo sugerido en el tercer paso y hacer una actividad colectiva de sanación o para centrarse, en lugar de lo indicado en el tercer paso. Otra sugerencia es dedicar este momento a honrar a sus ancestros y comunidad durante este momento, o abrir el espacio para que los participantes lo hagan.

Lección 1.3: Exploración de las dinámicas, estadísticas y definición del abuso sexual en la infancia

Tiempo estimado: Una hora



ACTIVIDAD #1 Haz un resumen de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia” (en las Notas de preparación para el Módulo 1, en la página 62 hay una lista de qué información incluir en este resumen). Si queda tiempo, muéstrales a los participantes dónde encontrar los materiales y la serie de conversaciones en el sitio web del RSP (Proyecto de Recursos Compartidos o Resource Sharing Project).



DOCUMENTO #1 Reparte [la hoja para colorear del primer episodio de “Forjando la resiliencia”](#) e informa a los participantes que esta será la hoja de apuntes para cada episodio de la serie de conversaciones.



VER Vean el video del primer episodio de la serie de conversaciones: [“¿Por qué nos enfocamos en los adultos sobrevivientes de abuso sexual en la infancia?”](#)



Reproduce el video desde el minuto 13:34 (¿Qué es el abuso sexual en la infancia?) hasta el minuto 18:30 (La conexión entre el abuso sexual en la infancia y la reclusión).



ENSEÑANZA Considera compartir información pertinente acerca del abuso sexual en la infancia en tu zona, incluyendo los datos a continuación:

- ▶ estadísticas (específicas según la población, así como a escala estatal/territorial)
- ▶ frases, historias y videos que hayan compartido los sobrevivientes, y
- ▶ artículos noticiosos pertinentes o publicaciones en redes sociales acerca de las vivencias de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia en tu región

Pudiera ser útil incluir información acerca de la historia y condiciones actuales de colonización y opresión y cómo estas afectaron el abuso sexual en la infancia en la zona donde viven. También pudiera ser útil expresar que esta información es pertinente para comprender el hecho de que la violencia sexual ocurre en los lugares donde los participantes viven y trabajan.



DOCUMENTO #2 Reparte el artículo [“Remembering the Children of Native American Residential Schools” \(Recordando a los niños de las escuelas residenciales indígenas estadounidenses\)](#) del National Sexual Violence Resource Center (Centro nacional de recursos sobre la violencia sexual) y pide a los participantes que lo lean en silencio.



DIÁLOGO EN GRUPOS Divídanse en grupos pequeños para hablar más acerca de las dinámicas del abuso sexual en la infancia y profundizar en torno a la lección, el artículo y el video. Haz las siguientes preguntas:

- ▶ ¿Qué te ha llamado la atención?
- ▶ ¿Qué información es nueva para ti?



RESUMEN DE LOS DATOS CLAVE Concluye esta sección y enfatiza estos datos para ayudar a las personas a procesar las dinámicas y estadísticas del abuso sexual en la infancia:

- ▶ el abuso sexual en la infancia ocurre frecuentemente en nuestra sociedad

- ▶ Los menores son objeto de abuso de aquellos que hacen daño porque se percibe que los niños son vulnerables, con menos credibilidad y más accesibles.
 - » Los menores que viven con múltiples tipos de opresión son incluso más vulnerables.

- ▶ El abuso sexual en la infancia, al igual que otros tipos de abuso sexual y opresión, es perpetuado por y debido a la opresión a nivel individual, comunitario y social.

- ▶ Los efectos del abuso sexual en la infancia afectan a las personas durante la niñez y la edad adulta; esto se manifiesta de forma distinta en cada persona.

NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 1.4 LA DIFERENCIA ENTRE VIVIR INCIDENTES DE ABUSO SEXUAL EN LA INFANCIA COMPARADO CON VIVIR INCIDENTES DE AGRESIÓN SEXUAL POR PRIMERA VEZ EN LA EDAD ADULTA

- ▶ Los facilitadores pudieran elaborar una presentación en PowerPoint para explicar la información detallada en la sección **ENSEÑANZA #1**. Si deseas orientación para crear una presentación para esta capacitación, por favor, consulta “Sanación en movimiento: guía de estilo” en la página XX.
- ▶ Durante la actividad, es posible que los participantes expresen sentimientos de vergüenza o culpa acerca de la intercesoría que brindaron, o por no haber podido ofrecer intercesoría en el pasado a sobrevivientes de abuso sexual en la infancia. Los facilitadores deben validar lo que compartan los participantes y recordarles que están asistiendo a la capacitación para aprender más acerca de estos sobrevivientes y apoyar su sanación.

Lección 1.4: La diferencia entre vivir incidentes de abuso sexual en la infancia comparado con incidentes de agresión sexual vividos por primera vez en la edad adulta

Tiempo estimado: Una hora



VER Muestra el episodio 1: [“¿Por qué nos enfocamos en los adultos sobrevivientes de abuso sexual en la infancia?”](#)



Reproduce desde el minuto 00:00 (introducción) hasta el minuto 13:19 (hacer una pausa, respirar profundo, atender sus propias necesidades).



DIÁLOGO EN COLECTIVO Pregúntales a los participantes, en colectivo, qué escucharon que hace que la victimización durante la infancia sea algo tan particular. Recibe las respuestas de manera aleatoria o al estilo “palomitas de maíz” (los participantes expresarán sus respuestas al azar o por el orden que determinen, como las palomitas que van explotando durante la cocción).



ENSEÑANZA #1 Utiliza los datos a continuación para crear diapositivas en PowerPoint u otro tipo de presentación visual. Asegúrate de que se mencione esta información antes de finalizar la sección:

- ▶ Influye en sus experiencias
- ▶ Afecta su capacidad de establecer y mantener vínculos
- ▶ Interrumpe el desarrollo normal
- ▶ Afecta la percepción propia de los sobrevivientes sobre sí mismos
- ▶ A menudo ocurre en el contexto de dinámicas familiares abusivas, y, por lo tanto, exacerba el impacto de otras situaciones vividas, como violencia doméstica, etc.
- ▶ El abuso y el trauma son un desafío para el aprendizaje, la concentración y la educación
- ▶ Altera las dinámicas familiares y el apego con los familiares o parientes

- ▶ Menor probabilidad de que accedan a los sistemas legales y menor probabilidad de tener soluciones legales a disposición

- ▶ Mucha menor probabilidad de tener acceso a orientación y otro tipo de apoyo, comparado con adultos que hayan vivido algo similar

- ▶ Mayor probabilidad de tener dificultades con la vivienda, la salud mental y física, la escolaridad y el sistema legal penal

- ▶ Mayor riesgo de vivir más tipos de abuso, incluyendo ser objeto de trata con fines de explotación sexual, así como embarazo precoz, etc.; mayor probabilidad de vivir en situación de pobreza, mayores índices de divorcio, etc.

- ▶ Dificulta la posibilidad de acceder a servicios tradicionales, como refugios



ACTIVIDAD Ofréceles a los participantes las opciones:

Opción 1: Los participantes pueden reflexionar individualmente y luego conversar en colectivo u

Opción 2: Hablar acerca de las siguientes preguntas en parejas antes de retomar la conversación en colectivo:

- ▶ ¿Has proporcionado algún tipo de intercesoría a sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia?
- ▶ ¿Cómo te fue?
- ▶ ¿Sentiste que tenías la información necesaria para apoyarlos?
- ▶ ¿Qué te hubiera gustado haber sabido antes?

Pídeles a los participantes que compartan y resuman sus reflexiones.



Nota para el facilitador: recuerda validar lo que compartan los participantes y recordarles que están asistiendo a la capacitación para aprender más acerca de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia y apoyar su sanación.

NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 1.5 ¿QUÉ SIGNIFICA ESTO PARA LA INTERCESORÍA?

- ▶ Los facilitadores deben crear una presentación de PowerPoint para presentar la información en la **ENSEÑANZA #2**, adaptándola según sea necesario para las necesidades de la capacitación.
 - » Igualmente, se invita a los facilitadores a compartir las [“Lecciones de la iniciativa SADI para los programas locales”](#), un material creado por el Proyecto de Recursos Compartidos, el National Sexual Violence Resource Center (Centro nacional de recursos sobre la violencia sexual), así como [“Potenciación del conocimiento: reflexión organizacional”](#), del Proyecto de Recursos Compartidos al final de esta sección, como recursos adicionales.
- ▶ Esta actividad de Pictionary modificado debe causar frustración y confusión entre los participantes, aunque no se debe revelar esto antes de tiempo. Quizá te sientas incómodo como facilitador al hacer esto, pero no trates de reducir la confusión. Mientras se esté llevando a cabo la actividad, trata de decir cosas como, “parece que no siguieron las instrucciones”, o “ya les dije cómo hacerlo” y “deben dibujar más rápido”, Para agregar incluso más confusión, considera hablar en diferentes idiomas, utilizar jerga que los participantes quizá no entiendan, o hacer una pausa en diferentes momentos sin explicación.

- ▶ Considera compartir las “Lecciones de la iniciativa SADI para los programas locales”, un material creado por el Proyecto de Recursos Compartidos, el National Sexual Violence Resource Center (Centro nacional de recursos sobre la violencia sexual), así como “Potenciación del conocimiento: reflexión organizacional”, del Proyecto de Recursos Compartidos al final de esta sección, como un recurso adicional.

NOTAS DE PREPARACIÓN PARA CONCLUSIÓN DEL MÓDULO 1

- ▶ Al final del primer módulo, pudiera ser beneficioso proporcionar una lista de leyes y definiciones acerca del abuso sexual en la infancia en tu zona, así como información acerca de las leyes sobre el deber de denunciar (mandatory reporting) incidentes de abuso sexual en la infancia. Al mencionar esta información, asegúrate de recalcar que:
 - » la mayoría de los sobrevivientes adultos NO denuncian lo que les sucedió y la denuncia no debería ser el foco de la intercesoría.
 - » Los plazos de prescripción legal restringen el acceso de los sobrevivientes a los sistemas legales civiles y penales. Las tasas de condena en casos de abuso sexual en la infancia, particularmente sin pruebas más allá de un testimonio, son bajas.
 - » Independientemente de si la persona desea involucrarse con el sistema legal penal o no, los servicios de sanación aún pueden satisfacer algunas de sus necesidades.

Lección 1.5 ¿Qué significa esto para la intercesoría?

Tiempo estimado: Dos horas y media



DOCUMENTO Reparte y repasa la hoja de trabajo [“Áreas de dolor, áreas de sanación”](#) creada por el Proyecto de Recursos Compartidos. Asegúrate de resaltar que el papel del intercesor es ayudar en todas estas áreas según afecten la vida del sobreviviente.



DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS Divide a los participantes en grupos y pídeles que hablen de la información a continuación:

- ▶ Teniendo en mente lo que escucharon y aprendieron de la hoja de trabajo “Áreas de dolor, áreas de sanación” ¿cómo afecta esto a tu trabajo con sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia?
- ▶ ¿Cuáles destrezas de intercesoría son necesarias para apoyar eficazmente a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia?
- ▶ ¿De qué manera puede la intercesoría ayudar a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia, independientemente de que busquen orientación u otros servicios de sanación o no?

Pídeles a los grupos que compartan lo que conversaron.



ENSEÑANZA #1 Concluye la sección de diálogos en grupos pequeños. Haz énfasis en lo siguiente:

- ▶ Cómo la intercesoría apoya la sanación
- ▶ La respuesta ante las emergencias y crisis a menudo no se ajusta a las necesidades de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia y los programas no deberían tratar de limitar a los sobrevivientes a esa escasa gama de servicios.
- ▶ Formas en cómo la experiencia para un sobreviviente de abuso sexual en la infancia es diferente a la de alguien que vivió un incidente de violencia sexual en la edad adulta, incluyendo cambios en el desarrollo infantil, interacciones familiares y la autonomía que tienen los menores, comparado con la de los adultos
- ▶ Vivir incidentes de abuso sexual en la infancia aumenta los riesgos de vivir este tipo de abuso en la edad adulta

- ▶ La experiencia de un sobreviviente de abuso sexual en la infancia es distinta a la de alguien que haya vivido un incidente de violencia sexual hace horas o días; es posible que esta persona haya estado manteniendo este trauma dentro de su ser durante años o décadas

- ▶ Es posible que el único servicio que proporciones sean tus distintas destrezas fundamentales de intercesoría y no hay ningún problema con eso
 - » Escucha activa, escucha comprensiva

 - » Planificación holística de la seguridad

- ▶ No hablar acerca de ningún servicio específico, sino del conjunto de destrezas que pudieras emplear con cualquier entorno o sobreviviente

Concluye la conversación resaltando que, si bien los intercesores deberían conocer algunas de las posibles diferencias entre las personas que hayan vivido incidentes de abuso sexual en la infancia y las que vivieron incidentes de violencia sexual en la edad adulta, muchos de ellos han pasado por experiencias de violencia sexual durante otros momentos de su vida.



Nota para el facilitador:

Mientras se esté llevando a cabo la actividad, trata de decir cosas como, “parece que no siguieron las instrucciones”, o “ya les dije cómo hacerlo” y “deben dibujar más rápido”,

Para agregar incluso más confusión, considera hablar en diferentes idiomas, utilizar jerga que los participantes quizá no entiendan, o hacer una pausa en diferentes momentos sin explicación.



ACTIVIDAD Facilita un juego de Pictionary modificado con los participantes, donde, sin decir qué es, los facilitadores describirán una imagen y los participantes la dibujarán. El propósito de esta actividad es que los intercesores entiendan:

- ▶ lo difícil que puede ser la vida, sortear los sistemas y las emociones, incluso cuando hay ayuda disponible.
- ▶ A veces, la ayuda no es útil debido a una variedad de razones.



ANÁLISIS Después de completar la actividad, pídeles a los participantes que compartan cómo se sintieron. Asegúrate de:

- ▶ Validar sus sentimientos de confusión, frustración o desorientación
- ▶ Destaca que, a menudo, los sobrevivientes sienten estas mismas emociones al interactuar con los sistemas y servicios de intercesoría.

- ▶ Enfatiza lo siguiente:
 - » Una intercesoría que apoye la sanación es una colaboración que no avanza en una línea recta ni ocurre dentro de una cronología específica.
 - » La confianza se establece a través de:
 - ◆ Honestidad: ser franco acerca de qué puedes y no puedes hacer y lo que puedes y no puedes proporcionar; comunicación directa y abierta.
 - ◆ Transparencia: compartir información de manera proactiva y reconocer tus errores cuando los cometes
 - ◆ Constancia: estar presente a la hora acordada; pedir y poner en práctica la retroalimentación recibida; amplificar las necesidades de los sobrevivientes en espacios donde tengan menos poder.
 - » Establecer conexiones y vínculos es una parte importante de nuestro trabajo de intercesoría.
 - » Es una buena situación cuando las opciones se expresan y definen claramente, y todas las opciones están disponibles.





ENSEÑANZA #2 Elabora y repasa una presentación titulada “¿Qué significa esto para tu organización?”

Conversación:

- ▶ Si los intercesores cambian, así como su intercesoría, estos cambios también influyen sobre la organización.
- ▶ El cambio organizacional es esencial para la fortaleza de los programas de intercesoría en zonas rurales.
- ▶ Las organizaciones con servicios integrales ante la violencia sexual se enfocan en las necesidades holísticas de los sobrevivientes.



DOCUMENTO y DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS

Reparte el material “Sanación en movimiento: hoja de trabajo para la planificación estratégica” a los participantes. Esta página se encuentra en la página lxxii.



Explica que estarán utilizando esta hoja de trabajo varias veces durante la capacitación y que irán sumándole más información a lo largo de los diferentes módulos que los ayudarán a identificar cambios tangibles que pudieran incorporarse a su intercesoría y programas, a fin de brindar un mejor apoyo a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia.

Pide que los grupos pequeños hagan una tormenta de ideas acerca de los cambios identificados que se pueden hacer en sus organizaciones, partiendo desde los factores a continuación:

- ▶ Cambios organizacionales en las políticas y elaboración de informes para subvenciones
- ▶ Cambios en los entornos y servicios de los refugios
- ▶ Cambios en las capacitaciones básicas acerca de la violencia sexual
- ▶ Alcance comunitario y promoción de servicios. Las organizaciones deben diseñar servicios que satisfagan las necesidades de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia antes de llevar a cabo el alcance comunitario y promoción de los servicios.
- ▶ Durante la prestación de servicios, escuchar si el cliente revela haber vivido incidentes de abuso sexual en la infancia.
 - » Cómo comunicar el trabajo con los sobrevivientes en los informes para subvenciones
 - » Colaboración con socios en la comunidad

- » Colaboración entre servicios contra la violencia doméstica y la agresión sexual

Después de que los grupos terminen de hacer la tormenta de ideas, concede tiempo a los participantes para que llenen sus hojas de “Sanación en movimiento: hoja de trabajo para la planificación estratégica”. Pídeles que piensen en dos cambios dentro de su organización que se deben hacer, de acuerdo con lo conversado dentro de sus grupos.



EJERCICIOS PARA CENTRARSE o REFLEXIÓN

Concluye este módulo con un ejercicio para centrarse o con una de estas preguntas de reflexión escrita.

- ▶ Pregunta de reflexión escrita 1: ¿Cuál es un cambio que puedes incorporar a tu práctica individual de intercesoría o cómo haces tu trabajo basado en lo que aprendiste acerca de las dinámicas y prevalencia de sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia?
- ▶ Pregunta de reflexión escrita 2: ¿Qué cambios son necesarios en mi zona para que nuestro programa pueda satisfacer mejor las necesidades holísticas de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia?

OPORTUNIDADES PARA PROFUNDIZAR EL APRENDIZAJE ACERCA DE LAS REALIDADES DEL ABUSO SEXUAL EN LA INFANCIA

[“Estimados intercesores rurales”](#), por el Proyecto de Recursos Compartidos

[“Arrraigados en la sanación” episodio 2: “Sincerando la situación organizacional”](#), por Elevate Uplift

[“Potenciación del conocimiento: Recursos y lecturas adicionales”](#), por el Proyecto de Recursos Compartidos

[“Potenciación del conocimiento: Guía para el diálogo sobre la serie de conversaciones”](#), por el Proyecto de Recursos Compartidos

[“Potenciación del conocimiento: el abuso sexual y el sistema de detención de menores”](#), por el Proyecto de Recursos Compartidos

[“Pasen adelante: reimaginando los refugios como un espacio de sanación para los adultos sobrevivientes de abuso sexual en la infancia”](#), por el Proyecto de Recursos Compartidos

[“Abriendo nuestras puertas: Creación de servicios sólidos ante la agresión sexual en las agencias de intercesoría de servicios duales/múltiples”](#), por el Proyecto de Recursos Compartidos

[“Visualiza tu programa: cómo planificar para el crecimiento de tu organización”](#) por el National Sexual Violence Resource Center (Centro nacional de recursos sobre la violencia sexual) y el Proyecto de Recursos Compartidos.

[“Cómo escuchar a nuestras comunidades: conjunto de herramientas de evaluación”](#) por el National Sexual Violence Resource Center (Centro nacional de recursos sobre la violencia sexual) y el Proyecto de Recursos Compartidos.

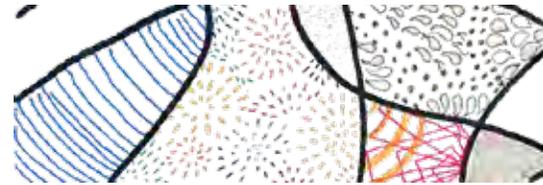
[“Los efectos del abuso de menores sobre el desarrollo cerebral”](#), por Keep Kids Safe

[“Stolen \(segunda temporada\): cómo sobrevivir St. Michael”](#), por Connie Walker

Tiempo para facilitar
6.5 hr

MÓDULO # 2

CÓMO SOBRELLEVAR EL ABUSO SEXUAL VIVIDO EN LA INFANCIA DURANTE LA EDAD ADULTA



RESUMEN DEL MÓDULO

Este módulo explorará las maneras en que los sobrevivientes adultos de abuso sexual sobrellevan las situaciones. Los facilitadores guiarán a los participantes en la exploración de diferentes mecanismos para sobrellevar situaciones y cómo ayudar a los sobrevivientes a desarrollar diferentes destrezas en ese sentido. Otra sección importante del módulo explicará cómo los sesgos, experiencias del pasado y la opresión afectan la manera en que la sociedad trata a los sobrevivientes que enfrentan traumas.

CÓMO SOBRELLEVAR EL ABUSO SEXUAL VIVIDO EN LA INFANCIA DURANTE LA EDAD ADULTA

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- ▶ Explorar cuáles mecanismos utilizan los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia para sobrellevar las situaciones.
- ▶ Evaluar el impacto de estos mecanismos sobre el sobreviviente
- ▶ Idear cómo los intercesores pueden ayudar a los sobrevivientes a entender mejor los mecanismos que utilizaron y el impacto de estos en su vida
- ▶ Analizar cómo sus propios sesgos, privilegios, experiencias y cultura, junto a los grandes sistemas de opresión y poder, influyen en su perspectiva sobre los diferentes mecanismos para sobrellevar situaciones

ESTRUCTURA DE “CÓMO SOBRELLEVAR EL ABUSO SEXUAL VIVIDO EN LA INFANCIA DURANTE LA EDAD ADULTA”

Tiempo para facilitar este módulo: Seis horas y media (6.5 hr) en total

Lección 2.1 Estrategias para sobrellevar situaciones (una hora)

Lección 2.2 Estrategias para sobrellevar situaciones que usan los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia (una hora)

Lección 2.3 Cartas de sobrevivientes (una hora)

Lección 2.4 ¿Qué significa esto para la intercesoría? (Dos horas y media - 2.5 hr)

Lección 2.5 Integremos el conocimiento: resumen de los módulos 1 y 2 (una hora)

MATERIALES NECESARIOS PARA EL MÓDULO “CÓMO SOBRELLEVAR EL ABUSO SEXUAL VIVIDO EN LA INFANCIA DURANTE LA EDAD ADULTA”

Lección	Presencial	Virtual
2.1	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Computadora ▶ Proyector o televisor grande ▶ PowerPoint 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ PowerPoint
2.2	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Video del segundo episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿Cómo sobrellevan las situaciones los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia?” ▶ Hoja para colorear de “Forjando la resiliencia: episodio 2” 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Video del segundo episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿Cómo sobrellevan las situaciones los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia?” ▶ Hoja para colorear de “Forjando la resiliencia: episodio 2”

Lección	Presencial	Virtual
2.3	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Copias o enlaces a “Potenciación del conocimiento: Cartas de sobrevivientes previa y actualmente reclusos”, por el Proyecto de Recursos Compartidos ▶ Copias o enlaces a “Sexual Abuse to Prison Pipeline Report: A Native Perspective [Informe acerca del canal directo del abuso sexual a la prisión: una perspectiva indígena]” de Mary Annette Pember (Indian Country Today) ▶ Copia o enlaces a “Destrezas de intercesoría: cómo centrarse”, por el Proyecto de Recursos Compartidos. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ “Potenciación del conocimiento: Cartas de sobrevivientes previa y actualmente reclusos”, por el Proyecto de Recursos Compartidos ▶ “Sexual Abuse to Prison Pipeline Report: A Native Perspective [Informe acerca del canal directo del abuso sexual a la prisión: una perspectiva indígena]”, de Mary Annette Pember (Indian Country Today) ▶ Habilidades de intercesoría: cómo centrarse”, por el Proyecto de Recursos Compartidos



Lección	Presencial	Virtual
2.4	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Computadora ▶ Proyector o televisión grande ▶ Bocinas que los participantes puedan oír ▶ Copia o enlaces a "Destrezas de intercesoría: cómo centrarse (conectarse con el presente o Grounding) ▶ Video del segundo episodio de la serie de conversaciones "Forjando la resiliencia: ¿Cómo sobrellevan las situaciones los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia?" ▶ Hoja para colorear de "Forjando la resiliencia: episodio 2" ▶ Arcilla para modelar ▶ Pegamento ▶ Tijeras ▶ Cinta adhesiva 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Habilidades de intercesoría: cómo centrarse (conectarse con el presente o Grounding) ▶ Video del segundo episodio de la serie de conversaciones "Forjando la resiliencia: ¿Cómo sobrellevan las situaciones los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia?" ▶ Hoja para colorear de "Forjando la resiliencia: episodio 2" ▶ hoja de trabajo para la planificación estratégica

Lección	Presencial	Virtual
	<ul style="list-style-type: none">▶ Papel▶ Instrumentos de escritura▶ Marcadores, crayones de cera, lápices de color▶ Copias o enlace a la "Hoja de trabajo para la planificación estratégica"	

Lección	Presencial	Virtual
2.5	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Computadora ▶ Proyector o televisor grande ▶ Materiales para jugar <ul style="list-style-type: none"> » Jeopardy o Family Feud » Campanas, timbres típicos de programas de juego, etc. » Lista de preguntas 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Acceso a la plataforma virtual de Jeopardy o Family Feud ▶ Lista de preguntas

NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 2.1: ESTRATEGIAS PARA SOBRELLEVAR SITUACIONES

- ▶ Utiliza los datos de **ENSEÑANZA #2** para elaborar una presentación en PowerPoint
- ▶ Durante el **DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS**, los participantes mencionarán algunas cosas que emplean para sobrellevar un día largo o difícil en el trabajo. Los facilitadores deben estar preparados para enfatizar que todo se debe hacer con equilibrio y moderación y nunca juzgar los mecanismos que utilizan las personas para sobrellevar situaciones. En cambio, los facilitadores deben estar preparados para ofrecer recursos a quienes desean apoyo con sus conductas para sobrellevar situaciones.

Lección 2.1 Estrategias para sobrellevar situaciones

Tiempo estimado: Una hora



ACTIVIDAD Da apertura al módulo con un ejercicio para centrar al grupo. Para este ejercicio, considera utilizar una técnica para liberar el estrés.



ENSEÑANZA Elabora y presenta unas diapositivas en PowerPoint que introduzcan el tema de cómo sobrellevar situaciones. Incorpora las siguientes ideas en la presentación de PowerPoint y adáptalas a las necesidades de la capacitación:

- ▶ A todos nos toca sobrellevar desafíos en la vida
- ▶ Las estrategias para sobrellevar situaciones nos ayudan a superar el momento
- ▶ Hay algunas estrategias para sobrellevar situaciones que, si se utilizan en exceso, pueden generar problemas, mientras que hay otras que no nos afectan tanto.
- ▶ Las destrezas para sobrellevar una situación no son buenas o malas, ni correctas o incorrectas; nos han ayudado a sobrevivir y a vivir e involucrarnos en el trabajo de sanación intencional a nuestro propio ritmo.



DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS Pídeles a los participantes que se dividan en grupos y hablen de las preguntas a continuación:

- ▶ ¿Qué haces para superar los momentos difíciles? ¿Cómo te comportas o qué reacciones notas en tu cuerpo? Por ejemplo, “cuando me siento nervioso(a), la sensación se concentra en (parte del cuerpo)”.
 - » ¿Cómo han respondido las personas ante estos comportamientos?
- ▶ ¿Qué haces cuando las cosas están marchando bien? ¿Cómo te comportas o qué reacciones notas en tu cuerpo?
 - » ¿Cómo han respondido las personas ante estos comportamientos?

Pídele a cada grupo que elabore una lista de estrategias para sobrellevar situaciones que emplean cuando están pasando un día difícil en el trabajo.



ANÁLISIS Pídeles a los grupos que compartan los mecanismos para sobrellevar las situaciones que identificaron. Después de responder las preguntas, asegúrate de mencionar:

- ▶ Todos tenemos mecanismos para sobrellevar las situaciones que quizá no nos sirvan en términos generales.
- ▶ Lo importante es que nos demos cuenta de estos mecanismos y que consideremos su impacto en nuestra vida, en las personas que nos importan y las personas con quienes interactuamos (sobrevivientes, compañeros de trabajo, etc.)
- ▶ Resalta el hecho de que, si no estás contento(a) con el impacto que notas de estas conductas en tu vida, las personas que te importan o con quienes interactúas, toma un momento y reflexiona sobre cuáles necesidades estás atendiendo cuando empleas ese mecanismo y luego fíjate si puedes pensar en otras maneras de atender esas necesidades con menos impactos negativos.

NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 2.2: ESTRATEGIAS PARA SOBRELLEVAR SITUACIONES QUE USAN LOS SOBREVIVIENTES DE ABUSO SEXUAL EN LA INFANCIA

- ▶ La información que se encuentra en el cuarto paso se puede mostrar en una diapositiva que los facilitadores deberán crear y adaptar para que se ajuste a lo necesario para la capacitación.

Lección 2.2 Estrategias para sobrellevar situaciones que usan los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia

Tiempo estimado: Una hora



DOCUMENTO Reparte [la hoja para colorear de “Forjando la resiliencia: episodio 2”](#)



VER Reproduce el video del episodio 2 de la serie de conversaciones: [“¿Cómo sobrellevan las situaciones los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia?”](#)



Reproduce el video desde el minuto 00:00 (Introducción) hasta el minuto 20:30 (cómo el racismo y la opresión convergen con las maneras de sobrellevar el trauma)



DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS Pídele al grupo que identifique más estrategias para sobrellevar situaciones mencionadas en el video.

Pídeles a los grupos que intercambien información.

Asegúrate de mencionar estas estrategias si no surgen durante el análisis:

- ▶ disociación, creación de partes del ser: trastorno de identidad disociativo (DID, por sus siglas en inglés)
- ▶ acentuación de la masculinidad
- ▶ pensamientos suicidas, autolesión
- ▶ consumo de drogas
- ▶ comer más o menos
- ▶ beber más
- ▶ hacer ejercicios, perfeccionismo, exceso de lo que aparenta ser un mecanismo positivo, como trabajar demasiado



DIÁLOGO EN COLECTIVO Facilita un diálogo en colectivo acerca de cómo juzgamos algunos mecanismos para sobrellevar las situaciones de manera binaria, “bueno o malo”, “perjudicial o no”.

Al concluir el diálogo, vuelve a enfatizar lo siguiente:

- ▶ El racismo y, específicamente, la anti-negritud son factores que afectan estas percepciones
 - » La supremacía blanca y el racismo influyen en la manera en que percibimos las cosas, como buenas y malas, incluyendo diferentes mecanismos para sobrellevar las situaciones. Ejemplos:
 - ◆ a las mujeres blancas se les alienta a expresar su rabia, mientras que a las personas negras y de piel oscura, no
 - ◆ la adicción a los opiáceos ahora se percibe como un padecimiento que se debe tratar desde que empezó a afectar a la gente blanca.
 - ◆ el alcoholismo se percibe como algo normal en las comunidades indígenas estadounidenses y de originarios de Alaska

- ◆ la adicción a los opiáceos se penalizaba cuando se estaba viendo únicamente en comunidades indígenas, negras y de personas de piel oscura. Las drogas “callejeras” baratas se penalizan, pese a que son mecanismos para sobrellevar las situaciones.
- » El cisexismo, el clasismo y el capacitismo también afectan cómo las personas perciben los mecanismos para sobrellevar situaciones. Ejemplos:
- ◆ no está bien visto cuando las personas pobres hacen compras
 - ◆ Se avergüenza, ignora, acosa, desautoriza, ataca y asesina a las personas transgénero que acuden a cuidados para afirmar su género.
 - ◆ Se escudriña, critica, desautoriza, invalida, acosa, ataca y asesina a las personas transgénero que no acuden a cuidados o atención para afirmar su género.



- ◆ A las personas que toman medicamentos psiquiátricos recetados o buscan atención en instituciones se les avergüenza y se les percibe como débiles o “destrozadas” cuando no las toman o cuando reaccionan ante el trauma.
- ◆ A las personas que no toman medicamentos psiquiátricos recetados o que no buscan atención en instituciones se les juzga, avergüenza, ignora, se les tiene lástima, se les vigila y se les percibe como débiles e incapaces de tomar sus propias decisiones o tener respuestas emotivas auténticas.



ENSEÑANZA Después de haber explicado la información anterior, enfoca la atención del grupo al hecho de que las estrategias empleadas durante la infancia ayudaron a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia a afrontar y sobrevivir situaciones. La información a continuación se puede mostrar en una diapositiva que los facilitadores deberán crear y adaptar para que se ajuste a lo necesario para la capacitación. Considera incorporar ejemplos que sean específicos para ciertas culturas, poblaciones y entornos cuando sea pertinente.

- ▶ Las opciones que tienen los menores son limitadas. Si el sobreviviente busca ayuda, las estrategias para sobrellevar situaciones que ha utilizado hasta la fecha lo ha ayudado a sobrevivir.

- ▶ Si el sobreviviente identifica un problema con la manera en que ha estado sobrellevando situaciones, el problema no es que use el mecanismo para hacer frente a la situación, sino lo que le ocurrió, que le llevó a acudir a ese mecanismo para sobrellevar el incidente.
 - » Muchos sobrevivientes se sienten avergonzados y culpables por emplear estos mecanismos para sobrellevar situaciones.

 - » Los intercesores pueden ayudar a los sobrevivientes a desarrollar compasión propia.

- » Los intercesores pueden ayudar a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia a pensar en las opciones que tienen actualmente y que pudieran utilizar, pero únicamente si los sobrevivientes desean encontrar nuevos mecanismos.
- » El rol del intercesor no es juzgar cómo alguien sobrelleva el trauma vivido.
- ▶ Es importante destacar que quizá los sobrevivientes acudan al intercesor en busca de ayuda debido a que estas estrategias para sobrellevar situaciones están afectando su salud, relaciones y su capacidad para desenvolverse en el mundo. Cuando el sobreviviente pide ayuda, esa persona decide si el mecanismo no está funcionando; el intercesor no está allí para decirle al sobreviviente lo que opina de cómo el sobreviviente está sobrellevando la situación ni sus métodos.
- ▶ Quizá el intercesor pueda señalar que muchos de estos mecanismos para sobrellevar las situaciones ayudan a los sobrevivientes a distraerse o anesthesiarse debido a lo que les pasó. Si el sobreviviente adulto de abuso sexual en la infancia va a dejar de recurrir a determinado mecanismo para sobrellevar situaciones, también deberá planear o elaborar una estrategia respecto a la destreza que usará para sobrellevar determinadas emociones cuando las sienta. Ayudar a los sobrevivientes a planificar cuáles serán esos métodos para sobrellevar situaciones también se conoce como “elaborar un plan de seguridad” o “plan ante detonantes”; este es un rol clave del intercesor.

Lección 2.3 Cartas de sobrevivientes

Tiempo estimado: Una hora



DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS Pídeles a los participantes que vuelvan a dividirse en grupos pequeños. Pídele a la mitad de los grupos que lean y conversen acerca de [“Potenciación del conocimiento: carta de sobrevivientes previa y actualmente recluidos”](#) y pídele a la otra mitad de los grupos que lean el artículo “Informe acerca del canal directo del abuso sexual a la prisión: una perspectiva indígena”. Después de leer las publicaciones, pídeles a los grupos que respondan a las siguientes preguntas:

- ▶ ¿Qué papel juega la opresión en las estrategias para sobrellevar situaciones y cómo tratamos a las personas que las utilizan?
- ▶ ¿De qué manera da legitimidad la sociedad algunos mecanismos para sobrellevar situaciones, a la vez que patologiza o penaliza otros?



ANÁLISIS Pídeles a los grupos que compartan los aspectos destacados de sus diálogos.

- ▶ Resalta la manera en cómo la sociedad percibe:
 - » la adicción a las drogas recetadas vs. las drogas callejeras o el alcohol. ¿Quién o qué tipo de persona cae en cuál categoría?
 - » “Adictos a la adrenalina” vs. “Cortarse (autolesionarse)” ¿Quién o qué tipo de persona cae en cuál categoría?
 - » Menores que no hacen la tarea, no asisten a clases o no participan vs. menores que están muy involucrados en la escuela, se les percibe como más maduros y buscan no ocasionar ningún problema. ¿A quién se le considera “un problema”, pese a que ambos tipos de persona pudieran estar viviendo incidentes de abuso sexual o sus secuelas?

- ▶ Conversen acerca del hecho de que comunicarse con los sobrevivientes recluidos es esencial para acercarse a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia.
 - » Muchos sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia se encuentran tras las rejas.
 - » Muchas prisiones están en zonas rurales, lo que hace que exista una mayor probabilidad de que haya sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia en tu zona.



NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 2.4: ¿QUÉ SIGNIFICA ESTO PARA NUESTRA INTERCESORÍA?

- ▶ En la **ACTIVIDAD #2**, los participantes crearán su propio “tronco nodriza”. Aunque se proporciona una lista de materiales artísticos sugeridos en la sección Materiales necesarios para el módulo, invitamos a los facilitadores que realicen esta actividad a recopilar todos los implementos artísticos que consideren útiles para crear un tronco nodriza (por ejemplo: pintura, brochas, revistas y recortes de revistas, calcomanías, tiza). Los facilitadores pueden aprovechar esta oportunidad para que los participantes salgan al aire libre y empleen elementos naturales en sus obras de arte.

- » Si haces esta actividad virtualmente, considera informarles a los participantes durante el receso previo que estarán haciendo una actividad artística y recopilando materiales que ya tengan a la mano (la cocina es un buen espacio para

buscar estos materiales). Se recomienda a los facilitadores que hagan esta actividad virtualmente incorporar tiempo suficiente para salir al aire libre e incluir elementos de la naturaleza en su obra.

- » Otra actividad alternativa en vez de crear un “tronco nodriza” es pedirles a los participantes que respondan las preguntas debajo del encabezado ACTIVIDAD como una reflexión individual, en un escrito o poema.
- Además, la **ACTIVIDAD** de esta lección les pide a los participantes reflexionar respecto a sus propias destrezas y mecanismos para sobrellevar situaciones. Esta sección de reflexión podría volverse un espacio con mucha carga emocional y de mucha vulnerabilidad; los facilitadores deben prepararse ante las respuestas con carga emocional, para brindar apoyo y deben planear hacer un ejercicio para centrar al grupo antes de avanzar al paso siguiente.



Lección 2.4 ¿Qué significa esto para la intercesoría?

Tiempo estimado: Dos horas y media



DOCUMENTO y ACTIVIDAD Reparte copias de [“Habilidades de intercesoría: cómo centrarse”](#), por el Proyecto de Recursos Compartidos.



- ▶ Pídeles a los participantes que, en parejas, lean la herramienta y practiquen dos ejercicios para centrarse, en los cuales cada uno tenga la oportunidad de elegir el ejercicio, explicarlo a su pareja durante la actividad y ejemplificarlo. Instrucciones para la actividad:

- ▶ Pídeles a los participantes que se dividan en parejas y lean la herramienta.
 - » Pídeles a las parejas que decidan quién será la persona A y la persona B en esta actividad.

- » La persona A iniciará la actividad eligiendo un ejercicio para centrarse de la herramienta “Habilidades de intercesoría: cómo centrarse” y luego explicará y ejemplificará el ejercicio a la persona B.

- » Después de completar el ejercicio, la persona A le pedirá retroalimentación a la persona B acerca de cómo se comunicó y ejemplificó el ejercicio.

- ▶ Ahora, cambiarán de rol y la persona B elegirá un ejercicio distinto de la herramienta, lo explicará y ejemplificará para la persona A.
 - » Después de completar el segundo ejercicio, la persona B le pedirá retroalimentación a la persona A acerca de cómo se comunicó y ejemplificó el ejercicio.

- ▶ Luego de que todas las parejas hayan finalizado, facilita un diálogo en colectivo con los participantes acerca de la actividad y cómo se sintieron tras haber hecho los ejercicios.



ENSEÑANZA Ayuda a los participantes a darse cuenta del propósito de hacer ejercicios para centrarse en un espacio de capacitación en intercesoría ante la violencia sexual. La información a continuación se debe mostrar en una diapositiva que los facilitadores deberán crear y adaptar para que se ajuste a lo necesario para la capacitación. Asegúrate de enfatizar que:

- ▶ Ayudar a los sobrevivientes a centrarse cuando sienten “activación” o sucumben ante detonantes, o cuando viven una situación que deben sobrellevar es uno de los roles clave del intercesor.
- ▶ Poder centrarse es particularmente difícil para los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia que pudieran sentirse desconectados de su pasado y presente debido al trauma que vivieron. Los ejercicios para centrarse ayudan a traerlos al presente al conectar con sus emociones y su cuerpo.
- ▶ Las técnicas para centrarse pueden utilizarse en vez de los mecanismos para sobrellevar situaciones que el sobreviviente haya podido usar en el pasado, o en conjunto con otras destrezas. Todo depende del sobreviviente.

- ▶ Dependiendo de cuáles sean las necesidades de los sobrevivientes, los intercesores deben poder demostrar y explicar varios tipos de ejercicios para centrarse a los sobrevivientes, así como brindar opciones.
- ▶ La única manera de sentir mayor comodidad explicando, realizando y ejemplificando las técnicas para centrarse a los sobrevivientes es practicándolas.



VER Reproduce [el episodio 2 de la serie de conversaciones: ¿Cómo sobrellevan las situaciones los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia?](#)



Reproduce el video desde el minuto 36:04 (haz una pausa, respira, atiende tus propias necesidades) hasta el minuto 43:28 (Cómo crear refugios que se adapten a las necesidades de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia).



DIÁLOGO EN COLECTIVO Facilita un diálogo en colectivo. Pregúntales a los participantes:

- ▶ ¿Qué cosas escuchaste en el video que los intercesores pueden hacer para ayudar a los sobrevivientes?
- ▶ ¿Cuáles son algunas de las habilidades que puedes utilizar para ayudar a los sobrevivientes?

Al concluir el diálogo, asegúrate de que se mencione la siguiente información:

- ▶ Hay que demostrar compasión y empatía por lo que ha vivido el sobreviviente y las dificultades que ha tenido. Sobrellevar situaciones de abuso sexual en la infancia es difícil y el papel del intercesor no es juzgar cómo el sobreviviente sortea las dificultades y la opresión.

- ▶ Hay que abordar a los sobrevivientes con curiosidad, pero no hay que entrometerse en su vida. Ayuda a los sobrevivientes a explorar: ¿Por qué reaccionan en la manera que reaccionan? ¿Cuál es la causa fundamental de sus emociones o angustia? ¿Qué puede hacer un intercesor para ayudar con soluciones?
- ▶ Recontextualiza: lo que a ti pudiera parecerte resistencia, es una demostración de resiliencia en la vida del sobreviviente. Esta es su manera de atender sus necesidades y debemos enfocarnos en ayudarlos en este sentido, no en controlar su tono y volumen de voz, ni sus expresiones faciales ni otros elementos de su actitud.

Pídeles a los participantes que saquen su hoja de trabajo para la planificación estratégica y que la llenen con cómo pueden incorporar al menos dos técnicas para centrarse o destrezas para sobrellevar una situación en su intercesoría directa.





ACTIVIDAD Presenta la actividad repasando el concepto del tronco nodriza que aparece en el segundo episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia”.

Pídeles a los participantes que elaboren su propio tronco nodriza con los materiales provistos o a los que tengan a la mano. Invita a los participantes a ser creativos con su interpretación del tronco nodriza, incluyendo su entorno, tamaño, apariencia, etc. Las preguntas sugeridas para los participantes mientras elaboran sus obras de arte son:

- ▶ ¿Qué mecanismos utilizas para sobrellevar situaciones?
- ▶ ¿Qué propósito cumplen?
- ▶ ¿Cuándo desarrollaste este mecanismo?
- ▶ ¿Este mecanismo aún funciona en tu vida?

Reúne al grupo y resalta que esta pudiera ser una actividad que los participantes pueden hacer con los sobrevivientes individualmente o en un grupo de apoyo, sugiereles a los participantes que intenten hacer esta actividad por cuenta propia en sus programas.

Para concluir la actividad, los facilitadores pudieran pedirles a los participantes que hablen acerca de sus obras, bien sea en grupos pequeños o en colectivo.



NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 2.5: “INTEGREMOS EL CONOCIMIENTO”: RESUMEN DE LOS MÓDULOS 1 Y 2

- ▶ Los facilitadores repasarán dos módulos con algún tipo de juego (Jeopardy, Family Feud, etc.), utilizando las destrezas de intercesoría que se revisaron durante la lección y los términos del glosario en la lección 1.1 como contenido del juego. También es recomendable que los facilitadores consideren agregar preguntas específicas para la zona (por ejemplo: nombres indígenas tradicionales de accidentes geográficos, el año en que se fundó tu coalición, personas famosas de tu zona, el nombre de una planta o especie en peligro de tu zona, etc.) Si es posible, otorga un premio a los ganadores del juego.

- ▶ Para hacer esto de manera presencial, necesitarás lo siguiente:
 - » Campanas, timbres típicos de programas de juego, etc.

 - » Una lista de preguntas y sus respuestas correctas para el juego

 - » Una manera de llevar la puntuación del juego

- ▶ En el caso de las capacitaciones virtuales, hay algunas plataformas en Internet que te permiten hacer esto como una prueba con límite de tiempo, como [Kahoot!](#), o como un programa de juego en línea. Te comentamos algunas opciones básicas que puedes probar:
 - » [Jeopardy Labs](#)
 - » [Factile](#)



Lección 2.5 Integremos el conocimiento: resumen de los módulos 1 y 2

Tiempo estimado: Una hora



Comienza esta lección resumiendo los módulos uno y dos y explicando que habrá una lección de “Integremos el conocimiento” al final de cada dos módulos (aparte del módulo 4, debido a la “Consulta a medio camino”).



Haz un juego de repaso de conocimientos para ayudar a los participantes a recordar el contenido aprendido durante los primeros dos módulos. Si deseas más orientación acerca de cómo planear este juego, por favor, consulta las “Notas de preparación para el módulo 2” en la página 120.

El contenido del juego debería ser las habilidades de intercesoría repasadas en los módulos y términos del glosario de la lección 1.2.

OPORTUNIDADES PARA PROFUNDIZAR EL APRENDIZAJE ACERCA DE CÓMO SOBRELLEVAR EL ABUSO SEXUAL VIVIDO EN LA INFANCIA DURANTE LA EDAD ADULTA

[Ni dañados, ni destruidos: explorando la salud mental y el consumo de sustancias con sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia](#) por el Proyecto de Recursos Compartidos

[A trauma going back centuries \(Un trauma que data de hace siglos\)](#), por McKenna Leavens, Allison Vaughn, Anne Mickey, Rylee Kirk, Brendon Derr y Leilani Fitzpatrick (Howard Center for Investigative Journalism, Indian Country Today)

[Sexual Violence, Silence, and Japanese American Incarceration \(Violencia sexual, silencio y la reclusión de japoneses-estadounidenses\)](#) por Nina Wallace, coordinadora de comunicaciones de Densho (Densho).

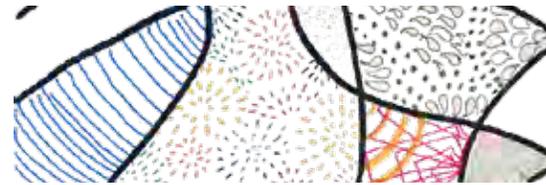


[Esta página se dejó en blanco intencionalmente]

Tiempo para facilitar
5 horas

MÓDULO # 3

EL IMPACTO DEL ABUSO SEXUAL EN LA INFANCIA SOBRE EL CUERPO



RESUMEN DEL MÓDULO

Este módulo se enfoca en cómo los efectos invasivos del abuso sexual afectan las funciones corporales y la salud de los sobrevivientes. Dado a que este módulo se enfoca en la sintonía con el cuerpo y el trauma, los facilitadores deberían considerar recesos más frecuentes para permitir a los participantes regular su organismo. Los facilitadores deben pedirles a los participantes que presten mucha atención a su respiración, movimientos corporales y emociones, y que consideren observar cómo su cuerpo reacciona ante el estrés y el trauma.

EL IMPACTO DEL ABUSO SEXUAL EN LA INFANCIA SOBRE EL CUERPO

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

- ▶ Identificar las maneras en que el abuso sexual en la infancia afecta la relación del sobreviviente con su cuerpo
- ▶ Analizar las maneras en que el abuso sexual en la infancia afecta la salud física del sobreviviente
- ▶ Examinar el impacto de la opresión sobre la salud y la atención médica
- ▶ Hablar de cómo los sobrevivientes de abuso sexual en la infancia tienen dificultades interactuando con el sistema de atención médica

ESTRUCTURA DEL MÓDULO “EL IMPACTO DEL ABUSO SEXUAL EN LA INFANCIA SOBRE EL CUERPO”

Tiempo para facilitar este módulo: Cinco horas

Lección 3.1 Cómo el abuso sexual en la infancia afecta la salud física y la relación del sobreviviente con su cuerpo (media hora)

Lección 3.2 Maneras de ayudar a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia a sortear su atención médica (media hora)

Lección 3.3 Exploración de la opresión: la conexión con la atención médica y el sistema de salud (tres horas)

Lección 3.4 ¿Qué significa esto para la intercesoría? (una hora)

MATERIALES NECESARIOS PARA EL MÓDULO “EL IMPACTO DEL ABUSO SEXUAL EN LA INFANCIA SOBRE EL CUERPO”

Lección	Presencial	Virtual
3.1	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Computadora ▶ Proyector o televisor grande ▶ Bocinas que los participantes puedan oír ▶ PowerPoint ▶ Video: tercer episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿Cómo la relación de un sobreviviente con su cuerpo se ve afectada por el abuso sexual en la infancia?” ▶ Copias o enlace a la hoja para colorear del tercer episodio de “Forjando la resiliencia” 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Tercer episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿Cómo la relación de un sobreviviente con su cuerpo se ve afectada por el abuso sexual en la infancia?” ▶ Hoja para colorear del tercer episodio de “Forjando la resiliencia”

Lección	Presencial	Virtual
3.2	<ul style="list-style-type: none">▶ Copia o enlaces a “Destrezas de intercesoría: cómo ayudar a los sobrevivientes adultos a abordar asuntos de salud”, por el Proyecto de Recursos Compartidos	<ul style="list-style-type: none">▶ Habilidades de intercesoría: cómo ayudar a los sobrevivientes adultos a abordar asuntos de salud”, por el Proyecto de Recursos Compartidos

Lección	Presencial	Virtual
3.3	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Computadora ▶ Proyector o televisor grande ▶ Bocinas que los participantes puedan oír ▶ Video: tercer episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿Cómo la relación de un sobreviviente con su cuerpo se ve afectada por el abuso sexual en la infancia?” ▶ Copias o enlace a la hoja para colorear del tercer episodio de “Forjando la resiliencia” ▶ Copias o enlace a “I Was Pregnant and in Crisis. All the Doctors and Nurses Saw Was an Incompetent Black Woman” (Estaba embarazada, pasando por una crisis. Lo único que el personal médico y de enfermería vio fue una mujer negra incompetente) por Tressie McMillan Cottom 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ PowerPoint ▶ Video: tercer episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿Cómo la relación de un sobreviviente con su cuerpo se ve afectada por el abuso sexual en la infancia?” ▶ Hoja para colorear del tercer episodio de “Forjando la resiliencia”

Lección	Presencial	Virtual
3.3 cont'd	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Copias o enlace a “Medical Trigger Disclosure Cards” (Tarjetas para mencionar los detonantes en entornos médicos) de la Coalición contra la violencia sexual y doméstica en Arizona ▶ Copias o enlace a “Healing the Body: Exploring Comprehensive Medical Advocacy” (Sanación del cuerpo: exploración de la intercesoría médica integral) por el Proyecto de Recursos Compartidos ▶ Tablas ▶ Marcadores ▶ Notas autoadhesivas grandes 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ “I Was Pregnant and in Crisis. All the Doctors and Nurses Saw Was an Incompetent Black Woman” (Estaba embarazada, pasando por una crisis. Lo único que el personal médico y de enfermería vio fue una mujer negra incompetente) por Tressie McMillan Cottom ▶ “Medical Trigger Disclosure Cards” (Tarjetas para mencionar los detonantes en entornos médicos) de la Coalición contra la violencia sexual y doméstica en Arizona



Lección	Presencial	Virtual
3.3 cont'd		<ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="1094 331 1414 940">▶ <u>Healing the Body: Exploring Comprehensive Medical Advocacy</u> (Sanación del cuerpo: exploración de la intercesoría médica integral) por el Proyecto de Recursos Compartidos <li data-bbox="1094 989 1414 1260">▶ Google Jamboard u otra herramienta virtual para tomar apuntes en vivo
3.4	<ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="453 1289 971 1423">▶ Copias o enlace a la hoja de trabajo para la planificación estratégica 	<ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="1094 1289 1382 1470">▶ Hoja de trabajo para la planificación estratégica

NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 3.1: CÓMO EL ABUSO SEXUAL EN LA INFANCIA AFECTA LA SALUD FÍSICA Y LA RELACIÓN DEL SOBREVIVIENTE CON SU CUERPO

- ▶ Los facilitadores darán apertura al módulo con un ejercicio para centrar al grupo. Dado a que este módulo se enfoca en el cuerpo, considera abrir el espacio con un ejercicio de respiración. A lo largo del módulo, considera pedirles a los participantes que compartan y hagan un ejemplo de un ejercicio para centrarse que conozcan y empleen en su intercesoría. Es recomendable que los facilitadores utilicen el video para centrarse del curso virtual SASP ["Healing Services for Survivors of Child Sexual Abuse"](#) ([Servicios de sanación para sobrevivientes de abuso sexual en la infancia](#)) narrado por Santa Molina-Marshall.
- ▶ Las próximas dos lecciones empiezan con diálogos en grupos pequeños; se sugiere que los participantes permanezcan en los mismos grupos desde la lección 3.1 hasta la 3.3.



Lección 3.1: Cómo el abuso sexual en la infancia afecta la salud física y la relación del sobreviviente con su cuerpo

Tiempo estimado: Media hora



ACTIVIDAD Da apertura al módulo con un ejercicio para centrar al grupo. Considera hacer un ejercicio enfocado en la respiración.



DOCUMENTO Reparte [la hoja para colorear de “Forjando la resiliencia: episodio 3”](#)



VER Reproduce el video 3 de la serie de conversaciones: [¿Cómo la relación de un sobreviviente con su cuerpo se ve afectada por el abuso sexual en la infancia?](#)



Reproduce desde el minuto 00:00 (introducción) hasta el minuto 14:08 (hacer una pausa, respirar profundo, atender sus propias necesidades).



DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS Pídeles a los participantes que se dividan en grupos y haz las preguntas a continuación:

- ▶ ¿Qué cosas aprendieron del video?
- ▶ ¿Cómo afecta el abuso sexual en la infancia la relación de los sobrevivientes con su cuerpo?
- ▶ ¿Cómo afecta esto la salud de los sobrevivientes?



ANÁLISIS Facilita un intercambio de información entre los grupos. Haz énfasis en los datos a continuación si no se mencionan:

- ▶ El trauma
- ▶ La disociación
- ▶ Cómo se sienten respecto a sus cuerpos
- ▶ Cómo sus cuerpos se desarrollan con el paso del tiempo
- ▶ La salud física
- ▶ Es posible que los sobrevivientes no conecten la manera en que su salud física afecta otras partes de su salud y bienestar holístico.



NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 3.2: MANERAS DE AYUDAR A LOS SOBREVIVIENTES ADULTOS DE ABUSO SEXUAL EN LA INFANCIA A SORTEAR SU ATENCIÓN MÉDICA

- ▶ Durante el **ANÁLISIS**, los facilitadores explicarán más acerca de por qué los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia pudieran tener problemas de salud diferentes a los de los sobrevivientes que fueron abusados por primera vez en la edad adulta. En el caso de las coaliciones tribales, este pudiera ser un espacio para enfocarse en la Rueda medicinal o en un concepto similar de sus comunidades y cómo representa la conexión del cuerpo con otras partes de la identidad de una persona. En el caso de las coaliciones no tribales, considera prestar atención al hecho de que la separación de la salud física de otras partes del bienestar vino de la profesionalización y capitalización de la atención médica en los Estados Unidos, así como la legitimización de la medicina occidental, que sigue siendo un tipo de violencia. No es apropiado que las coaliciones no tribales utilicen o hablen de la Rueda medicinal.

Lección 3.2 Maneras de ayudar a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia a sortear su atención médica

Tiempo estimado: Media hora



DOCUMENTO Reparte el documento [“Habilidades de intercesoría: cómo ayudar a los sobrevivientes adultos a abordar asuntos de salud”](#), por el Proyecto de Recursos Compartidos.



DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS Pídeles a los grupos que lo lean y hablen de la pregunta a continuación:

- ▶ ¿Por qué los sobrevivientes de abuso sexual en la infancia corren mayor riesgo de tener problemas de salud?



ANÁLISIS Facilita un intercambio entre los grupos acerca de su conversación. Haz énfasis en los datos a continuación si no se mencionan:

- ▶ Hay una conexión entre la mente y el cuerpo. Cuando una persona vive algo traumático, es natural que esto perjudique la salud física y mental del sobreviviente.
- ▶ El trauma de la violencia sexual en la infancia afecta su salud física. Esto se manifiesta de cuatro maneras significativas:
 - ▶ La violencia puede generar lesiones físicas o enfermedades (que pudieran surgir más tarde en la vida) en el sobreviviente.
 - ▶ Los incidentes traumáticos pueden hacer que el sobreviviente enfrente el estrés generado del trauma en maneras que pudieran perjudicarlo físicamente.
 - ▶ El trauma influye sobre la salud porque puede cambiar la estructura cerebral y el sistema nervioso del sobreviviente.
 - ▶ Con frecuencia, las citas y procedimientos médicos pueden parecer invasivos y ser un detonante para los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia, y, por lo tanto, evitan buscar atención médica de rutina.

NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 3.3: EXPLORACIÓN DE LA OPRESIÓN: LA CONEXIÓN CON LA ATENCIÓN MÉDICA Y EL SISTEMA DE SALUD

- ▶ Los participantes leerán un artículo durante la **ACTIVIDAD** y el **DOCUMENTO** de apertura. Recuerda que algunos alumnos se benefician de tener más tiempo para leer y absorber el material. Sugerimos entregar todo el material de lectura a los alumnos antes de la sesión, incluso si planeas darles tiempo para leer durante la sesión.
- ▶ Los facilitadores pueden crear una presentación de PowerPoint para presentar la información en la **ENSEÑANZA**, adaptándola según sea necesario para ajustarse a las necesidades de la capacitación. Se recomienda altamente a los facilitadores preparar ejemplos de cómo el trauma histórico ha afectado a las comunidades (el trauma sexual histórico en particular) y sus efectos en esas comunidades donde viven y trabajan. Para tener un contexto más amplio, los facilitadores pudieran conversar acerca de la historia de la esterilización involuntaria y la violencia sexual que afecta a la población 2SLGBTQ+ (particularmente a los sobrevivientes transgénero e intersexuales) en los Estados Unidos y los territorios dentro o cerca de sus comunidades. Considera incorporar relatos directos y videos para acompañar esta información.



- ▶ Para el **DOCUMENTO #2**, los facilitadores repartirán las [Medical Trigger Disclosure Cards \(Tarjetas para mencionar los detonantes en entornos médicos\)](#). Por favor, ten en cuenta que el enlace te llevará al documento Arizona Service Standards for Sexual Violence Service Providers (Estándares de servicio para los proveedores de servicios ante la violencia sexual en Arizona) y las tarjetas se encuentran en la página 103 (la última página del documento).
- ▶ En el paso 6 de la **ACTIVIDAD #2**, los participantes hablarán acerca de lo que pueden hacer los intercesores en la comunidad para cambiar el sistema de atención médica de modo que funcione mejor para los sobrevivientes. Los facilitadores deben considerar pedirles a los participantes que anoten sus ideas en los rotafolios para que puedan hacer referencia a ellas más tarde. Como opción virtual, los facilitadores pueden pedirles a los participantes que hagan esta actividad en Google Jamboard u otra herramienta para la toma de apuntes en vivo, guardar los resultados, y enviarlos a los participantes al final de la capacitación.

Lección 3.3

Exploración de la opresión: la conexión con la atención médica y el sistema de salud

Tiempo estimado: Tres horas



DOCUMENTO #1 y ACTIVIDAD #1 Reparte ["I Was Pregnant and In Crisis. All the Doctors and Nurses Saw Was an Incompetent Black Woman"](#) (Estaba embarazada, pasando por una crisis. Lo único que el personal médico y de enfermería vio fue una mujer negra incompetente) por Tressie McMillan Cottom y pídeles a los participantes que lean este artículo.

Pídeles a los participantes que debatan el artículo y respondan la pregunta:

- ▶ ¿En qué maneras influyen el racismo, capacitismo, cissexismo y otros tipos de opresión sobre la salud y la atención médica?





ANÁLISIS Facilita un intercambio entre los grupos acerca de lo que conversaron. Haz las siguientes preguntas a los grupos:

- ▶ ¿Cómo has visto esto manifestándose en la manera en que se ha tratado a los sobrevivientes? ¿A los sobrevivientes se les cuestiona o se les avergüenza cuando buscan atención médica?

- ▶ ¿Cómo piensas que esto afectaría a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia?



ENSEÑANZA Para concluir la primera actividad, elabora una presentación en PowerPoint para resaltar los datos a continuación y modifícalos para satisfacer las necesidades de la capacitación. Se invita a los facilitadores a utilizar ejemplos específicos para las culturas y poblaciones que reflejen las experiencias de sus comunidades, según sea pertinente:

- ▶ Hablamos del trauma como algo que surge únicamente de la violencia y el abuso, pero no hablamos del trauma que surge de la opresión.
- ▶ No hablamos del trauma de la opresión porque la mayoría de los programas están diseñados para la cultura dominante en la sociedad. Por lo tanto, la mayoría de los programas ponen en el centro a las mujeres blancas, heterosexuales, sin discapacidades, cristianas, etc.
- ▶ Pero ¿qué pasa con el trauma que surge de la opresión? Un ejemplo es el trauma que se transmite por generaciones debido al trauma histórico y al trauma que los pueblos indígenas estadounidenses y originarios de Alaska en los Estados Unidos han vivido tras los esfuerzos para eliminar su cultura e historias.





DIÁLOGO EN COLECTIVO Facilita un diálogo en colectivo y haz la siguiente pregunta:

- ▶ ¿Por qué crees que pudiera ser difícil para un sobreviviente de abuso sexual en la infancia cuidar de su salud?



VER Luego de hacer esta pregunta, reproduce el siguiente segmento del tercer episodio de [la serie de conversaciones "Forjando la resiliencia: ¿Cómo la relación de un sobreviviente con su cuerpo se ve afectada por el abuso sexual en la infancia?"](#)



Reproduce desde el minuto 14:20 (Barreras a la atención médica comprensiva) hasta el minuto 27:15 (hacer una pausa, respirar profundo, atender sus propias necesidades).



ANÁLISIS Pregúntale al grupo:

- ▶ ¿qué te llama la atención acerca de lo que conversaron Kris, Nicole y Nancy?

Asegúrate de mencionar la información a continuación si los participantes no hablan de ello:

- ▶ Racismo, capacitismo y opresión
- ▶ Sucumbir ante detonantes debido a la proximidad del profesional de salud al sobreviviente
- ▶ Los profesionales de la salud no están capacitados con conciencia del trauma
- ▶ Se avergüenza a los sobrevivientes debido a cómo sobrellevan las situaciones y por su cuerpo
- ▶ Trauma sin resolver





DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS Divide a los participantes en grupos pequeños de debate y pregunta:

- ▶ ¿Qué significa esto con respecto a su trabajo con los sobrevivientes?



ANÁLISIS Pídeles a los grupos que compartan lo conversado.



DOCUMENTO Reparte los recursos [“Medical Trigger Disclosure Cards”](#) (Tarjetas para mencionar los detonantes en entornos médicos) de la Coalición contra la violencia sexual y doméstica en Arizona y [Healing the Body: Exploring Comprehensive Medical Advocacy](#) (Sanación del cuerpo: exploración de la intercesoría médica integral) por el Proyecto de Recursos Compartidos. Haz énfasis en los datos a continuación si no se mencionan:

- ▶ Normaliza el hecho de que el sobreviviente sienta miedo y estrés por las maneras en que el trauma de la infancia puede dificultar el proceso para los sobrevivientes cuando buscan atención médica.
- ▶ Trabaja con los sobrevivientes para considerar sus opciones y decisiones para abordar sus inquietudes de salud.

- ▶ Ayuda a los sobrevivientes a encontrar atención médica holística y comprensiva para el tratamiento de afecciones de salud. Esto incluiría atención odontológica, ginecológica, reproductiva, tratamiento contra el cáncer y otras necesidades generales de salud a largo plazo.

- ▶ Ayuda a los sobrevivientes a encontrar opciones específicas o inclusivas de varias culturas (por ejemplo, el uso de plantas medicinales o prácticas tradicionales indígenas de sanación, incluyendo el uso de sahumerios o ceremonias, si son apropiadas y pertinentes en lo cultural para el sobreviviente).
 - » En particular, el rechazo de la medicina tradicional y las plantas medicinales está arraigado en la anti-indigeneidad. Conectar a los sobrevivientes con estos recursos podría traer sanación física, emocional, espiritual y cultural.



- ▶ Apoya a los sobrevivientes para determinar qué necesitan de los proveedores de atención médica y ayúdalos a decidir cómo pedir lo que necesitan.
- ▶ Ayuda a los sobrevivientes a prepararse para las consultas médicas. Esto podría involucrar el ensayo de conversaciones con el sobreviviente para que pueda practicar cómo pedir lo que necesita durante una examinación o procedimiento y fijar límites.
- ▶ Acompaña a los sobrevivientes a citas médicas para brindarles apoyo y una presencia con conciencia del trauma.



ACTIVIDAD #2 Pídeles a los participantes hacer una reflexión sobre la interrogante a continuación. Pídeles a los participantes que escriban sus respuestas en notas autoadhesivas y que las coloquen en una hoja de rotafolio ubicada en un lugar de la sala para que todos los participantes puedan leerlas:

- ▶ ¿Qué pueden hacer los intercesores en la comunidad para mejorar el sistema de atención médica para los sobrevivientes?



ANÁLISIS Facilita un intercambio entre los participantes luego de finalizar la actividad.

Lección 3.4 ¿Qué significa esto para la intercesoría?

Tiempo estimado: Una hora



DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS Pídeles a los participantes que saquen su hoja de trabajo para la planificación estratégica y pídeles que hablen de las preguntas a continuación. Recuérdales a los participantes que, aunque debatirán las preguntas en grupo, deben llenar las hojas individualmente.

Para el diálogo, pídeles a los grupos que consideren las siguientes preguntas:

- ▶ ¿Qué podrían, como intercesores, hacer para fortalecer los apoyos para los sobrevivientes que buscan atención médica? Agrega a su hoja de trabajo una cosa que pudieran hacer para fortalecer el apoyo a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia que buscan atención médica.
- ▶ ¿Cuáles son algunos factores que deben considerar los intercesores al conversar con los líderes de sus organizaciones?

Cuando los participantes hayan empezado a llenar sus hojas de trabajo para la planificación estratégica, considera dar las siguientes instrucciones para su consideración:

- ▶ Ahora que hemos hablado acerca del impacto que tienen los sistemas de atención médica sobre los sobrevivientes y la relación con su cuerpo, qué significa esta información para...
 - » tus colaboradores existentes en la comunidad?
 - » ¿Cómo encuentras relaciones creativas y brindas apoyo a los proveedores de atención médica? (Con sanadores tradicionales, proveedores de atención médica reproductiva y proveedores de atención médica formal, por ejemplo)?
 - » El alcance comunitario que proporciona tu organización
 - » las políticas y procedimientos de tu organización?
 - » tus prácticas individuales de intercesoría?

Anima a los participantes a agregar más elementos según las instrucciones anteriores a sus hojas de trabajo para la planificación estratégica.



CIERRE Concluye este módulo con un ejercicio para centrar al grupo; pídeles a los participantes que llenen el conjunto de herramientas sobre salud mental o la reflexión escrita a continuación.

Pregunta de reflexión: ¿Cuáles son algunas maneras en las que puedes contemplar la salud de manera más holística en tu propia vida?

OPORTUNIDADES PARA PROFUNDIZAR EL APRENDIZAJE ACERCA DEL IMPACTO DEL ABUSO SEXUAL EN LA INFANCIA SOBRE EL CUERPO

[Back to Basics: Partnering with Survivors and Communities to Promote Health Equity at the Intersections of Sexual and Intimate Partner Violence \(Regreso a lo básico: trabajo conjunto con los sobrevivientes y las comunidades para promover la equidad en salud cuando converge con la violencia sexual y entre parejas íntimas\)](#) por el National Sexual Violence Resource Center (Centro nacional de recursos sobre la violencia sexual) y el National Resource Center on Domestic Violence (Centro nacional de recursos sobre la violencia doméstica).

[Sexual Abuse to Maternal Mortality Pipeline \(Vía directa del abuso sexual a la mortalidad materna\) Informe 2019](#) por Black Women's Blueprint.

[Intersex and medicalized rape \(Violación de personas intersexuales y medicalizada\)](#) por Netherlands Organization for Sex Diversity (NNID)

["Apoyo para sobrevivientes: guía sobre la atención médica para sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia"](#), por el Proyecto de Recursos Compartidos.

[Serie de conversaciones “Forjando la resiliencia en profundidad: ¿Qué son los detonantes?”](#) por el Proyecto de Recursos Compartidos

[Serie de conversaciones “Forjando la resiliencia en profundidad: Trastorno de identidad disociativo, parte 1”](#), por Olga Trujillo (Proyecto de Recursos Compartidos)

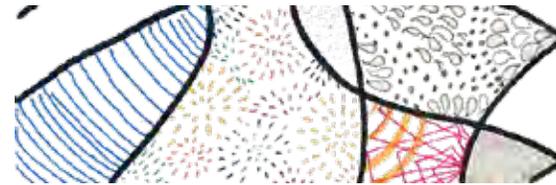
[Serie de conversaciones “Forjando la resiliencia en profundidad: Trastorno de identidad disociativo, parte 2”](#), por Olga Trujillo (Proyecto de Recursos Compartidos)

[Esta página se dejó en blanco intencionalmente]

Tiempo para facilitar
5 horas

MÓDULO # 4

CÓMO EL ABUSO SEXUAL EN LA INFANCIA AFECTA LAS RELACIONES



RESUMEN DEL MÓDULO

Este módulo explorará cómo el abuso sexual en la infancia afecta las relaciones de los sobrevivientes, incluyendo sus vínculos con los intercesores. Durante este módulo, los facilitadores deberán hacer énfasis en cómo la confianza, el poder y la comunicación afectan los diferentes tipos, duración y fortaleza de los vínculos. Los facilitadores deberían, intencionalmente, conectar con los participantes y fomentar un espacio para que los participantes establezcan conexiones durante este módulo.

CÓMO EL ABUSO SEXUAL EN LA INFANCIA AFECTA LAS RELACIONES OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

- ▶ Explorar cómo el abuso en la infancia afecta a los sobrevivientes en sus habilidades para establecer vínculos
- ▶ Analizar cómo las relaciones pueden afectar a un sobreviviente en distintas áreas de su vida
- ▶ Explorar cómo puedes colaborar con los sobrevivientes para fortalecer sus habilidades para establecer vínculos

ESTRUCTURA DEL MÓDULO “CÓMO EL ABUSO SEXUAL EN LA INFANCIA AFECTA LAS RELACIONES”:

Tiempo para facilitar este módulo: Cinco horas (5 hr) en total

Lección 4.1 Cómo el abuso sexual en la infancia afecta las relaciones (media hora)

Lección 4.2 Dramatizaciones (hora y media)

Lección 4.3 ¿Qué significa esto para la intercesoría? (Dos horas y media - 2.5 hr)

Lección 4.4 Consulta a medio camino (media hora)

MATERIALES PARA EL MÓDULO “CÓMO EL ABUSO SEXUAL EN LA INFANCIA AFECTA LAS RELACIONES”

Lección	Presencial	Virtual
4.1	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Computadora ▶ Proyector o televisor grande ▶ Bocinas que los participantes puedan oír ▶ PowerPoint ▶ Video del cuarto episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿De qué forma el abuso sexual en la infancia afecta el establecimiento de relaciones?” por el Proyecto de Recursos Compartidos ▶ Copias o enlace a la hoja para colorear del cuarto episodio de “Forjando la resiliencia” 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ cuarto episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿De qué forma el abuso sexual en la infancia afecta el establecimiento de relaciones?” por el Proyecto de Recursos Compartidos ▶ Hoja para colorear del cuarto episodio de “Forjando la resiliencia”

Lección	Presencial	Virtual
4.2	<ul style="list-style-type: none">▶ Copia o enlaces a "Tarjetas de dramatización: cómo el abuso sexual en la infancia afecta las relaciones"	<ul style="list-style-type: none">▶ Tarjetas de dramatización: cómo el abuso sexual en la infancia afecta las relaciones

Lección	Presencial	Virtual
4.3	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Computadora ▶ Proyector o televisor grande ▶ Bocinas que los participantes puedan oír ▶ PowerPoint ▶ Video del cuarto episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿De qué forma el abuso sexual en la infancia afecta el establecimiento de relaciones?” por el Proyecto de Recursos Compartidos ▶ Copias o enlace a la hoja para colorear del cuarto episodio de “Forjando la resiliencia” 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Cuarto episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿De qué forma el abuso sexual en la infancia afecta el establecimiento de relaciones?” por el Proyecto de Recursos Compartidos ▶ Hoja para colorear del cuarto episodio de “Forjando la resiliencia” ▶ Hoja de trabajo “What are personal boundaries? (¿Qué son los límites personales?)” por TherapistAid.com ▶ Hoja de trabajo para la planificación estratégica

Lección	Presencial	Virtual
4.3. cont'd	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Copias o enlace a la hoja de trabajo "What are personal boundaries? (¿Qué son los límites personales?)" por TherapistAid.com ▶ Copias o enlace a la hoja de trabajo para la planificación estratégica 	
4.4	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Pizarra blanca o tablas ▶ Marcadores (borrado en seco y permanentes) ▶ Notas autoadhesivas grandes ▶ Papel ▶ Instrumentos de escritura 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Herramienta virtual Mentimeter u otra plataforma de encuestas en vivo



NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 4.1 CÓMO EL ABUSO SEXUAL EN LA INFANCIA AFECTA LAS RELACIONES

- ▶ Los facilitadores darán apertura al módulo con un ejercicio para centrar al grupo o una actividad que les permita a los participantes conocerse mejor. Una actividad que los facilitadores pudieran probar (adaptada de [Icebreaks.ws](https://icebreaks.ws)):
 - » Categorías (o juego de las similitudes): Divide al grupo en equipos. Idealmente, debería haber cuatro equipos diferentes con cuatro personas, mínimo, por equipo.
 - ◆ Al dividir en equipos, trata de hacer equipos de personas que no se conozcan mucho.
- ▶ Dile a cada equipo que hablen entre sí y encuentren cosas que cada integrante del grupo tenga en común con los demás.
 - » Pudieras considerar no permitir que los equipos usen datos simples, como “trabajar en el mismo estado/zona/territorio” o el hecho de que todos son intercesores. Limitar las similitudes a cosas no físicas ayuda a las personas a aprender más

unos de otros y a participar en conversaciones más significativas y proactivas que promuevan la inclusión y las conexiones duraderas entre los integrantes del equipo.

- ▶ Esta actividad se juega como una carrera y cada equipo compite para idear la mayor cantidad de similitudes en un determinado período.
- ▶ Si los facilitadores de la capacitación desean hacer la **ACTIVIDAD** de apertura de manera presencial, pudiera ser útil para las parejas de participantes enfocarse en la conversación si salen del espacio de instrucción durante la actividad y regresan a una hora determinada.
- ▶ Los facilitadores deben crear una presentación de PowerPoint para presentar la información durante el **DIÁLOGO EN COLECTIVO**, adaptándola según sea necesario para ajustarse a las necesidades de la capacitación.

Lección 4.1 Cómo el abuso sexual en la infancia afecta las relaciones

Tiempo estimado: Media hora



ACTIVIDAD Inicia el módulo con un ejercicio para ayudar a los participantes a conocerse mejor.

Da las instrucciones a continuación:

- ▶ “Este módulo se trata principalmente de establecer vínculos, lo cual es un elemento clave para ampliar nuestras habilidades de intercesoría. Iniciaremos este módulo con una actividad para conocer mejor a alguien que quizá no conozcas muy bien”.

Divide a los participantes en parejas con personas de diferentes organizaciones y, si es posible, en parejas que aún no hayan interactuado durante la capacitación.

Pídeles que permanezcan en parejas durante 5-10 minutos, conversando y conociéndose mejor. Asegúrate de que ambas personas tengan una oportunidad de responder las preguntas.



Nota para el facilitador: Aquí te presentamos algunas preguntas de ejemplo que los participantes pudieran hacer si no están seguros de cómo empezar:

- ▶ ¿Qué te hizo venir a esta capacitación?
- ▶ ¿Tienes hijos(as)?
- ▶ ¿Tienes mascotas?
- ▶ ¿Cuáles son tus pasatiempos?
- ▶ ¿Cuál es tu comida favorita?
- ▶ ¿Qué te apasiona en la vida?
- ▶ ¿A dónde quisieras visitar o viajar?
- ▶ ¿Qué cosa cambiarías si pudieras?
- ▶ ¿Qué tipo de música/comida/tiempo te gusta más?
- ▶ ¿Qué te gusta más: las palabras, los números, las imágenes o los sonidos?
- ▶ ¿Cuál es la fortaleza que menos utilizas?
- ▶ ¿Cómo te llamas?
- ▶ ¿De dónde eres?
- ▶ ¿En qué trabajas?
- ▶ ¿Qué estás tratando de hacer mejor?



VER Reproduce [el video 4 de la serie de conversaciones "Forjando la resiliencia: ¿De qué forma el abuso sexual en la infancia afecta el establecimiento de relaciones?"](#)



Reproduce el video desde el minuto 11:07 (¿Cómo afectan las relaciones otras personas en la comunidad?) hasta el minuto 15:05 (Componentes del establecimiento de relaciones)



DOCUMENTO Reparte [la hoja para colorear de "Forjando la resiliencia: episodio 4"](#).



DIÁLOGO EN COLECTIVO Facilita un diálogo en colectivo acerca del video y señala la conexión con el segmento. Haz énfasis en lo siguiente:

- ▶ el abuso en la infancia hace que a los sobrevivientes les cueste establecer relaciones.

- ▶ El impacto del abuso hace que sea mucho más complejo poder confiar en alguien. Es posible que a los sobrevivientes se les dificulte confiar en las personas que no conocen, o quizá confían fácilmente en personas que terminan siendo poco seguras dado a que se aprovechan de las vulnerabilidades.
- ▶ El impacto del abuso significa que los sobrevivientes aprendieron mecanismos para sobrellevar situaciones durante la infancia que, en la edad adulta, hacen que se les dificulte establecer vínculos y determinar quiénes son las personas seguras. La disociación es un ejemplo de un mecanismo para sobrellevar una situación.
- ▶ Es posible que a los sobrevivientes les cueste fijar sus límites con los demás.

NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 4.2 DRAMATIZACIONES

- ▶ La actividad se puede hacer en grupos pequeños o en un solo grupo en colectivo. Si los facilitadores optan por hacer la actividad en un grupo en colectivo, se les sugiere que tomen las instrucciones para sobrevivientes y que los participantes tomen las instrucciones para intercesores, a fin de trabajar conjuntamente. Esta puede ser una estrategia reconfortante para los participantes, pues se turnarán en el rol de intercesor y se ayudarán mutuamente. Los facilitadores también pudieran invitar a dos participantes a que hagan la dramatización mientras los otros participantes observan. Las tarjetas con ejemplos para las dramatizaciones: “Cómo el abuso sexual en la infancia afecta las relaciones” que acompañan esta actividad se encuentran en la página xix.

Lección 4.2

Dramatizaciones

Tiempo estimado: Hora y media



ENSEÑANZA La información a continuación se debe mostrar en una diapositiva que los facilitadores deberán crear y adaptar para que se ajuste a lo necesario para la capacitación.

- ▶ Los mecanismos para sobrellevar situaciones y el impacto del trauma pueden hacer que a los sobrevivientes les cueste establecer confianza con otras personas. Las dramatizaciones que haremos después de esto ilustrarán las maneras en que esto puede surgir. La finalidad de este ejercicio es resaltar las dificultades que los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia pueden tener con cualquier persona en su vida.
- ▶ Para los sobrevivientes, es difícil desenvolverse a plenitud en sus relaciones porque crecieron en un entorno poco seguro o no tuvieron ningún ejemplo de relaciones respetuosas, abiertas, recíprocas, honestas y donde se tomara una iniciativa en la fijación de límites.

- ▶ Es difícil confiar en las personas.
- ▶ Es difícil determinar, fijar y mantener los límites.
- ▶ Muchos sobrevivientes tienen miedo o demuestran sumisión ante la autoridad, a menudo debido a la respuesta de adulación relacionada con la respuesta autonómica de “lucha-fuga-parálisis-adulación”.
- ▶ Es difícil determinar lo que desean y lo que les gusta tanto en las relaciones sexuales, como en los vínculos de amistad.



ACTIVIDAD Las tarjetas con ejemplos para las dramatizaciones: “Cómo el abuso sexual en la infancia afecta las relaciones” que acompañan esta actividad se encuentran en la página xix. Da las instrucciones para las dramatizaciones:

“Dramatizaremos cuatro conversaciones. La meta del intercesor es cumplir con la instrucción a la vez que establece confianza con el sobreviviente. Cuando reciban las instrucciones para las conversaciones, verán que una dice ‘intercesor’ y otra dice ‘sobreviviente’. Por favor, no compartan las instrucciones con nadie”.



DOCUMENTO Los facilitadores darán instrucciones (Tarjetas de dramatización: cómo el abuso sexual en la infancia afecta las relaciones) a los participantes que se ofrezcan como voluntarios para dramatizar el rol de intercesor o sobreviviente.

Opciones para los ejercicios:

Opción 1: hacer el ejercicio en grupos pequeños donde una persona dramatice el rol de sobreviviente, otra, el rol de intercesor y el resto del grupo observe, escuchando lo que hacen el intercesor y el sobreviviente. Al cabo de aproximadamente tres minutos, finalicen la dramatización y hablen de cómo estuvo. Asegúrate de que las personas que hayan hecho la dramatización no revelen cuál rol les tocó. Después de que la pareja haya terminado la dramatización, analicen en pequeños grupos y luego en colectivo. Hay que recalcar que no se trata de resolverle el problema a los sobrevivientes, sino tratar de establecer un vínculo con la persona.



Opción 2: hacer el ejercicio en colectivo. Pide que dos personas se ofrezcan como voluntarios y facilita el proceso. En el grupo colectivo, puedes detener la dramatización en diferentes momentos y la persona que juega el papel del intercesor puede pedirle consejos a la audiencia respecto a lo que debería hacer. Asegúrate de que los voluntarios que jueguen el papel de sobreviviente no revelen cuáles fueron sus instrucciones hasta el final del ejercicio.

Opción 3: hacer el ejercicio en colectivo, pero uno de los facilitadores juega el papel de sobreviviente. En el grupo colectivo, uno de los facilitadores leerá las instrucciones para el sobreviviente y pídele al colectivo que lea las instrucciones para el intercesor.

Luego de que finalice cada conversación, hablen acerca de los elementos de aprendizaje de las instrucciones para la conversación. NO les leas los elementos de aprendizaje a los participantes antes de iniciar las conversaciones.

Instrucciones de la dramatización #1:

- ▶ Instrucciones para el sobreviviente: observa y apacigua al intercesor.
- ▶ Instrucciones para el intercesor: tienes 10 minutos para determinar lo que el sobreviviente necesita del supermercado y regresar a la oficina para tu siguiente reunión.

El elemento de aprendizaje aquí es que los sobrevivientes de abuso sexual en la infancia han utilizado el apaciguamiento como un mecanismo para sobrellevar situaciones y aún sigue siendo uno de los comportamientos que manifestarán, complicando así las relaciones. Esta no es una decisión, sino una respuesta automática ante el trauma.

Instrucciones de la dramatización #2:

- ▶ Instrucciones para el sobreviviente: habla acerca de la última vez que fuiste al supermercado. Habla de manera desordenada, al estilo "corriente de conciencia" ... No hables acerca de tus sentimientos, salvo cómo te sentiste en el supermercado.
- ▶ Instrucciones para el intercesor: solo tienes 10 minutos para hablar con el sobreviviente y averiguar cómo se siente hoy.

El elemento de aprendizaje aquí es que a los sobrevivientes de trauma se les dificulta sentir y hablar de manera lineal.

Instrucciones de la dramatización #3:

- ▶ Instrucciones para el sobreviviente: todo lo que la otra persona te dice quizá no sea cierto, a excepción de cuando les haces una pregunta en la que solo se puede responder “sí” o “no”.
- ▶ Instrucciones para el intercesor: tienes 10 minutos para explicarle al sobreviviente lo que te gusta de hacer compras en el supermercado.

El elemento de aprendizaje aquí es que a los sobrevivientes les cuesta confiar en los demás.

Instrucciones de la dramatización #4:

- ▶ Instrucciones para el sobreviviente: estás impaciente y sientes frustración y quieres terminar la conversación tan pronto sea posible.
- ▶ Instrucciones para el intercesor: tienes 10 minutos para que la persona te cuente sus sueños y esperanzas.

El elemento de aprendizaje aquí es que los desafíos en el establecimiento de relaciones puede ser un detonante para los sobrevivientes y esto puede manifestarse de diversas maneras: como frustración, rabia y falta de paciencia.



ANÁLISIS EN COLECTIVO Facilita una sesión de análisis en colectivo. Pregúntales a los participantes:



- ▶ ¿Cómo te sentiste al jugar el papel de sobreviviente durante la conversación?
- ▶ ¿Cómo te sentiste al jugar el papel de intercesor?
- ▶ ¿Cómo te sentiste al jugar el papel de observador? ¿Qué cosas notaste?
- ▶ Piensa en la forma en que brindas servicios de intercesoría. ¿Cómo podría tu forma de comunicarte afectar la manera en que les brindas apoyo a los sobrevivientes?

NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 4.3 ¿QUÉ SIGNIFICA ESTO PARA NUESTRA INTERCESORÍA?

- ▶ Los facilitadores deben crear una presentación de PowerPoint para presentar la información en la **ENSEÑANZA #1 y #2**, adaptándola según sea necesario para ajustarse a las necesidades de la capacitación.

Lección 4.3 ¿Qué significa esto para la intercesoría?

Tiempo estimado: Dos horas y media



VER Reproduce el [episodio 4 de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿De qué forma el abuso sexual en la infancia afecta el establecimiento de relaciones?”](#)



Reproduce desde el minuto 11:07 (¿Cómo resultan afectadas las relaciones en la comunidad?) hasta el minuto 27:18 (hacer una pausa, respirar profundo, atender sus propias necesidades).



DIÁLOGO EN COLECTIVO En el grupo colectivo, pídeles a los participantes que reflexionen acerca de lo que vieron en el video.

Para concluir este diálogo, considera hacer énfasis en lo siguiente:

- ▶ Es importante establecer una relación con los sobrevivientes porque todos necesitamos conexiones para poder sobrevivir y satisfacer nuestras necesidades en la vida. Al no tener ningún vínculo con el sobreviviente con quien trabajas, es posible que tus interacciones parezcan transaccionales y poco auténticas.

Es difícil prestar servicios de intercesoría si no conoces a la persona (y algunas de sus experiencias, deseos, motivaciones y necesidades).

- ▶ Los intercesores deberían ejemplificar una relación segura y basada en el consentimiento y esto incluye:
 - » tener límites.
 - » Poder expresar tus necesidades sin miedo a las consecuencias.
- ▶ Es importante ser auténtico(a) y aceptar (y ser transparente con) los errores.

- ▶ **Cómo establecer relaciones con los sobrevivientes:**
 - » pide consentimiento y pídelo con frecuencia.
 - » Aprende más acerca del trauma.
 - » Sé transparente para fomentar la confianza.
 - » Cuando se pierde la confianza, ten la disposición de establecerla otra vez; no dejes de comunicarte con el sobreviviente si te equivocas.
 - » No estés a la defensiva.
 - » Ten paciencia; la confianza va aumentando con el tiempo.
 - » Sé genuino(a): los sobrevivientes pueden darse cuenta de cuando estás simplemente repitiendo frases que crees que debes decir.

- » Reconoce proactivamente tu poder como intercesor: posees conocimiento y acceso a recursos que los sobrevivientes quizá no tengan.
- » Créeles a los sobrevivientes y ten la disposición de aceptar diversas realidades y múltiples perspectivas.
- » Pide disculpas cuando te equivoques y pregunta si hay algo que el sobreviviente necesita para reparar el daño que hayas causado.
- » Alienta a los sobrevivientes a que fijen límites contigo y a que te digan cuándo no están de acuerdo contigo.
- » Pregúntales a los sobrevivientes si tienen experiencia con cosas (por ej.: ciertos sistemas, estrategias o mecanismos para sobrellevar situaciones) antes de suponer que no tienen nada de experiencia. Pregúntales si desean retroalimentación o si desean tener más información antes de empezar a explicar más.

- » Si un sobreviviente te pide que compartas información acerca de cómo un sistema le responderá (incluyendo tu propia organización), asegúrate de no hablar como si el sistema tuviese razón y el sobreviviente no. Comparte la perspectiva del sistema y reconoce que hay injusticias si los sistemas (o tu organización) no están funcionando de maneras sanadoras para el sobreviviente.



ENSEÑANZA #1 Utiliza los datos a continuación para crear diapositivas en PowerPoint que se adapten a lo que necesites para la capacitación.

- ▶ Los límites son las barreras y reglas que nos fijamos a nosotros mismos dentro de las relaciones.
- ▶ En cualquier relación sana deben existir límites.
- ▶ A los adultos que han vivido incidentes de abuso sexual en la infancia les han violentado sus límites; el abuso sexual es una transgresión de límites.

- ▶ A menudo, a los adultos que han vivido incidentes de abuso sexual en la infancia les cuesta identificar, fijar y mantener sus límites personales: a veces debido a la falta de experiencia y otras veces porque hay personas que los presionan para que rompan sus límites.
- ▶ Ayudar a los sobrevivientes a identificar, fijar y mantener los límites es parte del papel que juegan los intercesores.



DOCUMENTO y ACTIVIDAD Reparte copias de [la hoja de trabajo “What are personal boundaries? \(¿Qué son los límites personales?\)” por TherapistAid.com](#) y pídeles a los participantes que la lean. Recuerda que algunos alumnos se benefician de tener más tiempo para leer y absorber el material. Sugerimos entregar todo el material de lectura a los alumnos antes de la sesión, incluso si planeas darles tiempo para leer durante la sesión.

Después de que los participantes hayan terminado de leer, infórmalos que esta es una herramienta que pueden usar individualmente o con los sobrevivientes.

- ▶ Como una actividad dentro de un grupo de apoyo, esta puede ser una herramienta útil para hablar de los límites como grupo.
- ▶ Esto puede ayudar a los sobrevivientes a identificar situaciones en su vida con los diferentes tipos de límites en la hoja de trabajo.



ACTIVIDAD Pídeles a los participantes que saquen su hoja de trabajo para la planificación estratégica y que piensen en una situación en el contexto de la intercesoría en donde tengan límites rígidos y una en donde los límites no estén tan definidos.

Llenen la hoja y elaboren un plan para modificar estos límites.



ENSEÑANZA #2 La información a continuación se puede mostrar en una diapositiva que los facilitadores deberán crear y adaptar para que se ajuste a lo necesario para la capacitación.

- ▶ Fijar, identificar y mantener los límites puede ser parte de la planificación de la seguridad emocional de los sobrevivientes.

- ▶ Es posible a que los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia se les dificulte mucho fijar límites sobre:
 - » los familiares, especialmente aquellos que:
 - ◆ fueron responsables por el abuso sexual

 - ◆ sabían del abuso sexual y no lo detuvieron

 - ◆ quieren apoyar, pero aún no respetan los límites
 - » Figuras de autoridad

 - » Parejas románticas

- ▶ La única manera de ser mejores estableciendo límites es practicando.



DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS Pídeles a los participantes que se dividan en grupos y hablen de:

- ▶ ¿Cuáles son algunos métodos para ayudar a los sobrevivientes con los vínculos que establecen en su vida?
- ▶ ¿Cuáles son algunas frases que podrías practicar con un sobreviviente cuando quiera establecer límites?



ANÁLISIS Pídeles a los participantes que intercambien información acerca de lo conversado. Como parte del análisis, asegúrate de enfatizar lo siguiente:

- ▶ Se debe ayudar a los sobrevivientes a señalar qué obstaculiza sus relaciones, así como reflexionar sobre las relaciones pasadas y actuales.
- ▶ Ensayar cómo manejar las relaciones mediante dramatizaciones
- ▶ Ayudar a los sobrevivientes a identificar límites: ¿qué te hace sentir a salvo, escuchado(a) y cuidado(a)? ¿Qué te hace sentir poco seguro(a), ignorado(a) o rechazado(a)? ¿Cómo te gustaría expresar esto a las personas que te rodean?



- ▶ Practicar cómo fijar límites: ¿qué te gustaría que pasara? ¿Qué no te gustaría que pasara? ¿Qué quisieras que no pasara más?
- ▶ Ayudar a los sobrevivientes a mantener los límites: si alguien transgrede los límites ¿cómo quisieras responder a esto? ¿Cuál es tu plan? Si alguien sigue transgrediendo ese límite ¿qué planeas hacer?
- ▶ Ayudar a los sobrevivientes a fijar metas en sus relaciones y a determinar lo que quieren y necesitan en las relaciones
- ▶ Practicar nuevas habilidades con el intercesor
- ▶ Reconocer y celebrar con el sobreviviente cuando lo veas utilizando sus nuevas habilidades o cuando hable al respecto.
- ▶ Reflexionar sobre las nuevas habilidades sociales con los demás en la comunidad.
- ▶ Crear oportunidades para que los sobrevivientes puedan forjar un sentido de comunidad en tu programa y en la comunidad.



CONCLUSIÓN Concluye este módulo con un ejercicio para que el grupo se centre o con las instrucciones para la reflexión escrita a continuación:

Pregunta de reflexión:

- ▶ La confianza Piensa en cómo la confianza se manifiesta en tu propia vida. ¿Cómo te sientes al confiar en alguien? ¿Cómo te sientes a no tenerle confianza a alguien? ¿Cómo estableces la confianza? ¿Cómo te sientes cuando se rompe la confianza?
- ▶ ¿Qué cosas puedes hacer para establecer confianza con los sobrevivientes que acuden a tu programa?
- ▶ ¿Cuál relación deseas establecer o fortalecer en tu vida? ¿Cuál es una relación que deseas finalizar? ¿Cuál es una relación que deseas reparar? ¿Cuáles son las similitudes entre estas relaciones? ¿Cuáles son las diferencias?



NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 4.4 CONSULTA A MEDIO CAMINO

- ▶ Los facilitadores harán una consulta con el grupo completo acerca de la capacitación; este es el punto intermedio de la serie de módulos. Si esta actividad no es el punto intermedio (por ejemplo, si se ha agregado o eliminado contenido), cambia esta lección al lugar adecuado del cronograma. En el caso de la capacitación en persona, los facilitadores pudieran propiciar un diálogo en colectivo con las preguntas sugeridas en la lección, o pueden hacer una actividad con notas autoadhesivas como las de la lección 1.1.
- ▶ En el caso de la capacitación virtual, los facilitadores pudieran propiciar un diálogo en colectivo o usar una plataforma virtual como Menti-meter (la cual tiene una suscripción básica gratis) u otra herramienta de encuestas en vivo y hacer las preguntas sugeridas en el módulo. Los facilitadores deberían adaptar las preguntas a su estilo de capacitación y a las necesidades de los participantes.

Lección 4.4 Consulta a medio camino

Tiempo estimado: Media hora



DIÁLOGO EN COLECTIVO Felicita a los participantes por haber llegado al punto intermedio de la capacitación; facilita un diálogo en colectivo y haz las siguientes preguntas:

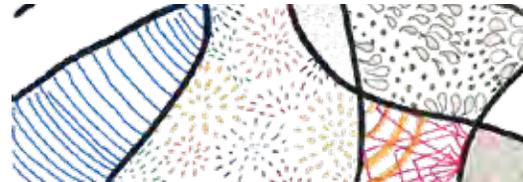
- ▶ ¿Qué tal te ha parecido la capacitación?
- ▶ ¿Qué tipo de cosas han surgido en ti durante la capacitación?
- ▶ ¿Qué has aprendido hasta la fecha?
- ▶ ¿Qué cosas te facilitan el aprendizaje en este espacio?
- ▶ ¿Qué cosas lo dificultan?

OPORTUNIDADES PARA PROFUNDIZAR EL APRENDIZAJE ACERCA DE CÓMO EL ABUSO SEXUAL EN LA INFANCIA AFECTA LAS RELACIONES

[“Potenciación del conocimiento: Guía para el diálogo - episodio 4”](#), por el Proyecto de Recursos Compartidos

[La maternidad como medio de sanación: una entrevista de “Forjando la resiliencia”](#) con Tashmica Torok, por el Proyecto de Recursos Compartidos.

Tiempo para facilitar
3 horas



MÓDULO # 5

UNA VISIÓN PARA LA SANACIÓN

RESUMEN DEL MÓDULO

La primera mitad de los módulos se enfocó en la dinámica y efectos del abuso sexual en la infancia, la segunda mitad da inicio a una nueva etapa de la capacitación que se enfoca en los diversos elementos de la sanación holística. Los facilitadores deben seguir enfatizando la importancia de poder decidir, la individualidad de la sanación y la razón por la cual estos temas deben mantenerse en el centro de los servicios para los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia.

UNA VISIÓN PARA LA SANACIÓN OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

- ▶ Explorar qué cosas ayudan a los sobrevivientes a sanar tras el abuso sexual en la infancia
- ▶ Analizar qué habilidades poseen los intercesores que pueden ayudar a los sobrevivientes de abuso sexual en la infancia en su sanación
- ▶ Analizar cómo ayudar a los sobrevivientes a tomar decisiones su vida puede ayudarlos en su sanación

ESTRUCTURA DEL “UNA VISIÓN PARA LA SANACIÓN”:

Tiempo para facilitar este módulo: Tres horas (3 hr) en total

Lección 5.1 Definiendo la sanación para los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia (una hora)

Lección 5.2 Puntos de decisión (dos horas)

Lección 5.3 ¿Qué significa esto para la intercesoría? (media hora)



MATERIALES NECESARIOS PARA EL MÓDULO “UNA VISIÓN PARA LA SANACIÓN”

Lección	Presencial	Virtual
5.1	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Computadora ▶ Proyector o televisor grande ▶ Bocinas que los participantes puedan oír ▶ Video del quinto episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿Qué es la sanación?” por el Proyecto de Recursos Compartidos ▶ Copias o enlace a la hoja para colorear del quinto episodio de “Forjando la resiliencia” 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ quinto episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿Qué es la sanación?” por el Proyecto de Recursos Compartidos ▶ Hoja para colorear del quinto episodio de “Forjando la resiliencia”

Lección	Presencial	Virtual
5.2	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Computadora ▶ Proyector o televisor grande ▶ PowerPoint ▶ Copia o enlaces a “Destrezas de intercesoría: puntos de decisión”, por el Proyecto de Recursos Compartidos ▶ Copias o enlace a “Sanación en movimiento: Situaciones del módulo “Una visión para la sanación”: puntos de decisión 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Sanación en movimiento: Situaciones del módulo “Una visión para la sanación”: puntos de decisión



Lección	Presencial	Virtual
5.3	▶ Copias o enlace a la hoja de trabajo para la planificación estratégica	▶ Hoja de trabajo para la planificación estratégica

Lección 5.1 Definiendo la sanación para los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia

Tiempo estimado: Una hora



EJERCICIO PARA CENTRARSE Da apertura al módulo con un ejercicio para centrar al grupo.



VER Reproduce [el video del quinto episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿Qué es la sanación?” por el Proyecto de Recursos Compartidos](#)



Reproduce el video desde el minuto 03:34 (Cómo logramos comprender qué significa la sanación para nosotros) hasta el minuto 20:06 (Cómo evaluar nuestra propia preparación para ofrecer servicios de sanación a todos los sobrevivientes)





DOCUMENTO Reparte [la hoja para colorear de “Forjando la resiliencia: episodio 5”](#).



DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS Pídeles a los participantes que se dividan en grupos y hablen de las preguntas a continuación:

- ▶ ¿Qué cosas te llaman la atención respecto a cómo se manifiesta la sanación entre los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia?
- ▶ ¿Cuáles destrezas de intercesoría posees que pueden ayudarte a apoyar a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia?
- ▶ ¿Cómo definirías qué es la sanación?

Pídeles a los grupos que compartan lo conversado.



ANÁLISIS Durante el análisis, resalta lo mencionado en el video:

Los intercesores no tienen la obligación de:

- ▶ ser expertos
- ▶ tratar de arreglar los problemas porque, en realidad, no pueden
- ▶ determinar una opción alternativa mágica; a veces, nuestro papel es ayudar a los sobrevivientes a elegir la opción más conveniente entre opciones poco ideales

Los intercesores deben:

- ▶ escuchar
- ▶ estar presentes
- ▶ creerles a los sobrevivientes
- ▶ ser pacientes
- ▶ proporcionar información cuando sea necesario
- ▶ ser inclusivos y acogedores
- ▶ tener curiosidad, sin llegar al “voyeurismo”



Una visión para la sanación

NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 5.2 PUNTOS DE DECISIÓN

- ▶ Los facilitadores pueden crear una presentación de PowerPoint para presentar la información en la **ENSEÑANZA**, adaptándola según sea necesario para ajustarse a las necesidades de la capacitación.

- ▶ En el **DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS**, los participantes se dividirán en grupos y encontrarán las diferentes decisiones en las situaciones planteadas. Aunque el módulo contiene situaciones de ejemplo, se invita a los facilitadores a adaptar las situaciones e incluir más matices culturales específicos para las comunidades en tu zona. Las situaciones de “Sanación en movimiento: una visión para la sanación”: puntos de decisión se encuentran en la página xxi. Al trabajar con las situaciones de “Una visión para la sanación”, los facilitadores deben tener en cuenta que:
 - » La copia con las situaciones de ejemplo incluidas en el plan de estudios tiene las secciones “¿Por qué esta situación?” y “Contexto” para cada situación. Estos son apuntes para explicar al facilitador por qué se eligieron estas situaciones y **NO SE LES DEBE REPARTIR A LOS PARTICIPANTES DE LA CAPACITACIÓN**. Los facilitadores deben imprimir copias aparte para repartir entre los grupos durante la capacitación.

Lección 5.2 Puntos de decisión

Tiempo estimado: dos horas



ENSEÑANZA Habla acerca de cómo la recuperación del control de su vida puede ayudar en la sanación de los sobrevivientes de abuso sexual en la infancia. La información a continuación se debe mostrar en una diapositiva que los facilitadores deberán crear y adaptar para que se ajuste a lo necesario para la capacitación. Asegúrate de mencionar la información a continuación (tomada del documento “Puntos de decisión”):

- ▶ La violencia sexual despoja al sobreviviente de su poder. La sanación viene, en parte, cuando el sobreviviente logra encontrar y actuar con poder propio otra vez.
- ▶ Las decisiones ayudan a los sobrevivientes a recobrar y actuar con poder propio. Un punto de decisión es un momento en el que los sobrevivientes pueden tomar una pausa y tomar una decisión proactivamente.



- ▶ Cada suceso en la vida está compuesto de muchos momentos en los que las personas pueden ejercer su poder y autonomía, donde pueden encontrar sus puntos de decisión.
- ▶ Quizá sea una decisión acerca de cómo sucederá algo, en vez de si sucederá o no.
- ▶ Algunos puntos de decisión son sencillos o sutiles, pero cada decisión importa.
- ▶ Las decisiones también son cuestión de decir que “no” a cosas que el sobreviviente piensa que debe hacer, incluso decir “no” a su intercesor.
- ▶ El trabajo del intercesor es ayudar a los sobrevivientes a encontrar sus puntos de decisión y considerar sus opciones.
- ▶ A medida que los intercesores sigan ampliando sus conocimientos y capacidades para observar y señalar los puntos de decisión en la intercesoría, podrán apoyar más las capacidades de los sobrevivientes para observar y señalar los puntos de decisión en todas las facetas de su vida.

- ▶ Al aprender a ver y utilizar los puntos de decisión, hay algunas cosas importantes que se deben considerar:
 - » Muchas complejidades en las identidades de los sobrevivientes y contextos afectan las decisiones.
 - » Hay decisiones que se pueden tomar antes, durante y después de muchos sucesos.
 - » No hay que seguir atascado en la creencia de que los puntos de decisión son complejos. Hay muchos que son muy simples.
 - » El propósito de encontrar puntos de decisión no es desarrollar una habilidad de intercesoría rebuscada o complicada. La finalidad es sencillamente ayudar a los sobrevivientes a identificar lugares en los que tienen poder de decisión y a que tomen esas decisiones de manera proactiva y a conciencia.



DOCUMENTO Reparte el documento [“Habilidades de intercesoría: puntos de decisión”](#), por el Proyecto de Recursos Compartidos, como un recurso para el grupo.





DOCUMENTO y DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS



Pídeles a los participantes que se dividan en grupos pequeños y reparte el material “Sanación en movimiento: Situaciones del módulo “Una visión para la sanación”: puntos de decisión. Asigna a cada grupo una de las situaciones que aparecen en el documento y pídeles que identifiquen los puntos de decisión.



ANÁLISIS Analiza este ejercicio en colectivo. Pídeles a los grupos que identifiquen (en voz alta) los puntos de decisión que encontraron y conversen si fue difícil identificarlos

Al final de este diálogo, destaca lo siguiente:

- ▶ pese a que conocemos algunas de las identidades de las personas (raza, nacionalidad, sexualidad, género) en las situaciones, no las conocemos todas. Esto se hizo de manera intencional, como si fuese la realidad; en ese momento no tendremos escritas las identidades, experiencias de violencia y momentos felices de los sobrevivientes con quienes trabajamos. Por esta razón, establecer vínculos y escuchar activamente son importantes.
- ▶ Con frecuencia, los sobrevivientes de abuso sexual en la infancia no tienen la opción o no desean involucrar a los sistemas legales penales.

- ▶ La sanación puede manifestarse de diferentes maneras a diferentes edades y etapas de la vida. Por lo tanto, los intercesores juegan un papel importante en el apoyo a los sobrevivientes durante su sanación, independientemente de cuándo busquen ayuda.



VER Concluye la conversación mostrando parte del [video del quinto episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿Qué es la sanación?”](#)



Reproduce desde el minuto 33:02 (¿Cómo ayudar a los sobrevivientes a encontrar su poder de acción?) hasta el minuto 39:22 (Definición de la sanación como una experiencia particularmente individual)



Lección 5.3 ¿Qué significa esto para la intercesoría?

Tiempo estimado: Media hora



DIÁLOGO EN COLECTIVO Como grupo, debatan las preguntas a continuación con los participantes de la capacitación:

- ▶ ¿Cuáles son algunos espacios en los que puedes identificar puntos de decisión con los sobrevivientes?
- ▶ ¿Al reunirte con ellos por primera vez en persona en tu oficina?
- ▶ ¿Al hablar por teléfono con ellos a través de la línea de ayuda de tu agencia?
- ▶ ¿Al llamarlos tras haber conseguido su teléfono por medio de una referencia de una agencia asociada?



ACTIVIDAD Pídeles a los participantes que saquen su hoja de trabajo para la planificación estratégica e identifiquen dos puntos de decisión que puedan preparar y abordar con un sobreviviente con quien se vayan a reunir fuera de la oficina.



CONCLUSIÓN Concluye este módulo con un ejercicio para que el grupo se centre o con las instrucciones para la reflexión escrita sugerida a continuación:

- ▶ Pregunta de reflexión: ¿Cuáles son algunas maneras de describir las opciones a disposición de los sobrevivientes en cuanto a los servicios que ofrece tu agencia?



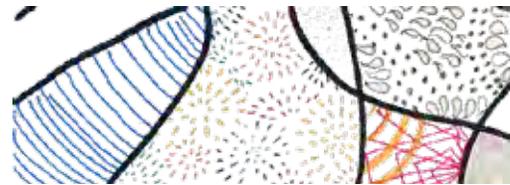
OPORTUNIDADES PARA PROFUNDIZAR EL APRENDIZAJE ACERCA DE “UNA VISIÓN PARA LA SANACIÓN”

[Intercesoría rural a través de una óptica de sanación \(curso virtual\)](#) por el Proyecto de Recursos Compartidos

[Potenciación del conocimiento: Apoyo organizacional para una intercesoría creativa y compasiva](#), por el Proyecto de Recursos Compartidos

Tiempo para facilitar
5.5 horas

MÓDULO # 6
**CÓMO
INCORPORAR EL
CUERPO EN LA
SANACIÓN**



RESUMEN DEL MÓDULO

Este módulo contextualiza y ofrece estrategias acerca de cómo nuestros cuerpos afectan nuestra capacidad de sanación en distintas áreas de nuestra vida; reforzando la idea de que, lo que ocurre en nuestra mente, relaciones, sexualidad y espiritualidad tienen una conexión con el cuerpo. Durante este módulo, los facilitadores deberían incluir movimientos y ejercicios de sintonía introspectiva (pedirles a los intercesores que revisen cómo se sienten) durante la capacitación.

CÓMO INCORPORAR EL CUERPO EN LA SANACIÓN

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

- ▶ Analizar cómo el abuso sexual en la infancia afecta la relación del sobreviviente con su cuerpo
- ▶ Analizar la manera en que el cuerpo de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia guarda el trauma
- ▶ Explorar el poder de la sanación a través de la actividad física
- ▶ Identificar cómo los mecanismos para sobrellevar situaciones y la violencia sexual desconectan a los sobrevivientes de su cuerpo

ESTRUCTURA DE “CÓMO INCORPORAR EL CUERPO EN LA SANACIÓN”

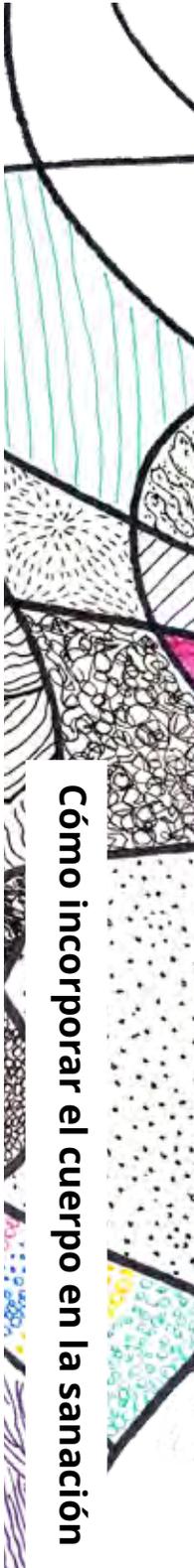
Tiempo para facilitar este módulo: Cinco horas y media

Lección 6.1 Comprensión del trauma y la disociación (hora y media)

Lección 6.2 Sanación a través de la mente y el cuerpo (hora y media)

Lección 6.3 Técnicas para centrarse (hora y media)

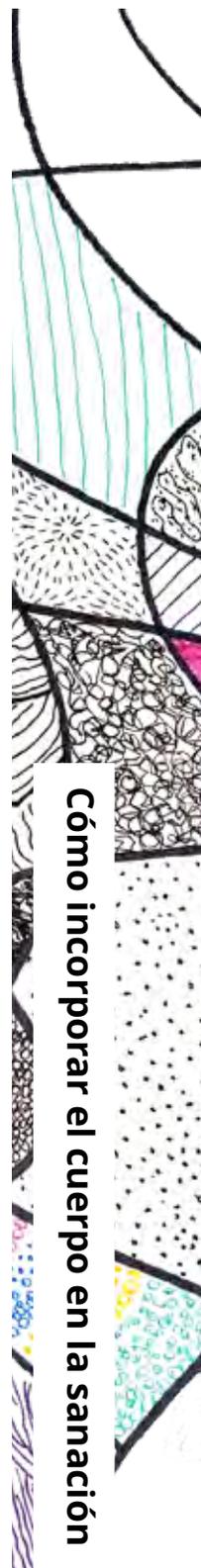
Lección 6.4 Integremos el conocimiento: resumen de los módulos 5 y 6 (una hora)



MATERIALES NECESARIOS PARA EL MÓDULO “CÓMO INCORPORAR EL CUERPO EN LA SANACIÓN”

Lección	Presencial	Virtual
6.1	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Computadora ▶ Proyector o televisor grande ▶ Bocinas que los participantes puedan oír ▶ Sanación en movimiento: Glosario de términos para “Cómo incorporar el cuerpo en la sanación” ▶ Video: Neuroplasticidad y cómo sana el cerebro (parte 1) Saprea por Saprea ▶ Copias o enlaces a “Potenciación del conocimiento: breve introducción al trauma y los detonantes” por el Proyecto de Recursos Compartidos ▶ Apoyo para sobrevivientes: como procesar los detonantes por el Proyecto de Recursos Compartidos 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Sanación en movimiento: Glosario de términos para “Cómo incorporar el cuerpo en la sanación” ▶ Video: Neuroplasticidad y cómo sana el cerebro (parte 1) Saprea por Saprea ▶ “Potenciación del conocimiento: breve introducción al trauma y los detonantes” por el Proyecto de Recursos Compartidos ▶ Apoyo para sobrevivientes: como procesar los detonantes por el Proyecto de Recursos Compartidos

Lección	Presencial	Virtual
6.2	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Video: Neuroplasticidad y cómo sana el cerebro (parte 2) Saprea por Saprea ▶ Video del sexto episodio de la serie de conversaciones "Forjando la resiliencia: ¿cómo incorporan los sobrevivientes a su cuerpo en el proceso de sanación?" ▶ Copias o enlace a la hoja para colorear del sexto episodio de "Forjando la resiliencia" 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Video: Neuroplasticidad y cómo sana el cerebro (parte 2) Saprea por Saprea ▶ Video del sexto episodio de la serie de conversaciones "Forjando la resiliencia: ¿cómo incorporan los sobrevivientes a su cuerpo en el proceso de sanación?" ▶ Hoja para colorear del sexto episodio de "Forjando la resiliencia"



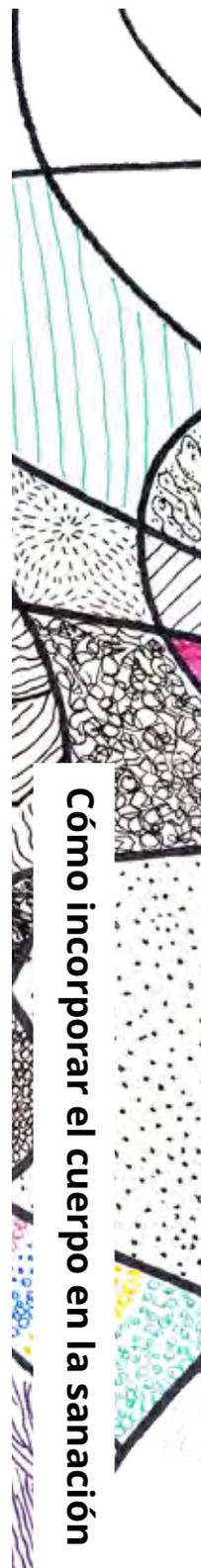
Lección	Presencial	Virtual
6.3	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Computadora ▶ Proyector o televisor grande ▶ Bocinas que los participantes puedan oír ▶ PowerPoint ▶ Video del sexto episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿cómo incorporan los sobrevivientes a su cuerpo en el proceso de sanación?” ▶ Copias o enlace a la hoja para colorear del sexto episodio de “Forjando la resiliencia” ▶ Copias o enlace a “Let’s Get Grounded” (Vamos a centrarnos) de la Coalición contra la violencia sexual y doméstica en Arizona ▶ Copias o enlace a la hoja de trabajo para la planificación estratégica 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Video del sexto episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿cómo incorporan los sobrevivientes a su cuerpo en el proceso de sanación?” ▶ Hoja para colorear del sexto episodio de “Forjando la resiliencia” ▶ Documento “Let’s Get Grounded” (Vamos a centrarnos) de la Coalición contra la violencia sexual y doméstica en Arizona ▶ Hoja de trabajo para la planificación estratégica

Lección	Presencial	Virtual
6.4	<ul style="list-style-type: none">▶ Computadora▶ Proyector o televisor grande▶ Materiales para jugar Jeopardy o Family Feud<ul style="list-style-type: none">» Campanas, timbres típicos de programas de juego, etc.» Lista de preguntas» Premios por participación	<ul style="list-style-type: none">▶ Acceso a una plataforma virtual para jugar Family Feud o Jeopardy

NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 6.1 COMPRENSIÓN DEL TRAUMA Y LA DISOCIACIÓN

- ▶ Para iniciar la lección, los participantes realizarán una actividad para centrarse. Los facilitadores pudieran pedirles a los participantes que armen sus propios conjuntos de herramientas para centrarse, que incluyan:
 - » un artículo que puedan mirar
 - » un artículo de textura particular que puedan tocar
 - » un artículo que haga un ruido particular distintivo
 - » un artículo con sabor amargo
 - » un artículo con olor fuerte
 - ◆ Los facilitadores pueden hacer una actividad diferente para que los participantes activen sus sentidos, si así lo prefieren. Los facilitadores deben adaptar esta actividad a las necesidades y capacidades de los participantes.

- ▶ En el tercer paso, los facilitadores guiarán a los participantes durante un ejercicio en el cual el grupo ideará definiciones compartidas de una lista de términos. Si bien hay una lista con términos, definiciones y explicaciones en el “Glosario de términos: cómo incorporar el cuerpo en la sanación” en la página xxxvi, se invita a los facilitadores a revisar y modificar estas definiciones para que reflejen las palabras utilizadas en sus comunidades. Igualmente, alentamos a los facilitadores a que agreguen a la lista otros términos que consideren necesarios definir durante este módulo.



Lección 6.1 Comprensión del trauma y la disociación

Tiempo estimado: Hora y media



EJERCICIO PARA CENTRARSE Da apertura al módulo con un ejercicio enfocado en sensaciones físicas para centrar al grupo. Hay actividades sugeridas en la sección Notas de preparación para el módulo Cómo incorporar el cuerpo en la sanación en la página 218.



DIÁLOGO EN COLECTIVO Facilita un diálogo en colectivo basado en la siguiente pregunta:

- ▶ ¿Cuáles son algunas cosas que aprendiste en el módulo “Cómo sobrellevar el abuso sexual vivido en la infancia durante la edad adulta” (módulo 2) acerca de la activación nerviosa (detonantes) y las maneras de centrarse?

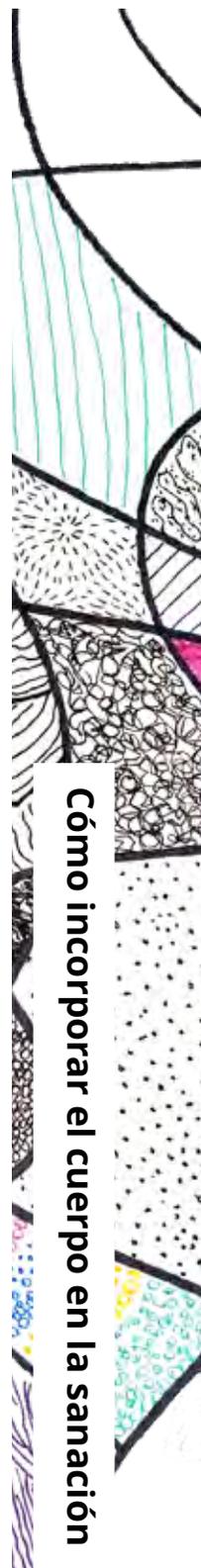


ANÁLISIS A medida que se concluye el diálogo, resalta que este módulo ampliará cómo las actividades para centrarse pueden ayudar en la reconexión de la mente y el cuerpo como parte de la sanación para los sobrevivientes.



ACTIVIDAD En el grupo colectivo, dirige a los participantes en la elaboración de una lista de definiciones compartidas de los términos a continuación. A fin de aprovechar el tiempo, una sugerencia para los facilitadores es dividir a los participantes en grupos pequeños y pedir que cada grupo defina varios términos antes de unir al colectivo y ver si todos están de acuerdo con la lista completa.

- ▶ Sintonía con el cuerpo
- ▶ Trauma
- ▶ Detonantes
- ▶ Disociación
- ▶ Trastorno de estrés postraumático (TEPT)
- ▶ Recuerdos recurrentes
- ▶ Centrarse (conectarse con el presente o Grounding)



Repasen las definiciones creadas en colectivo y repartan el glosario de términos “Sanación en movimiento: lección 6.1 Comprensión del trauma y la disociación” para que los participantes se lo lleven. El glosario de términos “Sanación en movimiento: lección 6.1 Comprensión del trauma y la disociación” se encuentra en la página xxxvi.



VER Reproduce el video [“Neuroplasticidad y cómo sana el cerebro \(parte 1\)”](#) por Saprea.



DOCUMENTO y REPASO Cuando termine el video, reparte los documentos [“Potenciación del conocimiento: breve introducción al trauma y los detonantes”](#) por el Proyecto de Recursos Compartidos y [“Apoyo para sobrevivientes: cómo procesar los detonantes”](#), por el Proyecto de Recursos Compartidos. Repasen brevemente el contenido de los documentos.

Resalta el hecho de que esto sería información útil para los sobrevivientes:

- ▶ cuando estén tratando de aprender por primera vez acerca de los detonantes
- ▶ cuando estén tratando de entender sus propios detonantes. El documento “Apoyo para sobrevivientes: cómo superar los detonantes” en particular fue creado para los sobrevivientes y los intercesores pueden utilizarlo como herramienta para apoyarlos en reuniones individuales o en grupo.

Lección 6.2 Sanación a través de la mente y el cuerpo

Tiempo estimado: Hora y media



VER Reproduce el video [“Neuroplasticidad y cómo sana el cerebro \(parte 2\)” Saprea por Saprea.](#)

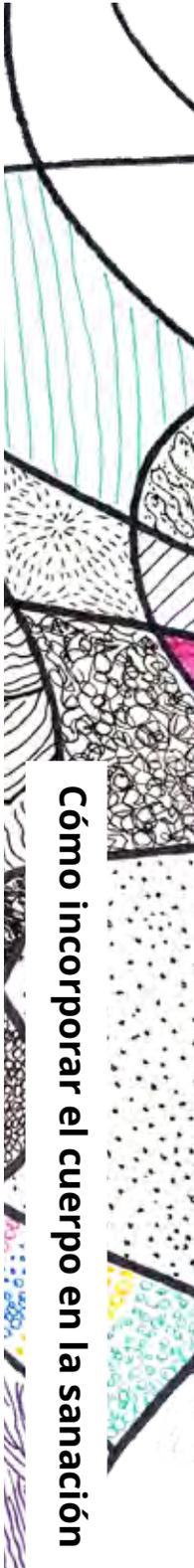
Después de que termine el video, diles a los participantes que tengan este video en cuenta cuando vean el siguiente segmento.



VER Reproduce [el episodio 6 de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿cómo incorporan los sobrevivientes a su cuerpo en el proceso de sanación?”](#)



Reproduce desde el minuto 00:00 (Introducción) hasta el minuto 13:56 (Liberación de los recuerdos del cuerpo)





ANÁLISIS Facilita un diálogo acerca de lo que escucharon los participantes sobre su cuerpo. Asegúrate de mencionar esta información:

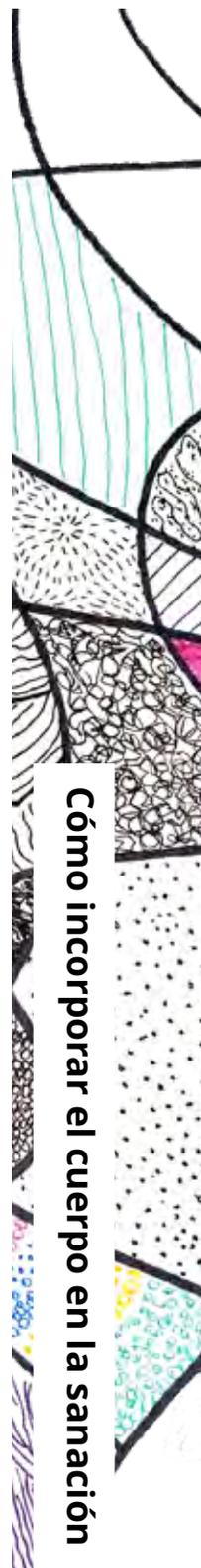
- ▶ La sanación no ocurre solamente a través de la terapia o hablando acerca de los impactos del abuso sobre la salud mental. La sanación también se manifiesta cuando los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia logran reconectarse con su cuerpo.
- ▶ Los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia sanan sus cuerpos con cosas como:
 - » Masajes de tacto sanador
 - » Ejercicios, danza, movimientos corporales
 - » Centrando (Grounding) su cuerpo
 - » Saliendo a la naturaleza
 - » Ejercicios de respiración

- ▶ Plena presencia en su cuerpo, lo cual puede ayudar con los recuerdos recurrentes y la disociación
- ▶ A veces, esto puede ser frustrante y detonante para los sobrevivientes, así que hay que tener cuidado al sugerir esta opción. En particular, las técnicas de consciencia plena corporal no son recomendables para sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia que afrontan situaciones difíciles distanciándose y desconectándose de su cuerpo.



DIÁLOGO EN COLECTIVO En colectivo, pregúntales a los participantes cómo pudieran ayudar a los sobrevivientes a sanar su cuerpo. Luego de que los participantes hayan respondido, asegúrate de que se mencione la información a continuación:

- ▶ Proporciona información acerca del trauma y cómo afecta el cuerpo
- ▶ Apoya los esfuerzos proactivos del sobreviviente en encontrar lugares dónde tejer, caminar, hacer yoga, bailar, correr, hacer senderismo, nadar, hacer ejercicios, etc.



- ▶ Apoya los esfuerzos del sobreviviente en hacer cosas como cantar o tocar un instrumento. Este tipo de cosas requieren una sintonía con el cuerpo y, frecuentemente, lograr una sintonía con los demás.
- ▶ Crea oportunidades para explorar diferentes métodos de lograr una consciencia plena en su cuerpo.



DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS Divide a los participantes en grupos pequeños y luego, reproduce el sexto episodio de la serie de conversaciones [“Forjando la resiliencia: ¿cómo incorporan los sobrevivientes a su cuerpo en el proceso de sanación?”](#)



Reproduce desde el minuto 14:18 (Liberación de los recuerdos del cuerpo) hasta el minuto 28:55 (hacer una pausa, respirar profundo, atender sus propias necesidades).

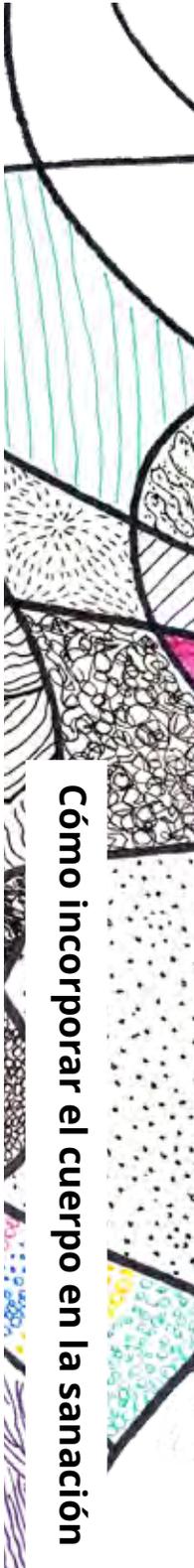
En grupos, pídeles a los participantes que compartan sus opiniones sobre el segmento y que respondan a las siguientes preguntas:

- ▶ ¿Por qué es importante que los sobrevivientes tengan una conexión con su cuerpo?
- ▶ ¿Qué pueden hacer los intercesores para apoyar a los sobrevivientes en este sentido?



ANÁLISIS Pídeles a los grupos que compartan sus respuestas. Haz énfasis en los datos a continuación si no se mencionan:

- ▶ La disociación como respuesta ante el trauma es una destreza común para sobrellevar situaciones, pero desconecta a los sobrevivientes de su cuerpo.
- ▶ Esto alienta a los sobrevivientes a estar presentes.
- ▶ Les permite a los sobrevivientes tomar decisiones acerca de lo que hacen y los mantiene a salvo.
- ▶ Ayuda a los sobrevivientes a atender su salud.



NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 6.3 CENTRARSE (CONECTARSE CON EL PRESENTE O GROUNDING)

- ▶ Los facilitadores pueden crear una presentación de PowerPoint para presentar la información en la **ENSEÑANZA**, adaptándola según sea necesario para ajustarse a las necesidades de la capacitación.
- ▶ Los facilitadores concluirán el módulo con un ejercicio para centrarse o con una pregunta de reflexión. Los facilitadores pudieran pedirles a los participantes que le demuestren al colectivo los ejercicios para centrarse que ya usan en su intercesoría a fin de que los participantes intercambien conocimientos.

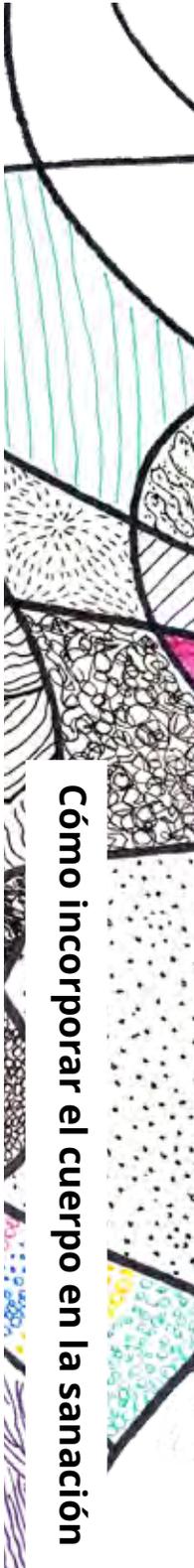
Lección 6.3 Centrarse (conectarse con el presente o Grounding)

Tiempo estimado: Hora y media



ENSEÑANZA La información a continuación se debe mostrar en una diapositiva que los facilitadores deberán crear y adaptar para que se ajuste a lo necesario para la capacitación:

- ▶ El papel de los intercesores es ayudar a los sobrevivientes a desarrollar planes de seguridad física y emocional (que aborde los detonantes).
- ▶ Algunas preguntas para ayudar a los sobrevivientes a elaborar un plan:
 - » ¿Cuáles son mis detonantes?
 - » Cuando sucumbo ante un detonante ¿qué le pasa a mi cuerpo?



- » Cuando sucumbo ante un detonante ¿qué necesito para calmarme?
 - » Cuando sucumbo ante un detonante ¿qué me ayuda a regular mis emociones y a centrarme?
 - » Cuando sucumbo ante un detonante ¿qué pueden hacer los demás para ayudar a calmarme?
 - » ¿Cuáles son algunas cosas que las personas no deberían hacer para ayudar a calmarme?
- Las técnicas para centrarse pueden ser parte de un plan integral de seguridad.



DOCUMENTO y ACTIVIDAD Reparte el conjunto de herramientas [“Let’s Get Grounded” \(Vamos a centrarnos\) de la Coalición contra la violencia sexual y doméstica en Arizona.](#)

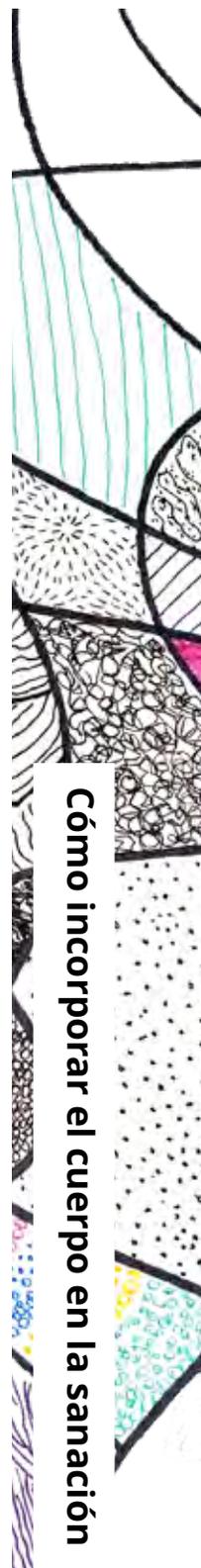


Pídeles a los participantes que lean la herramienta en parejas y practiquen ejercicios para centrarse (uno de cada sección: física, mental, de tranquilización), en los cuales cada uno tenga la oportunidad de elegir el ejercicio, explicarlo a su pareja durante la actividad y ejemplificarlo.

Deberían hacer seis ejercicios en total: demostrar tres y aprender tres.

Instrucciones para la actividad

- ▶ Pídeles a los participantes que se dividan en parejas y decidan quién será la persona A y la persona B en esta actividad.
- ▶ La persona A iniciará la actividad eligiendo tres ejercicios para centrarse del conjunto de herramientas [“Let’s Get Grounded”](#) y luego se los explicará y ejemplificará a la persona B.
- ▶ Después de completar tres ejercicios, la persona A le pedirá retroalimentación a la persona B acerca de cómo comunicó y ejemplificó los ejercicios.
- ▶ Ahora, cambiarán de rol y la persona B elegirá tres ejercicios distintos de la herramienta, los explicará y ejemplificará para la persona A.
- ▶ Después de completar tres ejercicios, la persona B le pedirá retroalimentación a la persona A acerca de cómo comunicó y ejemplificó los ejercicios.





ANÁLISIS Luego de que todas las parejas hayan finalizado, facilita un diálogo en colectivo con los participantes acerca de la actividad y cómo se sintieron tras haber hecho los ejercicios.

- ▶ Pregúntales a los participantes si alguien desea demostrar un ejercicio del conjunto de herramientas u otro ejercicio que conozcan ante el colectivo.



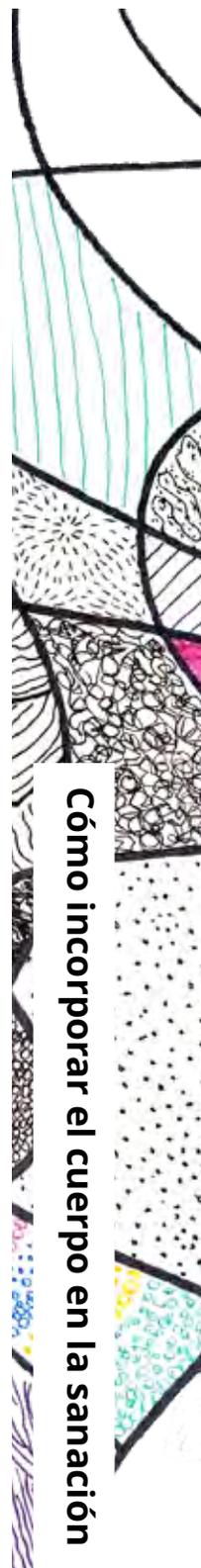
REFLEXIÓN Pídeles a los participantes que saquen su hoja de trabajo para la planificación estratégica y piensen en cómo pueden incorporar las técnicas para centrarse durante su día laboral para atenuar el impacto del trauma vicario (trauma secundario).



CONCLUSIÓN Concluye este módulo con las siguientes instrucciones para la reflexión escrita.

Preguntas de reflexión:

- ▶ Cuando sientes estrés, temor, cansancio, ansiedad o rabia ¿en qué parte del cuerpo lo sientes? ¿Cómo se siente?
- ▶ Cuando sientes felicidad, relajación, emoción, descanso o excitación ¿en qué parte del cuerpo lo sientes? ¿Cómo se siente?
- ▶ ¿Cómo se manifiesta la sensación de estar “centrado(a)”? ¿A qué sabe? ¿Cómo se siente? ¿A qué huele? ¿Cómo suena?
- ▶ ¿Cómo puedes incorporar las técnicas para centrar al cuerpo en tu práctica de intercesoría con los sobrevivientes? ¿Cómo puede tu programa incorporar políticas, procedimientos o prácticas que apoyen al personal en el uso de actividades para centrarse?

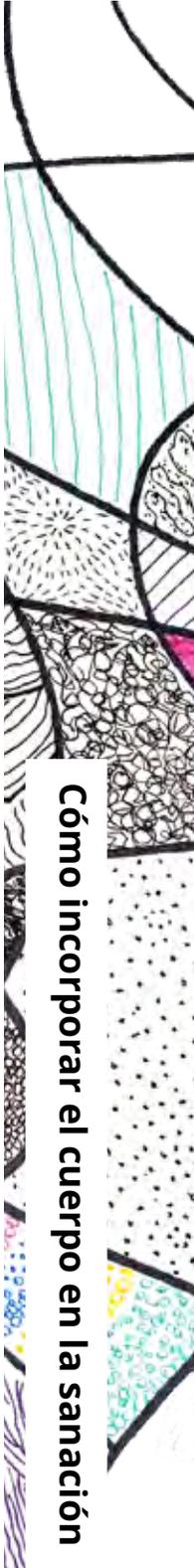


NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 6.4 INTEGREMOS EL CONOCIMIENTO: RESUMEN DE LOS MÓDULOS 5 Y 6

- ▶ La actividad sugerida como repaso de los dos módulos anteriores es un juego con los participantes (Jeopardy, Family Feud, etc.) al igual que durante la lección 2.5 (Cómo sobrellevar el abuso sexual vivido en la infancia durante la edad adulta). El contenido del juego debería ser las habilidades de intercesoría y términos identificados en los módulos indicados. También es recomendable que los facilitadores consideren agregar preguntas específicas para la zona (por ejemplo: nombres indígenas tradicionales de accidentes geográficos, el año en que se fundó tu coalición, personas famosas de tu zona, el nombre de una planta o especie en peligro de tu zona, etc.) Si es posible, otorga un premio a los ganadores del juego.
 - » Para hacer esto de manera presencial, necesitarás lo siguiente:
 - ◆ Campanas, timbres típicos de programas de juego, etc.
 - ◆ Una lista de preguntas y sus respuestas correctas para el juego
 - ◆ Una manera de llevar la puntuación del juego

- » En el caso de las capacitaciones virtuales, hay algunas plataformas en Internet que te permiten hacer esto como una prueba con límite de tiempo, como [Kahoot!](#), o como un programa de juego en línea. Te comentamos algunas opciones básicas que puedes probar:
 - ◆ [Jeopardy Labs](#)

 - ◆ [Factile](#)



Lección 6.4 Integremos el conocimiento: resumen de los módulos 5 y 6

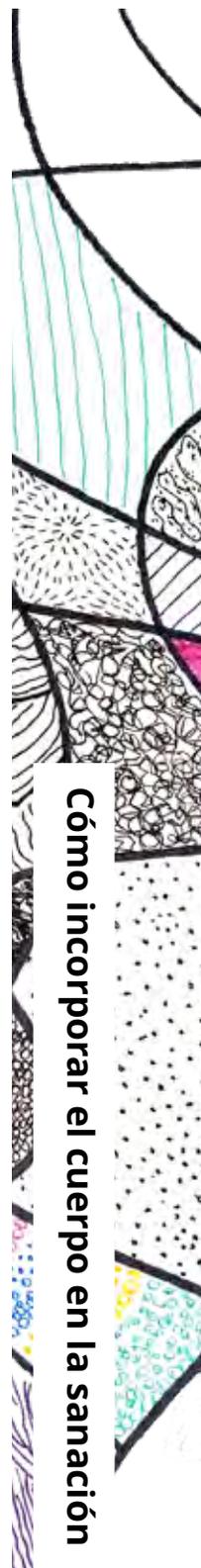
Tiempo estimado: Una hora

Haz un juego de repaso de conocimientos para ayudar a los participantes a recordar el contenido aprendido durante los módulos cinco y seis. El contenido del juego debería ser las habilidades y términos de intercesoría mencionados en los módulos que se están resumiendo. Si deseas sugerencias de juegos de repaso, por favor, consulta las Notas de preparación del módulo “Cómo sobrellevar el abuso sexual vivido en la infancia durante la edad adulta” en la página 234.

OPORTUNIDADES PARA PROFUNDIZAR EL APRENDIZAJE ACERCA DE CÓMO INCORPORAR EL CUERPO EN LA SANACIÓN

[Serie de conversaciones “Forjando la resiliencia” en profundidad: Trastorno de identidad disociativo, parte 3](#), por Olga Trujillo (Proyecto de Recursos Compartidos)

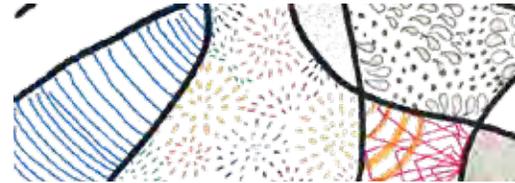
[El cerebro, el cuerpo y el trauma](#), por el National Sexual Violence Resource Center (Centro nacional de recursos ante la violencia sexual)



Cómo incorporar el cuerpo en la sanación

[Esta página se dejó en blanco intencionalmente]

Tiempo para facilitar
3 horas



MÓDULO # 7

EL SEXO Y LA SEXUALIDAD COMO PARTE DE LA SANACIÓN

RESUMEN DEL MÓDULO

Hablar de una amplia gama de experiencias sexuales puede ser incómodo, incluso para los intercesores ante la violencia sexual. En este módulo, nos enfocaremos en ayudar a los sobrevivientes a comprender sus propias necesidades y límites respecto al sexo y la intimidad. Los facilitadores deben:

- ▶ ser conscientes de sus propios sentimientos acerca del sexo y la sexualidad.
- ▶ reflexionar sobre cómo la sociedad influye en lo que pensamos acerca del sexo y la actividad sexual.
- ▶ alentar a los participantes de la capacitación a desafiarse durante este módulo y fijarse en cuándo se sienten incómodos(as) o extraños(as) y reflexionar respecto a ello.
- ▶ enfatizar que todos los sobrevivientes que pueden dar su consentimiento para una actividad sexual deberían tener las herramientas y el apoyo para definir sus actividades sexuales placenteras.

EL SEXO Y LA SEXUALIDAD COMO PARTE DE LA SANACIÓN

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

- ▶ Identificar cómo el abuso sexual en la infancia afecta la relación del sobreviviente con el sexo
- ▶ Analizar cómo las perspectivas sociales, nuestras experiencias y nuestra cultura afectan las creencias personales respecto al sexo
- ▶ Conectar el rol del intercesor con la ayuda a los sobrevivientes para explorar qué cosas son seguras, placenteras y agradables para ellos en lo que a sexo e intimidad se refiere
- ▶ Explorar herramientas y recursos que pudieran ser útiles para los sobrevivientes en este sentido

ESTRUCTURA DE “EL SEXO Y LA SEXUALIDAD COMO PARTE DE LA SANACIÓN”

Tiempo para facilitar este módulo: Tres horas (3 hr) en total

Lección 7.1 Comprensión de la incomodidad (media hora)

Lección 7.2 Profundizando nuestra comprensión (hora y media)

Lección 7.3 ¿Qué significa esto para la intercesoría? (Una hora)

MATERIALES NECESARIOS PARA EL MÓDULO “EL SEXO Y LA SEXUALIDAD COMO PARTE DE LA SANACIÓN”

Lección	Presencial	Virtual
7.1	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Computadora ▶ Proyector o televisor grande 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Mentimeter o Jamboard: alguna herramienta virtual de colaboración en vivo
7.2	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Computadora ▶ Proyector o televisor grande ▶ PowerPoint ▶ Copias o enlace al documento “Our Sexual Values as Advocates” (Nuestros valores sexuales como intercesores) 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ PowerPoint ▶ Documento “Our Sexual Values as Advocates” (Nuestros valores sexuales como intercesores)

Lección	Presencial	Virtual
7.3	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Computadora ▶ Proyector o televisor grande ▶ Bocinas que los participantes puedan oír ▶ PowerPoint ▶ Copias o enlace a la cuarto episodio de “Forjando la resiliencia: ¿De qué forma el abuso sexual en la infancia afecta el establecimiento de relaciones?” ▶ Copias o enlace a la hoja para colorear del cuarto episodio de “Forjando la resiliencia” ▶ How I Want It: Sexual Safety Planning for Survivors and Their Partners por la Coalición contra la violencia sexual y doméstica en Arizona ▶ Copias o enlace a la hoja de trabajo para la planificación estratégica 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Cuarto episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿De qué forma el abuso sexual en la infancia afecta el establecimiento de relaciones?” ▶ Hoja para colorear del cuarto episodio de “Forjando la resiliencia” ▶ How I Want It: Sexual Safety Planning for Survivors and Their Partners por la Coalición contra la violencia sexual y doméstica en Arizona ▶ Hoja de trabajo para la planificación estratégica



El sexo y la sexualidad como parte de la sanación

NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 7.1 COMPRENSIÓN DE LA INCOMODIDAD

- ▶ Los facilitadores darán apertura al módulo con la actividad de asociación de palabras. El propósito de la actividad es eliminar un poco de la tensión e incomodidad que pudiera surgir al hablar de sexo en un espacio formal. Como grupo, a los participantes se les pedirá decir las palabras que han escuchado para describir las palabras “sexo”, “pene”, “vagina”, “senos/pechos”, “ano”. Debido a la naturaleza de esta actividad, se sugiere que:
 - » Los facilitadores les informen a los participantes de antemano que quizá se sientan incómodos y extraños haciendo esto, pero que, aun así, participen en la actividad. También está bien reírse y divertirse con esta actividad.
 - ◆ Los facilitadores pueden (y deberían alentar) a los participantes a incluir groserías, palabras en otros idiomas, así como emojis que hayan escuchado como respuestas durante la actividad.

- » El co-facilitador que no esté liderando la actividad también debería participar si la participación es escasa.

- » Los facilitadores deberían considerar permitir respuestas anónimas para aumentar la participación. De lo contrario, es posible que los participantes sientan demasiada vergüenza para participar en la actividad.
 - ◆ En el entorno virtual, se sugiere a los facilitadores que usen una plataforma como Mentimeter, en la función “nube de palabras” para recibir respuestas anónimas.

 - ◆ Google Jamboard pudiera ser otra opción, pues los facilitadores pudieran preparar diferentes tablas con una palabra (“sexo”, “pene”, “vagina”, “senos/pechos”, “ano”) en cada tabla. Sin embargo, si alguno de los participantes ha iniciado sesión en su cuenta en Google y está mirando el Jamboard, podrás ver quién escribió una palabra en la pantalla, lo cual pudiera aumentar la renuencia de participar y generar menos participación.

- » De manera presencial, los facilitadores deberán dedicar cierto tiempo a pensar en cómo pueden alentar la participación cuando quizá no exista ninguna manera de garantizar el anonimato. Algunas ideas son:
 - ◆ Proyectar un Mentimeter en una pantalla grande y hacer la actividad según las instrucciones para la sesión virtual.
 - ◆ Colocar cinco cajas diferentes alrededor de la sala etiquetadas con las palabras “sexo”, “pene”, “vagina”, “senos/pechos”, “ano” y pedirles a los participantes depositar papeles con sus respuestas en las cajas. El facilitador (o un voluntario entre los participantes) puede leerlos en voz alta al grupo.
 - ◆ Tener cinco pedazos de papel de rotafolio alrededor de la sala con las palabras indicadas y pedirles a los participantes que peguen notas autoadhesivas con los términos que se les ocurran.

- ▶ Los facilitadores deben prepararse para hacer observaciones acerca de lo que notan en cada palabra. Por ejemplo:
 - » ¿Cuál palabra generó la mayor y menor cantidad de respuestas?
 - » ¿Cuál palabra generó respuestas más rápida o lentamente?
- ▶ Como actividad alternativa, los facilitadores pudieran propiciar una conversación preguntando por qué el sexo y la sexualidad parecen ser temas difíciles de conversar, incluso como intercesores ante la violencia sexual.

Lección 7.1 Comprensión de la incomodidad

Tiempo estimado: Media hora



ACTIVIDAD Da apertura al módulo con una actividad de asociación de palabras en colectivo. Antes de hacer la actividad, avísales a los participantes que tal vez se sientan un poco incómodos al principio, pero que traten de superarlo y participar.

Instrucciones para la actividad

- ▶ “El objetivo de este ejercicio es mencionar la mayor cantidad de palabras que conozcan para los términos a continuación”.
- ▶ “Nos enfocaremos en una palabra a la vez y alguien del equipo de facilitadores leerá algunas de las palabras que se les ocurran a ustedes”.
- ▶ “Al pensar en los términos, incluyan palabras coloquiales, emojis, palabras en otros idiomas y groserías. Aceptamos todas las palabras que se les ocurran, con tal de que sean términos que hayan escuchado para referirse a estas cosas”.

Mostrando una palabra a la vez, pídeles a los participantes que digan los términos que hayan oído para describir:

- ▶ Sexo
- ▶ Pene
- ▶ Vagina
- ▶ Ano
- ▶ Senos/Pechos



ANÁLISIS Después de terminar la primera parte de la actividad, facilita un diálogo en colectivo. Haz las siguientes preguntas:

- ▶ ¿Qué tal te pareció la actividad?
- ▶ ¿Qué cosas notaste? ¿Te sentiste extraño(a), incómodo(a) o alguno de estos términos te sorprendió?
- ▶ ¿Cuál crees que fue la razón de hacer esta actividad?

Finaliza la actividad y contextualízala; menciona que:

- ▶ Hablar de sexo y la sexualidad en el trabajo puede ser incómodo, incluso para los intercesores ante la agresión sexual. Mientras más lo hagamos (y lo practiquemos en lugares controlados como este), menos incómodo será conversar de este tema con los sobrevivientes que buscan apoyo.

- ▶ Usar los nombres anatómicos correctos de las partes del cuerpo:
 - » los normaliza y elimina el secretismo y la vergüenza de mencionarlos. En el caso particular de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia, estas palabras pudieran causar temor, ansiedad y podrían vincularse con el trauma.

 - » pueden ser una oportunidad educativa y demostrar respeto y comodidad al hablar de nuestros cuerpos.

- ▶ Debemos ser capaces de reflejar los términos que emplean los sobrevivientes para hablar de este tema sin sentir incomodidad. Esto puede ser difícil si jamás hemos escuchado las palabras que usan y nos sentimos culpables pidiendo alguna explicación.

NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 7.2 PROFUNDIZANDO NUESTRA COMPRENSIÓN DEL SEXO Y LA SEXUALIDAD

- ▶ Los facilitadores deben crear una presentación de PowerPoint para presentar la información en la ENSEÑANZA, adaptándola según sea necesario para ajustarse a las necesidades de la capacitación. Se recomienda a los facilitadores dedicar cierto tiempo a hablar acerca de cómo los estereotipos sexuales respecto a diferentes identidades pudieran hacer que los sobrevivientes tengan dificultades con su sexualidad. Por ejemplo, considera mencionar algunos de los estereotipos sexuales acerca de los grupos marginados en tu comunidad y cómo son perjudiciales para los sobrevivientes; vincula los estereotipos con las estadísticas acerca de la violencia sexual en tu zona/comunidad, historias de sobrevivientes, asuntos sociales (por ejemplo: altos niveles de mujeres y niñas indígenas desaparecidas y asesinadas [MMIWG]); el aumento de la tasa de la violencia contra las mujeres asiáticas, el abuso sexual de personas con discapacidades en centros de cuidados, la violencia sexual vivida por las personas detenidas y recluidas, esfuerzos en torno a políticas y otros temas que identifiquen los facilitadores.



Lección 7.2 Profundizando nuestra comprensión

Tiempo estimado: Hora y media



DIÁLOGO EN COLECTIVO Introducción del tema del sexo y la sexualidad para los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia. Facilita un diálogo en colectivo y pregúntale al grupo:

- ▶ ¿Por qué piensan que a un sobreviviente de abuso sexual en la infancia se le podría dificultar reclamar o sentirse cómodo(a) en torno a su sexualidad?
- ▶ ¿Cuáles son algunos aspectos difíciles de esto?



ENSEÑANZA Al concluir el debate, asegúrate de dedicar tiempo a resaltar lo siguiente. Los facilitadores deben crear diapositivas en PowerPoint para explicar la información, modificándolas según las necesidades de la capacitación. Habla acerca de cómo los estereotipos sexuales acerca de las identidades pudieran hacer que a un sobreviviente se le dificulte el tema de su sexualidad:

- ▶ En nuestra sociedad, es difícil hablar abiertamente del sexo

- ▶ El estereotipo acerca de los sobrevivientes es que siempre le tendrán miedo al sexo y que, o bien, nunca desearán involucrarse en ello o se volverán hipersexuales. Las personas ocupan diferentes espacios dentro de ese espectro y pueden cambiar durante el curso de sus vidas.

- ▶ Es posible que a los sobrevivientes se les haga difícil:
 - » el hecho de que los actos físicos en el sexo pueden ser un detonante para los sobrevivientes. Esto puede incluir recuerdos recurrentes, recuerdos intrusivos o emociones/sentimientos que el sobreviviente ni siquiera vincula con su abuso.

- » Sentirse seguros con una pareja sexual
 - ◆ En el caso de sobrevivientes de incesto, esto pudiera ser incluso más complicado porque las personas o persona (los parientes del sobreviviente) que supuestamente debía querer y preocuparse por ellos de manera no sexual, los abusó en una etapa temprana de la vida.
- » Poder fijar límites y decir “no” a determinados aspectos del sexo o poder detener todo en cualquier momento.
- » La conexión entre el abuso y la sensación de placer.
- » Tener una conexión con tu cuerpo para que puedas sentir placer.
- » Descripción del contacto sexual.
- » Saber lo que le gusta y disfruta tu pareja.
- » Intimidad emocional: da miedo dejar que los demás te conozcan y que se te acerquen física y emocionalmente. Especialmente en el caso de tener una pareja de largo plazo, es posible que el sobreviviente sienta que su pareja forma parte de su familia, lo cual complica las dinámicas sexuales.



DOCUMENTO y ACTIVIDAD Reparte el documento “Our Sexual Values as Advocates” (Nuestros valores sexuales como intercesores) y pídeles a los participantes que lo completen individualmente. El documento se encuentra en la página xliii.

Después de que el grupo haya terminado, haz las siguientes preguntas y propicia un diálogo en colectivo acerca de los resultados:

- ▶ ¿A alguien le sorprendió cómo se sintió acerca de alguno de los temas?
- ▶ ¿Lograron identificar sesgos o mitos?

Concluye este ejercicio reflexionando respecto a lo siguiente:

- ▶ Todos tenemos diferentes sentimientos y creencias en torno a la sexualidad y esto surge de nuestras experiencias, culturas, entornos, comunidades y sociedad.



- ▶ Lo que nos enseñaron y lo que no, al ser abusados o no, y las experiencias sexuales que hemos tenido o no han moldeado nuestros juicios y cómo nos sentimos acerca de diversas conductas y experiencias.
- ▶ Ser un intercesor para sobrevivientes de violencia sexual nos exigirá poner esos sesgos y mitos a un lado y trabajar con los sobrevivientes sin juzgarlos.
- ▶ Como integrantes del personal, pueden rendirse cuentas y apoyarse unos a otros en el trabajo.

NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 7.3 ¿QUÉ SIGNIFICA ESTO PARA NUESTRA INTERCESORÍA?

- ▶ Se sugiere que los participantes permanezcan en los mismos grupos pequeños durante esta lección.



Lección 7.3 ¿Qué significa esto para la intercesoría?

Tiempo estimado: Una hora



DOCUMENTO Reparte [la hoja para colorear de “Forjando la resiliencia: episodio 4”](#), por el Proyecto de Recursos Compartidos y reproduce [el video del cuarto episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿De qué forma el abuso sexual en la infancia afecta el establecimiento de relaciones?”](#)



Reproduce el video desde el minuto 27:18 (“No poder decir que no”) hasta el minuto 33:04 (“Intercesores que también son sobrevivientes”).



DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS Pídeles a los participantes que se dividan en grupos y debatan:

- ▶ ¿Cómo creen que los intercesores pudieran apoyar a los sobrevivientes que desean explorar el sexo y la sexualidad?

Pídeles a los grupos que compartan lo que conversaron.



ANÁLISIS Durante el análisis, si no se menciona, resalta que el trabajo de los intercesores es:

- ▶ Hablar con los sobrevivientes acerca del sexo y la sexualidad sin incomodidad y sin juzgar

- ▶ Hacer preguntas acerca de la sexualidad de los sobrevivientes sin juzgarlos y para los fines de ayudar al sobreviviente. El rol del intercesor no es alentar ni desalentar actividades sexuales o creencias en particular. En cambio, los intercesores deberían abordar la interacción con curiosidad. Algunas preguntas que los intercesores pudieran hacer son:
 - » Pedir permiso para hablar de este tema. Esta es una manera de pedir permiso. “A veces, las personas se ponen nerviosas al hablar acerca del sexo, la sexualidad y la intimidad, incluso si es algo que les está generando dificultades. Quiero que sepas que siento total comodidad al hablar de estos temas y compartir recursos si deseas explorar por tu cuenta. ¿Esto es algo de lo que quisieras hablar más conmigo? No hay presión para hablar conmigo de este tema, pero quiero que sepas que soy receptivo(a) a que hablemos de esto si alguna vez quieres”.

 - » ¿Te interesaría incorporar tu sexualidad, según la definas, en tu sanación?

- ▶ Ayuda a los sobrevivientes a entender qué es el consentimiento y los límites, así como la importancia de poder tener control sobre su cuerpo y experiencias sexuales.
- ▶ Ayuda a los sobrevivientes a entender las reacciones y la anatomía sexual.
- ▶ Ten servicios que ayuden a los sobrevivientes a sentir placer: poder sentir placer que no sea sexual es el primer paso para poder sentir placer sexual.
- ▶ Ten servicios que ayuden a los sobrevivientes a sentir una conexión con su cuerpo.
- ▶ Ayuda a los sobrevivientes a identificar con cuáles actos sexuales se sienten cómodos, con cuáles se sienten totalmente incómodos y los que, pese a no estar muy seguros, les gustaría explorar.
- ▶ Poder hablar acerca de la masturbación y cómo esto puede ser una forma en que los sobrevivientes pueden sentir placer sexual y aprender a confiar en sí mismos.



DOCUMENTO Reparte el documento [“How I Want It: Sexual Safety Planning for Survivors and Their Partners” \(Como lo quiero: planificación de la seguridad sexual para sobrevivientes y sus parejas\)](#) por la Coalición contra la violencia sexual y doméstica en Arizona y pídeles a los participantes que lean el documento. Explica que esta herramienta se creó para que los sobrevivientes y sus parejas sexuales conversen acerca de sus límites sexuales y elaboren un plan de seguridad sexual.



DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS Pídeles a los participantes que saquen su hoja de trabajo para la planificación estratégica y reflexionen acerca de las siguientes preguntas en sus grupos pequeños, mientras completan sus hojas de trabajo de forma individual:

- ▶ ¿Qué tipo de cambios deben efectuarse en tu organización para apoyar a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia en la exploración de su sexualidad?

Pídeles a los participantes que compartan lo que hablaron en sus grupos.





ANÁLISIS Resalta estas ideas si nadie las menciona:

- ▶ Hay que capacitarse para ayudar a los sobrevivientes con la planificación de la seguridad sexual, a saber cómo fijar límites, a conocer qué es el BDSM (bondage o juegos con cuerdas y disciplina, dominación y sumisión, sadomasoquismo) y el sexo kink, así como en la exploración de su sexualidad.
- ▶ Hay que capacitarse acerca de la salud reproductiva.
- ▶ Tener libros acerca del consentimiento para todas las edades como recursos para sobrevivientes.
- ▶ Enseñar a los jóvenes de la comunidad acerca de temas de sexo, consentimiento, intimidad y placer.
- ▶ Organizar grupos educativos donde se hable acerca del placer y la intimidad para los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia.
- ▶ Organizar un club de lectura en tu organización donde se hable acerca de la sexualidad y el placer.
- ▶ Invitar a ponentes del departamento de salud a hablar acerca de opciones para la salud sexual.

- ▶ Reflexionar acerca de cómo se habla de sexo y sexualidad en los espacios de la organización (si es que se habla de este tema).



DOCUMENTO y ACTIVIDAD Pídeles a los participantes que escriban, en la hoja de trabajo para la planificación estratégica, una manera en que pueden cambiar su intercesoría individual para brindar mejor apoyo a las necesidades sexuales de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia, así como los cambios organizacionales que se puedan efectuar para el mismo fin.



CONCLUSIÓN Concluye este módulo con las reflexiones escritas sugeridas a continuación:

- ▶ Pregunta de reflexión: ¿cómo crees que sería el mundo si los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia pudieran expresar su sexualidad de una manera segura, comprensiva y liberada, acorde con cómo la definen?

OPORTUNIDADES PARA PROFUNDIZAR EL APRENDIZAJE ACERCA DEL SEXO Y LA SEXUALIDAD COMO PARTE DE LA SANACIÓN

[“Sex Turned Up Campaign”](#) (Campaña: súbele el volumen al sexo) de la Coalición contra la violencia sexual y doméstica en Arizona

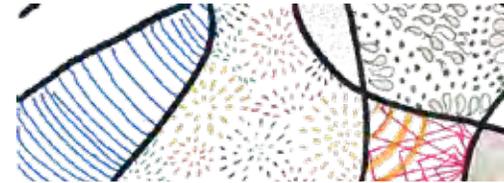
[“Cómo encontrar la sanación en el sexo kink”](#) una entrevista de [“Forjando la resiliencia”](#) con Ignacio Rivera, por el Proyecto de Recursos Compartidos.

“Come as You Are: The Surprising New Science that Will Transform Your Sex Life” (Vente como eres: nueva ciencia sorprendente que transformará tu vida sexual) por Emily Nagoski

“The Courage to Heal: A Guide for Women Survivors of Child Sexual Abuse” (La valentía para sanar: una guía para mujeres sobrevivientes de abuso sexual en la infancia) por Ellen Bass y Laura Davis

“The Survivor’s Guide to Sex” (La guía del sexo para sobrevivientes) por Staci Haines

Tiempo para facilitar
5 horas



MÓDULO # 8

ESPIRITUALIDAD Y CULTURA EN LA SANACIÓN

RESUMEN DEL MÓDULO

Este módulo se enfocará en la espiritualidad y la cultura de los sobrevivientes y cómo estas pueden apoyarlos con sus capacidades para sobrellevar situaciones, sanar y desenvolverse en el mundo. Aunque este módulo posiblemente sea el más breve, no por eso es menos importante. Los facilitadores deben estar conscientes de:

- ▶ Cómo los sesgos y el privilegio surgen al hablar acerca de la espiritualidad, la religión, la fe y la cultura tanto en ellos mismos como entre los participantes.
- ▶ Que la religión y la cultura se han utilizado como herramientas para perpetuar la violencia sexual en muchas comunidades y, al mismo tiempo, han sido fuentes de consuelo y sanación para las personas.
- ▶ Reflexionar acerca de lo que significan la religión, la fe y la espiritualidad en su propia vida y permitir suficiente tiempo para que los participantes lo hagan también.

ESPIRITUALIDAD Y CULTURA EN LA SANACIÓN

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

- ▶ Analizar la diferencia entre la fe, la espiritualidad y las religiones organizadas
- ▶ Explorar cómo la fe y la religión pueden ser parte de la experiencia de abuso sexual en la infancia
- ▶ Analizar cómo la fe, la espiritualidad y la cultura pueden influir sobre las maneras de sobrellevar situaciones
- ▶ Explorar cómo la fe, la espiritualidad y la cultura pueden ayudar en la sanación

ESTRUCTURA DEL MÓDULO “ESPIRITUALIDAD Y CULTURA EN LA SANACIÓN”

Tiempo para facilitar este módulo: Cinco horas (5 hr) en total

Lección 8.1 Identificación de términos (una hora)

Lección 8.2 La cultura como un espacio de sanación (una hora)

Lección 8.3 ¿Qué significa esto para la intercesoría? (Dos horas)

Lección 8.4 Integremos el conocimiento: resumen de los módulos 7 y 8 (una hora)



MATERIALES NECESARIOS PARA EL MÓDULO “ESPIRITUALIDAD Y CULTURA EN LA SANACIÓN”

Lección	Presencial	Virtual
8.1	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Computadora ▶ Proyector o televisor grande ▶ Bocinas que los participantes puedan oír ▶ Video del séptimo episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿de qué manera están vinculadas la espiritualidad y la cultura a la sanación?” por el Proyecto de Recursos Compartidos ▶ Copias o enlace a la hoja para colorear del séptimo episodio de “Forjando la resiliencia” 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Séptimo episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿de qué manera están vinculadas la espiritualidad y la cultura a la sanación?” por el Proyecto de Recursos Compartidos ▶ Hoja para colorear del séptimo episodio de “Forjando la resiliencia”

Lección	Presencial	Virtual
8.2	<ul style="list-style-type: none">▶ Computadora▶ Proyector o televisor grande▶ PowerPoint	<ul style="list-style-type: none">▶ PowerPoint

Lección	Presencial	Virtual
8.3	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Computadora ▶ Proyector o televisor grande ▶ Bocinas que los participantes puedan oír ▶ Video del séptimo episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿de qué manera están vinculadas la espiritualidad y la cultura a la sanación?” por el Proyecto de Recursos Compartidos ▶ Copias o enlace a la hoja para colorear del séptimo episodio de “Forjando la resiliencia” 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Séptimo episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿de qué manera están vinculadas la espiritualidad y la cultura a la sanación?” por el Proyecto de Recursos Compartidos ▶ Hoja para colorear del séptimo episodio de “Forjando la resiliencia”

Lección	Presencial	Virtual
8.4	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Computadora ▶ Proyector o televisor grande ▶ Materiales para jugar Jeopardy o Family Feud ▶ Campanas, timbres típicos de programas de juego, etc. ▶ Lista de preguntas ▶ Premios para los ganadores 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Acceso a la plataforma virtual de Jeopardy o Family Feud ▶ Lista de preguntas ▶ Premios para los ganadores

NOTAS DE PREPARACIÓN PARA EL MÓDULO “ESPIRITUALIDAD Y CULTURA EN LA SANACIÓN”

A grandes rasgos

- ▶ Este módulo trata acerca de la espiritualidad y la cultura; es posible que algunos participantes deseen compartir y hablar acerca de cómo estos factores afectan su vida. Aunque tal vez los participantes deseen compartir cómo su espiritualidad los ha ayudado a sobrellevar situaciones, los facilitadores deben estar conscientes de que el propósito de la capacitación es brindar información acerca de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia, no compartir ni tratar de convencer a los demás de sus creencias espirituales. Los facilitadores deben prepararse para (con gentileza y firmeza) interrumpir conversaciones que promuevan ciertos tipos de creencias o sesgos religiosos y discriminación

NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 8.1 IDENTIFICACIÓN DE TÉRMINOS

- ▶ Los facilitadores darán apertura al módulo con un ejercicio para centrar al grupo. Se sugiere a los facilitadores hacer la siguiente pregunta, en vez de, o además del ejercicio para centrar al grupo: ¿qué canción (u otro tipo de expresión artística, como un libro, pintura, poema, etc.) es espiritual o se siente así para ti? Esta pregunta se puede hacer para responderse como reflexión individual, en grupos pequeños o en el colectivo.
- ▶ Los participantes definen “religión”, “fe” y “espiritualidad” en el DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS #1. No hay definiciones sugeridas para estos términos, dado a que sirven como la base de un argumento importante: la persona debe definir estos conceptos.



Lección 8.1 Identificación de términos

Tiempo estimado: Una hora



ACTIVIDAD PARA CENTRARSE Da apertura al módulo con un ejercicio para centrar al grupo.



CONTEXTUALIZACIÓN Contextualiza el módulo para que los participantes puedan saber qué esperar. Incluye lo siguiente:

- ▶ Este módulo abordará los temas de espiritualidad y cultura, los cuales pueden ser muy personales.
- ▶ El foco de este módulo son las maneras cómo la espiritualidad y la cultura pueden ser fuentes de sanación en la vida de sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia.
- ▶ Aunque la capacitación es un espacio abierto para compartir y aprender, no es el espacio para convencer, convertir ni desestimar las creencias o cultura de otra persona.



DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS #1 Pídeles a los participantes que se dividan en grupos y respondan las preguntas a continuación:

- ▶ ¿Qué es la religión?
- ▶ ¿Qué es la fe?
- ▶ ¿Qué es la espiritualidad?
- ▶ ¿Cuál es la diferencia entre religión, fe y espiritualidad?
- ▶ ¿Cómo podría el concepto de virginidad afectar a un sobreviviente de abuso sexual en la infancia?
- ▶ ¿Cómo podría haberse utilizado la religión como parte del abuso que ha vivido un sobreviviente?



DOCUMENTO Reparte [la hoja para colorear de "Forjando la resiliencia: episodio 7"](#).





VER Reproduce [el video del séptimo episodio de “Forjando la resiliencia: ¿de qué manera están vinculadas la espiritualidad y la cultura a la sanación?”](#)



Reproduce desde el minuto 00:00 (introducción) hasta el minuto 14:03 (hacer una pausa, respirar profundo, atender sus propias necesidades).



DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS Pídeles a los grupos que debatan las preguntas acerca de la religión, la fe y la espiritualidad nuevamente para ver si cambiarían alguna de las respuestas que dieron.

Después de que los grupos hayan conversado otra vez sobre sus respuestas, pídeles a los grupos que compartan lo conversado en el colectivo.



VER Reproduce [el video del séptimo episodio de “Forjando la resiliencia: ¿de qué manera están vinculadas la espiritualidad y la cultura a la sanación?”](#)



Reproduce el video desde el minuto 14:14 (Educación religiosa, racismo y vergüenza) hasta el minuto 19:26 (Práctica de la intercesoría: la cultura y la espiritualidad también son experiencias individuales).

Después de ver el video, pídeles a los grupos que debatan las preguntas a continuación:

- ▶ ¿Cómo sintieron los panelistas que la cultura y la espiritualidad eran elementos útiles para la sanación?
- ▶ ¿De cuáles experiencias de opresión hablaron?
- ▶ ¿Cómo afectaron estas experiencias su comprensión de la religión y la espiritualidad?

Pídeles a los grupos que compartan lo conversado en colectivo.



NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 8.2 LA CULTURA COMO UN ESPACIO DE SANACIÓN

- ▶ Crear una presentación en PowerPoint para la sección ENSEÑANZA servirá para el aprendizaje.

- ▶ Los facilitadores conducirán un diálogo acerca de cómo la cultura de una persona percibe los diferentes factores mencionados en el DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS.
 - » Se sugiere a los facilitadores de coaliciones tribales y territoriales enfocarse en las prácticas y enseñanzas culturales específicas en sus comunidades.

 - » Los capacitadores de coaliciones estatales deben tener en cuenta las identidades de los participantes y reflexionar sobre cómo las comunidades marginadas, particularmente las poblaciones negras, indígenas y otras comunidades de color, se han incluido solo de manera simbólica para que hablen de su cultura (especialmente para que critiquen su cultura) en espacios públicos.

Lección 8.2 La cultura como un espacio de sanación

Tiempo estimado: Una hora



ENSEÑANZA Es buena idea mostrar la siguiente información en una diapositiva que los facilitadores deberán crear y adaptar para que se ajuste a lo necesario para la capacitación:

- ▶ Cada comunidad define e identifica su cultura
- ▶ En el caso de algunas comunidades, la fe y la religión están altamente vinculadas con la cultura, pero esto no es cierto en todas las poblaciones.
- ▶ Las culturas influyen en las personas, familias y comunidades y cada uno de estos grupos afectan sus culturas (efecto dominó en ambos sentidos)
- ▶ La cultura afecta y se vincula con cada persona de manera particular.

- ▶ Las personas pueden ser parte de diferentes culturas. Hay algunas que convergen, otras que son aparte y algunas existen dentro de otras (subculturas, por ejemplo)
- ▶ Nuestras culturas nos dan parte de nuestra comprensión inicial de las conductas aceptables e inaceptables (por ejemplo, la cultura de la violación)



DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS En grupos pequeños, pídeles a los participantes que debatan la pregunta a continuación: ¿cómo podría un sobreviviente adulto de abuso sexual en la infancia ser afectado por la manera en que su cultura percibe...?

- ▶ El papel de los niños en la comunidad
- ▶ La violencia sexual en la infancia
- ▶ La vergüenza
- ▶ La responsabilidad
- ▶ La fortaleza
- ▶ La sanación



ANÁLISIS Reagrúpanse en colectivo y compartan lo conversado. Asegúrate de hacer énfasis en los siguientes datos si surgen de la conversación:

- ▶ Las expectativas y prácticas culturales pueden ser una fuente de sufrimiento y sanación para los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia.

- ▶ Sufrimiento o daño:
 - » falta de apoyo tras revelar lo sucedido

 - » La comunidad valora su reputación por encima del debate en torno a la violencia sexual

 - » Expectativas sobre la “virginidad”

 - » A la familia del sobreviviente se le culpa o se le rechaza por “no proteger a sus hijos”



- ▶ Sanación:
 - » los vínculos con la comunidad o pertenecer a un grupo o grupos es sumamente importante para superar y sobrellevar el trauma. La violencia sexual destruye los vínculos; forjar comunidad los vuelve a conectar.
 - » Encontrar apoyo de personas que entiendan los diferentes rituales, historias, comidas, ropa, días festivos, etc., que pudieran ser importantes para el sobreviviente es provechoso para la sanación y conexión.
 - » Los cambios culturales y la educación establecen conexiones en la comunidad, ofrecen la oportunidad de reparar los vínculos y evita incidentes de abuso sexual en la infancia en el futuro.
- ▶ Aunque el trabajo del intercesor no se trata de comprender todo acerca de la cultura de la otra persona, su trabajo sí se trata de tener curiosidad acerca de cómo la cultura del sobreviviente afecta su sanación y el abuso sexual que vivió el sobreviviente.

Lección 8.3 ¿Qué significa esto para la intercesoría?

Tiempo estimado: dos horas



VER Reproduce [el video del séptimo episodio de "Forjando la resiliencia: ¿de qué manera están vinculadas la espiritualidad y la cultura a la sanación?"](#)



Reproduce el video desde el minuto 19:26 (Práctica de la intercesoría: la cultura y la espiritualidad también son experiencias individuales) hasta el minuto 23:00 (La sanación espiritual puede lograr la comprensión de otro tipo de espiritualidad).



DIÁLOGO EN COLECTIVO Hazle la siguiente pregunta al grupo:

- ▶ ¿qué pueden hacer los intercesores para ayudar a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia a conectarse con su espiritualidad y cultura, como parte de su sanación?



Luego de que los participantes compartan su opinión, asegúrate de enfatizar la información a continuación si no se menciona:

- ▶ Sé curioso acerca de la experiencia que ha tenido el sobreviviente con su cultura y su fe; háblale de:
 - » ¿qué significa la fe para el sobreviviente?
 - » ¿cuál es su experiencia con la espiritualidad?
 - » ¿qué experiencia tiene con su cultura o prácticas culturales?
 - » ¿cómo se siente respecto a su cultura o herencia cultural?
 - » ¿cómo han afectado la vida del sobreviviente la espiritualidad y la cultura?
- ▶ Ayuda a los sobrevivientes a reflexionar sobre esto en un entorno seguro



DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS Divide a los participantes en grupos pequeños.



VER Reproduce [el video del séptimo episodio de “Forjando la resiliencia: ¿de qué manera están vinculadas la espiritualidad y la cultura a la sanación?”](#)



Reproduce el video desde el minuto 23:00 (la sanación espiritual puede lograr la comprensión de otro tipo de espiritualidad) hasta el minuto 36:05 (No tengas miedo de lo que responden los sobrevivientes a la pregunta: ¿dónde encuentras paz?).

Cuando finalice el video, pídele al grupo que debata:

- ▶ ¿qué precauciones mencionaron los presentadores al hablar de religión, fe, espiritualidad y cultura con los sobrevivientes?





ANÁLISIS Pídeles a los grupos que compartan lo conversado. Asegúrate de destacar los datos a continuación si no se mencionan:

- ▶ Haz preguntas acerca de la sexualidad de los sobrevivientes sin juzgarlos y para los fines de ayudar al sobreviviente. El papel del intercesor no es alentar sus propias creencias ni desalentar otras; en cambio, los intercesores deberían abordar la interacción con curiosidad.

- » Primero, pide permiso para hablar de este tema. Por ejemplo, “A veces, las personas han sufrido o encontrado sanación en su espiritualidad, fe o religión. ¿Esto es algo de lo que quisieras hablar más conmigo? No hay presión para hablar conmigo de este tema, pero quiero que sepas que soy receptivo(a) a que hablemos de esto si alguna vez quieres”. Esta es una manera de pedir permiso. Debido a que todos tenemos maneras diferentes de expresarnos con el lenguaje, es muy importante que uses las palabras que reflejen la manera en que el sobreviviente y tú prefieran comunicarse.

- » Aquí mencionamos algunas preguntas para considerar, en el momento adecuado:
 - ◆ ¿La espiritualidad tiene algún espacio en tu vida?
 - ◆ ¿La espiritualidad formó parte del sufrimiento que viviste? ¿Te interesaría incorporar tu espiritualidad, según la definas, en tu sanación?
 - ◆ ¿Hay prácticas espirituales que te brinden sanación o te ayuden a encontrar un sentido de seguridad, esperanza, valor o conexión?
- ▶ No incorpores tu propia espiritualidad en la conversación, a menos de que el sobreviviente pregunte específicamente al respecto.
 - » Es posible que los sobrevivientes se adapten a tus creencias y no establecerán un vínculo auténtico contigo.
- ▶ La cultura nos afecta a todos y cada persona ha sido afectada de manera diferente por su cultura.



- ▶ El papel del intercesor no es juzgar a un sobreviviente por la forma en que acepta, rechaza o sortea su cultura o herencia cultural. En cambio, los intercesores deben hacer preguntas para ayudar a los sobrevivientes con su proceso de sanación.
 - » Primero, pide permiso para hablar de este tema. Una manera de pedir permiso es: “Las creencias culturales y las identidades de las personas pueden jugar un papel en su sufrimiento y sanación. ¿Quieres hablar conmigo acerca de tu cultura? No hay presión para hablar conmigo de este tema y quiero que sepas que soy receptivo(a) a que hablemos de esto si alguna vez quieres”. Debido a que todos tenemos maneras diferentes de expresarnos con el lenguaje, es muy importante que uses las palabras que reflejen la manera en que el sobreviviente y tú prefieran comunicarse.
 - » Algunas preguntas para facilitar la conversación son:
 - ◆ ¿De qué forma se manifiesta tu cultura en tu vida diaria?
 - ◆ ¿Tu cultura fue parte del sufrimiento que viviste?

- ◆ ¿Te interesaría incorporar tu cultura, según la definas, en tu sanación? ¿Hay prácticas culturales (de tu propia cultura) que te brinden sanación o te ayuden a encontrar un sentido de seguridad, esperanza, valor o conexión?



DIÁLOGO EN COLECTIVO En el grupo colectivo, pídeles a los participantes que conversen acerca de las habilidades de intercesoría que utilizarán al hablar acerca de religión, fe y espiritualidad con los sobrevivientes. Asegúrate de mencionar esta información si no surgen durante la conversación:

- ▶ Curiosidad
- ▶ Escuchar activamente
- ▶ Receptividad y aceptación de diferencias
- ▶ “Guarda lo que traes” (creencias religiosas o escepticismo) y escucha lo que sienten, necesitan o quieren.
- ▶ Receptividad al aprendizaje





CONCLUSIÓN Concluye este módulo con un ejercicio para centrarse o con una de estas preguntas de reflexión escrita:

- ▶ **Pregunta de reflexión:** ¿Qué sientes respecto a la espiritualidad en tu propia vida? ¿Qué sabes acerca de tu espiritualidad? ¿Qué cosas te causan curiosidad?
- ▶ **Pregunta de reflexión:** ¿De qué maneras ha impactado tu vida tu conexión con tu cultura? ¿Qué más te hubiera gustado haber sabido acerca de tu cultura?

NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 8.4 , INTEGREMOS EL CONOCIMIENTO: RESUMEN DE LOS MÓDULOS 7 Y 8

Los facilitadores repasarán los dos módulos anteriores en un juego con los participantes (Jeopardy, Family Feud, etc.) al igual que durante la lección 2.5 (Cómo sobrellevar el abuso sexual vivido en la infancia durante la edad adulta). El contenido del juego debería ser las habilidades de intercesoría y términos identificados en los módulos indicados. También es recomendable que los facilitadores consideren agregar preguntas específicas para la zona (por ejemplo: nombres indígenas tradicionales de accidentes geográficos, el año en que se fundó tu coalición, personas famosas de tu zona, el nombre de una planta o especie en peligro de tu zona, etc.) Si es posible, otorga un premio a los ganadores del juego.

- ▶ Para hacer esto de manera presencial, necesitarás lo siguiente:
 - » Campanas, timbres típicos de programas de juego, etc.
 - » Una lista de preguntas y sus respuestas correctas
 - » Un método para llevar la puntuación



- ▶ En el caso de las capacitaciones virtuales, hay algunas plataformas en Internet que te permiten hacer esto como una prueba con límite de tiempo, como [Kahoot!](#), o como un programa de juego en línea. Te comentamos algunas opciones básicas que puedes probar:
 - » [Jeopardy Labs](#)
 - » [Factile](#)

Lección 8.4

Integremos el conocimiento: resumen de los módulos 7 y 8

Tiempo estimado: Una hora



ACTIVIDAD Haz un juego de repaso de conocimientos para ayudar a los participantes a recordar el contenido aprendido durante los módulos siete y ocho. El contenido del juego debería ser las habilidades de intercesoría y términos repasados en los módulos indicados. Si deseas sugerencias de juegos de repaso, por favor, consulta las Notas de preparación del módulo “Cómo sobrellevar el abuso sexual vivido en la infancia durante la edad adulta” en la página 291.

OPORTUNIDADES PARA PROFUNDIZAR EL APRENDIZAJE ACERCA DE LA ESPIRITUALIDAD Y LA CULTURA COMO PARTE DE LA SANACIÓN

[South Dakota Boarding School Survivors Detail Sexual Abuse \(Sobrevivientes de las escuelas residenciales de Dakota del Sur detallan el abuso sexual vivido\)](#) por Stephanie Woodard, Indian Country Today

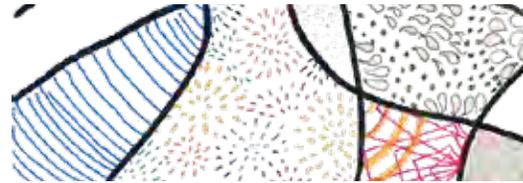
[‘Look what he’s taken from me’: the deadly toll of Catholic church sex abuse on Guam \(‘Mira lo que me ha quitado’: el costo mortal del abuso sexual en Guam\)](#) por Anita Hofschneider (The Guardian)

[Historia de un sobreviviente de abuso sexual en la infancia: Daphne](#), por Saprea

[La rueda medicinal en acción | Una entrevista de “Forjando la resiliencia” con Cristine Davidson](#), por el Proyecto de Recursos Compartidos

[Optimización de la intercesoría a través de un enfoque centrado en la sanación](#) por Elevate | Uplift

Tiempo para facilitar
5 horas



MÓDULO # 9

CREACIÓN DE UNA COMUNIDAD COMO PARTE DE LA SANACIÓN

RESUMEN DEL MÓDULO

Este es el último módulo y se enfocará en la creación de una comunidad y la creación de espacios para que los participantes empiecen a planificar y poner en práctica lo que aprendieron durante la capacitación. Es importante que los facilitadores hagan énfasis en la colaboración, comunidad, conexión y responsabilidad a lo largo de estas lecciones. Adicionalmente, los facilitadores deben guiar a los participantes para que piensen críticamente acerca de sus actuales colaboraciones o asociaciones en la comunidad y cómo pueden desarrollar nuevas colaboraciones y fortalecer otras.

CREACIÓN DE UNA COMUNIDAD COMO PARTE DE LA SANACIÓN

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- ▶ Poner en práctica la información aprendida en módulos anteriores del plan de estudios
- ▶ Examinar por qué apoyar a los sobrevivientes en la creación de una comunidad es sanador para los sobrevivientes de abuso sexual en la infancia
- ▶ Considerar cómo la estrategia de tu organización a la hora de establecer colaboraciones en la comunidad puede potenciar o limitar la habilidad del intercesor para apoyar a los sobrevivientes en la creación de un sentido de comunidad
- ▶ Examinar cómo las colaboraciones/asociaciones existentes y a futuro de tu organización satisfacen las necesidades de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia.

ESTRUCTURA DEL MÓDULO “CREACIÓN DE UNA COMUNIDAD COMO PARTE DE LA SANACIÓN”

Tiempo para facilitar este módulo: Cuatro horas (4 hr) en total

Lección 9.1 Exploración: creación de una comunidad (una hora)

Lección 9.2 ¿Qué significa esto para nuestra intercesoría? (hora y media)

Lección 9.3 Cerrando el círculo (hora y media)

MATERIALES NECESARIOS PARA EL MÓDULO “CREACIÓN DE UNA COMUNIDAD COMO SANACIÓN”

Lección	Presencial	Virtual
9.1	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Computadora ▶ Proyector o televisor grande ▶ Bocinas que los participantes puedan oír ▶ Video del octavo episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿Cómo ayuda la creación de una comunidad en la sanación de los sobrevivientes de abuso sexual en la infancia?”, por el Proyecto de Recursos Compartidos. ▶ Copias o enlace a la hoja para colorear del octavo episodio de “Forjando la resiliencia” 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Octavo episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿Cómo ayuda la creación de una comunidad en la sanación de los sobrevivientes de abuso sexual en la infancia?”, por el Proyecto de Recursos Compartidos. ▶ Hoja para colorear del octavo episodio de “Forjando la resiliencia” por el Proyecto de Recursos Compartidos

Lección	Presencial	Virtual
9.2	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Computadora ▶ Proyector o televisor grande ▶ Bocinas que los participantes puedan oír ▶ Video del octavo episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿Cómo ayuda la creación de una comunidad en la sanación de los sobrevivientes de abuso sexual en la infancia?”, por el Proyecto de Recursos Compartidos. ▶ Copias o enlace a la hoja para colorear del octavo episodio de “Forjando la resiliencia” ▶ Copias o enlaces a “Potenciación del conocimiento: Guía para el diálogo - episodio 8, por el Proyecto de Recursos Compartidos 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Octavo episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿Cómo ayuda la creación de una comunidad en la sanación de los sobrevivientes de abuso sexual en la infancia?”, por el Proyecto de Recursos Compartidos. ▶ Hoja para colorear del octavo episodio de “Forjando la resiliencia” por el Proyecto de Recursos Compartidos ▶ Potenciación del conocimiento: Guía para el diálogo - episodio 8, por el Proyecto de Recursos Compartidos



Lección	Presencial	Virtual
9.3	<ul style="list-style-type: none">▶ Pizarra blanca o tablas▶ Marcadores (borrado en seco y permanentes)▶ Notas autoadhesivas grandes▶ Papel▶ Instrumentos de escritura▶ Evaluación de la capacitación	<ul style="list-style-type: none">▶ Herramienta virtual Mentimeter u otra plataforma de encuestas en vivo▶ Evaluación de la capacitación

NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 9.1 EXPLORACIÓN: CREACIÓN DE UNA COMUNIDAD

- ▶ Los facilitadores realizarán un intercambio de ideas entre pequeños grupos acerca de su conversación durante el ANÁLISIS. El facilitador deberá escuchar atentamente y fijarse en las cosas que hacen que los participantes se sientan menos solos y asegurarse de recordar y profundizar en estos elementos al concluir la conversación.
- ▶ Durante el ANÁLISIS, los participantes mencionarán quiénes los ayudan cuando están pasando por momentos difíciles. Los facilitadores deben dedicar tiempo a anotar estas respuestas para prepararse para el paso 3.
- ▶ En el paso 3, los participantes se dividirán nuevamente en grupos pequeños. Para simplificar la sesión, se sugiere que los participantes permanezcan en grupos pequeños entre el primer DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS y el ANÁLISIS del video. Sin embargo, si los grupos cambian, esto no perturbará el ritmo de la lección.

Lección 9.1 Exploración: creación de una comunidad

Tiempo estimado: Una hora



ACTIVIDAD PARA CENTRARSE Da apertura al módulo con un ejercicio para centrar al grupo.



DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS Pídeles a los participantes que se dividan en grupos y hablen de las preguntas a continuación:

- ▶ ¿Qué cosas te ayudan cuando estás pasando por un momento difícil? ¿Por qué crees que esto te ayuda tanto?
- ▶ ¿Quién o quiénes te ayudan cuando estás pasando por un momento difícil? ¿Cuáles son algunas de las cosas que hacen estas personas para ayudarte?



ANÁLISIS Facilita un intercambio de ideas y escucha en las respuestas cómo se involucran los amigos, familiares, clubes o grupos. Es útil que los facilitadores escriban esta información, para que los participantes puedan ver lo conversado. Resalta estos datos al final del intercambio de ideas.

Cuando las personas mencionen por qué estas cosas ayudan tanto, fíjate en qué hace que se sientan menos solas. Por ejemplo, hablar con un compañero de trabajo, amistad o pariente.

Conecta estas respuestas de los participantes con lo que respondieron durante el diálogo acerca de “creación de comunidad”.



Nota para el facilitador: Si te parece útil, menciona la información a continuación a medida que la escribes.

- ▶ Los sobrevivientes que fueron abusados en la infancia pudieran carecer de conexiones o tener conexiones difíciles con parientes o personas de su niñez debido al abuso.
- ▶ Es posible que los vínculos sean un aspecto difícil de su vida, generalmente debido al abuso.
- ▶ Imagina lo útil que pudieran ser estas preguntas para los sobrevivientes que quizá se sintieron muy solos en la niñez o en la edad adulta a raíz del abuso. Esta pudiera ser una de las pocas veces en que alguien en su vida le ha hecho estas preguntas y cuenta con la capacitación y experiencia para darle al sobreviviente el apoyo que necesita luego de haber revelado el abuso.
- ▶ Estas preguntas pudieran ser el punto de partida para la planificación de la seguridad de los sobrevivientes, dado a que tal vez jamás se hayan sentido totalmente a salvo y quizá no sepan por dónde empezar en el proceso.





DOCUMENTO Reparte [la hoja para colorear de “Forjando la resiliencia: episodio 8”](#)



VER Reproduce [el video del octavo episodio de “Forjando la resiliencia: ¿Cómo ayuda la creación de una comunidad en la sanación de los sobrevivientes de abuso sexual en la infancia?”](#)



Reproduce el video desde el minuto 00:00 (Introducción) hasta el minuto 17:34 (Cómo establecer límites con tu familia)

En los mismos grupos de antes, pídeles a los participantes que enumeren las cosas que escucharon en el video que les hayan parecido las más sanadoras.

Una vez que tengan su lista, pídeles a los participantes que debatan las preguntas a continuación:

- ▶ ¿Qué dijeron las personas del video acerca de las acciones que les generaron un sentido de sanación?

- ▶ ¿Qué más te llamó la atención del video?



ANÁLISIS Pídeles a los grupos que compartan lo conversado en colectivo. Si no se menciona, asegúrate de resaltar la siguiente información:

- ▶ Estar en comunidad es clave para la sanación.
- ▶ Los vínculos con la comunidad o pertenecer a un grupo o grupos es sumamente importante para superar, sobrellevar y sanarse del trauma.
- ▶ La complejidad de las familias y las personas que hicieron daño hacen que la comunidad externa a la familia y definiciones más amplias de lo que constituye una familia a través de la comunidad sean de gran importancia.
- ▶ La comunidad puede cambiar a medida que cambian las personas. Es posible que las personas necesiten distintos tipos de comunidad a medida que pasa el tiempo, viven diferentes traumas o pasan por otro tipo de circunstancias en la vida.

NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 9.2 ¿QUÉ SIGNIFICA ESTO PARA NUESTRA INTERCESORÍA?

- ▶ Durante el ANÁLISIS, los participantes hablarán acerca de con quiénes o con cuáles organizaciones o agencias se asocian en su rol de intercesores. **Antes de iniciar este paso, los facilitadores de las coaliciones estatales deberían alentar expresamente a las organizaciones que no son específicas para diversas culturas a que establezcan, mantengan y fortalezcan sus vínculos con proveedores de servicios, agencias y grupos de base específicos para diversas culturas o con relevancia cultural.** Pudiera ser útil proyectar estos datos en una presentación de PowerPoint. Asegúrate de abordar, con ejemplos, maneras de:
 - » establecer vínculos con diferentes culturas y poblaciones en su zona.
 - » Desarrollar vínculos fuertes al demostrar confianza, fiabilidad y manteniendo una comunicación consecuente, clara y honesta.

- » Apoyar a organizaciones específicas para diversas culturas (o con relevancia cultural) a asumir el liderazgo en las solicitudes de financiamiento si esto está entre sus prioridades. Si una organización que no es específica para diversas culturas (también denominada “organización convencional” o “de la cultura dominante”) tiene el liderazgo en una solicitud de subvenciones, debe pagarles a las organizaciones específicas para diversas culturas por su trabajo en el desarrollo de propuestas de subvenciones y centrar significativamente sus prioridades y sugerencias; luego, remunerar a estas organizaciones específicas para diversas culturas por su trabajo cuando se reciban los fondos.

- » Responsabilizarse por los daños que su organización haya causado en el pasado

- ▶ Los facilitadores deben adaptar la lista del ANÁLISIS #2 y agregar actividades y experiencias específicas que sean pertinentes a las culturas, poblaciones y entornos de tu zona.

Lección 9.2 ¿Qué significa esto para la intercesoría?

Tiempo estimado: Hora y media



VER Reproduce [el video del octavo episodio de “Forjando la resiliencia: ¿Cómo ayuda la creación de una comunidad en la sanación de los sobrevivientes de abuso sexual en la infancia?”](#)



Reproduce el video desde el minuto 17:34 (Cómo establecer límites con tu familia) hasta el minuto 25:17 (Amor con responsabilidad)



DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS Divide a los participantes en grupos pequeños para que hablen de lo que escucharon acerca de cómo la intercesoría puede ayudar a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia.



ANÁLISIS #1 Después del intercambio de ideas, asegúrate de mencionar lo siguiente, en caso de que no haya surgido:

- ▶ Ayuda a los sobrevivientes a identificar límites que pueden fijar con las personas que los han perjudicado.
- ▶ Ayuda a los sobrevivientes a identificar límites con parientes que no evitaron el daño sexual o que no les creyeron.
- ▶ Ayuda a los sobrevivientes a identificar límites que pueden establecer en sus nuevas relaciones (relaciones sexuales, con la familia y platónicas).
- ▶ Ayuda a los sobrevivientes a escuchar a su cuerpo ante las cosas, personas y situaciones que pudieran ser demasiado difíciles.
- ▶ Ayuda a los sobrevivientes a sentirse cómodos con la complejidad de las relaciones con la familia.
- ▶ Hay que recordar que los intercesores deben ser receptivos y no juzgar a los sobrevivientes por estas decisiones.
- ▶ La comunidad y las conexiones ayudan a los sobrevivientes a manejar estos desafíos con apoyo y esto también es parte de la sanación.

- ▶ Apoya a los sobrevivientes a satisfacer sus necesidades básicas, como la vivienda.

- ▶ Proporciona oportunidades para crear comunidad y vínculos:
 - » Grupos de apoyo

 - » Paneles de invitados (pagados)

 - » Intercambio entre sobrevivientes “Survivors’ Speak Out” (un evento en el que los sobrevivientes se reúnen para compartir sus historias en grupo)

 - » Intercambio de habilidades (enseñar a alguien a hacer algo y viceversa)

 - » Coordinación de apoyo necesario dentro del grupo (por ejemplo: cuidado infantil, transporte, organización de preparación y entrega de comida en turnos tipo “meal train”)



DIÁLOGO EN COLECTIVO Pídeles a los participantes que debatan las preguntas a continuación:

- ▶ ¿Con quiénes colaboras (organizaciones, grupos o agencias) en tu rol de intercesor?
- ▶ ¿Cómo apoyan estas colaboraciones tus servicios para sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia? ¿Cómo ayudan estas colaboraciones a tu programa a prestar servicios a sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia que tal vez no hubieras podido alcanzar?
- ▶ ¿Qué oportunidades o espacios específicos ofrece tu organización para que los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia puedan conectar con otros sobrevivientes de situación similar? ¿Con otro tipo de sobrevivientes? ¿Con otros integrantes de la comunidad?
- ▶ ¿Alguna de estas colaboraciones perjudica a los sobrevivientes o no satisface las necesidades de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia?
- ▶ ¿Quién falta en tu lista de colaboraciones/asociaciones en la comunidad? ¿Qué indica esto acerca de los sobrevivientes que posiblemente no estás alcanzando o cuyas necesidades no se estén atendiendo en la mayor medida posible?



DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS Divide a los participantes en grupos pequeños y completa la guía de conversación [“Potenciación del conocimiento: episodio 8”](#) para idear una lista de personas, organizaciones y agencias con las que puede colaborar tu programa para apoyar a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia.



ANÁLISIS #2 En colectivo, pídeles a los participantes que compartan lo conversado en sus grupos pequeños. Asegúrate de destacar las ideas a continuación si no se mencionan:

- ▶ Grupos de albergue y rescate de animales
- ▶ Clubes de senderismo
- ▶ Jardines comunitarios
- ▶ Grupos de fe
- ▶ Grupos de agricultura, como 4H
- ▶ Grupos de costura/tejido/crochet/manualidades
- ▶ Grupos de cocina o intercambio de recetas
- ▶ Clubes de lectura

- ▶ Programas o apoyo entre pares/homólogos
- ▶ Grupos de ciclismo o trote
- ▶ Cuentacuentos
- ▶ Corales
- ▶ Grupos de danza y teatro
- ▶ Grupos de arte
- ▶ Grupos de música
- ▶ Grupos de juegos de video
- ▶ Terapia con animales
- ▶ Círculos de percusión
- ▶ Grupos de activismo comunitario
- ▶ Sindicatos
- ▶ Organizadores de justicia en la vivienda y para los inquilinos

Concluye la conversación enfatizando el hecho de que la comunidad es un elemento clave en la sanación tras incidentes de violencia sexual y las ideas comunitarias deben ser pertinentes y adecuadas para tus comunidades geográficas y culturales, no deben ser una apropiación.



CONCLUSIÓN Concluye esta lección con un ejercicio para que el grupo se centre o con las instrucciones para la reflexión escrita a continuación:

- ▶ ¿Cuál es un grupo u organización en tu comunidad (que no sea otra institución de respuesta ante la violencia sexual) con la que deseas fortalecer tu vínculo como intercesor? ¿Qué medidas tangibles puedes tomar dentro de la próxima semana para fortalecer tu vínculo con ese grupo? ¿Dentro del próximo mes? ¿Dentro de los próximos seis meses? ¿Dentro del próximo año?

NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 9.3 CERRANDO EL CÍRCULO

- ▶ Los facilitadores harán una actividad de conclusión para el grupo en colectivo para finalizar la serie de capacitaciones. Si esta actividad no es el final de la capacitación (por ejemplo, si se ha agregado o eliminado contenido), cambia esta lección al lugar adecuado del cronograma.
 - » En el caso de la capacitación en persona, los facilitadores pudieran propiciar un diálogo en colectivo con las preguntas sugeridas en la lección, o pueden hacer una actividad con notas autoadhesivas como las de la lección 4.5, “Cómo el abuso sexual en la infancia afecta las relaciones, consulta a medio camino”.
 - » En el caso de la capacitación virtual, los facilitadores pudieran propiciar un diálogo en colectivo o usar una plataforma virtual como Menti-meter (la cual tiene una suscripción básica gratis) u otra herramienta de encuestas en vivo y hacer las preguntas sugeridas en el módulo. Los facilitadores deberían adaptar las preguntas a su estilo de capacitación y a las necesidades de los participantes.



- » Los facilitadores pudieran concluir la capacitación con una celebración y agradecimiento a los alumnos por su participación. Si buscas inspiración e ideas para concluir la capacitación, consulta la sección de “Apoyo organizacional para la capacitación en intercesoría” del [“Manual de capacitación: fundamentos de la intercesoría”](#) del Proyecto de Recursos Compartidos y el National Sexual Violence Resource Center (Centro nacional de recursos sobre la violencia sexual).
- ▶ La capacitación se concluirá con una evaluación de parte de los participantes. Los facilitadores pudieran utilizar la evaluación que se encuentra en la página 31 del [“Manual de capacitación: fundamentos de la intercesoría”](#) u otro método de evaluación que se ajuste a sus necesidades, como, por ejemplo, una encuesta o entrevistas a los participantes, presentadores invitados, intérpretes y todos los demás involucrados después de la capacitación.

Lección 9.3 Cerrando el círculo

Tiempo estimado: Hora y media



DIÁLOGO EN COLECTIVO Felicita a los participantes por haber completado la capacitación. Facilita un diálogo en colectivo con las siguientes preguntas:

- ▶ ¿Cuáles son las conclusiones más importantes que te llevarás de esta capacitación?
- ▶ ¿Cuáles fueron algunas cosas que aprendiste?
- ▶ ¿Qué cosas te siguen dando curiosidad y deseas aprender más al respecto?
- ▶ Comenta por lo menos una cosa que aprendiste durante la capacitación que deseas implementar en tu programa.

Los facilitadores pudieran tomar apuntes durante este diálogo, bien sea para que los participantes los vean o para consumo propio, como parte de la evaluación de la capacitación.



DOCUMENTO Antes de concluir la capacitación, asegúrate de repartir la evaluación.

OPORTUNIDADES PARA PROFUNDIZAR EL APRENDIZAJE ACERCA DE LA CREACIÓN DE UNA COMUNIDAD COMO PARTE DE LA SANACIÓN

[How Does Cultural Appropriation Affect Rural Sexual Assault Services? \(¿Cómo afecta la apropiación cultural a los servicios ante la agresión sexual en zonas rurales?\)](#)
por el Proyecto de Recursos Compartidos

[Visualizando nuestros programas como espacios de la comunidad: cómo fomentar la participación de la comunidad en los programas rurales \(primera parte\)](#) por el Proyecto de Recursos Compartidos



[Los jóvenes como nuestros líderes, ahora y en el futuro: cómo fomentar la participación de la comunidad en los programas rurales \(segunda parte\)](#) por Engaging Voices y el Proyecto de Recursos Compartidos

[Pods and Pod Mapping Worksheet \(Hoja de trabajo acerca de unidades/burbujas sociales y sus estructuras y conexiones\)](#) por Mia Mingus para el Bay Area Transformative Justice Collective

[Advice for Muslim & South Asian Survivors \(Consejos para sobrevivientes musulmanes y del sur asiático\)](#) por Sobia S., estudiante sobreviviente, Equal Right Advocates

[Love WITH Accountability: Digging Up the Roots of Child Sexual Abuse \(Amor CON responsabilidad: desenterrando las raíces del abuso sexual en la infancia\)](#) editado por Aishah Shahidah Simmons

[Cómo compartir tu voz a través del activismo | una entrevista de "Forjando la resiliencia" con Aishah Shahidah Simmons](#) por el Proyecto de Recursos Compartidos

[Arte para nutrir el ser | una entrevista de "Forjando la resiliencia" con Mel Phillips](#), por el Proyecto de Recursos Compartidos.

Esta página se dejó en blanco intencionalmente

CONCLUSIÓN

La intercesoría es un arte, más que una ciencia. Los excelentes intercesores incorporan su curiosidad y compasión en cada interacción con un sobreviviente y usan sus habilidades para ayudar a cada sobreviviente a trazar un camino personal y único hacia la sanación. Pero, los intercesores son buenos en la misma medida en que lo son las organizaciones que los desarrollan. En esta comunidad de aprendizaje que forjaste con otros intercesores, has explorado las realidades del abuso sexual en la infancia y las maneras en que los sobrevivientes sobrellevan la situación en la edad adulta. Les has enseñado acerca de cómo el abuso sexual en la infancia afecta el cuerpo y los vínculos. Ahora, tienes una visión colectiva sobre la sanación y un entendimiento compartido de cómo los intercesores pueden apoyar la sanación de los sobrevivientes. Esta visión de la sanación incluye el cuerpo, la sexualidad, la espiritualidad, la cultura y la comunidad.

A medida que los intercesores regresan a sus labores después de esta capacitación, recuerda que el desarrollo total de las habilidades y fortalezas de los intercesores requiere un apoyo continuo, compasivo y creativo. Estos recursos te ayudarán a mantener tu comunidad de aprendizaje acerca de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia ahora y en el futuro:

“La cultura de la atención integral: una guía para los programas de servicio ante la agresión sexual” por el Proyecto de Recursos Compartidos y el National Sexual Violence Resource Center (Centro nacional de recursos sobre la violencia sexual).

- ▶ [“El cambio comienza desde adentro: cómo fortalecer los servicios a través de la supervisión”](#) por el Proyecto de Recursos Compartidos y el National Sexual Violence Resource Center (Centro nacional de recursos sobre la violencia sexual).
- ▶ [“Servicios holísticos de sanación para los sobrevivientes”](#) por el Proyecto de Recursos Compartidos
- ▶ [“Visualiza tu programa: cómo planificar para el crecimiento de tu organización”](#) por el Proyecto de Recursos Compartidos y el National Sexual Violence Resource Center (Centro nacional de recursos sobre la violencia sexual).

- ▶ [“Cómo fortalecer nuestra práctica: Las diez fortalezas esenciales de los intercesores de víctimas de violencia sexual en agencias duales/multiservicio”](#) por el Proyecto de Recursos Compartidos

[En nuestra página de materiales “Forjando la resiliencia”](#), hay muchos recursos para profundizar tu aprendizaje acerca del abuso sexual en la infancia y ayudar a los intercesores a ampliar sus habilidades. Puedes ver la serie completa de conversaciones, aprender cómo apoyar a los adultos sobrevivientes de abuso sexual en la infancia en los refugios, explorar un conjunto de herramientas acerca de la salud mental y el consumo de sustancia e incluso encontrar materiales que los sobrevivientes pueden utilizar en su sanación.

Respira profundo.

Eres valorado(a).

Tu compasión y creatividad ayudan a sanar a las personas.

Descansa.

GLOSARIO DE TÉRMINOS: LAS REALIDADES DEL ABUSO SEXUAL EN LA INFANCIA

GLOSARIO DE TÉRMINOS: LECCIÓN 1.2

En la tabla se encuentran los términos para la actividad “Glosario de términos: lección 1.2” en la página XX. Aunque se incluyen las definiciones y justificaciones antes de cada término, se recomienda altamente a los facilitadores modificarlas de modo que satisfagan y reflejen las necesidades culturales de sus comunidades.

TÉRMINO	DEFINICIÓN	JUSTIFICACIÓN
Capacitismo	El capacitismo es un conjunto de creencias o prácticas que menosprecian y discriminan a las personas con discapacidades físicas, intelectuales o psiquiátricas y, frecuentemente, se fundamenta en la suposición de que es necesario “arreglar” de alguna manera u otra a las personas discapacitadas (Center for Disability Rights, 2023).	Supone que se valora más a las personas sin discapacidades; incluye diferentes tipos de discapacidades en la definición.

TÉRMINO	DEFINICIÓN	JUSTIFICACIÓN
Rendición de cuentas / responsabilidad	“...La intención detrás de la rendición de cuentas/ responsabilidad no es avergonzar, culpar ni castigar, sino crecer, aprender y atender. No queremos responder al daño, queremos cambiar las condiciones que permiten que ocurra ese daño” (Rad HR, 2022).	Explica la intención y los objetivos de la rendición de cuentas/ responsabilidad (por ejemplo: cambiar las condiciones que permitieron que ocurriera el daño).
Anti-negritud	La discriminación, violencia y daños particulares que se imponen y afectan específicamente a las personas negras (Movement for Black Lives, 2023).	Incluye violencia, daño y discriminación, que son cosas diferentes, pero se relacionan entre sí y pueden identificarse en situaciones dentro de los sistemas y en la comunidad.

TÉRMINO	DEFINICIÓN	JUSTIFICACIÓN
Anti-indigeneidad	Intenciones claras de asimilar o eliminar a las personas indígenas; el foco de la anti-indigeneidad se opone a la autodeterminación, la autonomía política y cultural y el derecho de mantener, utilizar y proteger los territorios y recursos tradicionales (The Anti-Indigenous Handbook [El manual de anti-indigeneidad] 25 de septiembre de 2020, por Tristan Ahtone).	Incluye las diferentes maneras en que se lleva a cabo el genocidio de las personas indígenas (eliminación de la autodeterminación política, cultural y territorial), que van más allá del exterminio físico de las comunidades. También incluye la autonomía de la tierra y los recursos, lo cual impulsa la conversación de cómo la propiedad de tierras se relaciona con la colonización.
Abuso sexual en la infancia	Violencia sexual contra menores de edad (Proyecto de Recursos Compartidos, 2023).	Esta definición es suficientemente amplia para incluir varios tipos de conductas o comportamientos.

TÉRMINO	DEFINICIÓN	JUSTIFICACIÓN
Cissexismo	La creencia o suposición de que la identidad, expresión y manifestaciones de género de las personas cis son más naturales y legítimas que las de las personas trans (Outspoken: A Decade of Transgender Activism and Trans Feminism [Hablando con franqueza: una década de activismo y feminismo trans] por Julia Serano, 2016)	El concepto de cissexismo es mejor conocido como “transfobia” pero se eligió esta definición porque pone la responsabilidad de la discriminación, el sesgo y el mantenimiento de sistemas de opresión en los que tienen poder, que en este caso son los individuos cisgénero, es decir, las personas que se identifican con el género asignado al nacer.

TÉRMINO	DEFINICIÓN	JUSTIFICACIÓN
Colonización	“La colonización se puede definir como un tipo de invasión, desahucio y sometimiento de un pueblo. No es necesario que la invasión sea de índole militar; puede comenzar o continuar como la intrusión geográfica manifestada como transgresiones agrícolas, urbanas o industriales. El resultado de esta intrusión es el despojamiento de enormes extensiones de tierra de sus habitantes originarios. Con frecuencia, esto se legaliza después de sucedido. El resultado a largo plazo de este despojamiento masivo es la desigualdad institucionalizada. La relación entre colonizador/ colonizados es intrínsecamente desigual, dado que beneficia al colonizador a expensas del colonizado” (Racial Equity Tools, 2020).	Incluye la relación entre colonizador y los colonizados; incluye el despojamiento de recursos y que la colonización a menudo la legaliza el gobierno colonizador.

TÉRMINO	DEFINICIÓN	JUSTIFICACIÓN
Sobrellevar una situación	Soportar e intentar superar problemas y dificultades (Diccionario Merriam-Webster, 2023).	Describe el término de manera neutral, sin mencionar si el intento resuelve la situación
Captación de menores	A grandes rasgos, se refiere a las conductas y tácticas que los individuos que hacen daño* utilizan para manipular a los menores, sus cuidadores y su entorno a fin de facilitar el abuso sexual a la vez que reducen la posibilidad de detección o divulgación de los actos (Red-Flag Sexual Grooming Behaviors [Identificación de conductas preocupantes de captación sexual] Psychology Today, 2023). Se ha cambiado la frase que tiene un asterisco en esta definición para su uso con este plan de estudios.	Describe el proceso de captación que no se limita únicamente al sobreviviente sino a otras personas que lo rodean también.

TÉRMINO	DEFINICIÓN	JUSTIFICACIÓN
Daño o sufrimiento	Lesión o daño físico o mental; algo que lastima, destruye, menosprecia o atenta contra el éxito de alguien o algo (Diccionario Britannica, 2023).	Describe el término de manera amplia y no incluye la intención de ninguno de los involucrados.
Persona que hace daño	Una persona que hace o causa daños (Proyecto de Recursos Compartidos, 2023).	También conocido como “agresor”, “abusador” o persona que hizo daño. Una manera amplia de describir el término de modo que no se limite el diálogo a solo hablar de abuso sexual; también puede incluir captación, manipulación, etc. Usar la frase “persona que causó el daño” puede reforzar la idea del lenguaje centrado en la persona.

TÉRMINO	DEFINICIÓN	JUSTIFICACIÓN
Sanación	Sanación significa atender las distintas partes del ser que han resultado perturbadas por el trauma: físico, emocional, social, mental, espiritual y más. La sanación toma tiempo. Las necesidades de cada persona son únicas según su experiencia y pudieran cambiar con el tiempo (Servicios sanadores para sobrevivientes de abuso sexual en la infancia, un curso para administradores SASP, Proyecto de Recursos Compartidos, 2021).	Incluye las áreas específicas de sufrimiento y sanación que se abordan en este plan de estudios.

TÉRMINO	DEFINICIÓN	JUSTIFICACIÓN
Heterosexismo	<p>El heterosexismo (a veces denominado “homofobia”) se define como: “la marginación u opresión de lesbianas, personas gay, bisexuales, queer o asexuales, sustentada en la creencia de que la heterosexualidad es la norma”. Esto significa que el heterosexismo se fundamenta en la idea de que las relaciones y sentimientos románticos o sexuales entre un hombre y una mujer son aceptables y que las demás relaciones o sentimientos son inaceptables o que existen “fuera de la norma” (What is Heterosexism and What can I do about it? [¿Qué es el heterosexismo y qué puedo hacer al respecto?], Anti-Defamation League, 2019).</p>	<p>Resalta cuáles relaciones se consideran “dentro de la norma”; se eligió esta definición porque pone la responsabilidad del sesgo, la discriminación y el mantenimiento de sistemas de opresión en las personas con poder, en este caso, las personas heterosexuales.</p>

TÉRMINO	DEFINICIÓN	JUSTIFICACIÓN
Incesto	Abuso sexual que un pariente comete contra otro. También conocido como abuso sexual intrafamiliar; el incesto lo puede cometer un padre/ madre, hermano(a), otro pariente o una persona sin vínculo familiar que viva o se considere parte de la familia (Glosario de la Coalición contra la agresión sexual en Minnesota, 2023).	Esta definición es suficientemente amplia e incluye parejas de hecho de parientes que, técnicamente, no son parientes, así como otros individuos que se consideren parte de la familia sin ningún tipo de vínculo legal.

TÉRMINO	DEFINICIÓN	JUSTIFICACIÓN
Salud mental	“La salud mental incluye nuestro bienestar emocional, psicológico y social. Afecta cómo pensamos, sentimos y actuamos. También ayuda a determinar cómo manejamos el estrés, cómo nos relacionamos con los demás, y cómo tomamos... decisiones” (Ni dañados, ni destruidos: explorando la salud mental y el consumo de sustancias con sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia”, Proyecto de Recursos Compartidos, 2021).	Es una definición inclusiva que abarca pensamientos, sentimientos, estrés y la toma de decisiones.

TÉRMINO	DEFINICIÓN	JUSTIFICACIÓN
Opresión	El uso del poder para marginar, silenciar o, de alguna forma, subordinar a un grupo social, frecuentemente para ampliar el privilegio de la persona o grupo opresor y/o dominante. Opresión = prejuicio + poder (Servicios sanadores para sobrevivientes de abuso sexual en la infancia, un curso para administradores SASP, por el Proyecto de Recursos Compartidos, 2021).	Incluye poder y privilegio en la definición.

TÉRMINO	DEFINICIÓN	JUSTIFICACIÓN
Poder	(A) La habilidad de nombrar o definir. (B) La habilidad de decidir. (C) La habilidad de fijar reglas, estándares o políticas. (D) La habilidad de cambiar reglas, estándares o políticas al servicio de tus necesidades, voluntad y deseos. (E) La habilidad de influenciar a personas con poder de decisión para que elijan a favor de tu causa, interés o inquietud. Cada una de estas definiciones puede manifestarse a nivel personal, social, institucional o estructural (Racial Equity Tools, 2020).	Define todas las maneras en que se utiliza el poder a distintos niveles, tanto dentro como fuera de los sistemas formales.

TÉRMINO	DEFINICIÓN	JUSTIFICACIÓN
Racismo	<p>Racismo = prejuicio racial + poder social e institucional</p> <p>Racismo = un sistema de ventajas basado en la raza</p> <p>Racismo = un sistema de opresión basado en la raza</p> <p>Racismo = un sistema de supremacía blanca</p> <p>El racismo es algo distinto al prejuicio, odio o discriminación racial. El racismo es cuando la élite poderosa de un grupo, el grupo blanco, tiene el poder de discriminar sistemáticamente a través de las políticas y prácticas institucionales de la sociedad, a la vez que influyen sobre las creencias y valores culturales que apoyan dichas políticas y prácticas racistas (Dismantling Racism Works [Desmantelar el racismo funciona] libro web de actividades, 2021).</p>	<p>Incluye poder, políticas, sistemas, blancura y prácticas; demuestra cómo estos conceptos trabajan en conjunto para perpetuar el racismo.</p>

TÉRMINO	DEFINICIÓN	JUSTIFICACIÓN
Sexismo	El sexismo es el prejuicio y la discriminación contra las personas debido a su sexo o género (Medical News Today, 2021).	Aunque esta definición se eligió por ser amplia, es importante destacar que el sexismo también incluye la creencia o suposición de que los hombres valen más que las personas de otros géneros.
Detonantes	Una señal emocional o del entorno vinculada con el trauma (por ejemplo: un sonido, sensación o emoción). La experiencia de sucumbir ante un detonante quizá genere los sentimientos de miedo, impotencia o desesperanza que surgieron durante el incidente de violencia sexual (Intercesoría en zonas rurales a través de la óptica de sanación, Proyecto de Recursos Compartidos, 2023).	Incluye varias cosas que pudieran ser detonantes y las emociones suscitadas.

TÉRMINO	DEFINICIÓN	JUSTIFICACIÓN
Violencia	“El uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad...” (Organización Mundial de la Salud, 2002).	Incluye el uso intencional del poder (en vez de enfocarse en las intenciones de quienes tienen el poder) e incluye comunidades, no solo personas.

**INSTRUCCIONES PARA
EL SOBREVIVIENTE -
CONVERSACIÓN #1:**

observa y apacigua al intercesor.

Sobreviviente

**INSTRUCCIONES PARA EL
SOBREVIVIENTE:
CONVERSACIÓN #2:**

habla acerca de la última vez que fuiste al supermercado. Habla de manera desordenada, al estilo “corriente de conciencia” ... No hables acerca de tus sentimientos, salvo cómo te sentiste en el supermercado.

Sobreviviente

**INSTRUCCIONES PARA EL
SOBREVIVIENTE:
CONVERSACIÓN #3:**

todo lo que la otra persona te dice quizá no sea cierto, a excepción de cuando les haces una pregunta en la que solo se puede responder “sí” o “no”.

Sobreviviente

**INSTRUCCIONES PARA EL
SOBREVIVIENTE:
CONVERSACIÓN #4:**

estás impaciente y sientes frustración y quieres terminar la conversación tan pronto sea posible.

Sobreviviente

<p>INSTRUCCIONES PARA EL INTERCESOR CONVERSACIÓN #1:</p> <p>tienes 10 minutos para determinar lo que el sobreviviente necesita del supermercado y regresar a la oficina para tu siguiente reunión.</p>	<p>Intercesor</p>
<p>INSTRUCCIONES PARA EL INTERCESOR CONVERSACIÓN #2:</p> <p>solo tienes 10 minutos para hablar con el sobreviviente y averiguar cómo se siente hoy.</p>	<p>Intercesor</p>
<p>INSTRUCCIONES PARA EL INTERCESOR CONVERSACIÓN #3:</p> <p>tienes 10 minutos para explicarle al sobreviviente lo que te gusta de hacer compras en el supermercado.</p>	<p>Intercesor</p>
<p>INSTRUCCIONES PARA EL INTERCESOR CONVERSACIÓN #4:</p> <p>tienes 10 minutos para que la persona te cuente sus sueños y esperanzas.</p>	<p>Intercesor</p>

UNA VISIÓN PARA LA SANACIÓN: SITUACIONES DE PUNTOS DE DECISIÓN

COPIA DEL FACILITADOR

Por favor, ten en cuenta que las situaciones a continuación tienen las secciones “¿Por qué esta situación?” y “Contexto” para cada situación. Estos son apuntes para explicar al facilitador por qué se eligieron estas situaciones y **NO SE LES DEBEN REPARTIR A LOS PARTICIPANTES DE LA CAPACITACIÓN**. Los facilitadores deben crear e imprimir documentos aparte que solo contengan el texto de las situaciones; estas copias son las que repartirán a los participantes durante la capacitación.

Hay copias imprimibles de las situaciones para los participantes en la página xxxi.

Situación #1:

Alma, una persona latine de treinta y tantos años, llega a tu oficina para una cita de intercesoría; llamó a la línea directa hace un par de noches y decidió venir en persona a hablar más. Alma te dice que alguien “se metió con elle” cuando era niño. Ha estado sintiendo dolor en el abdomen y su médico de cabecera le refirió con un ginecólogo para hacerse más pruebas. Alma te dice que nunca ha ido al ginecólogo porque no puede soportar siquiera imaginarse que alguien le mire o le toque “allá abajo”. Intentó llamar a la oficina del ginecólogo pero siente pánico cada vez y cuelga la llamada. A medida que vas conociendo más a Alma, te enteras de que es muy active en su iglesia y le encanta la jardinería (¡incluso te da algunos consejos para el jardín de la oficina!).

¿Por qué esta situación?

A veces, los intercesores tratan de definir las experiencias de los sobrevivientes (por ejemplo ¿qué quiere decir Alma cuando dice que alguien “se metió con elle”?) en vez de enfocarse en el hecho de que alguien está tratando de comunicarse. También es importante que los intercesores puedan reconocer, sentirse cómodos y utilizar los pronombres (en esta situación, la persona utiliza el pronombre de género “elle”) que coinciden con la identidad de género de la persona. Los intercesores también deben darse cuenta de la importancia que tienen las líneas de ayuda como un servicio que los sobrevivientes pueden acceder independientemente de la distancia, de manera anónima y en cualquier momento. Por último, los intercesores deben poder identificar las oportunidades para brindar intercesoría médica a los sobrevivientes, más allá de un examen médico forense.

Por favor, ten en cuenta que se usó el término “latine” en esta situación para incluir a los géneros no binarios. Si deseas más información acerca de este tema, consulta el artículo [“Latino, Latinx, Hispanic or Latine? Which Term Should You Use?”](#) por [Vanesha McGee \(Best Colleges\)](#).

Contexto

Alma es una persona latine, de género no binario y sus identidades pudieran afectar su experiencia de violencia sexual y otras experiencias vividas (por ejemplo: racismo y cissexismo; las personas latines y no binarias sufren mayores índices de violencia sexual). Elle también mencionó expresamente algo que pudiera ser parte de su estrategia de sanación (la jardinería). Alma dijo, además, que siente ansiedad en torno a la atención médica, que es otro punto de decisión y, potencialmente, un espacio para brindar intercesoría (por ejemplo: hacer una cita o no, ir con Alma a la cita, estar al teléfono mientras se programan las citas, ensayar antes de ir a la cita, utilizar la guía de intercesoría médica para sobrevivientes, hacer seguimiento de la cita, etc.)

Situación #2:

Lucy es una mujer de 43 años que fue abusada sexualmente por su padre, Mike. Lucy nunca le dijo esto a nadie. Hasta hace poco, sentía que el abuso no estaba afectándola en su vida diaria y pensó que lo había superado. Recientemente, Tiffany, la sobrina de 13 años de Lucy, reveló que Mike había abusado sexualmente de ella también. Tiffany y sus padres no están enojados con Lucy; Lucy y su novia, Melinda, han sido una fuente de apoyo importante para Tiffany. Sin embargo, Lucy se siente angustiada por la culpa y la vergüenza. Mientras hablas con Lucy, te das cuenta de que tiene cortadas recientes en los brazos. Lucy reconoce las cortadas, se sonroja y dice “bueno, supongo que es lo que merezco”. Tiffany y sus padres están recibiendo apoyo de parte de uno de tus compañeros de trabajo, mientras que tú prestas servicios a Lucy.

¿Por qué esta situación?

Los intercesores deben entender que este dolor pudiera estar manifestándose intensamente para Lucy por varias razones, pero, en concreto, 1) nunca habló al respecto y 2) la persona que lastimó a Lucy también lastimó a alguien cercano a ella. Este dolor también será algo muy íntimo para ella y su familia porque uno de sus padres la lastimó; es una persona con quien probablemente vivía, de quien dependía y en quien confiaba. Los intercesores a menudo juzgan a las personas que sobrellevan situaciones con mecanismos con los que no están de acuerdo y pudieran decir que la solución es que Lucy deje de cortarse en vez de explorar lo que ese mecanismo le brinda a la sobreviviente.

Contexto

Los tipos de opresión que enfrenta Lucy pudieran afectar su experiencia de violencia sexual y otras experiencias vividas (por ejemplo: el sexismo y el heterosexismo; las mujeres queer sufren mayores índices de violencia sexual). Lucy nunca le ha dicho nada a nadie; es posible que frecuentemente se sienta retraumatizada y pudiera estar revelando lo que le sucedió y procesando las diferentes partes de su trauma por primera vez. Debido a que la persona que abusó de Lucy fue uno de sus padres, es posible que otras personas cercanas la hayan culpado por lo sucedido (por ejemplo: pueden haberla culpado por no hablar o pueden haberla acusado de mentir acerca de lo que pasó). Lucy también se culpa a sí misma de lo sucedido y este pudiera ser un espacio para la intercesoría (por ejemplo, el intercesor pudiera mencionar que “la única persona responsable del abuso sexual es la persona que perpetró el abuso”, “los menores de edad son objeto de abuso porque se considera que tienen menos credibilidad, más accesibles y vulnerables”). Lucy también se está autolesionando, lo cual pudiera ser un espacio de curiosidad para el intercesor (por ejemplo: “¿cuál es el propósito de hacer eso? ¿cuándo te hace sentir bien esa conducta? ¿cuándo ha sido perjudicial esa conducta para ti?”), así como una oportunidad de conectar al sobreviviente con recursos, planificar en torno a los detonantes, afinar los mecanismos para sobrellevar situaciones y las destrezas para centrarse. Lucy también pareciera contar con algunas personas de apoyo en su vida, una de las cuales ha pasado por una situación similar (por ejemplo: Tiffany y su pareja, Melinda).

Situación #3:

Devon, un hombre afroamericano de unos 40 años, te llama en la línea directa luego de un recuerdo recurrente. Ha sido cliente del centro por largo tiempo y ocasionalmente llama a la línea directa. Por experiencia con Devon, sabes que él sufrió años de abuso sexual a manos de su ahora fallecido abuelo. No menciona nada específico acerca del abuso en esta llamada, solo el recuerdo recurrente y lo asustado que se siente ahora mismo. Devon sufre de migrañas y de la enfermedad de Crohn, un trastorno gastrointestinal crónico. Hoy, se asustó mucho tras el recuerdo recurrente y no logró calmarse. Te dice, “No se detiene, no se detiene. Por favor, haz que se detenga...” No se siente seguro y teme moverse de la silla en la que se encuentra actualmente. No se ha movido de la silla durante 3 horas, pese a que debe tomarse un medicamento. Ha intentado rezar y trató de comunicarse con la diácono de su iglesia, quien siempre lo puede calmar y hacerlo sentir seguro, pero no respondió el teléfono.

¿Por qué esta situación?

Los intercesores deben recordar que la intercesoría es un recurso renovable que los sobrevivientes deben poder utilizar cuando lo necesiten, incluso si ya estaban recibiendo ciertos servicios. Además, los intercesores tienden a enfocarse en las soluciones legales y tangibles disponibles, específicamente cómo castigar a la persona que le hizo daño al sobreviviente. La persona de la situación de Devon ya no vive, así que gran parte de la intercesoría con él puede enfocarse en su sanación a largo plazo y en la planificación de su seguridad/su reacción ante detonantes. Por último, los

intercesores pudieran enfocarse en lograr que el sobreviviente tome sus medicamentos como primer paso. Es importante que los intercesores ayuden a Devon a identificar sus opciones y no tratar de evaluarlo rápidamente ni encargarse de priorizarle sus necesidades.

Contexto

Devon es un hombre afroamericano y los tipos de opresión que ha vivido pudieran afectar su experiencia de violencia sexual y otras experiencias vividas (por ejemplo: anti-negritud, racismo; los hombres negros sufren altas tasas de violencia sexual y a su vez, la sociedad los hipersexualiza y los percibe como agresores sexuales). Devon también tiene una discapacidad que pudiera afectar su habilidad de sortear los sistemas, específicamente el sistema de salud. Devon ya intentó usar uno de sus mecanismos para sobrellevar situaciones (orar) y ha acudido a un sistema de apoyo (la diácono); los intercesores pueden explorar un plan de seguridad diferente con él (por ejemplo, decir “estoy aquí para hablarte si quieres, pero ¿hay alguien más en quien confíes que pudiera ayudar a calmarte?” “¿Qué ha hecho tu diácono en el pasado para ayudar a calmarte? “¿quisieras intentar eso ahora?”) y ayudarlo en ese momento con algunas técnicas para centrarse. Estos apoyos también señalan que la espiritualidad es una parte importante de su recorrido hacia la sanación.

Esta también pudiera ser una oportunidad para dar validez a los sentimientos de Devon cuando sucumbe ante detonantes e identificar momentos de decisión que puede tomar mientras está sentado en una silla (“¿Te sientes mejor manteniendo los ojos abiertos o cerrados?” “¿Te ayudaría hacer un ejercicio de respiración juntos?” “¿Qué puedo hacer en este momento para ayudarte?” ¿Te ayudaría que nos enfocamos en otra cosa?”

Situación #4:

John es un hombre indígena de 29 años; es un entrenador de fútbol de preparatoria muy querido y se esmera en ser mentor de jóvenes varones en tu comunidad. Una noche, mientras estabas haciendo una suplencia atendiendo la línea de ayuda de tu agencia, recibes una llamada de John. Te dice que está en la cárcel. Te dice que, mientras estaba en una actividad de recaudación de fondos para el equipo con algunos de los otros entrenadores, alguien le tomó una foto sin pedirle permiso, y “perdí el control”. Te dice que golpeó a la persona varias veces antes de darse cuenta de lo que estaba haciendo. “No recuerdo haberlo golpeado ni haber dejado de golpearlo”, dice y agrega que siempre detestó que le tomaran fotos. Después de unos momentos en silencio, dice “Creo que tiene que ver con el hecho de que, cuando era niño, mi entrenador nos tomaba fotos en el baño. No sé”. Te asegura que el entrenador no lo tocó, pero cree que además de las fotos, el entrenador grabó algunos videos de John y de otro de sus compañeros de equipo en la ducha. Después de escuchar un poco más, John te dice que simplemente quiere regresar a casa esa misma noche porque está preocupado por su esposa, quien está a punto de tener su primer hijo, y por perder su trabajo

¿Por qué esta situación?

Los programas de intercesoría a menudo no saben cómo brindar apoyo directo a los sobrevivientes recluidos, pese a que 1) muchas personas recluidas han vivido incidentes de violencia sexual y 2) muchas personas vivirán incidentes de violencia sexual mientras están recluidas. Adicionalmente, muchos programas no tienen el

conocimiento, ni el apoyo o la infraestructura para interceder por las personas recluidas. Los programas deben establecer políticas y procedimientos para interceder por los reclusos en cárceles cercanas. Esta situación también ejemplifica uno de los resultados de la vía directa del abuso sexual hacia la prisión. Es posible que los intercesores tengan sesgos respecto a los reclusos y aquellos que están en prisión por haber hecho algún tipo de daño sexual. Por lo tanto, los intercesores deben estar conscientes de estos sesgos y recordar que deben brindar apoyo, independiente de dónde se encuentre el sobreviviente en su comunidad. También es importante que los intercesores puedan identificar y apoyar a los sobrevivientes que han vivido incidentes de violencia sexual sin contacto.

Contexto

Los tipos de opresión que John enfrenta podrían afectar su experiencia de violencia sexual y otras experiencias vividas (por ejemplo: anti-indigeneidad, racismo; a los hombres indígenas son se les percibe como agresores sexuales, pese a que sufren altos índices de violencia sexual; los hombres indígenas son recluidos en alta proporción). También pudiera existir la oportunidad de hablar con John acerca de las reacciones traumáticas ante la violencia sexual (por ejemplo: “parece que tu respuesta de lucha se activó”), dar validez a lo que siente, así como espacio para procesar su experiencia mientras está al teléfono. Asimismo, los sobrevivientes recluidos cuentan con opciones limitadas, por lo que es importante que los intercesores sean creativos con las opciones que le brindan a John (“¿Quieres pensar en personas que puedan ir a ver cómo está tu esposa?”) y también aclaren que sus opciones son limitadas y poco ideales (“Mientras estamos hablando por teléfono, dime, ¿qué puedo hacer para ayudarte?” “No creo que podrás irte esta noche. ¿Qué podemos hacer para ayudarte a regular tus emociones hasta que te pongan en libertad?”).

Situación #5:

Nour es una mujer de 82 años; su hijo la trae a tu oficina. En turco, le pide a su hijo que la espere afuera y te dice que quiere hablar de lo que le pasó cuando era niña. Hace años, cuando era niña, de camino a la escuela, una persona desconocida la agredió sexualmente. “Fue algo muy malo. Solo le dije a mi padre y a mi hermano lo que pasó. Mi padre hizo que nos fuéramos de Estambul poco después y mi hermano dijo que había sido mi culpa”. A Nour le encanta pasear en carro y caminar por su vecindario; ahora se le dificulta debido a la artritis. “Me siento muy sola ahora que no puedo caminar mucho ni ir al centro comunitario a hablar con mis vecinos”. Nour también te susurra que su hijo le roba dinero cuando ella no está en la casa que actualmente comparten. Nour te dice que no quiere pedirle a su hijo que se vaya, pero tampoco quiere que la siga robando.

¿Por qué esta situación?

A los programas que no son específicos para ciertas culturas frecuentemente les cuesta brindar servicios de interpretación y traducción como parte esencial de su programa (y del presupuesto de su programa). Debido a que Nour está sufriendo un daño actualmente (abuso del adulto mayor), tal vez los intercesores deseen enfocarse en las soluciones legales y tangibles a disposición, específicamente “cómo hacer que su hijo rinda cuentas ante el sistema legal penal” y “alejarse de él”. Algunos intercesores pudieran desear priorizar medidas respecto a los actos del hijo de Nour antes de ayudarla a identificar sus opciones y tomar la decisión más conveniente para ella. Muchos adultos mayores han vivido incidentes de abuso sexual en la infancia que siguen afectándolos durante toda la vida. Los intercesores deben proporcionar servicios independientemente de la etapa de la

vida en que alguien acuda a pedirlos. Es más, el trabajo de restaurar y fortalecer vínculos son habilidades de intercesoría que emplean un enfoque de sanación; sin embargo, a menudo no se valoran estas herramientas como parte de los servicios ante la violencia sexual.

Contexto

El tipo de opresión que enfrenta Nour pudiera afectar su experiencia de violencia sexual y otras experiencias vividas (racismo, sexismo, xenofobia, discriminación por edad, capacitismo; los sobrevivientes inmigrantes en particular sufren mayores índices de violencia sexual; es posible que su hijo esté viendo su deterioro físico como una oportunidad para robarle dinero). Esta pudiera ser una oportunidad para reforzar la idea de que, cuando era niña, no tenía opciones (el incidente de violencia sexual, emigrar a los EE.UU.), pero las decisiones que toma ahora contarán con el apoyo del intercesor (cómo manejar las interacciones en casa con su hijo, cuáles son los servicios de intercesoría a su disposición y el idioma en que los recibe, etc.) Nour también identificó algunas cosas que la ayudan a sobrellevar situaciones (por ejemplo: pasear en carro, caminar por el vecindario), así que los intercesores la pueden ayudar a determinar qué opciones de sanación le quedan, incluso con los cambios físicos y el avance de su discapacidad (“¿Qué te gusta de manejar?” “Leí en algún lado que nadar es un ejercicio menos intenso para las articulaciones. ¿Quisieras explorar esa opción?” “¿Tal vez pudiéramos determinar una manera de llevarte al centro comunitario un par de veces a la semana?”). Además, es turca, así que encontrar un espacio de sanación y puntos de decisión en torno a su cultura también pudiera ayudar. Nour también tiene opciones y quizá desee hablar de lo que puede hacer para planificar su seguridad y fijar límites con su hijo.

UNA VISIÓN PARA LA SANACIÓN: SITUACIONES DE PUNTOS DE DECISIÓN

COPIA DEL PARTICIPANTE

Situación #1:

Alma, una persona latine de treinta y tantos años, llega a tu oficina para una cita de intercesoría; llamó a la línea directa hace un par de noches y decidió venir en persona a hablar más. Alma te dice que alguien “se metió con elle” cuando era niño. Ha estado sintiendo dolor en el abdomen y su médico de cabecera le refirió con un ginecólogo para hacerse más pruebas. Alma te dice que nunca ha ido al ginecólogo porque no puede soportar siquiera imaginarse que alguien le mire o le toque “allá abajo”. Intentó llamar a la oficina del ginecólogo pero siente pánico cada vez y cuelga la llamada. A medida que vas conociendo más a Alma, te enteras de que es muy active en su iglesia y le encanta la jardinería (¡incluso te da algunos consejos para el jardín de la oficina!).

Situación #2:

Lucy es una mujer de 43 años que fue abusada sexualmente por su padre, Mike. Lucy nunca le dijo esto a nadie. Hasta hace poco, sentía que el abuso no estaba afectándola en su vida diaria y pensó que lo había superado. Recientemente, Tiffany, la sobrina de 13 años de Lucy, reveló que Mike había abusado sexualmente de ella también. Tiffany y sus padres no están enojados con Lucy; Lucy y su novia, Melinda, han sido una fuente de apoyo importante para Tiffany. Sin embargo, Lucy se siente angustiada por la culpa y la vergüenza. Mientras hablas con Lucy, te das cuenta de que tiene cortadas recientes en los brazos. Lucy reconoce las cortadas, se sonroja y dice “bueno, supongo que es lo que merezco”. Tiffany y sus padres están recibiendo apoyo de parte de uno de tus compañeros de trabajo, mientras que tú prestas servicios a Lucy.

Situación #3:

Devon, un hombre afroamericano de unos 40 años, te llama en la línea directa luego de un recuerdo recurrente. Ha sido cliente del centro por largo tiempo y ocasionalmente llama a la línea directa. Por experiencia con Devon, sabes que él sufrió años de abuso sexual a manos de su ahora fallecido abuelo. No menciona nada específico acerca del abuso en esta llamada, solo el recuerdo recurrente y lo asustado que se siente ahora mismo. Devon sufre de migrañas y de la enfermedad de Crohn, un trastorno gastrointestinal crónico. Hoy, se asustó mucho tras el recuerdo recurrente y no logró calmarse. Te dice, “No se detiene, no se detiene. Por favor, haz que se detenga...” No se siente seguro y teme moverse de la silla en la que se encuentra actualmente. No se ha movido de la silla durante 3 horas, pese a que debe tomarse un medicamento. Ha intentado rezar y trató de comunicarse con la diácono de su iglesia, quien siempre lo puede calmar y hacerlo sentir seguro, pero no respondió el teléfono.

Situación #4:

John es un hombre indígena de 29 años; es un entrenador de fútbol de preparatoria muy querido y se esmera en ser mentor de jóvenes varones en tu comunidad. Una noche, mientras estabas haciendo una suplencia atendiendo la línea de ayuda de tu agencia, recibes una llamada de John. Te dice que está en la cárcel. Te dice que, mientras estaba en una actividad de recaudación de fondos para el equipo con algunos de los otros entrenadores, alguien le tomó una foto sin pedirle permiso, y “perdí el control”. Te dice que golpeó a la persona varias veces antes de darse cuenta de lo que estaba haciendo. “No recuerdo haberlo golpeado ni haber dejado de golpearlo”, dice y agrega que siempre detestó que le tomaran fotos. Después de unos momentos en silencio, dice “Creo que tiene que ver con el hecho de que, cuando era niño, mi entrenador nos tomaba fotos en el baño. No sé”. Te asegura que el entrenador no lo tocó, pero cree que además de las fotos, el entrenador grabó algunos videos de John y de otro de sus compañeros de equipo en la ducha. Después de escuchar un poco más, John te dice que simplemente quiere regresar a casa esa misma noche porque está preocupado por su esposa, quien está a punto de tener su primer hijo, y por perder su trabajo.

Situación #5:

Nour es una mujer de 82 años; su hijo la trae a tu oficina. En turco, le pide a su hijo que la espere afuera y te dice que quiere hablar de lo que le pasó cuando era niña. Hace años, cuando era niña, de camino a la escuela, una persona desconocida la agredió sexualmente. “Fue algo muy malo. Solo le dije a mi padre y a mi hermano lo que pasó. Mi padre hizo que nos fuéramos de Estambul poco después y mi hermano dijo que había sido mi culpa”. A Nour le encanta pasear en carro y caminar por su vecindario; ahora se le dificulta debido a la artritis. “Me siento muy sola ahora que no puedo caminar mucho ni ir al centro comunitario a hablar con mis vecinos”. Nour también te susurra que su hijo le roba dinero cuando ella no está en la casa que actualmente comparten. Nour te dice que no quiere pedirle a su hijo que se vaya, pero tampoco quiere que la siga robando.

GLOSARIO DE TÉRMINOS: CÓMO INCORPORAR EL CUERPO EN LA SANACIÓN

PARA LA LECCIÓN 6.1 COMPRENSIÓN DEL TRAUMA Y LA DISOCIACIÓN

En la tabla aparecen los términos para la Actividad “Cómo incorporar el cuerpo en la sanación” de la lección 6.1, “Comprensión del trauma y la disociación” en la página XX. Aunque se incluyen las definiciones y justificaciones antes de cada término, se recomienda altamente a los facilitadores modificarlas de modo que satisfagan y reflejen las necesidades culturales de sus comunidades.

TÉRMINO	DEFINICIÓN	JUSTIFICACIÓN
Sintonía con el cuerpo	Se refiere a qué tan consciente estás de tu cuerpo, lo que conoces y lo que haces con y para tu cuerpo (Body Intelligence: A Guide to Self-Attunement [Inteligencia corporal: una guía a la sintonía con el propio cuerpo] , 2012).	Esta definición es la sensación de estar consciente y darte cuenta de los sentimientos y sensaciones en tu cuerpo.

TÉRMINO	DEFINICIÓN	JUSTIFICACIÓN
Trauma	<p>El trauma se define como una experiencia que causa un estrés abrumador. Al cuerpo y a la mente les cuesta sobrellevar un incidente traumático, no solo a nivel físico, sino también emocional, social y espiritual. “El trauma es una experiencia o serie de experiencias y/o impactos de condiciones sociales que quiebran o traicionan nuestra necesidad inherente de seguridad, un sentido de pertenencia y dignidad” (Haines, Staci, citada en una publicación del Proyecto de Recursos Compartidos, 2021).</p>	<p>Esta definición incluye estrés abrumador, cómo el trauma va más allá del estrés físico o emocional y cómo el trauma afecta varias áreas de la vida de las personas (la necesidad de tener seguridad, un sentido de pertenencia y dignidad).</p>

TÉRMINO	DEFINICIÓN	JUSTIFICACIÓN
Detonantes	Una señal emocional o del entorno vinculada con el trauma (por ejemplo: un sonido, sensación o emoción). La experiencia de sucumbir ante un detonante quizá genere los sentimientos de miedo, impotencia o desesperanza que surgieron durante el incidente de violencia sexual (Intercesoría en zonas rurales a través de la óptica de sanación, Proyecto de Recursos Compartidos, 2023).	Incluye varias cosas que pudieran ser detonantes y las emociones suscitadas.

TÉRMINO	DEFINICIÓN	JUSTIFICACIÓN
Trastorno de estrés postraumático (TEPT)	Un trastorno real que se desarrolla cuando una persona ha vivido o sido testigo de un incidente escalofriante, impactante, espantoso o peligroso. Estos incidentes estresantes o traumáticos generalmente involucran una situación que ha amenazado la vida o donde ha ocurrido una lesión grave. Los menores y adultos con TEPT pudieran sentir ansiedad o estrés incluso sin estar en una situación actual de peligro (SAMHSA, 2023).	Cabe destacar que el trastorno en sí es un diagnóstico médico; tener estrés postraumático es normal luego de un incidente traumático.

TÉRMINO	DEFINICIÓN	JUSTIFICACIÓN
Recuerdos recurrentes	Un recuerdo recurrente (flashback) es una experiencia potente en la que se vuelven a vivir algunos aspectos de un incidente traumático o se vuelve a sentir como si estuviera sucediendo en tiempo real. A veces, esto puede ser como ver un video de lo que pasó, pero los recuerdos recurrentes no siempre involucran imágenes ni volver a vivir incidentes de principio a fin (Mind, 2023).	Incluye traumas del pasado y la palabra “presente”; en vez de “daño percibido o algo que pareciera peligroso”, lo cual implica que lo que el sobreviviente está sintiendo no es real.

TÉRMINO	DEFINICIÓN	JUSTIFICACIÓN
Centrarse (conectarse con el presente o Grounding)	El concepto de “centrarse” se refiere al sentimiento de estar presentes y conectados con el aquí y ahora. El trauma puede hacer que los sobrevivientes se sientan desorientados en cuanto a tiempo y espacio o abrumados por sus emociones. Centrarse es útil cuando los sobrevivientes enfrentan algún factor detonante, lo cual los lleva a revivir partes de un incidente traumático. En ese momento, los sobrevivientes quedan atrapados en el pasado. Centrarse disminuye la angustia de los recuerdos recurrentes y ayuda a traer a los sobrevivientes de vuelta al presente. Además, es una herramienta útil que los sobrevivientes pueden emplear en situaciones de posibles detonantes (Proyecto de Recursos Compartidos, 2022).	Incluye sentirse presente y conectado y cómo la acción de centrarse (o conectar con el presente) tiene que ver con los detonantes.

LISTA DE REFERENCIAS CONSULTADAS PARA EL GLOSARIO (EN INGLÉS)

Gavin, Jim, 2012.

Resource Sharing Project, 2021. "Healing Services for Survivors of Adult Child Sexual Abuse, a course for SASP Administrators".

Resource Sharing Project, 2023. "Rural Advocacy Through a Healing Lens."

SAMHSA, 2023.

Mind, 2023.

Resource Sharing Project, 2022. "Advocacy Skills: Grounding".

NUESTROS VALORES SEXUALES COMO INTERCESORES

PARA LA LECCIÓN 7.2 “PROFUNDIZANDO NUESTRA COMPRENSIÓN”

Pensar en el sexo y la sexualidad puede hacernos sentir incomodidad, confusión y carga emocional. También puede ser placentero, entretenido, emocionante, esperanzador y lograr que ayudemos a las personas a sentir una conexión. Quizá sea una combinación de estas y otras emociones y estos sentimientos pudieran evolucionar durante la vida de la persona.

El propósito de esta evaluación es hacer introspección acerca de:

- ▶ ¿Qué factores influyen en lo que sientes y piensas acerca del sexo y la sexualidad?
- ▶ ¿Cuáles son tus creencias y actitudes fundamentales acerca de diferentes experiencias y situaciones sexuales? y
- ▶ ¿Cómo esas creencias y actitudes fundamentales pudieran afectar la intercesoría que brindas para ayudar a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia a sortear el sexo y la sexualidad?

Aunque esta no es una lista exhaustiva de preguntas, sirve como punto de partida para que los intercesores ante la violencia sexual analicen sus sentimientos y necesidades. Las primeras partes de la evaluación (secciones 1 y 2) se deben utilizar para la reflexión individual como intercesores. La última sección (sección 3) se puede compartir con los supervisores y organizaciones del intercesor a fin de evaluar su capacidad actual de apoyo a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia que deseen explorar su sexualidad.

Sección 1: Factores externos

El propósito de esta sección es evaluar la influencia de las creencias y actitudes fundamentales provenientes de áreas externas sobre tus ideas actuales acerca de actos sexuales. Por favor, escribe tus reflexiones respecto a estas preguntas en el espacio indicado.

Familia

En la familia con la que creciste ¿se hablaba de actos sexuales específicos que se consideraban “aceptables” e “inaceptables”?

Durante tu infancia ¿pasó algo que cambiara tu perspectiva sobre la sexualidad?

Describe cualquier diferencia que exista entre tus valores actuales acerca de los actos sexuales y los de tu familia.

▶ ¿En qué se parecen?

▶ ¿En qué difieren?



Grupo social

La(s) cultura(s) a la(s) que perteneces ¿influye(n) sobre tus actitudes/creencias respecto a los actos sexuales “aceptables” e “inaceptables”? Esto pudiera incluir las comunidades raciales, étnicas, nacionales, de fe/religiosas, queer/LGBTQ+ u otras comunidades con las que te identifiques.

- ▶ Si la respuesta es sí ¿de qué manera?

¿Ha pasado algo que te haya hecho desarrollar un conjunto de valores diferentes a los de tu(s) cultura(s)? Por favor, indica “sí” o “no”.

SÍ

NO

- ▶ Describe cualquier diferencia que exista entre tus valores actuales y los de tu cultura.

¿Tus amigos han influido en tus valores acerca de los actos sexuales? Si la respuesta es sí ¿de qué manera?

¿Cuál ha sido la influencia de los medios de comunicación (música, películas, periódicos, televisión, etc.) en tus valores y creencias respecto al sexo?

¿Cuál ha sido la influencia de las redes sociales en tus valores respecto al sexo?

Valores religiosos/espirituales

¿Has tenido las mismas creencias espirituales desde tu infancia?
Por favor, indica "sí", "más o menos" o "no".

- ▶ Sí, son las mismas
- ▶ Más o menos, han cambiado con la edad
- ▶ No, son totalmente distintas

Si actualmente tienes alguna práctica espiritual/creencia/fe religiosa ¿influye en tus valores respecto a los actos sexuales?
Por favor, indica "sí" o "no".

SÍ NO

- ▶ Si la respuesta es sí ¿de qué manera?

Describe cualquier diferencia en valores en torno al sexo que exista entre tus propios valores y los de tu espiritualidad.

Sección 2: ¿Cómo dan forma las experiencias personales a nuestros valores?

Además de las influencias externas, nuestras propias experiencias sexuales pueden influenciar nuestras creencias y actitudes respecto a ciertos actos. Por favor, reflexiona sobre los efectos de tus propias experiencias en el espacio indicado.

Experiencias propias de intimidad y actos sexuales

¿Cómo considerarías que está tu vida sexual en este momento?
¿Qué palabras utilizarías para describir tu vida sexual? Por favor, encierra en un círculo o resalta las palabras que utilizarías para describirla.

divertida	satisfactoria	lenta	aislante
escalofriante	decepcionante	apresurada	empoderadora
inexistente	placentera	irritante	emocionante
frustrante	poco impresionante	increíble	frecuente
confusa	dulce	conforme	infrecuente
aburrida	estresante	afectuosa	espantosa
ignorada	genera ansiedad	entusiasta	calmada
incómoda	buena/bien	con arrepentimiento	mala
genial	relajada	vergonzosa	activa
agobiante			rápida

¿Hay otras palabras que describirían tu vida sexual? Indícalas, por favor.

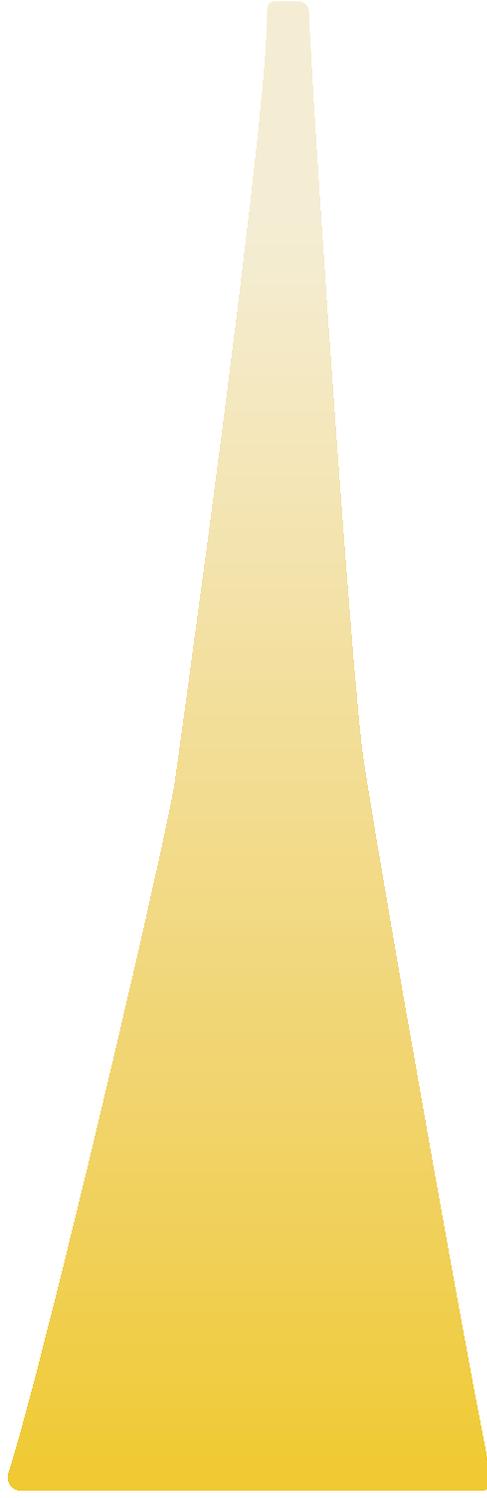
Actitudes propias acerca de los actos sexuales

Según tu punto de vista ¿cuáles de los siguientes son actos (o prácticas) sexuales aceptables? Por favor, indica los actos (prácticas) sexuales aceptables según tu perspectiva con una X en el espacio junto al acto.

- Abstenerse del sexo
- Abstenerse del sexo antes del matrimonio
- Tener relaciones sexuales antes del matrimonio
- Tener relaciones sexuales solo con personas que amas/quieres
- Tener relaciones sexuales con tu pareja
- Tener relaciones sexuales con una persona que no planeas ver otra vez (a veces conocido como “ligue de una noche” o one-night stand)
- Tener varias parejas sexuales (no al mismo tiempo)
- Tener relaciones sexuales con varias personas al mismo tiempo
- Tener relaciones sexuales sin anticonceptivos
- Tener relaciones sexuales con anticonceptivos
- Cualquier tipo de relación sexual antes del matrimonio
- Enviar fotos tuyas desnudo(a) a otras personas
- Intercambio de textos sexuales (sexting/sextear)
- Masturbarse (a solas)
- Masturbarse con otras personas
- Sexo oral
- Sexo anal
- Otro(s): _____

SANACIÓN EN MOVIMIENTO

¿Considerarías que tu mentalidad respecto a los actos sexuales es abierta o cerrada? Por favor, marca dónde te ubicas en el gráfico.



Abierta

Cerrada

¿Por qué seleccionaste “abierta” o “cerrada”?

¿Qué significa la palabra “intimidad” para ti?

¿Qué significa la palabra “placer” para ti?

Sección 3: Orientación y apoyo de la agencia

Aunque nuestras creencias y experiencias propias afectan el tipo de intercesoría que brindamos, las políticas, procedimientos y entorno de nuestra organización también afectan los servicios y el tipo de servicios que ofrecemos como programas ante la violencia sexual. Por favor, reflexiona sobre las políticas y prácticas de tu organización con respecto al apoyo para los sobrevivientes que desean ayuda con la sexualidad y el sexo.

¿Qué tipo de orientación brinda tu agencia al personal sobre cómo hablar del sexo y la sexualidad con los sobrevivientes en general?

¿Qué tipo de orientación brinda tu agencia al hablar de sexo y sexualidad específicamente con sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia?

¿Tu organización se ha enfocado en apoyar a los sobrevivientes con respecto a la exploración de su sexualidad?

¿Has recibido/tenido...

capacitación en cómo apoyar a un sobreviviente en la planificación de su seguridad sexual?

Sí

No estoy seguro(a)

No

capacitación sobre cómo hablar del consentimiento, la intimidad y el placer con los adultos?

Sí

No estoy seguro(a)

No

capacitación sobre cómo enseñar temas de salud reproductiva y educación sexual?

Sí

No estoy seguro(a)

No

tiempo para hablar en reuniones de personal acerca de cómo ayudar a los sobrevivientes en la exploración del sexo y la sexualidad?

Sí

No estoy seguro(a)

No

orientación sobre dónde encontrar recursos para sobrevivientes que quieran explorar su sexualidad?

Sí

No estoy seguro(a)

No

capacitación sobre las políticas de tu agencia respecto a la distribución de anticonceptivos e información acerca de la salud reproductiva?

Sí

No estoy seguro(a)

No

apoyo para establecer colaboraciones que pudieran ayudar a los sobrevivientes con el acceso a recursos de salud sexual y sexualidad en la comunidad?

Sí

No estoy seguro(a)

No

orientación y tiempo para desarrollar un plan de alcance comunitario para promocionar los servicios de intercesoría sobre el sexo y la sexualidad que ofrece tu agencia?

Sí

No estoy seguro(a)

No

¿Qué tipo de orientación deseas que brindara tu organización al hablar de sexo y sexualidad con los sobrevivientes?

Esta evaluación se adaptó de Sexual Values Practices Clarification: An Exercise for Health Care Professionals and Students [Aclaratoria sobre prácticas y valores sexuales: un ejercicio para profesionales y estudiantes del sector salud] (2011) por Jennifer Kaiser, University of Utah.

SANACIÓN EN MOVIMIENTO: LISTA DE RECURSOS RECOPIRADOS (ALGUNOS EN INGLÉS)

Esta lista incluye enlaces a todos los recursos contenidos en la capacitación. Por favor, ten en cuenta: aunque estas eran las direcciones web correctas en el momento de la publicación del plan de estudios, están sujetas a cambios.

Uso del plan de estudios

Preparación para facilitadores

- ▶ [“Cómo escuchar a nuestras comunidades: un conjunto de herramientas de evaluación” por el Proyecto de Recursos Compartidos y el National Sexual Violence Resource Center \(Centro nacional de recursos sobre la violencia sexual\).](#)
- ▶ [Interaction Institute For Social Change’s Fundamentals of Facilitation for Racial Justice Work Online](#)
- ▶ [Adult Learning Principles from Valamis](#)

Preparación para los participantes

- ▶ [“Adiós al menú: cómo ampliar el alcance de la intercesoría”, por el Proyecto de Recursos Compartidos y el National Sexual Violence Resource Center \(Centro nacional de recursos sobre la violencia sexual\).](#)

Las realidades del abuso sexual en la infancia (módulo #1)

Lección 1.2 Glosario de términos

- ▶ Sanación en movimiento: Glosario de términos 1.2, del Proyecto de Recursos Compartidos

Lección 1.3 Exploración de las dinámicas, estadísticas y definición del abuso sexual en la infancia

- ▶ [Segundo episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿Por qué nos enfocamos en los adultos sobrevivientes de abuso sexual en la infancia?” del Proyecto de Recursos Compartidos](#)
- ▶ [Hoja para colorear del primer episodio de “Forjando la resiliencia”, del Proyecto de Recursos Compartidos](#)
- ▶ [Artículo Remembering the Children of Native American Residential Schools \(Recordando a los niños de las escuelas residenciales indígenas estadounidenses\) del National Sexual Violence Resource Center \(Centro nacional de recursos sobre la violencia sexual\).](#)

Lección 1.4 La diferencia entre vivir incidentes de abuso sexual en la infancia comparado con incidentes de agresión sexual vividos por primera vez en la edad adulta

- ▶ [Primer episodio de la serie de conversaciones: ¿Por qué nos enfocamos en los adultos sobrevivientes de abuso sexual en la infancia?](#) del Proyecto de Recursos Compartidos
- ▶ [Hoja para colorear del primer episodio de “Forjando la resiliencia”, del Proyecto de Recursos Compartidos](#)
- ▶ Sanación en movimiento: hoja de trabajo para la planificación estratégica, del Proyecto de Recursos Compartidos

Lección 1.5 ¿Qué significa esto para la intercesoría?

- ▶ [“Áreas de dolor, áreas de sanación”, del Proyecto de Recursos Compartidos](#)

Cómo sobrellevar el abuso sexual vivido en la infancia durante la edad adulta (módulo #2)

Lección 2.2 Estrategias para sobrellevar situaciones que usan los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia

- ▶ [Segundo episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿Cómo sobrellevan las situaciones los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia?” del Proyecto de Recursos Compartidos](#)
- ▶ [Hoja para colorear de “Forjando la resiliencia: episodio 2”, del Proyecto de Recursos Compartidos](#)

Lección 2.3 Cartas de sobrevivientes

- ▶ [“Potenciación del conocimiento: Cartas de sobrevivientes previamente y actualmente reclusos”, por el Proyecto de Recursos Compartidos](#)
- ▶ [“Sexual Abuse to Prison Pipeline Report: A Native Perspective \[Informe acerca del canal directo del abuso sexual a la prisión: una perspectiva indígena\]”, de Mary Annette Pember \(Indian Country Today\)](#)
- ▶ [“Habilidades de intercesoría: cómo centrarse”, por el Proyecto de Recursos Compartidos.](#)

Lección 2.4 ¿Qué significa esto para la intercesoría?

“Habilidades de intercesoría: cómo centrarse”, por el Proyecto de Recursos Compartidos.

- ▶ [Segundo episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿Cómo sobrellevan las situaciones los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia?” del Proyecto de Recursos Compartidos.](#)
- ▶ [Hoja para colorear de “Forjando la resiliencia: episodio 2”, del Proyecto de Recursos Compartidos](#)
- ▶ Sanación en movimiento: hoja de trabajo para la planificación estratégica, del Proyecto de Recursos Compartidos

El impacto del abuso sexual en la infancia sobre el cuerpo (módulo #3)

Lección 3.1 Cómo el abuso sexual en la infancia afecta la salud física y la relación del sobreviviente con su cuerpo

- ▶ [Tercer episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿Cómo la relación de un sobreviviente con su cuerpo se ve afectada por el abuso sexual en la infancia?”, del Proyecto del Proyecto de Recursos Compartidos.](#)
- ▶ [Hoja para colorear de “Forjando la resiliencia: episodio 3”, del Proyecto de Recursos Compartidos](#)

Lección 3.2 Maneras de ayudar a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia a sortear su atención médica

- ▶ [Habilidades de intercesoría: cómo ayudar a los sobrevivientes adultos a abordar asuntos de salud”, del Proyecto de Recursos Compartidos.](#)

Lección 3.3, Exploración de la opresión: la conexión con la atención médica y el sistema de salud

- ▶ [Tercer episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿Cómo la relación de un sobreviviente con su cuerpo se ve afectada por el abuso sexual en la infancia?”, del Proyecto del Proyecto de Recursos Compartidos.](#)
- ▶ [Hoja para colorear de “Forjando la resiliencia: episodio 3”, del Proyecto de Recursos Compartidos](#)
- ▶ [“I Was Pregnant and in Crisis. All the Doctors and Nurses Saw Was an Incompetent Black Woman” \(Estaba embarazada, pasando por una crisis. Lo único que el personal médico y de enfermería vio fue una mujer negra incompetente\) por Tressie McMillan Cottom](#)
- ▶ [“Medical Trigger Disclosure Cards” \(Tarjetas para mencionar los detonantes en entornos médicos\) de la Coalición contra la violencia sexual y doméstica en Arizona](#)
- ▶ [“Healing the Body: Exploring Comprehensive Medical Advocacy” \(Sanación del cuerpo: exploración de la intercesoría médica integral\) del Proyecto de Recursos Compartidos](#)

Lección 3.4 ¿Qué significa esto para la intercesoría?

- ▶ Sanación en movimiento: hoja de trabajo para la planificación estratégica, del Proyecto de Recursos Compartidos

Cómo el abuso sexual en la infancia afecta las relaciones (módulo #4)

Lección 4.1 Cómo el abuso sexual en la infancia afecta las relaciones

- ▶ [Cuarto episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿De qué forma el abuso sexual en la infancia afecta el establecimiento de relaciones?”, del Proyecto de Recursos Compartidos](#)
- ▶ [Hoja para colorear de “Forjando la resiliencia: episodio 4”, del Proyecto de Recursos Compartidos](#)

Lección 4.2 Dramatizaciones

- ▶ Sanación en movimiento: Lección 4.2 - Tarjetas de dramatización, del Proyecto de Recursos Compartidos

Lección 4.3 ¿Qué significa esto para la intercesoría?

- ▶ [Cuarto episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿De qué forma el abuso sexual en la infancia afecta el establecimiento de relaciones?”, del Proyecto de Recursos Compartidos](#)
- ▶ [¿Qué son los límites personales? Hoja de trabajo de TherapistAid.com](#)
- ▶ Sanación en movimiento: hoja de trabajo para la planificación estratégica, del Proyecto de Recursos Compartidos

Una visión para la sanación (módulo #5)

Lección 5.1 Definiendo la sanación para los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia

- ▶ [Quinto episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿Qué es la sanación?” del Proyecto de Recursos Compartidos](#)
- ▶ [Hoja para colorear de “Forjando la resiliencia: episodio 5”, del Proyecto de Recursos Compartidos](#)

Lección 5.2 Puntos de decisión

- ▶ [“Habilidades de intercesoría: puntos de decisión”, del Proyecto de Recursos Compartidos](#)

Lección 5.3 ¿Qué significa esto para la intercesoría?

- ▶ Sanación en movimiento: hoja de trabajo para la planificación estratégica, del Proyecto de Recursos Compartidos

Cómo incorporar el cuerpo en la sanación (módulo #6)

Lección 6.1 Comprensión del trauma y la disociación

- ▶ [Video “Neuroplasticidad y cómo sana el cerebro \(parte 1\)” por Saprea.](#)
- ▶ [“Potenciación del conocimiento: breve introducción al trauma y los detonantes”, del Proyecto de Recursos Compartidos](#)
- ▶ [“Apoyo para sobrevivientes: como procesar los detonantes”, del Proyecto de Recursos Compartidos.](#)

Lección 6.2 Sanación a través de la mente y el cuerpo

- ▶ [Video “Neuroplasticidad y cómo sana el cerebro \(parte 2\)” por Saprea.](#)
- ▶ [Sexto episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿cómo incorporan los sobrevivientes a su cuerpo en el proceso de sanación?” del Proyecto de Recursos Compartidos.](#)
- ▶ [Hoja para colorear de “Forjando la resiliencia: episodio 6”, del Proyecto de Recursos Compartidos](#)

Lección 6.3 Centrarse (conectarse con el presente o Grounding)

- ▶ [Sexto episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿cómo incorporan los sobrevivientes a su cuerpo en el proceso de sanación?” del Proyecto de Recursos Compartidos.](#)
- ▶ [Hoja para colorear de “Forjando la resiliencia: episodio 6”, del Proyecto de Recursos Compartidos](#)
- ▶ [Conjunto de herramientas “Let’s Get Grounded” \(Vamos a centrarnos\) de la Coalición contra la violencia sexual y doméstica en Arizona](#)
- ▶ Sanación en movimiento: hoja de trabajo para la planificación estratégica, del Proyecto de Recursos Compartidos

El sexo y la sexualidad como parte de la sanación (módulo #7)

Lección 7.2 Profundizando nuestra comprensión

- ▶ “Sanación en movimiento: Nuestros valores sexuales como intercesores” del Proyecto de Recursos Compartidos.

Lección 7.3 ¿Qué significa esto para la intercesoría?

- ▶ [Cuarto episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿De qué forma el abuso sexual en la infancia afecta el establecimiento de relaciones?”, del Proyecto de Recursos Compartidos](#)
- ▶ [Hoja para colorear de “Forjando la resiliencia: episodio 4”, del Proyecto de Recursos Compartidos](#)
- ▶ “Sanación en movimiento: hoja de trabajo para la planificación estratégica”, del Proyecto de Recursos Compartidos

Espiritualidad y cultura en la sanación (módulo #8)

Lección 8.1 Identificación de términos

- ▶ [Séptimo episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿de qué manera están vinculadas la espiritualidad y la cultura a la sanación?” del Proyecto de Recursos Compartidos](#)
- ▶ [Hoja para colorear de “Forjando la resiliencia: episodio 7”, del Proyecto de Recursos Compartidos](#)

Lección 8.3 ¿Qué significa esto para la intercesoría?

- ▶ [Séptimo episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿de qué manera están vinculadas la espiritualidad y la cultura a la sanación?” del Proyecto de Recursos Compartidos](#)
- ▶ [Hoja para colorear de “Forjando la resiliencia: episodio 7”, del Proyecto de Recursos Compartidos](#)

Creación de una comunidad como parte de la sanación (módulo #9)

Lección 9.1 Exploración: creación de una comunidad

- ▶ [Octavo episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿Cómo ayuda la creación de una comunidad en la sanación de los sobrevivientes de abuso sexual en la infancia?”, del Proyecto de Recursos Compartidos.](#)
- ▶ [Hoja para colorear de “Forjando la resiliencia: episodio 8”, del Proyecto de Recursos Compartidos](#)

Lección 9.2 ¿Qué significa esto para la intercesoría?

- ▶ [Octavo episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿Cómo ayuda la creación de una comunidad en la sanación de los sobrevivientes de abuso sexual en la infancia?”, del Proyecto de Recursos Compartidos.](#)
- ▶ [Hoja para colorear de “Forjando la resiliencia: episodio 8”, del Proyecto de Recursos Compartidos](#)
- ▶ [“Potenciación del conocimiento: Guía para el diálogo - episodio 8”, del Proyecto de Recursos Compartidos](#)

HOJA DE TRABAJO PARA LA PLANIFICACIÓN ESTRATÉGICA

SANACIÓN EN MOVIMIENTO

Cambios que se deben hacer en mi organización y en mi intercesoría

¿Quién debe estar involucrado para lograr este cambio?

¿A quién debo consultar o incluir para asegurar que suceda?

¿Qué puedo hacer dentro de una semana para lograr este cambio?

¿Qué puedo hacer dentro de dos semanas para lograr este cambio?

¿Qué puedo hacer dentro de un mes para lograr este cambio?

HOJA DE TRABAJO PARA LA PLANIFICACIÓN ESTRATÉGICA

Cambios que se deben
hacer en mi organización
y en mi intercesoría

¿Quién debe estar
involucrado para lograr
este cambio?

¿A quién debo consultar o
incluir para asegurar que
suceda?

¿Qué puedo hacer dentro
de una semana para
lograr este cambio?

¿Qué puedo hacer dentro
de dos semanas para
lograr este cambio?

¿Qué puedo hacer dentro
de un mes para lograr
este cambio?

HOJA DE TRABAJO PARA LA PLANIFICACIÓN ESTRATÉGICA

SANACIÓN EN MOVIMIENTO

Cambios que se deben hacer en mi organización y en mi intercesoría

¿Quién debe estar involucrado para lograr este cambio?

¿A quién debo consultar o incluir para asegurar que suceda?

¿Qué puedo hacer dentro de una semana para lograr este cambio?

¿Qué puedo hacer dentro de dos semanas para lograr este cambio?

¿Qué puedo hacer dentro de un mes para lograr este cambio?

HOJA DE TRABAJO PARA LA PLANIFICACIÓN ESTRATÉGICA

Cambios que se deben
hacer en mi organización
y en mi intercesoría

¿Quién debe estar
involucrado para lograr
este cambio?

¿A quién debo consultar o
incluir para asegurar que
suceda?

¿Qué puedo hacer dentro
de una semana para
lograr este cambio?

¿Qué puedo hacer dentro
de dos semanas para
lograr este cambio?

¿Qué puedo hacer dentro
de un mes para lograr
este cambio?