

HERRAMIENTAS PARA ENFRENTAR EL TRAUMA PERSONAL POR EL CONFINAMIENTO Y EL DUELO CURSO VÍA STREAMING

Fecha: sábado 5, 12, 19 y 26 junio de 2021.

Horario: de 9:00 a 10:50 Hrs.

Perfil de público al que va dirigido: Dirigido a personas que trabajan con grupos vulnerables y profesionales de la salud mental, psicólogos, trabajadores sociales y público en general. **Entrada libre. Cupo limitado.**

Borra la Violencia A.C.

Es un movimiento que surge en 2012 como respuesta a la inquietud de ayudar a los niños, jóvenes y mujeres a tener un mejor futuro. Al descubrir que las principales barreras que frenan a los niños, jóvenes y mujeres son prevenibles decidimos hacerles frente entregando nuestras vidas a la misión de ayudarlos a alcanzar sus metas minimizando los riesgos a los que se enfrentan y dotándolos de lo necesario para hacerles frente. Hasta la fecha hemos trabajado en colaboración con Centros de Integración Juvenil, con el DIF y; con varias secundarias y preparatorias en la delegación Coyoacán en la prevención de la violencia escolar y de género.

Objetivo de aprendizaje:

- Entender lo que es el trauma y los efectos del estrés traumático por el confinamiento y las pérdidas.
- Comprender cómo el arte y la expresión creativa apoyan las habilidades de resiliencia y ayudan con los efectos del estrés traumático.
- Habilidades básicas para usar diferentes actividades para el autocuidado y el cuidado de otros.

Sesiones:

1. “El trauma y el espacio liminal”

Durante esta sesión analizaremos el trauma, sus efectos y consecuencias y nivel físico y mental. Además, trabajaremos el impacto que tiene el mantenerse en un espacio liminal y los retos de continuar el trabajo con grupos en movilidad.

2. “El desafío de Ulises”

Se trabajará el síndrome de Ulises y el poder de la imaginación para la construcción de la resiliencia. También se hablará sobre el arte como herramienta para la construcción de la resistencia.

3. “Espacios seguros”

Se analizarán los factores que favorecen la resiliencia y el cuidado del personal humanitario. Realizaremos actividades que ayudan a generar espacios que promueven y fortalecen el afrontamiento de las diferentes situaciones con las que se encuentran los grupos en movilidad.

4. “Retratos de un futuro”

Analizaremos los recursos internos y externos que nos permiten continuar con el propósito que nos sostiene. Exploramos con ayuda del arte, los caminos que nos ayudan a construir un futuro compartido.

Fuentes consultadas:

1. Achotegui, J. (1999). Los duelos de la migración: una perspectiva psicopatológica y psicosocial. En E. Perdiguero & J.M. Comelles (eds), Medicina y cultura, 88-100. Barcelona: Editorial Bellaterra.
2. Achotegui, J. (2009a). El Síndrome de Ulises. Síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple. (2a edición). Barcelona: El mundo de la mente. ISBN 978-84-613-3111-6.
3. A controlled early group intervention study for unaccompanied minors: Can Expressive Arts alleviate symptoms of trauma and enhance life satisfaction? December 2017. [Scandinavian Journal of Psychology](#) 58(6):510-518. DOI: [10.1111/sjop.12395](#)
4. Van der Kolk, B.A. (2014). El cuerpo lleva la cuenta: Cerebro, mente y cuerpo en la superación del trauma. Viking.
5. Melillo, A. & Suárez Ojeda, E. (2001). Resiliencia: descubriendo las propias fuerzas, Buenos Aires, Paidós
6. Levine, P.A. Sanar el Trauma: Un programa pionero para restaurar la sabiduría de tu cuerpo. España, Neo Person, 2013

Se entrega constancia de participación con el 80% de asistencia

IMPORTANTE

Queda estrictamente prohibido la reproducción total o parcial de este programa sin previa autorización por escrito del(a) coordinador(a) del programa.

Te invitamos a leer las siguientes **políticas de funcionamiento**, las cuales te ayudarán a tener una mejor estancia dentro del Centro Educativo:

1. Todas nuestras actividades son gratuitas.
2. Tu inscripción tiene fines informativos, con ella podrás recibir: nuestro boletín mensual, avisos de las actividades e invitaciones a eventos especiales.
3. Tu inscripción **NO ASEGURA TU LUGAR**. Es importante conectarse con el tiempo que consideres necesario para alcanzar lugar. Recuerda que todos nuestros cursos tienen un cupo limitado de 500 asistentes.
4. Las inscripciones sólo se harán a través de la página web de Zoom. No se tramitarán inscripciones por otro medio (correo electrónico, teléfono, redes sociales o físicamente en el Centro).
5. Para obtener la constancia de participación es obligatorio cubrir el 80% de asistencias de los cursos de cuatro sesiones; para cursos de tres sesiones debes cubrir el 100%. No aplica para conferencias o actividades únicas. Las constancias se enviarán de manera digital al concluir todas las actividades del mes.
6. La única forma de comprobar que tomaste una sesión, es mantenerse en la sesión por lo menos 60 minutos. No podrán justificarse asistencias con apuntes, fotografías o referencias de otras personas.
7. En caso de conectarse más de una persona desde el mismo dispositivo, tendrán que escribir directamente a centroeducativo@myt.org.mx