

Apego, Auto-Regulación y Competencia (ARC): Compendio basado en los componentes de un modelo de intervención para el trauma infantil complejo

ARC fue desarrollado por
Kristine Kinniburgh, LICSW
Margaret E. Blaustein, Ph.D.

El Centro de Trauma de "Justice Resource Institute"

*Presentado por
Margaret E. Blaustein, Ph.D.*

www.traumacenter.org

Preguntas guía:

- 1era pregunta: ¿Cómo tratamos el trauma infantil?
- 2da pregunta: ¿Cómo definimos “trauma”?
- 3ra pregunta: ¿Qué es lo que estamos tratando?

Entendiendo el trauma en la niñez

- Las experiencias traumáticas son las que se consideran *abrumadoras* y dejan a una persona sintiéndose impotente, vulnerable o muy asustada. La experiencia del trauma es *subjetiva* y está *vinculada con el desarrollo*.
- La naturaleza polifacética del trauma:
 - Daño manifiesto (por ej.: abuso físico/sexual)
 - Incumplimiento de satisfacer necesidades (por ej.: negligencia)
 - Contexto interpersonal (por ej.: traición a las expectativas de cuidado, pérdida, abandono, modelos de funcionamiento)
 - Causante de retos en el desarrollo

Las facetas múltiples llevan a resultados complejos

- Expectativas de daño (por parte del mundo y los demás)
- Dificultad para establecer relaciones
- Dificultad para manejar, entender y regular los sentimientos y la conducta
- Un entendimiento impactado / fragmentado del yo
- Retos del desarrollo (solución de problemas, autonomía, imaginación, desempeño académico, etc.)

El problema de tratar el trauma complejo

- Necesidad de una intervención que:
 - Pueda abordar el continuo de las exposiciones (facetas de lo crónico y agudo), incluyendo la exposición en curso
 - Esté integrada en un marco de trabajo social/contextual
 - Sea sensible a las competencias y deficiencias del desarrollo individual y flexible en su enfoque
 - Aborde las necesidades y fortalezas individuales, familiares y sistémicas

La influencia dual del trauma en el desarrollo

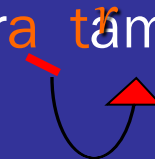
- Establecer prioridad para los ámbitos de destrezas / competencias / adaptación que ayudan al niño a *sobrevivir en su ambiente y a cumplir con sus necesidades inmediatas físicas, emocionales y relacionales*
- Restar énfasis a los ámbitos de desarrollo que tienen menos relevancia inmediata para la supervivencia

Por lo tanto el “tratamiento” implica...

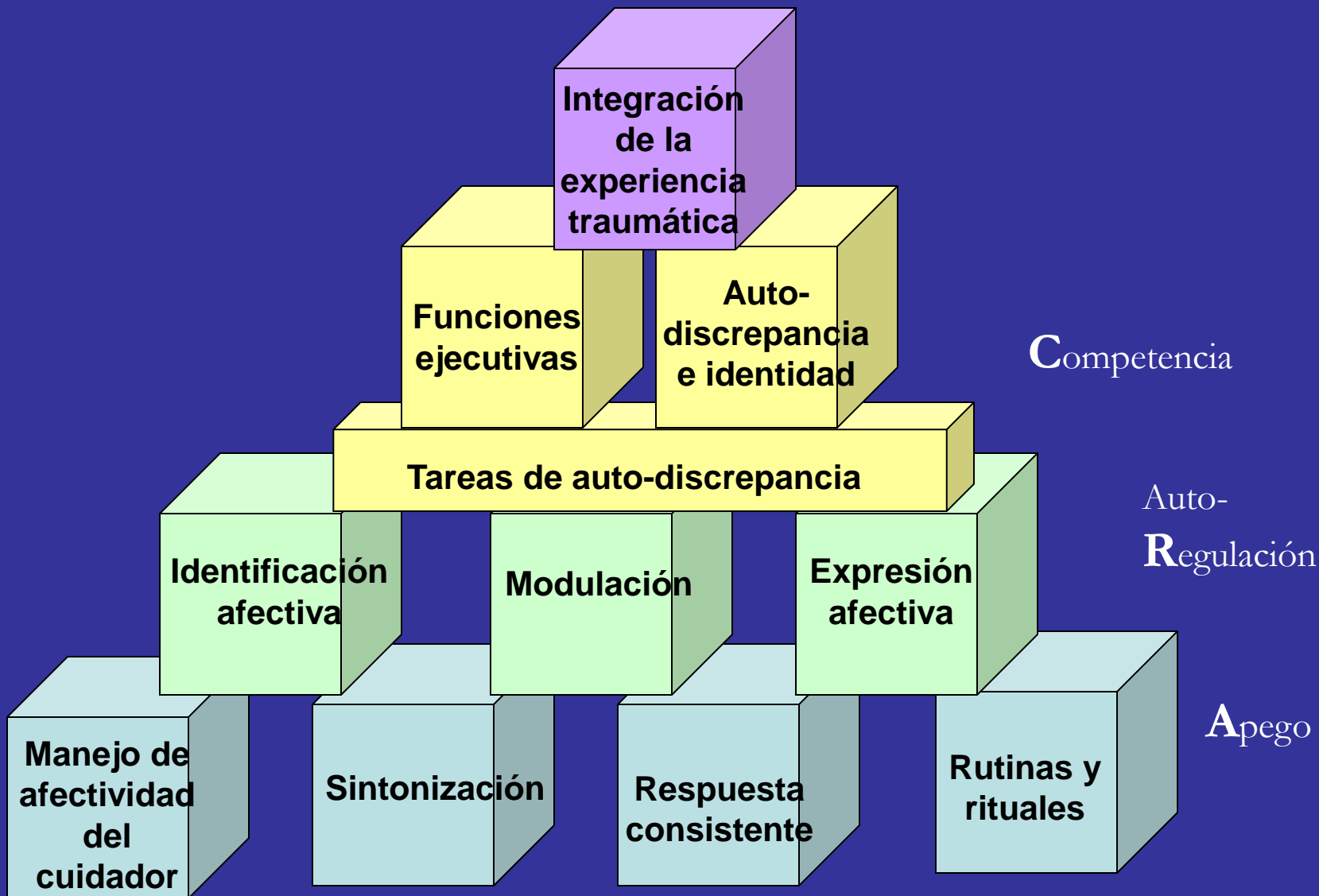
- Crear / mejorar / apoyar el entorno circundante y las relaciones con la capacidad de sustentar un desarrollo infantil saludable
- Apoyar a la juventud (y sus sistemas) en el reconocimiento de las “fortalezas” de supervivencia y en la reorganización de las mismas hacia un compromiso activo, actual y orientado en las metas
- Apoyar la creación / mejora de las competencias del desarrollo normativo

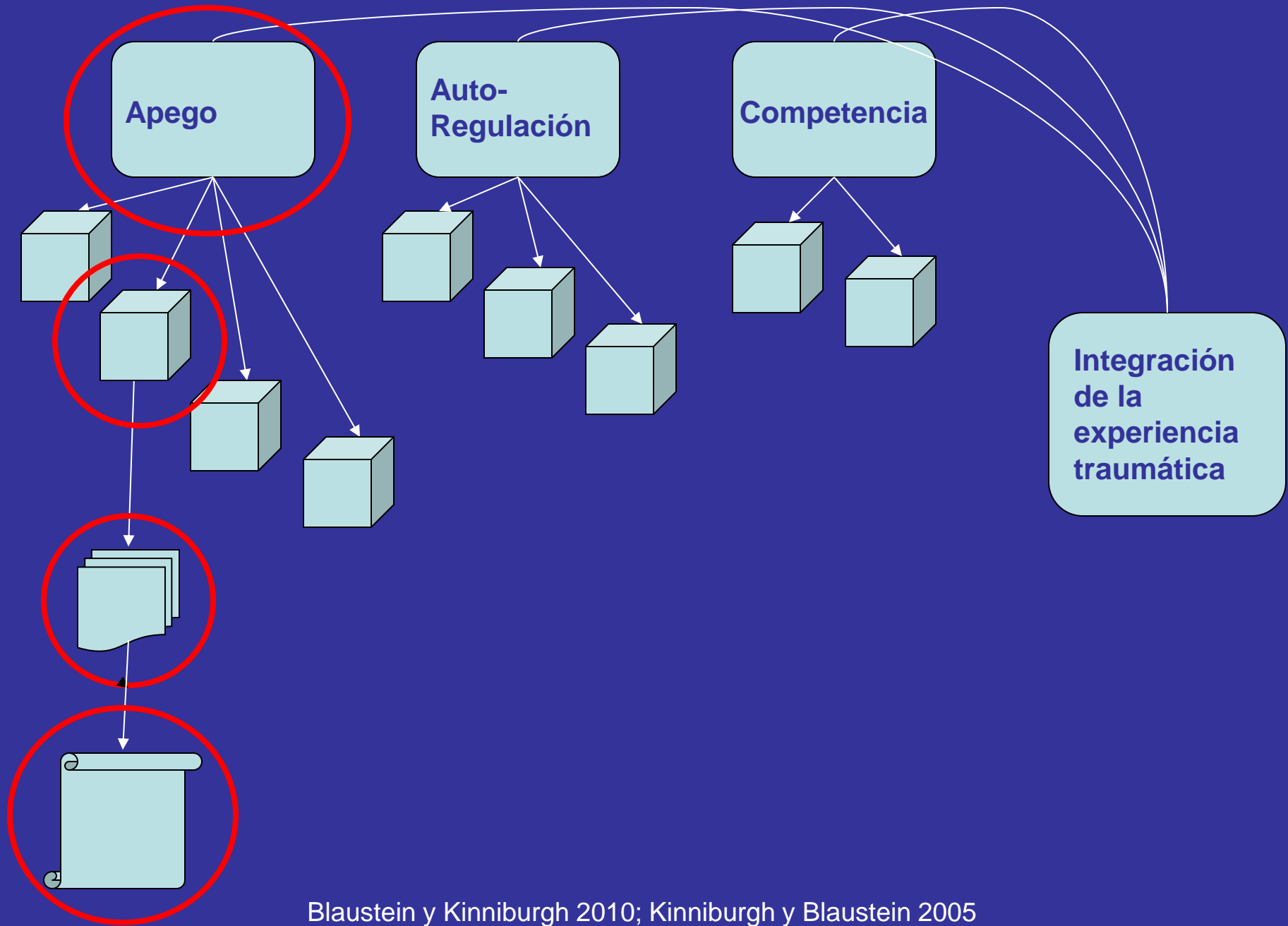
¿De dónde viene ARC?

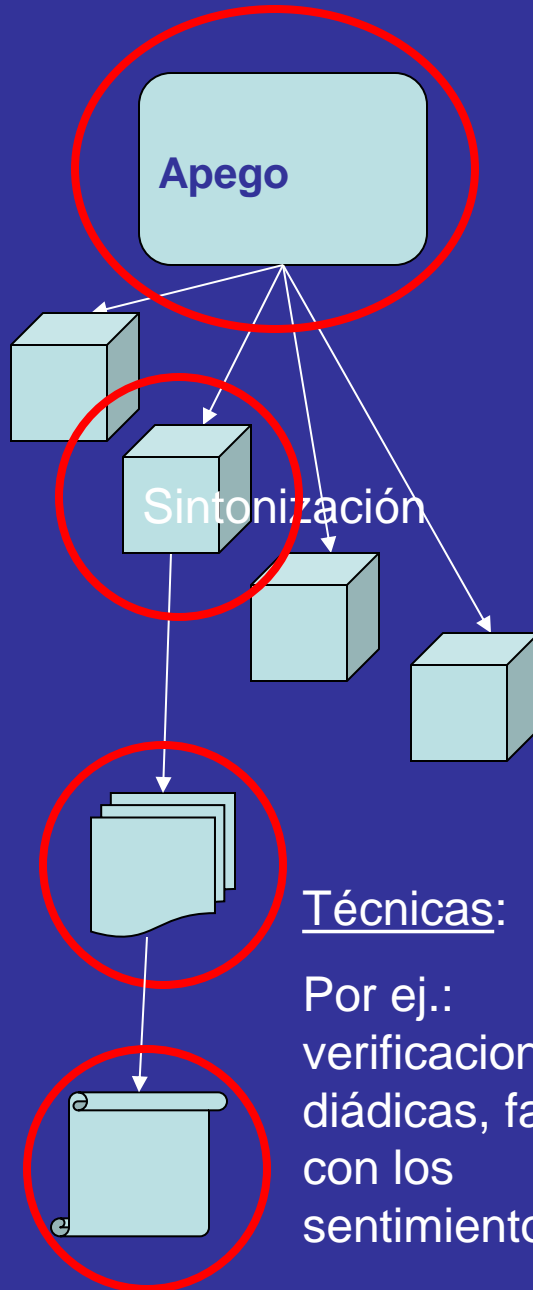
- La traducción de varios principios en una variedad de ambientes (cuidado ambulatorio y residencial, escuelas, hogar)
 - O... ¿qué es lo que realmente hacemos?
- ¿“Práctica basada en la evidencia”?
 - O... ¿cómo encajar niños de carne y hueso en encasillados científicos?
- Mantenerse fiel al proveedor interno
 - O... mantener el arte en el tratamiento



Los 10 bloques de construcción de ARC







Concepto del ámbito general / principal:
 Crear sistemas de cuidado seguros /
 informados en el trauma y relaciones
 seguras que apoyen a los niños /
 adolescentes

Objetivo / Meta central: Ayudar a
 los cuidadores a entender mejor a
 los niños / adolescentes

Subdestrezas fundamentales:

- Sintonización paralela a los cuidadores
- Creación de una curiosidad activa
- Creación de destrezas miméticas
- Uso de las destrezas de sintonización como apoyo para la regulación juvenil
- Creación de un compromiso de participación placentero / positivo

Técnicas:

Por ej.:
 verificaciones
 diádicas, farsas
 con los
 sentimientos, etc.

Componentes potenciales de ARC

- Integración en el trabajo clínico (estructurado y sin estructurar); aplicación individual y/o diádica
 - Apoyo al cuidador (individual o grupal)
 - Talleres de adiestramiento para el cuidador
 - Tratamiento grupal
 - Adiestramiento en ese entorno, consulta y apoyo al personal
 - Aplicación sistémica/en el entorno
 - Aplicaciones con base comunitaria
- Importancia de construir un equipo interno para apoyar las metas de integración

Ejemplo de un plan para sistemas específicos de una niña

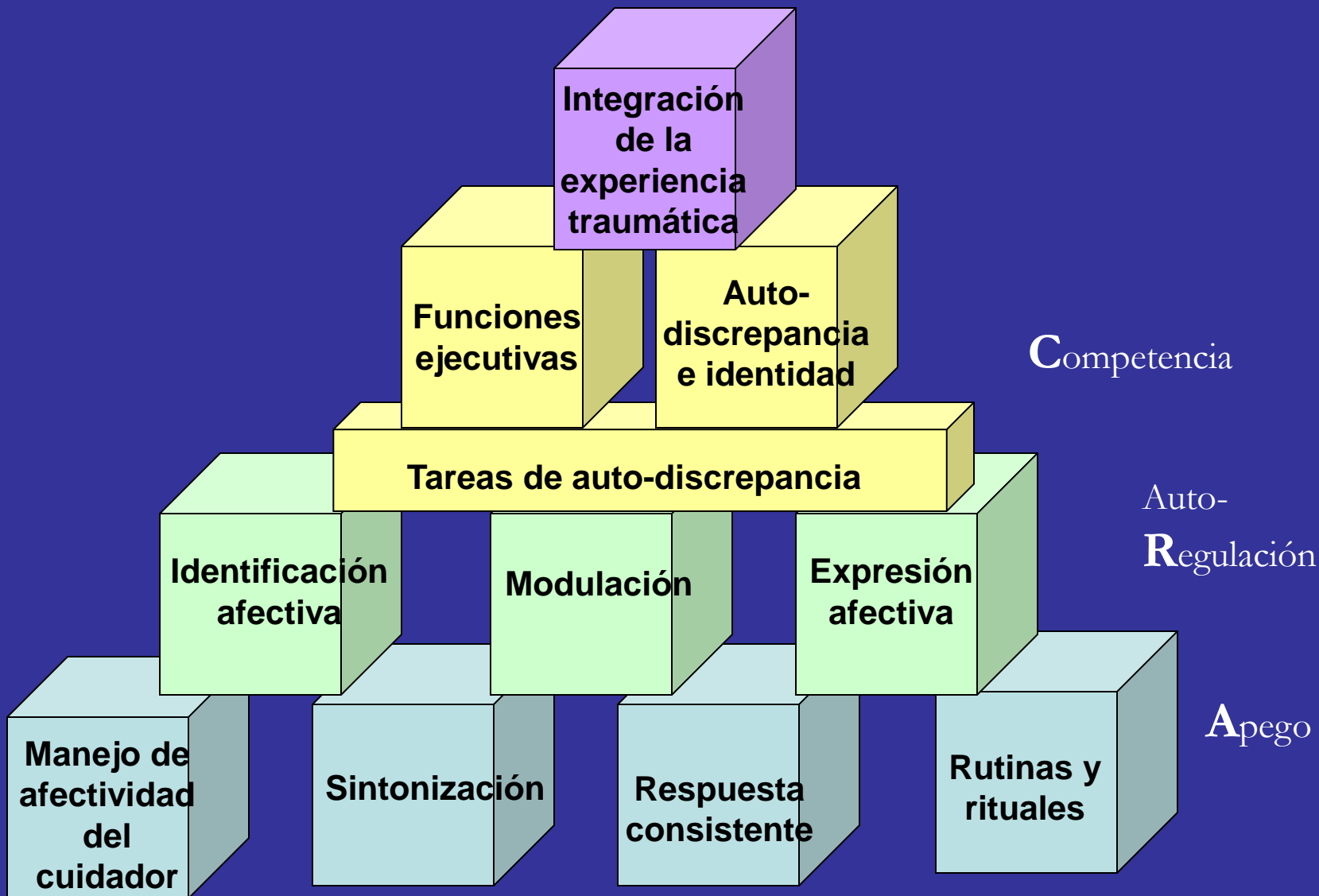
Meta	Clínico	Niña	Madre adoptiva	Maestra	Coordinador del caso
Mejorar la habilidad de Emily para manejar la excitación emocional	El clínico brindará apoyo a E. para que identifique las claves internas de malestar (Identif. afect.) y para que identifique y practique las destrezas de afrontamiento (Modulación)	E. identificará y practicará 3 estrategias de afrontamiento para usarlas cuando se sienta alterada (Mod)	La MA se asegurará (a) de que se tengan listas las herramientas de afrontamiento (Sinto/Mod); (b) dará claves a E. para que use las herramientas cuando sea apropiado (Sinto); (c) practicará su manejo de afectividad para que pueda apoyar a E. (Man. afec. cuid.)	La maestra (a) tendrá disponibles herramientas para la “compulsividad” en clase (Sinto/Mod); (b) colaborará con E. y la consejera escolar para permitir a E. “tomar recesos” cuando los necesite (Sinto/Mod)	El coor. del caso trabajará con E. para identificar las actividades con base comunitaria que apoyen la modulación natural (por ej.: artes, equipos deportivos) (Sinto/Modu)

Vinculando el trauma y las destrezas que se tienen como objetivo

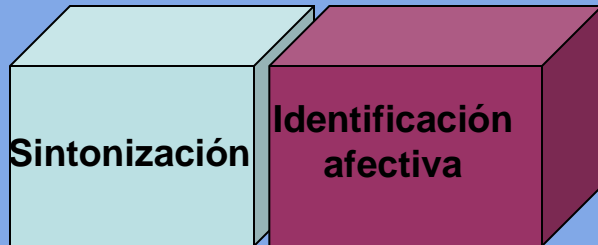
- **Reconocer** a los clientes en su totalidad – experiencias pasadas, realidad actual, fortalezas, vulnerabilidades, posibilidades, etc.
- **Validar** la naturaleza adaptable (a menudo angustiante) de los comportamientos
- **Educar** sobre la respuesta al trauma, los desencadenadores y los vínculos entre la experiencia pasada y la respuesta actual
- **Involucrar** a los clientes en el entendimiento del pasado y en la exploración y definición de los patrones presentes y futuros del yo, y en el desarrollo de la **participación agentiva** en el proceso de crecimiento
- **Crear y apoyar** las destrezas de desarrollo

Cómo abordamos las metas: Un acercamiento integrado y enfocado

Los 10 bloques de construcción de ARC

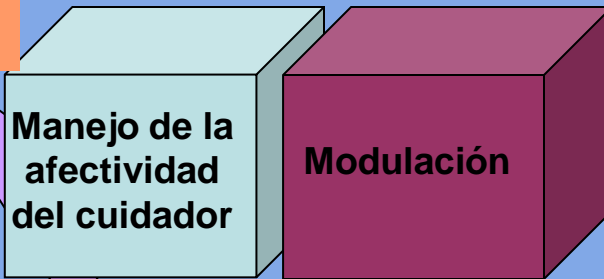
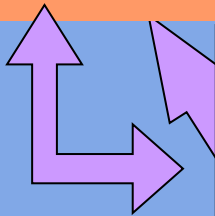


ARC – Enfoque integrado



Crear conciencia en el niño y en el cuidador de la experiencia del yo y de los demás: “(yo) – curiosidad reflexiva”

Observar

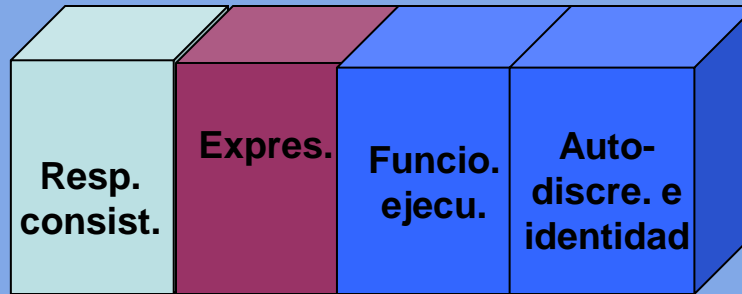
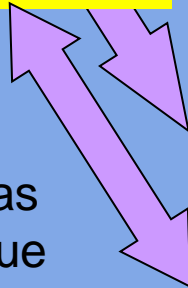


Crear la habilidad del niño / cuidador de usar herramientas, estructuras y recursos para manejar la excitación y emoción y así lograr un estado confortable y eficaz para abordar las preocupaciones identificadas

Modular

Rutinas y rituales

Las estructuras y los ritmos que sostienen todas las metas



Hacer

Participar activamente en tareas cognitivas más complejas que brinden apoyo juvenil al manejo de conducta, tomar decisiones activas, conectar con los demás, entenderse a sí mismos y a su mundo.

Integración de la experiencia traumática: capacidad de participar eficazmente en el momento; meta de nuestra secuencia

Apego

Meta central: Creación de un entorno seguro (**sistema informado del trauma**) y relaciones seguras y capaces de apoyar a los niños y adolescentes para satisfacer sus necesidades de desarrollo, emocionales y relacionales.



Nuestras metas integradas para el sistema de cuidado:

- Ser conscientes, reflexivos y estar sintonizados con su propia experiencia, particularmente en el contexto de brindar cuidado (“Observar”)
- Tener herramientas y apoyos para manejar adecuadamente esa experiencia (“Modular”)
- A su vez, ser capaces de ser conscientes, reflexivos y estar sintonizados con la experiencia del (de los) niño(s) bajo su cuidado... (“Observar”)
- ...permitirles que apoyen la experiencia y las competencias de desarrollo de su niño (“(Co-)Modular” / “Hacer”)

Abordamos estas metas por medio de:

- La creación de la experiencia regulada, emocional y fisiológica del cuidador (**Manejo de la afectividad del cuidador**)
- El apoyo al ritmo de la relación paternofilial (**Sintonización**)
- El aumento del uso de métodos sintonizados y regulados al responder a las conductas infantiles (**Respuesta consistente**)

Apoyando las metas con estructuras: El rol de la rutina

Rutinas y rituales

- El trauma suele asociarse con el caos y la pérdida de control; la predictibilidad ayuda a generar sentimientos de seguridad en los niños y adultos impactados por el trauma
- La repetición es una forma importante con la que todas las personas adquieren destrezas
- Las rutinas se usan para:
 - (a) apoyar el sentido de seguridad y modulación, por medio del establecimiento de la predictibilidad; y
 - (b) apoyar y reforzar las metas fundamentales
- Las rutinas cambiarán de forma natural con el paso del tiempo.



MODULAR

Manejo de la afectividad del cuidador

- *La idea principal: Apoyar al sistema de cuidado infantil – sean los padres o los profesionales – en el entendimiento, manejo y afrontamiento de sus propias respuestas emocionales, de manera que estén mejor capacitados para brindar apoyo a los niños bajo su cuidado.*

El ciclo del trauma

	Joven	Cuidador / Personal	Proveedor
Cognitivo	<p>Soy malo/a, indeseable e inservible.</p> <p>La gente es peligrosa. No puedo confiar en nadie.</p>	<p>Soy incompetente.</p> <p>Este/a niño/a está dando problemas. Está creando un caos para todo el mundo.</p>	<p>Soy incompetente.</p> <p>Esta familia/ madre es tan difícil. Tienen que hacer tan solo lo que yo diga.</p>
Emocional	Vergüenza, rabia, miedo, desesperanza	Frustración, ansiedad, impotencia	Frustración, rabia, desgaste, pérdida de empatía
Conducta (Estrategia de afrontamiento)	Evasión, agresión, rechazo preventivo y autoprotección.	Reaccionar exageradamente, controlar, desconectarse emocionalmente.	Reactividad, control, respuestas punitivas
El ciclo	“Me están controlando; tengo que pelear con más fuerza”.	<p>“Sigue peleando conmigo; más vale que sea más fuerte”.</p> <p>“Este proveedor no entiende; no voy a molestarte”.</p>	“Tengo que aumentar la presión o esta familia nunca va a hacer lo correcto”.

Manejo de la afectividad del cuidador

Objetivos principales

- (1) Psicoeducación y despersonalización
 - Normalizar las respuestas del cuidador y despersonalizar las conductas / reacciones del joven
- (2) Identificar las situaciones difíciles
 - Crear conciencia de las situaciones desafiantes
- (3) Destrezas para el automonitoreo
 - Mejorar la capacidad de “sintonizarse” con las propias reacciones
- (4) Autocuidado y apoyo
 - Crear destrezas de afrontamiento y sistemas de apoyo que faciliten el manejo de la afectividad del cuidador

OBSERVAR



Creación / Apoyo de la curiosidad del cuidador: SINTONIZACIÓN

- *La idea principal: Apoyar al sistema de cuidado infantil – sean los padres o los profesionales – en el aprendizaje de cómo entender y responder con precisión y empatía a las acciones, comunicaciones, necesidades y sentimientos infantiles.*

Sintonización

- ¿Qué significa estar “en sintonía” con alguien?



Consideraciones de la sintonización

- Meta principal: Crear un ritmo en la relación.
- El fundamento para el ritmo es una postura curiosa: el supuesto de que los comportamientos de la juventud tienen sentido y el deseo de responder adecuadamente.
- Las conductas difíciles a menudo son fachadas para las necesidades insatisfechas o la afectividad desregulada; por lo tanto, un reto clave de la sintonización es identificar la función del comportamiento juvenil
- La sintonización es un proceso en curso e incluye la *percepción* así como la *respuesta*
- **El proceso paralelo**: la sintonización con, y la validación de, la experiencia del cuidador es un prerrequisito para abordar la sintonización del cuidador con la experiencia juvenil

Sintonización

Objetivos principales

- 1) Crear un entendimiento de las conductas y comunicaciones juveniles (ayudar a los cuidadores a convertirse en “detectives de los sentimientos”)
- 2) Observar, validar y verbalizar la experiencia juvenil; usar la reflexión para reproducir la comunicación infantil/adolescente
- 3) Usar las destrezas de sintonización para apoyar la regulación infantil
- 4) Buscar oportunidades para crear fluidez y placer en la participación diádica

HACER



El problema con simplemente “hacer”

- Los acercamientos del tratamiento suelen saltar a la etapa de “hacer”: fijación de límites, solución de problemas, procesamiento, etc.
- El reto: en ausencia de un estado interno modulado y de una capacidad reflexiva, la *acción* no suele ser ni eficaz ni estar integrada con la experiencia actual
- OBSERVAR y MODULAR es hacer: la curiosidad reflexiva es la esencia de la capacidad de vivir y funcionar en el presente
- EL MOMENTO IMPORTA: Integrar las destrezas del “hacer” en conjunto con la capacidad infantil y del cuidador para observar y modular

Respuesta consistente

- *La idea principal: Apoyar al sistema de cuidado, ya sea familiar o programático, en la creación de respuestas predecibles, seguras y apropiadas para las conductas infantiles, de manera que se reconozca y tenga sensibilidad al rol que desempeñan las experiencias pasadas en las conductas actuales.*

Respuesta consistente: Dos metas principales

- (1) Incorporar el *entendimiento* del sistema sobre la conducta juvenil en su respuesta *a la* conducta (por ej.: incorporar la sintonización en las estrategias de manejo juveniles, idealmente reduciendo la necesidad de los límites)
- (2) Crear respuestas a la conducta que sean consistentes, apropiadas y sensibles a las influencias del trauma en las respuestas juveniles (por ej.: crear respuestas consistentes que aumenten, en lugar de *disminuir*, el sentido de seguridad)

Auto-Regulación



Meta central: Apoyar la habilidad juvenil para manejar la experiencia segura y eficazmente a muchos niveles: emocionales, fisiológicos, cognitivos y conductuales; esto incluye la capacidad de identificar, acceder, modular y compartir varios aspectos de la experiencia

OBSERVAR



Creación / Apoyo de la curiosidad juvenil: Identificación afectiva

- La idea principal: Trabajar con los niños para crear conciencia de la experiencia interna, la habilidad para discriminar y nombrar estados emocionales y un entendimiento de dónde vienen esos estados.

Identificación afectiva

- Objetivos / Destrezas específicos:
 - Proporcionar psicoeducación sobre los sentimientos y la importancia de sus roles
 - Crear un entendimiento de los desencadenadores y la respuesta al peligro
 - Mejorar la capacidad infantil de identificar con precisión, a un nivel apropiado para su edad, la experiencia interna (emociones, energía/excitación)
 - Lenguaje para las emociones y la energía/excitación
 - Conexión entre los sentimientos, sensaciones corporales, pensamientos y conductas; entender los vínculos y usar estas “claves” para entender la experiencia
 - Contexto: entender las experiencias que suscitan emociones y excitación
- Mejorar la capacidad infantil para identificar, a un nivel apropiado para su edad, la emoción en los demás

Ejercicio para los adolescentes: Qué sientes....

- Escucha una pieza musical....
 - ¿Cuál crees que sea la emoción de la música? (Del compositor / cantante / banda / etc.)
 - ¿Cómo te hace *sentir* la música?
 - ¿Qué hace la música con tu energía? Piensa en una palabra relacionada con energía y que vaya con la música.
 - Si esto fuera música de fondo para alguna película, ¿qué clase de escena estaríamos viendo?
 - ¿Esta música te recuerda a algo o a alguien? ¿Te hace pensar en algo?



MODULAR

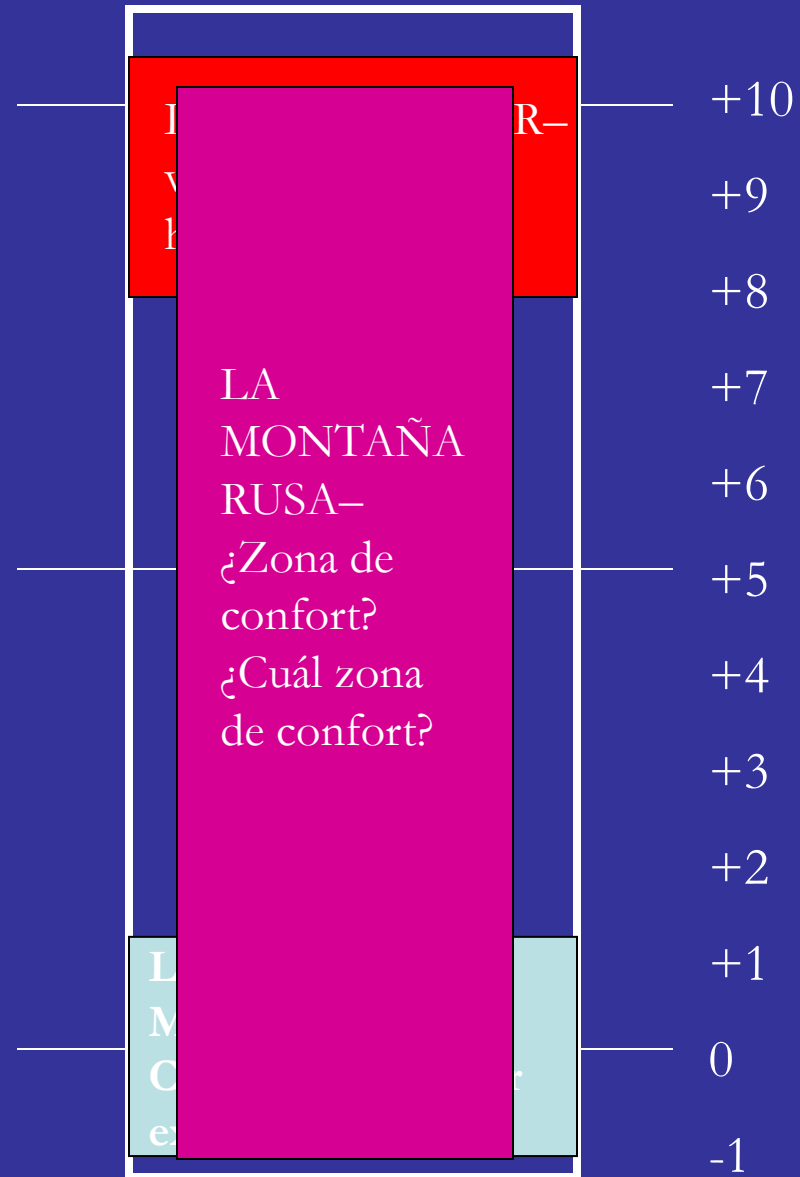
Modulación

- *La idea principal: Trabajar con los niños para desarrollar estrategias seguras y eficaces para tolerar y regular la experiencia fisiológica y emocional, con el propósito de mantener un estado de excitación confortable y eficaz.*

Dirigir la creación de las destrezas de acuerdo a las necesidades infantiles

- Se pueden presentar retos en la “auto-regulación” de muchas maneras; ¿de qué formas el niño o adolescente está tratando de modular en este momento?
- Muchos comportamientos inquietantes representan el intento infantil/adolescente de tener capacidad de afrontamiento; trabaje para entender la *función* detrás de la conducta y apoye estrategias alternativas

Diferencias individuales: La zona de confort



Modulación

Objetivos / Destrezas específicos :

- Crear un entendimiento de los estados *confortables* y *eficaces*
- Crear un entendimiento de los grados de sentimientos y energía
- Explorar los estados de excitación y las actividades que los impactan, y crear una caja de herramientas
- Apoyar y facilitar estrategias que conduzcan eficaz y confortablemente a los cambios anímicos deseados.

HACER



Expresión:

- La idea principal: Ayudar a los niños a crear destrezas y tolerancia para compartir eficazmente su experiencia interna con los demás

Expresión: Objetivos / Subdestrezas principales

- Abordar las barreras para la expresión, incluyendo el rol de la vulnerabilidad y vergüenza
- Identificar / establecer recursos para una expresión segura
- Crear oportunidades para la expresión por medio de estructuras que fomenten la comunicación
- Apoyar la comunicación al enseñar y servir de modelo para destrezas eficaces:
 - Destrezas eficaces de comunicación no verbal
 - Destrezas eficaces de comunicación verbal
- Crear y apoyar foros para la autoexpresión

Competencia: Panorama general

Meta central: Crear las destrezas fundamentales necesarias para un desarrollo y resiliencia continuos, al apoyar las capacidades reflexivas claves, incluyendo la habilidad para fijar metas y tomar decisiones activas, y un sentido del yo apropiado para su edad



Funciones ejecutivas

- La idea principal : Trabajar con los niños para actuar, en lugar de reaccionar, usando procesos cognitivos de orden superior con el propósito de lograr las metas identificadas

Apoyo para las funciones ejecutivas

- Apoyar al cliente para que reconozca activamente su propia habilidad para hacer elecciones y tener poder (autonomía)
- Apoyar la evaluación activa de las situaciones (identificación afectiva / sintonización)
- Apoyar y crear la capacidad del cliente para inhibir la respuesta (modulación)
- Apoyar al cliente para que genere soluciones alternativas/ destrezas para la toma de decisiones (solución de problemas)

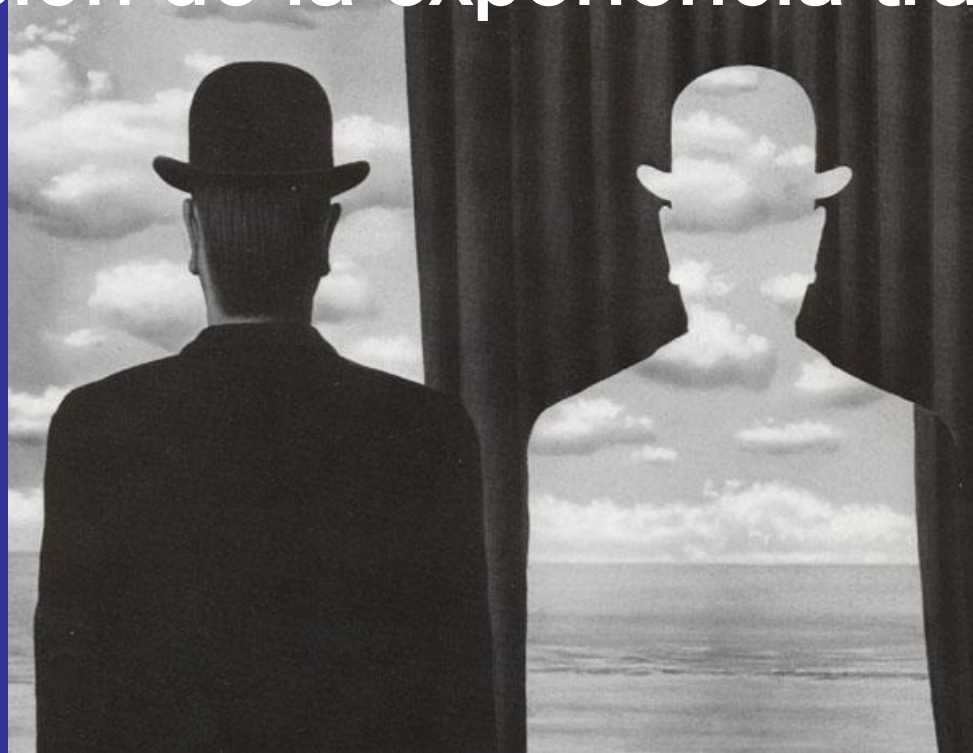
Yo e identidad

- La idea principal : Apoyar a los niños en la exploración y creación de un entendimiento del yo y de la identidad personal, incluyendo la identificación de cualidades únicas y positivas, la creación de coherencia entre el tiempo y la experiencia y el apoyo para la capacidad de imaginar, y trabajar para alcanzar una gama de posibilidades futuras

Objetivos del tratamiento: Facetas de la identidad

- **Yo individual:** Ayudar al niño a identificar sus atributos personales incluyendo lo que le gusta y no le gusta, valores, talentos, preferencias, opiniones, influencias familiares y culturales, creencias espirituales, etc.
- **Yo positivo:** Crear recursos internos y la identificación de aspectos positivos del yo
- **Yo cohesivo:** Ayudar al niño a crear un sentido de su yo en el cual integre los múltiples aspectos de las experiencias pasadas y presentes, e incorpore múltiples aspectos del yo
- **Yo futuro:** Crear la habilidad del niño para imaginarse a sí mismo en el futuro, y crear conexiones entre las actividades actuales y los resultados futuros
- Considerar: *Yo, Yo en contexto, Yo en relación a los demás*

Integración de la experiencia traumática



La idea principal: Trabajar con niños para **explorar activamente**, **procesar** e **integrar las experiencias históricas** en un entendimiento coherente y abarcador **del yo** para poder mejorar la capacidad infantil de participar eficazmente en la vida actual.

Los niños no son simplemente un compuesto de sus déficits, sino un conjunto de su propio ser, con fortalezas, vulnerabilidades, retos y recursos.

ARC proporciona un marco de trabajo que busca reconocer los factores que desvían del desarrollo normativo y trabajar con los niños, las familias y los sistemas para crear o reconstruir modelos de desarrollo saludables.

Treating Traumatic Stress in Children and Adolescents

How to Foster Resilience through
Attachment, Self-Regulation, and Competency



Margaret E. Blaustein | Kristine M. Kinniburgh

(Tratamiento de
estrés
traumático en
niños y
adolescentes)
Disponible
solamente en
inglés

**GUILFORD
PRESS**

- Para más información sobre ARC, o para proporcionar retroalimentación o sugerencias, por favor comuníquese con una de sus autoras principales :
 - Kristine M. Kinniburgh, LICSW
 - Margaret E. Blaustein, Ph.D.

The Trauma Center
1269 Beacon Street
Brookline, MA 02446
(617) 232-1303

www.traumacenter.org

kkinniburgh@jri.org

mblaustein@jri.org