Grandes sueños para superar el trauma

escrito por Teresa Vázquez | 11 de marzo de 2024



Os traemos otro de los *webinars* de la *Harvard Graduate School of Education* que tiene por título "Abordando el trauma no resuelto en comunidades y escuelas". Esta nueva edición nos sensibiliza para **ponernos en el lugar de las personas que sufren racismo, o cuyos familiares están enganchados al alcohol o a otras drogas**, y para entender el hecho de que cada persona también ha de abordar sus propios problemas. Las siguientes reflexiones que se van a presentar fueron compartidas durante el *webinar* y van dirigidas a todas las personas que tratan con niñas y niños, adolescentes y jóvenes, porque todas podemos dar apoyo y ayudar a superar los problemas.

En este caso se centran en una práctica centrada en la curación o recuperación ("*healing-centered engagement*"). Lo primero de todo es subrayar que este modelo pone el énfasis en las fortalezas de la persona para desarrollarlas, a diferencia de otras propuestas que se centran en el daño causado. Asimismo, destaca la importancia de las **relaciones auténticas y de calidad llenas de cariño y amor**.

Este modelo nació de la experiencia de un campamento de verano en California en 1989 dirigido a jóvenes de color, el campamento Akili. Este campamento para formar en liderazgo partía de sus sueños, con el objetivo de

potenciar el sentimiento de pertenencia y las estrategias para entender y resolver los conflictos y retos mentales con los que se encontrarían. Los usuarios que llegaban traían varias formas de trauma: experiencias con la policía, unos estaban avergonzados de su origen racial y étnico, otros avergonzados por el abuso de sustancias de sus padres… Se convirtió en un campamento en el que los chicos y las chicas se fueron con un sentimiento de plenitud, de sentido de la vida, habiendo averiguado qué pueden aportar a la sociedad. Después de varios años teniendo éxito, replicaron este campamento Akili en Filadelfia y demostraron que se puede llevar a cualquier ciudad del país.

Una de las participantes del *webinar* asistió de joven al campamento de California y cuenta cómo le influyó esa experiencia. Agradece a todas las personas que creyeron en ella, que le permitieron soñar a lo grande, a quererse a ella misma y a querer a la comunidad a la que pertenece:

> *«El modo en el que me relaciono hoy en día por todo el mundo como mujer negra es gracias a todas estas personas que me apoyaron.»*

Hoy en día es una líder preocupada por ayudar a superar esos traumas que vive la gente de barrios marginales, y trabaja por demostrarles que son algo más aparte de su trauma y que pueden hacer cosas maravillosas por ellas y ellos mismos y por sus comunidades para tener una vida mejor.

Añade que a muchos jóvenes no se les suele dar una segunda o tercera oportunidad. Por ejemplo, su primo, que tuvo problemas con la justicia, no tuvo la suerte de encontrarse con gente que creyera en él y que le dijera: “Tú no tienes que vivir esta vida que tus padres vivieron. Tú eres más

que esto.”

¿Cuál es el impacto del campamento de verano y el modelo centrado en la superación?

Los niños y adolescentes sienten que se les escucha, porque nunca se les había escuchado antes. Después de la formación han aprendido palabras y herramientas para lidiar con sus traumas. Conocen personas adultas que les cuidan y se preocupan por ellas y ellos. Cuando vuelven a las escuelas se les ve transformados. Por eso se quiere que este modelo llegue a todas las escuelas, a las actividades extraescolares, a peluqueras, barberos, esteticistas, familias… A todas aquellas personas y centros que trabajen con la infancia y la adolescencia. Es importantísimo dar herramientas a las personas adultas para que puedan ayudar y apoyar.

Cuando esas personas adultas aprenden este modelo de “resiliencia”, también les sirve a ellas y a ellos mismos. Por lo tanto, no solo ayudan a los demás sino que ellos y ellas mismas también se transforman y se curan. Las personas adultas deberían usar esas herramientas con ellas y ellos mismos para sentir seguridad a la hora de orientar a las demás. También deberían tener relaciones auténticas y de calidad.

A las familias también hay que formarlas y hacerles llegar estas herramientas para que las usen con sus hijos e hijas, además de con ellas y ellos mismos. Es importante que reconozcan que también ellos y ellas han pasado por situaciones difíciles. Se puede aprovechar para formar en cualquiera de las reuniones que se realizan en los centros escolares, en el consejo escolar, en la comunidad, a nivel municipal, en las instituciones y comunidades de fe, en las asociaciones de madres, padres, familias, etc. Porque todas y todos queremos que las y los jóvenes tengan éxito. Todas

las personas que se relacionen con jóvenes deberían estar expuestas a estos conocimientos para así aprender a valorar a las personas y ayudarles a desarrollar sus fortalezas. Todas las personas tienen algo que aportar, es importante descubrirlo. **El hecho de ser diferentes es una gran oportunidad para enriquecernos.**

Para ver el vídeo del *webinar* puedes acceder a través de este enlace y, para leer más sobre el tema, aquí.

[Imagen: Freepik]