

MANUAL

**Prácticas de
Construcción de Paz con
base en el Trauma
Una introducción**

ENERO 2024



**American
Friends
Service
Committee**



**American
Friends
Service
Committee**

American Friends Service Committee (AFSC) promueve la visión de un mundo libre de violencia, desigualdad y opresión.

Bajo la guía de las creencias Cuáqueras en la luz interna divina dentro de cada persona, buscamos nutrir las semillas del cambio y el respeto a la vida humana, para transformar nuestras sociedades e instituciones desde su base. Trabajamos personas y socios a nivel mundial, de todo credo y origen, para buscar cumplir las necesidades más urgentes de las comunidades, retar las injusticias y construir paz.

El objetivo del presente informe es apoyar el trabajo de AFSC en materia de Paz y Migración Justa examinando el creciente campo del trauma y considerando su importancia dentro de las prácticas de construcción de paz.

Autoría de:

Jemima Chase
Jemima.chase@gmail.com
linkedin.com/in/jemima-cc

Puntos clave

- El trauma describe el impacto de las experiencias que han subyugado la capacidad natural del cuerpo de manejar la angustia.
- El impacto causado por el trauma puede ser especialmente potente durante la niñez. Debido a que los cerebros comienzan su desarrollo durante este tiempo, y el trauma puede alterar vías de desarrollo completas. Y como tal, sus consecuencias pueden ser mucho más severas y de larga duración. Debido a que la resiliencia que los adultos tienen frente al estrés se establece en gran medida durante este período, el trauma infantil también influye sobre la capacidad que una persona tiene para lidiar con la adversidad en la edad adulta.
- Existen innumerables maneras a través de las cuales el cuerpo y la mente pueden verse afectados por el trauma. Además, de ver cómo se incrementan sustancialmente los riesgos para la salud, las personas con trauma pueden ser más sensibles, confrontativas, agresivas y con una confianza y empatía reducidas, pueden además mostrar una tendencia a percibir las situaciones de manera más negativa, teniendo dificultades para mostrar compasión.
- El trauma en sí mismo no es una enfermedad mental, pero puede contribuir a la generación de enfermedades mentales en caso de no ser abordado adecuadamente.
- El tema del trauma es un importante aspecto por considerar en el trabajo de construcción de paz, ya que afecta la capacidad de las personas de interactuar dentro de los programas y puede ocasionar que algunos traumas sean detonados de nuevo al participar en los mismos.
- El tema del trauma es especialmente importante desde una perspectiva de la resolución de conflictos a largo plazo. Promoviendo ambientes para las infancias con padres presentes y emocionalmente estables es algo esencial para generar resiliencia emocional en niños y niñas. El trauma durante conflictos afecta a la capacidad parental de producir un ambiente así y atrae un nuevo trauma en la niñez, no relacionado directamente a los eventos traumáticos iniciales, sino también trauma resultante de lo sufrido por los padres. El ciclo se perpetúa.
- Las personas no están necesariamente conscientes o sabedoras de haber experimentado trauma, o cómo éste les impacta.
- Sin embargo, debido a la plasticidad del cerebro, hay mucho que recuperarse/sanarse, y el motivar la generación de conciencia sobre el trauma y usar una perspectiva informada sobre el trauma en el ámbito laboral, es un paso importante para ayudar a las personas y producir programas efectivos.

Definiciones de trauma

Si bien no existe un consenso general sobre la definición de trauma, algunas de los conceptos sobre el mismo son:

- Los traumas son las manifestaciones fisiológicas y psicológicas de experiencias adversas. No es tanto lo que nos pasó directamente, sino más bien lo que sucede dentro de una persona como resultado de lo que le ha pasado.¹
- Una experiencia traumática puede superar las capacidades naturales del cuerpo para manejar la angustia.² Que una experiencia supere dichas capacidades dependerá de la naturaleza del evento, la resiliencia del individuo, así como los sistemas de apoyo disponibles.³
- El trauma por sí mismo no consiste en una enfermedad mental, sin embargo, si es posible que el trauma contribuya a los síntomas para que se desarrolle una enfermedad mental con el tiempo.⁴

Es muy importante que se ejerza mucha precaución con el uso de la palabra trauma, y evitar distraerse por el término mismo. “Trauma” y estar “Traumatizado” se han convertido en clichés y a veces usados a la ligera. Una experiencia traumática no implica necesariamente que se trate de un evento horrible e impensable. Algo traumático describe un evento que tuvo cierta influencia fisiológica o psicológica sobre el cuerpo.

Todo tipo de experiencias, incluyendo, pero no limitadas a, divorcios, padres ausentes/distraídos/deprimidos, abuso sexual, violencia, ira explosiva en el hogar del niño o niña, bullying, conflictos, racismo, la opresión o la discriminación, tienen el potencial de ser experiencias traumáticas.

Relacionados al trauma encontramos algunos conceptos como **el trauma social/cultural/colectivo**, **el trauma intergeneracional**, y **el trauma secundario**. De nuevo, existe poco consenso en sus definiciones. A continuación, procederemos a explorar las mismas, debido a que cada una puede ser interpretada dentro del contexto del trauma individual.

¿Qué tipo de impacto causa el trauma en una persona, y los motivos de por qué esto es importante al trabajar en construcción de paz?

Una experiencia traumática puede causar una disminución en la empatía, la confianza y la compasión; apatía generalizada y falta de movilización; una mayor inclinación al aislamiento defensivo, agresión, emociones fuertes, así como estructuras de pensamiento rígidas y prejuicios, los cuales distorsionan y niegan los hechos.^{5 6 7 8} Lo anterior ocurre debido a la plasticidad del cerebro humano. La adversidad puede tener una influencia de largo plazo sobre las estructuras y células cerebrales, y dichas influencias son particularmente potentes durante las fases iniciales del desarrollo cerebral.⁹

La forma en que cada persona experimenta la adversidad y el trauma resultante, aún ante los mismos eventos, puede variar significativamente. Una forma de entender esto es a través de la resiliencia.

Que tan bien un individuo está equipado para manejar la adversidad es determinado en gran medida por el ambiente que los rodeo durante su infancia. La altamente maleable naturaleza del cerebro infantil se torna crítica aquí. 90% del cableado del cerebro ocurre después de nacer, y es definida por los insumos sensoriales que reciba el bebé.¹⁰

Las redes del cerebro se desarrollan de manera uso-dependiente: mientras más se “activa” un sistema, más conexiones, neuronas y circuitos desarrollará el mismo.^{11 12 13} Lo anterior, para ayudar al bebé en desarrollo a adaptarse al ambiente al que se está incorporando. Sí, por ejemplo, un recién nacido recibiera todos los cuidados necesarios, pero se mantuviera en la oscuridad por los primeros cinco años de su vida, su sistema visual no se desarrollaría, sería ciego¹⁴.

Igualmente, si el cerebro de un niño aprende que su ambiente es inseguro, volátil e intimidante, el cerebro se vuelve más inclinado a desarrollarse de manera que pueda reaccionar más rápido ante una agresión, mostrando un umbral mucho menor para la activación de respuestas ante el estrés, estando a su vez menos dispuesto a características como la compasión, la cual es evolucionaria y “de menos utilidad” para sobrevivir en este tiempo de ambientes.

Belkys López describe el trauma en Sur Sudán: “¿Qué sucede cuando la ira puede surgir del más pequeño intercambio, el más mínimo empujón, ya sea con un extraño o un familiar? Los efectos del trauma se experimentan en las comunidades con comportamientos como el abuso doméstico, donde las mujeres, niños y a veces los hombres se ven vulnerables. O puedan ser tasas mayores de abuso de sustancias, comportamiento promiscuo impulsivo que resulte en la transmisión de enfermedades sexuales o embarazos no deseados. De este manera, el trauma es compartido, lo cual agrega a los ya altos niveles de inseguridad en regiones frágiles. Por lo que en ese sentido, estos altos niveles de trauma son un tema de seguridad nacional.

De esta manera, la experiencia emocional durante la niñez determina como los circuitos emocionales se desarrollarán, influyendo sobre como los futuros adultos manejarán la angustia emocional, así como experimentarán la dicha y el amor. La estabilidad emocional, el desarrollo del sistema de respuesta al estrés, la regulación del dolor (mental y físico), así como aspectos de la personalidad como la empatía, la confianza, la compasión y la agresividad antes descritos están todos afectados por las experiencias de la infancia.¹⁵ Como tal, la mayoría de

personas llevan consigo trauma de algún tipo debido a que el cerebro en desarrollo es tan sensible y abierto a ser impactado de maneras mucho más allá del amor parental y la comprensión o bien el esfuerzo de ser buenos padres.

Para ver más evidencia sobre los caminos que conectan las experiencias de la infancia con las dificultades sociales y de comportamiento en la edad adulta, así como complicaciones de salud, ver Anexo I.

¿Por qué esto es importante para la construcción de paz?

En el contexto de los conflictos intergrupales, las poblaciones están expuestas a continuos factores de estrés traumático en una escala que va desde las microagresiones hasta el estrés grave provocado por la migración forzada o la violencia.^{16 17} Esto no sólo influirá en el desarrollo de las próximas generaciones de las niñas y niños a niveles neurológicos, sino que puede desbordar las respuestas fisiológicas al estrés de los adultos (más aún si sus sistemas de procesamiento emocional no se desarrollaron en condiciones ideales). Esto puede perturbar la capacidad de cuidado de los padres, que es la variable más crucial para establecer el bienestar emocional de la próxima generación de niños: las interacciones afectuosas y la atención constante de un cuidador principal no estresado¹⁸ son absolutamente esenciales para construir la salud emocional y la resiliencia de los niños. Las pruebas de ello son numerosas y se han ido ampliando en los últimos años. (ver ^{19 20 21 22 23 24}).

Así, podemos empezar a ver cómo el impacto de la guerra en una población puede transmitirse de generación en generación, mucho más allá de las generaciones que presencian el conflicto en sí. La calidad de los cuidados parentales se ve alterada por el estrés crónico²⁵, por mucho que los padres quieran a sus hijos. Las dificultades, la falta de apoyo socioemocional, junto con los antecedentes de trauma infantil de los padres, son algunos de los mejores predictores de hogares abusivos y negligentes.^{26 27} Esto no es culpa de los padres. Entender cómo el trauma afecta a generaciones no consiste en culpar a los padres, sino en ver el cordón ininterrumpido entre un niño que sufre de alguna manera y ese niño que se convierte en padre, actuando lo mejor que puede, dadas las herramientas emocionales puestas a su disposición durante su infancia.

Así comienza la aparición del **trauma intergeneracional** y la continuación de los ciclos de violencia. Si no se interviene para fomentar la resiliencia social, individual y comunitaria, es probable que muchos niños que crecen en contextos de conflicto con padres crónicamente estresados sufran neurobiológicamente. Esto les expone a un mayor riesgo de padecer enfermedades psiquiátricas, adictivas y médicas (ver ²⁸ para un resumen). Esto influye en la siguiente generación al afectar la calidad de las interacciones emocionales parentales, lo que influye en cómo esa generación se relacionará con la siguiente, y así sucesivamente.

Bruce Alexander²⁹ esboza el modo en que la opresión a largo plazo, la marginación y la violencia sufridas por las poblaciones nativas americanas a lo largo de muchas generaciones ha llevado a que los grupos padezcan niveles de adicción muy elevados, así como maltrato infantil generacional, depresión y suicidio. Antes del colonialismo, la incidencia de problemas de salud mental, abuso o drogadicción era extremadamente infrecuente (ver ³⁰ para evidencias). Los niños que nacen hoy en los grupos nativos no están sometidos a una opresión abominable en la misma escala que las generaciones anteriores, pero el legado de dolor sigue transfiriéndose porque se infiltra en la capacidad de crianza amorosa durante los años críticos del desarrollo de las generaciones siguientes. Podemos entender cómo esto ayuda a explicar las formas en que las poblaciones pueden verse afectadas a largo plazo debido a los legados de la esclavitud, el colonialismo, el racismo institucional y, por supuesto, los conflictos.

Aubrey y otros³¹ de International Alert resaltan algunos de los traumas mostrados por los niños Sirios como resultado del conflicto. Muchos han perdido sus familias y estructuras comunitarias. Matrimonio y trabajo infantil, así como el incremento de reclutamientos a grupos armados hace que los jóvenes Sirios se vean vulnerables a la radicalización y la violencia extrema, con muchos sujetos a la tortura, violación, y el abuso tanto físico como

mental. Esta escala de trauma colectivo/social tiene severas implicaciones para el éxito de los esquemas de construcción de paz, la resolución de conflictos, los ciclos de violencia, la resiliencia del tejido social del país, así como la salud de su gente.³² Y a una escala aún más amplia, persecución en masa, conflicto y violaciones de derechos humanos, entre otras, han dejado más de 108.4 millones de personas forzosamente desplazadas para finales del 2022.³³ No es de extrañar que en los países que han salido de un conflicto en los últimos 25 años se registre un retorno a la violencia del 80% en los años posteriores a un proceso de paz.³⁴

De hecho existen teorías, como la del complejo de Faetón, que describen una condición psicológica que sugiere que el origen de la ambición de poder y la necesidad de adulación de los políticos de alto nivel es el resultado de una infancia traumática⁶¹. Las conocidas niñeces emocionalmente complicadas de Boris Johnson⁶² como de Donald Trump⁶³ son casos interesantes a considerar.

Una perspectiva informada sobre el trauma entiende que la violencia causa trauma y que el trauma causa violencia. Los síntomas del trauma predisponen a los que lo sufren a razonamientos que justifican la violencia, y a menudo limitan la percepción de que tienen la opción de no elegir la violencia.³⁵ Gabor Mate³⁶ explica como en la ambigüedad de la elección, la voluntad y la responsabilidad en el mundo real, las personas actúan en gran medida, en un contexto que viene determinado por el funcionamiento de su cerebro. Este funcionamiento está determinado por el desarrollo en condiciones en las que el individuo, de pequeño, no tenía elección.

No solo las víctimas con síntomas de TEPT están traumatizadas. Son los actores armados, violentos, los líderes autoritarios y los responsables de crímenes contra la humanidad, asesinatos y genocidios.

Al momento de estar conscientes del trauma debemos entender la continuidad que existe entre la niñez que se convertirá adulta y los adultos que alguna vez fueron niños lastimados.³⁷

¿Cómo podemos saber si alguien está traumatizado?

La razón por la que es tan importante integrar la concientización sobre el trauma en las prácticas de consolidación de la paz, es porque está muy extendido. Muchas personas tienen algún tipo de trauma; desde los espacios desarrollados y libres de conflictos hasta las zonas de guerra. Fundamentalmente, la capacidad de comunicarse, de ser flexible y tolerante, se ve muy afectada entre quienes tienen traumas no resueltos, y éstos se manifestarán de muy diversas maneras.

Un síntoma revelador del trauma y su manifestación en dificultades en la salud mental de una persona es: de hecho, existe una elevada carga (alrededor de una quinta parte) de trastornos mentales en las poblaciones afectadas por conflictos.³⁸ Sin embargo, esto puede ser muy problemático. Muchas personas que trabajan en el campo del trauma han señalado los problemas que plantean los diagnósticos y las etiquetas, que a menudo pueden ocultar la necesidad de comprender la raíz de los síntomas.³⁹ Gabor Mate lo ejemplifica así: "¿Cómo sabemos si una persona se encuentra deprimida? Porque están mostrando humores bajos: ¿Por qué un individuo muestra humores bajos? Porque tienen depresión."⁴⁰ Tendemos a conceptualizar la enfermedad mental como un mal funcionamiento de una "norma" que hay que etiquetar y tratar médicamente. Un profesional sudafricano especializado en traumas lo resume así: "La curación mental está estigmatizada porque tiene que ver con la enfermedad, pero la concientización sobre el trauma consiste en ayudar a las personas a saber que son normales..."⁴¹

Como tal, esta perspectiva no consiste tanto en determinar quién está traumatizado y quién no, sino en abordar la práctica comprendiendo por qué las personas se comportan, actúan y sienten como lo hacen. Al mismo tiempo, una práctica informada puede alcanzar a quienes luchan con su salud mental, mediando sus implicaciones en sus estructuras familiares y comunitarias, a fin de garantizar que las generaciones futuras, incluidos los líderes, los funcionarios y los responsables políticos, estén emocionalmente sanos.

Los propios constructores/promotores de la paz tampoco son inmunes y arrastran traumas de su infancia y su vida adulta. Dada la influencia del trauma sobre los atributos de la personalidad, puede hacer que determinados elementos de la implementación de sus luchas o programas resulten especialmente duros o frustrantes sin una razón explicable o aparentemente racional. El día a día de los programas puede hacer que los constructores de la paz desencadenen heridas del pasado al encontrarse con historias traumáticas en su quehacer cotidiano, lo que se denomina trauma secundario.^{42 43} Dado que el cerebro funciona como una red asociativa, las experiencias pasadas pueden ser desencadenadas por factores de los que no somos conscientes y, por tanto, pueden afectar a los pensamientos y comportamientos en el momento presente, aunque no se hayan establecido conexiones conscientes entre el momento desencadenante y la experiencia pasada.⁴⁴ Los estudios sobre terapeutas traumatológicos concluyen que es habitual que los terapeutas experimenten dificultades psicológicas, pero los terapeutas con antecedentes personales de trauma mostraron más efectos negativos del trabajo que aquellos sin antecedentes personales.⁴⁵

Recomendaciones generales

Muy pocos investigadores han explorado como las “intervenciones en la resolución de conflictos deben ser modificadas al momento de trabajar con poblaciones traumatizadas,”⁴⁶ y definitivamente no existe tampoco un manual de instrucciones para aplicar.⁴⁷ Para utilizar eficazmente las herramientas basadas en el trauma, no es necesario que el “trauma” sea un diagnóstico o una medida validada y comprobada; los principios del compromiso se aplican a todos los usuarios de los servicios, independientemente de que hayan sobrevivido a un trauma.⁴⁸ Los enfoques informados sobre el trauma requieren una integración de la conciencia del trauma en el trabajo.

Algunas recomendaciones podrían ser:

- **Capacitando al personal sobre los aspectos centrales del trauma:** para entender cómo el conflicto y las experiencias adversas, especialmente las vividas en la niñez, pueden tener un impacto severo sobre la neurobiología. Como tal, entendiendo cómo y por qué algunos individuos son más perceptivos a los programas, mientras otros no lo son. División entre víctimas y agresores: Los agresores pueden seguir siendo considerados responsables, al tiempo que se reconoce fundamentalmente la influencia del trauma en sus actitudes, comportamientos y elecciones.⁴⁹ Del mismo modo, esto puede ayudar a los profesionales a entender escenarios comunes (como un joven propenso a la agresión o socialmente aislado) con una nueva perspectiva.⁵⁰
- **Ayudar al personal con su propio trauma:** para ofrecer mejores enfoques centrados en el trauma, sino también mitigar traumas secundarios o la reaparición de sus propios traumas. Un profesional de Sudáfrica citó a Gabor Mate: “Sólo puedes llevar a la gente tan lejos como te has llevado a ti mismo...”⁵¹
- **Enfoque en la generación de resiliencia en la niñez:** jóvenes más resilientes “no se derrumban ante resultados psicológicos negativos y funcionan bien, a pesar de sufrir una adversidad.”⁵² Dr Bruce Perry resalta la importancia de entender que las bases establecidas en la niñez actúan como un amortiguador ante la adversidad. La adversidad en presencia de relaciones seguras y estables resulta en salud física y mental mucho mejor a largo plazo. Las relaciones empobrecidas exponen a las personas a un alto riesgo, incluso ante adversidades mínimas.⁵³ La inestabilidad de contextos afectados por el conflicto,

Fritz et al., 2018: realizaron una revisión sistemática de los **factores de resiliencia** susceptibles que interceptan “la relación entre la adversidad infantil y las diMultades de salud mental” en los jóvenes:

A nivel individual, la evidencia sugiere “que la revalorización cognitiva, la alta rumiación, la alta tolerancia a la angustia, la baja supresión de la emoción, la baja expresión de la agresión y un apego seguro pueden ser factores de resiliencia” para un niño que ha sufrido abusos.

A nivel social, “el apoyo de la familia extensa, la cohesión familiar, la participación de los padres, las prácticas positivas de crianza y los ingresos familiares” también podrían afectar a la resiliencia.

A nivel comunitario, un apoyo social elevado modificará los resultados psicosociales y de comportamiento.

“fundamentalmente sabotean los sistemas sociales y familiares de los jóvenes”, los cuales son componentes críticos de la resiliencia y el bienestar.⁵⁴ Como resultado de lo anterior, es esencial que pensemos de manera intencional y deliberada sobre el interceptar esta importante ventana en la niñez de un individuo para crear resiliencia.

Hester⁵⁵ estipula que “la necesidad crítica es promover las capacidades de la juventud” para lidiar con el estrés de eventos traumatizantes. Lo anterior les permitirá ser mejores líderes e interceptar las consecuencias del trauma intergeneracional para abordar divisiones y construir paz duradera y sostenible.

- **Más allá del enfoque de “espacio seguro”:** Proporcionar un espacio de seguridad emocional en el que se fomente el intercambio y la comprensión puede ayudar a los participantes a expresar y procesar sus sentimientos y a sentirse apoyados cuando otros comparten experiencias similares a las suyas. Sin embargo, algunos investigadores del trauma en la construcción de la paz, como Hester,⁵⁶ sugieren que este enfoque por sí solo puede ser insuficiente si se considera desde el punto de vista del trauma. Se basa en el supuesto de que las personas conocen sus traumas, están dispuestas a hablar de ellos y esto facilitará su recuperación. Hablar de los traumas no conduce necesariamente a la curación. Del mismo modo, muchos traumas se manifiestan fuera del acceso cognitivo⁵⁷ y hablar de las experiencias o escucharlas puede volver a traumatizar a las personas sin resolverlas. Además, el contexto cultural puede influir en la forma en que se manifiesta el trauma. Un estudio etnográfico de niños ugandeses de entre 9 y 16 años descubrió que las fuertes normas culturales fomentaban la supresión de la angustia emocional y que, a su vez, el sufrimiento psicológico se manifestaba en síntomas físicos como dolores y molestias.⁵⁸ El trauma es tan complejo que confiar en que las personas identifiquen y expresen cómo se han manifestado sus traumas personales puede resultar infructuoso e improductivo.

Aunque este enfoque no debe descartarse para la resolución de conflictos y la consolidación de la paz, simplemente debemos ser precavidos a la hora de utilizarlo para abordar específicamente el trauma. Tal vez sea necesario dar orientaciones definitivas sobre qué es un espacio seguro y cuál es el resultado previsto de los debates, posiblemente junto con otros enfoques que aborden específicamente el trauma. Por ejemplo, Hester sugiere que los profesionales pregunten a los participantes sobre "cuestiones psicosociales subyacentes antes del lanzamiento de los programas, incluido el funcionamiento social y la dinámica familiar". Medir la información multidimensional sobre el funcionamiento de los individuos en sus espacios sociales y los tipos de problemas emocionales y de comportamiento a los que se enfrentan es una forma de mejorar la identificación temprana de las dinámicas relacionadas con el trauma.⁵⁹

- **Basado en el contexto con perspectivas de diversidad e inclusión:** la complejidad de este campo de estudio requiere una cuidadosa consideración. Los distintos niveles de identidad del personal y los participantes, incluidos el género, la cultura, la etnia y la edad, añaden riqueza y complejidad a las vías para debatir y abordar el trauma. Por ejemplo, los hombres pueden tener diferentes barreras para abordar el trauma que las mujeres, y esto puede variar entre culturas y espacios. Para reconocer y admitir el trauma en los distintos espacios se requiere un abanico flexible de enfoques, así como una mayor concientización, sensibilidad y adaptabilidad.

En una escala más amplia, convocatorias han sido hechas para construir una comunidad de practicantes que involucre una red multidisciplinaria de psicólogos, profesionales en resolución de conflictos y científicos políticos para promover una facilitación competente de discusiones públicas y análisis del trauma, así como el desarrollo de enfoques⁶⁰.

Elementos clave de una visión informada sobre el trauma

Para obtener información específica sobre la creación de programas con un enfoque basado en el trauma, es muy recomendable leer la tesis de Yoder-Maina. Diseñado a lo largo de diez años, utiliza elementos del enfoque de salud mental y apoyo psicosocial (SMAPS), pero proporciona refuerzo allí donde estas estrategias se quedan cortas: al abordar la violencia crónica y los conflictos prolongados.

Tesis - Angi Yoder-Maina

Una versión simplificada del marco de Yoder-Maina:

- **Inclusión**

- 1) Una lente multi-disciplinaria y multi-sectorial.
- 2) Una papel para experiencias vividas
- 3) Sanadores locales y tradicionales

- **Personalización y contextualización**

- 1) Información a la Comunidad y culturalmente adaptados
- 2) Narración de historias y rituales crean significado
- 3) Enfoque descolonizador
- 4) Uso sostenible de recursos comunitarios

- **Interrumpiendo ciclos de violencia**

- 1) Involucrando tanto a víctimas como agresores
- 2) Apoyando el Desarrollo de representación

- **Pensamiento sistémico**

- 1) Con bases en resiliencia
- 2) La sanación social es la base de las intervenciones en materia de desarrollo, justicia y gobernanza.
- 3) Incluye enfoques de sanación colectiva
- 4) Promueve la sanación ecológica

- **Herramientas con conocimiento en trauma**

- 1) La relación guarda espacio y lo transforma para otros
- 2) Conceptos neurocientíficos fundamentan la práctica
- 3) Las prácticas corporales regulan el sistema nervioso
- 4) Las intervenciones basadas en las artes abren la creatividad y la innovación



Source: Unpublished original research for "A Healing-Centered Peacebuilding Approach: A Grounded Theory using a Trauma-Informed Lens" by A. Yoder-Maina. 2020, Siem Reap, Cambodia: Centre for Peace and Conflict Studies. Copyright 2020 by A. Yoder-Maina.

Yoder-Maina señala que en lugares de todo el mundo donde se utilizan enfoques informados por el trauma, estas prácticas refuerzan la resiliencia individual, comunitaria, institucional y social. Sostiene que este enfoque requiere un cambio fundamental en la forma en que se diseñan los sistemas, funcionan las organizaciones y se relacionan los profesionales con las personas.

Puntos en los que pensar a nivel personal:

- Si algo causa una reacción explosiva dentro de ti (ya sea interna o externamente), lo más probable es que exista una experiencia pasada de dolor la cual se ha detonado y te está causando el sentir así.
- Dejando que el sentimiento se desarrolle, reconocerlo y luego sentirlo dentro de tu cuerpo, en lugar de suprimirlo o luchar contra éste es una mejor manera de abordar sentimientos fuertes. Los sentimientos fuertes son parte de la experiencia humana. Aprender a manejarlos de manera saludable es algo que muchos de nosotros debimos de haber aprendido durante nuestra infancia, pero no lo hicimos. Experimentar nuestros sentimientos puede ayudarnos a que éstos se transformen y evolucionen.
- Gabor Mate explica como podemos aprender de los niños. Ellos aún no han desarrollado como regular sus emociones, y las rabietas muy a menudo son maneras de expulsar emociones fuertes que sienten en sus cuerpos pero que no entienden. Muchas sociedades nos aconsejan guardar nuestras emociones y reacciones adentro. Esto no permite que se sienta el sentimiento y por tanto éste queda guardado dentro del cuerpo. Él discute en detalle las implicaciones en la salud psicológica al suprimir los sentimientos y emociones.
- Una respuesta común al sentir algo incómodo (ya sea tristeza, soledad, vulnerabilidad, miedo) es que muchos de nosotros ni siquiera registramos conscientemente lo que estamos sintiendo; nos distraernos inmediatamente con cualquiera de las tecnologías fácilmente accesibles y altamente adictivas. Pero que tal si intentamos sentir esa incomodidad. Sentir donde se ubica en nuestro cuerpo y como se siente. Ayudará a que ese sentimiento sea procesado saludablemente.
- Intentar descifrar por qué se tuvo una reacción tan fuerte, y discutirla con personas cercanas en un ambiente seguro es importante para garantizar que la persona no se sienta aislada y rodeada de sentimientos negativos.
- Debemos pensar cómo la perspectiva individual influye sobre la información que cada uno percibe: el cerebro humano inconsciente consume miles de millones de piezas de información por día. Debe filtrar piezas de información que considere importantes para el cerebro consciente. De esta manera, si una persona cree (y especialmente si esta es una creencia desde la niñez de alguien) por ejemplo, que se es socialmente “inseguro”. No le agrada a las personas, las personas sólo sirven para atacar, no se cuenta con el apoyo de nadie; ese cerebro aprende que para su propia seguridad, él debe generar información que genere conciencia y así autoprotgerse. Esto puede causar que la persona pueda percibir lo que las personas dicen, hacen, su idioma, sus intenciones, lo que sea, de forma prejuiciada. Por ello, las percepciones de cada uno, sobre una misma situación o interacción, pueden variar grandemente.
- Abordar todas las situaciones con compasión es difícil, pero cuanto más comprendemos que cada individuo toma decisiones, se comporta y actúa dentro de los límites de su capacidad emocional, podemos empezar a entender por qué diferimos y por qué se forman perspectivas diferentes. A menudo, las personas que actúan de forma más terrible y escandalosa son las que más daño hacen y las que más han sufrido como niños.

Revisión de literatura

Informes de organizaciones para la construcción de paz

Peace Direct

- [Sanando juntos: Las mujeres de Kasuwan Magani – Peace Direct](#)
- [Paz mental - Peace Direct](#)
- [Enseñándole a la “generación perdida” de Siria – Peace Direct](#)

Recursos de conciliación

- [Género, salud mental y reconciliación en la República Central de África: implicaciones en políticas y prácticas | Conciliation Resources](#)
- [El camino a futuro: perspectivas para el desarme de Hamas | Conciliation Resources.](#)
- [Reconociendo el trauma de la sociedad en Nagorny Karabakh | Conciliation Resources](#)

Alerta internacional

- [Obstáculos escondidos del conflicto: Temas de salud mental y acceso a servicios entre las personas internamente desplazadas en Ucrania - International Alert](#)
- [Enseñando paz, construyendo resiliencia: Evaluando el impacto de la educación para la paz para jóvenes Sirios - International Alert](#)
- [Explorando resiliencia, el pensamiento extremista violento y el impacto de la educación para la paz en la juventud siria de Shatila - International Alert](#)
- [Peace of Mind: Integración de la salud mental y el apoyo psicosocial en los programas de reconciliación y prevención de la violencia en Ruanda y Tayikistán - International Alert](#)

Saferworld

- ["La salud mental es tan importante como la salud física": creación de grupos de apoyo en Kirguistán - Noticias y recursos - Saferworld](#)
- [Semana Mundial del Refugiado 2022: es hora de dar prioridad al apoyo a la salud mental en las respuestas de consolidación de la paz en Uganda - Noticias y recursos - Saferworld](#)
- [Mejorar las relaciones ciudadano-Estado mediante la acción comunitaria en Somalia - Noticias y recursos - Saferworld](#)
- [Una generación que no conoce la paz: niños y jóvenes que viven en la línea del frente armenio-azerbaiyano - Noticias y recursos - Saferworld](#)

Búsqueda de puntos en común

- [Shrewprasad, S. Trauma & Healing in Conflict Settings \(seminario en video\) \[Healing & Hurting Together: 8 de abril de 2021\]\(#\)](#)

AFSC

- [Curación del trauma y apoyo psicosocial: Manual de formación para profesionales del desarrollo y asistentes sociales](#)

Entendiendo el impacto del trauma en la construcción de paz

- König, U., Reimann, C. (2018) Cerrando una brecha en la transformación de conflictos: Entendiendo el trauma colectivo y transgeneracional.
- - Hester, L., 2016. Examinando la construcción de la paz a través de una lente de trauma: Reflexiones de profesionales

-
- on programs for youth exposed to traumatic stressors in intergroup conflict. *Estudios sobre la paz y los conflictos*, 23(2),
- - Yoder-Maina, A. (2020) *A Healing Centred Peacebuilding Approach: A grounded theory using a trauma-informed lens*. Escuela de Posgrado de Ciencias Sociales y Relaciones Internacionales (PUC).
- - Adams, T.M., 2017. *Cómo la violencia crónica afecta el desarrollo humano, las relaciones sociales y la práctica de la ciudadanía: Un marco sistémico para la acción*. Washington, DC: Centro Internacional Woodrow Wilson para Académicos.
- - Thompson, J. y O'Dea, J., 2011. *El proyecto de curación social*.

Literatura general sobre el trauma

- Sheridan, M. A. y McLaughlin, K. A. (2014) "Dimensions of early experience and neural development: deprivation and threat", *Trends in cognitive sciences*, 18(11), pp. 580-585.
- - Teicher, Martin: (2005): *Cicatrices que no se curan: la neurobiología del maltrato infantil*.
- - Perry, B. (2014) *Desarrollo social y emocional en la primera infancia*, Presentación en el Festival de Humanidades de Chicago, 11 dic 2014.
- - Bowes, L., y Jaffee, S. R. (2013). *Biología, genes y resiliencia: hacia un enfoque multidisciplinar*. *Trauma, Violence, & Abuse*, 14(3), 195-208.
- - Ungar, M., y Theron, L. (2020). *Resiliencia y salud mental: How multisystemic processes contribute to positive outcomes*. *The Lancet Psychiatry*, 7(5), 441-448.
- - Zarse, E. M., Neff, M. R., Yoder, R., Hulvershorn, L., Chambers, J. E., & Chambers, R. A. (2019). *El cuestionario de experiencias infantiles adversas: dos décadas de investigación sobre el trauma infantil como causa principal de enfermedades mentales, adicciones y enfermedades médicas en la edad adulta*. *Cogent Medicine*, 6(1), 1581447.
- - Anda, RF., Feletti VJ. et al. (2006) *The enduring effects of abuse and related adverse experiences in childhood: a convergence of evidence from neurobiology and epidemiology*. *Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci* 256: 174-186
- - Mate, G. (2018) *En los reinos de los fantasmas hambrientos, encuentros cercanos con la adicción*. 2018 Paperback edn. Londres Vermillion, Penguin Random House UK.
- - Van der Kolk, B., 2014. *El cuerpo lleva la cuenta: Cerebro, mente y cuerpo en la curación del trauma*. Nueva York, 3.
- - Levine, P.A., 1997. *Waking the tiger: Healing trauma: La capacidad innata de transformar las experiencias abrumadoras*. North Atlantic Books.
- - Van der Kolk, B., 2014. *El cuerpo lleva la cuenta: Cerebro, mente y cuerpo en la curación del trauma*. Nueva York, 3.

Análisis de la concienciación sobre el trauma en el ámbito de la consolidación de la paz, basado en los informes disponibles (La mayor parte de la bibliografía de las organizaciones de consolidación de la paz)

Peace Direct:

Temas importantes relacionados con el trauma encontrados en la literatura; por ejemplo, **Healing Together** habla de la construcción de la paz salvando las diferencias y comprendiendo las perspectivas opuestas. Otras publicaciones similares: **Peace of Mind** y **Teaching Syria's "lost generation"** debaten la importancia de interceptar la adversidad infantil con la educación.

Conciliation Resources:

Gender, mental health and reconciliation in the Central African Republic discusses the importance of mental health and psychosocial support (MHPSS) to intercept the gendered causes and legacies of conflict to prevent their eventual resurfacing, and provides recommendations for policy and practice. Discussions on difficulty of disarmament when groups have suffered conflict and trauma seen in: **Perspectives on disarming Hamas**. CR

partnered with Indie Peace in [Acknowledging societal trauma in Nagorny Karabakh](#) to incorporate a psycho-socio-political perspective on people's emotions post conflict.

[Género, salud mental y reconciliación en la República Centroafricana](#) analiza la importancia de la salud mental y el apoyo psicosocial (MHPSS) para interceptar las causas y legados de género de los conflictos y prevenir su eventual resurgimiento, y ofrece recomendaciones para la política y la práctica. Debates sobre la dificultad del desarme cuando los grupos han sufrido conflictos y traumas vistos en: [Perspectivas sobre el desarme de Hamás](#). CR colaboró con Indie Peace en [Acknowledging societal trauma in Nagorny Karabakh](#) (reconociendo el trauma de la sociedad en Nagorny Karabakh) para incorporar una perspectiva psicosocio-política sobre las emociones de la gente tras el conflicto.

Saferworld:

El trauma es un término que se utiliza con frecuencia en las publicaciones, pero nunca es el tema central ni la lente a través de la cual se discute el estudio. Sin embargo, muchos informes tienen temas relevantes, como por ejemplo el fomento de grupos de apoyo para la salud mental: [Creación de grupos de apoyo en Kyrgyzstan, Dando prioridad a los servicios de salud mental al momento de dar respuestas para la consolidación de la paz en Uganda](#); o las consecuencias de una generación criada en la violencia: [Una generación que no conoce la paz](#).

International Alert:

El informe, publicado en octubre de 2023 sobre la integración de la salud mental y el apoyo psicosocial para la prevención de la violencia, [Peace of Mind](#), señala que se han obtenido mejores resultados en salud mental, mayor confianza y apoyo social, mayor diálogo abierto y mejores actitudes hacia la resolución de conflictos, entre otros. Esto sigue a un informe sobre personas desplazadas en Ucrania de 2017 que evalúa las necesidades de salud mental y apoyo psicosocial: [Cargas ocultas del conflicto](#). AI también tiene dos publicaciones que discuten la "Educación para la Paz", que tiene algunos temas relacionados, interceptando a los niños en edades tempranas y tratando de implementar estrategias para construir empatía y comprensión en un lugar seguro: [Teaching peace, building resilience; y Exploring resilience, violent extremist thinking and the impact of peace education on Syrian youth](#). (Enseñando resiliencia en la construcción de paz; y Explorando resiliencia, pensamiento extremista violento y el impacto de la educación de paz sobre jóvenes Sirios)

Búsqueda de puntos en común:

Pocas publicaciones con temas directamente relacionados con el trauma, pero un seminario sobre trauma y curación en situaciones de conflicto, [Healing & Hurting Together: 8 de abril de 2021](#), (Sanando y sufriendo juntos) en el que se debatieron las barreras a la curación relacionada con el trauma y las vías para el futuro.

AFSC:

Elaborado en febrero de 2022 por AFSC en Zimbabue, [Trauma Healing and Psychosocial Support: A Training Manual for Development Practitioners and Case Care Workers](#), (Sanando el trauma y apoyo psicosocial: Manual de Capacitación para el desarrollo de practicantes y trabajadores sociales) ha sido utilizado por 22 organizaciones de la sociedad civil y 33 voluntarios comunitarios de Zimbabue y Sudáfrica en la curación de traumas. Ha sido ampliamente recomendado como un recurso completo y valioso.

Green Strings Network:

La disertación de Angi Yoder-Maina ([Yoder-Maina, 2020](#)) proporciona un esbozo esclarecedor y exhaustivo de un enfoque de consolidación de la paz basado en el trauma, utilizando una metodología de teoría fundamentada con un marco de investigación-acción para abordar la curación. Yoder-Maina

(2020) explica que, si bien se están realizando progresos para combinar la consolidación de la paz con los programas de salud mental y apoyo psicosocial (MHPSS), es evidente que los enfoques generales no se han integrado plenamente en los campos de manera eficaz (Tankink & Bubenzer, 2017; Wessells M. G., 2007). El impacto de décadas de violencia en el bienestar mental de una población rara vez se considera una amenaza para la estabilidad. El trauma es un obstáculo para la paz y, sin embargo, los responsables políticos, los donantes y los gobiernos lo ignoran en gran medida (Yoder-Maina, 2020).

Otras publicaciones útiles en este campo:

Estudio de Liza Hester sobre la construcción de la paz desde la perspectiva del trauma - [Liza Hester](#) ofrece pasos prácticos para mejorar la práctica de la construcción de la paz desde la perspectiva del trauma, y además proporciona explicaciones útiles sobre las formas en que los jóvenes son vulnerables a los traumas psicológicos, pero también sobre cómo esto influye en su capacidad para participar en los programas.

Appendix I

Further examination of the pathways that connect childhood experience to adult health complications and social & behavioural difficulties.

We can understand this further if we break down some human emotional circuitry: this includes the opioid and dopamine systems (which handle endorphins, motivation, pleasure, learning, pain regulation, stress and joy); the stress response; and self-regulation led by the prefrontal cortex (to maintain emotional stability) (Berke 2018, Mate 2018).

The child's emotional environment, established by loving interactions and consistent attention from a primary, non-stressed caregiver (Mate, 2018) is absolutely essential to establishing the groundwork for circuitry which will deal with stressors in the future. There is a growing body of evidence which supports this: see Sheridan and McLaughlin, 2014; Maté, 2018; Perry, 2014; Zarse et al., 2019; Teicher, 2005; Anda & Feletti, 2006.

In terms of the stress response itself, research further indicates that chronic stress in childhood can lead to a hyper or blunted cortisol response that is associated with social and behavioural difficulties (Bowes & Jaffee 2013, Miller et al 2007). Considerable exposure of stress hormones has also been found to destroy neurons in the hippocampus (responsible for emotional processing and memory), and several studies cite a shrinking of the left-hippocampus in survivors of extreme abuse (Teicher, 2002; Bremner et al., 1997).

In general, it has been shown by increasing animal and human studies that very high or sustained levels of psychological stress, a deprivation of primary attachments and/or maltreatment in childhood has a severe influence over adult behaviour (See Zarse et al (2019). The well cited ACE (adverse childhood experiences) study by Felitti and others (1998) brought to light the understanding that these exposures concierge dose-dependently to significantly increase the risk for many related mental illnesses, addictions, and multi-organ medical diseases.

The Stress Response:

The stress response is mounted by an organism when it is confronted with a real or perceived threat that requires excessive demands on its coping mechanisms (whether biological or psychological) (6).

The system is designed to maintain homeostasis - an internal chemical and biological stability. To do so, it orchestrates the release of hormones like adrenaline and cortisol, which affect the function of almost every organ in the body: heart, lungs, bones, immune system, gut, muscles, emotional centres in the brain. This response is essential for the body to be equipped to manage the threat(7).

Sustained stress, however, has negative impacts on the brain, particularly affecting the hippocampus, which results in cognitive and mood disturbances(8). It also disrupts other functions, such as the central nervous system, metabolic processes, the cardiovascular system, the immune system and the ageing process of cells. This links stress to the development of issues such as diabetes II, lower life expectancy (9), obesity, high blood pressure, and other risk factors for coronary heart disease (10).

The very real influence of adverse developmental environments is exemplified by the fact that one's risk of having a heart attack is greater if you suffered over 3 adverse childhood experiences, than if you smoke two packets of cigarettes every day (Perry, 2014).

Studies show that high early adversity in the absence of resilience factors can damage capacity for future parental attachment, as well as nurturing and protective behaviours, thus eliciting transgenerational cycles of trauma related illnesses (Zarse et al, 2019). Sheridan & McLaughlin (2014) provide a useful summary of animal and human studies noting that early threat exposure or deprivation is consistently associated with reduced hippocampal volume, poor learning and memory function, elevated reactivity to threatening stimuli, higher function of the amygdala (which handles threats), attention biases that facilitate the identification of threats.

Bibliografía

1. Mate, G. (2017, Septiembre 14). El trauma es la desconexión con uno mismo. Obtenido de YouTube: https://www.youtube.com/watch?v=6P_Gi6Z9_LM&feature=youtu.be&fbclid=IwAR24QpFWLoFrUXGfxf1VEOIG4PUnD-NJV3CIdLSARSGi3WxFMuUy7r0l
2. Herman, J. L. (1997). Trauma y recuperación (Rev. ed.). New York: BasicBooks.
3. Sotieva, L. & Schofield, J. (2021) Collective Wounds – Trauma social y el conflicto en Karabakh Conflict. Indie Peace
4. Yoder-Maina, A (2020) Un enfoque de consolidación de la paz centrado en la curación: A grounded theory using a trauma-informed lens. Facultad de Ciencias Sociales y Relaciones Internacionales, (PUC).
5. Perry, B. (2014) Desarrollo social y emocional en la primera infancia, presentación en el Festival de Humanidades de Chicago, 11 Dec 2014, obtenido de Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=vkJwFRaWDNE>
6. Cabrera, M. (2003). Vivir y sobrevivir en un país con múltiples heridas. Ponencia presentada en la Universidad de Kalgenfurt. Kalgenfurt, Germany.
7. König, U., Reimann, C. (2018) Cerrar una brecha en la transformación de conflictos: Comprender el trauma colectivo y transgeneracional.
8. Mate, G. (2018) En los reinos de los fantasmas hambrientos, encuentros cercanos con la adicción. 2018 Edición rústica. Londres Vermillion, Penguin Random House UK.
9. König & Reimann, 2018
10. Mate, 2018
11. Sheridan, M. A. and McLaughlin, K. A. (2014) 'Dimensiones de la experiencia temprana y desarrollo neuronal: privación y amenaza', Trends in cognitive sciences., 18(11), pp. 580-585.
12. Mate, 2018
13. Perry, 2014
14. Mate, 2018
15. López, B. (2018, November 9). Seminario en línea: Transformación de conflictos basada en el trauma. Nairobi, Kenya: <http://www.cwwpp.org/yoder-lopez.html>.
16. Miller, G.E., Chen, E. and Zhou, E.S., 2007 Si sube, ¿debe bajar? El estrés crónico y el eje hipotalámico-hipofisario-adrenocortical en humanos. Boletín psicológico, 133(1), p.25.
17. Hester, L., 2016. Examinando la construcción de la paz a través de la lente del trauma: Reflexiones de profesionales sobre programas para jóvenes expuestos a estresores traumáticos en conflictos intergrupales. Estudios sobre la paz y los conflictos, 23(2), p.3.
18. Kira, I.A., Omidy, A.Z. and Ashby, J.S., 2014. Trauma acumulativo, valoración y afrontamiento en adultos palestinos e indios americanos: Dos estudios transculturales. Traumatology: An International Journal, 20(2), p.119.
19. Mate, 2018
20. Sheridan and McLaughlin 2014;
21. Mate, 2018
22. Perry 2014
23. Zarse, E. M., Neff, M. R., Yoder, R., Hulvershorn, L., Chambers, J. E., & Chambers, R. A. (2019). El cuestionario de experiencias infantiles adversas: dos décadas de investigación sobre el trauma infantil como causa principal de enfermedades mentales, adicciones y enfermedades médicas en la edad adulta. Medicina Cognitiva, 6(1), 1581447.
24. Teicher, Martin: (2005): Cicatrices que no sanan: la neurobiología del abuso infantil.
25. Anda, R.F., Felitti, V.J., Bremner, J.D., Walker, J.D., Whitfield, C.H., Perry, B.D., Dube, S.R. and Giles, W.H., 2006. Efectos duraderos del maltrato y las experiencias adversas relacionadas en la infancia: Una convergencia de pruebas procedentes de la neurobiología y la epidemiología. Archivos europeos de psiquiatría y neurociencia clínica, 256, pp.174-186.

26. Eisenberg, L. 1990. El contexto biosicosocial de la crianza en las familias humanas. En: Krasnegor, N. y RS, B. (eds.) *Mammalian Parenting: Biochemical, Neurobiological, and Behavioural Determinants*. New York: Oxford Univ. Press.
27. Ibid.
28. Meaney, M. J. (2001) 'Maternal care, gene expression, and the transmission of individual differences in stress reactivity across generations', *Annual review of neuroscience*, 24(1), pp. 1161-1192.
29. Zarse, E. M., Neff, M. R., Yoder, R., Hulvershorn, L., Chambers, J. E., & Chambers, R. A. (2019). El cuestionario de experiencias infantiles adversas: dos décadas de investigación sobre el trauma infantil como causa principal de enfermedades mentales, adicciones y enfermedades médicas en la edad adulta. *Cogent Medicine*, 6(1), 1581447.
30. Alexander, B. K. (2000) 'La globalización de la adicción', *Addiction Research*, 8(6), pp. 501-526.
31. Alexander, 2000; Mate, 2018
32. Aubrey, M., et al. (2016) Enseñando paz, Construyendo Resiliencia, Evaluación del impacto de la educación para la paz entre los jóvenes sirios. *International Alert*.
33. Cabrera, 2003, pg. 1
34. UNHCR Figures at a Glance (2022) <https://www.unhcr.org/us/about-unhcr/who-we-are/figures-glance>
35. Tankink, M., & Bubenzer, F. (2017). Construir una paz sostenible mediante un enfoque integrado de la consolidación de la paz y la salud mental y el apoyo psicosocial: Una revisión de la literatura. *Intervención*, 15(3), 199 - 214.
36. Micha Popper, (2001) *Hypnotic Leadership: Líderes, seguidores y la pérdida de uno mismo*, Praeger, 2001, p.25
37. Prospect Magazine, (2020) [Quien tiene la culpa de Boris Johnson?](#)
38. ; Guardian, (2020) [El padre abusivo de Donald Trump](#)
39. Yoder-Maina, 2020
40. Mate, 2018
41. Johnson, L, (2020) Episode 6 Dr Lucy Johnstone sobre el Marco de Significado de la Amenaza de Poder. Obtenido de YouTube: [Power Threat Meaning Framework](#)
42. Charlson, F., van Ommeren, M., Flaxman, A., Cornett, J., Whiteford, H. and Saxena, S., 2019. Nuevas estimaciones de la OMS sobre la prevalencia de los trastornos mentales en situaciones de conflicto: revisión sistemática y metaanálisis. *The Lancet*, 394(10194), pp.240-248.
43. Johnson, 2020
44. Mate, G. (2023) Trauma, enfermedad y curación en una cultura tóxica, ponencia en el Troxy de Londres. 25th September 2023.
45. Yoder-Maina, 2020, pg 158
46. Yoder-Maina, 2020
47. Rasmussen, B., 2019. Los efectos del tratamiento del trauma en el terapeuta. En *Trauma: Contemporary directions in trauma theory, research, and practice* (pp. 354-384). Columbia University Press König & Reimann
48. König & Reimann, 2018
49. Pearlman, L. A., & Mac Ian, P. S. (1995). Traumatización vicaria: Un estudio empírico de los efectos del trabajo con trauma en terapeutas de trauma. *Psicología profesional: Investigación y práctica*, 26(6), 558-565
50. Hester, 2016
51. Sotieva & Schofield, 2021
52. Yoder-Maina, 2020
53. Yoder-Maina, 2020
54. Hester, 2016
55. Yoder-Maina, 2020, pg 156

56. Rutter, M., 2012. La resiliencia como concepto dinámico. *Desarrollo y psicopatología*, 24(2), pp.335-344.
57. Perry, 2014
58. Hester, 2016
59. Ibid
60. Ibid
61. Ibid
62. Akello, G., Reis, R. and Richters, A., 2010. Silenciar a los niños angustiados en el contexto de la guerra en el norte de Uganda: Un análisis de su dinámica y sus consecuencias para la salud. *Ciencias Sociales y Medicina*, 71(2), pp.213-220.
63. Ibid
64. Sotieva & Schofield, 2021

