

EL ABUSO SEXUAL

Las violencias inviiables que también son Violencias de Género



QUIENES SOMOS

- **Idoya Jarabo Marquina**

Socia profesional en A CARÓN Gabinete de Psicología S.L.P.

Psicóloga en Programa de Intervención Ambulatoria de Adolescentes en Conflicto Alborada

- **Inma Araújo López**

Vicepresidenta Asociación Amino Galicia

Psicóloga en Programa de Intervención Ambulatoria de Adolescentes en Conflicto Alborada

LAS VÍCTIMAS

- Suelen negar el abuso o el impacto que les ha causado.
- Negárselo muchos años a sí mismas hace más complicado que se identifiquen como víctimas.
- Es necesario conectar emocionalmente con ella en terapia.

COMO ESTABLECER LA ALIANZA TERAPÉUTICA

- **Revictimización:** Análisis del histórico de profesionales.
- **Sentirse comprendido/a:** Licitar sus sentimientos y estrategias de afrontamiento (no tener ganas de ver a otro profesional, desconfianza, sentirse juzgado/a...)
- **Romper individualidad:** anular el autoconcepto de “bicho raro”.
- **Lazos de confianza:** confidencialidad, escuchar sin juzgar, etc.
- Análisis del sistema protector y de los **espacios seguros**.



COMO VIENEN

- Aunque desde todos los ámbitos el objetivo principal establecido sea la revelación, no debe de ser el primero.
- Es importante tener en cuenta los ritmos de la víctima.
- Los recursos necesarios deben adaptarse a su edad (lenguaje, dinámicas, herramientas terapéuticas, escenario...)
- Observar a través de su comunicación verbal y no verbal su comodidad y si es momento de ser más directivo o menos.
- **¿Sabes por qué te han traído aquí?**

PASO A PASO



- **¿En qué te puedo ayudar?**
- Sus objetivos son la prioridad inicial ya que son los que nos abrirán la puerta de su confianza y colaboración.
- Por lo general dichos objetivos suelen coincidir con las consecuencias del abuso sufrido con lo cual serán el puente de acercamiento a la revelación del secreto.
- En esta primera fase debemos establecer la **relación terapéutica** y observar **síntomas**.

LICITAR EL SECRETO

- La normalidad del secreto.
- Secretos buenos/secretos malos.
- Motivos por los que mantenemos el secreto.
- Beneficios de desvelar el secreto.

SENTIMIENTOS INTRÍNSECOS

- Guardar un secreto malo genera sentimientos autodestructivos que perpetúan el mantenimiento del secreto y generan mayores consecuencias negativas.
- Sentimiento de culpa y vergüenza.

SENTIMIENTOS INTRÍNSECOS

CULPA

- Víctima:
 - **pensamientos de responsabilidad:** *no lo conté, no grité, no le dije no, no luché...*
 - **de ser merecedora:** *algo he hecho mal por lo que se me castiga.*
- Terapeuta debe transmitir un mensaje:
 - **de valentía:** *por venir a terapia, por contar lo pasado...*
 - **de comprensión** (ejemplos de casos similares)
 - **de protección** (espacio terapéutico)

SENTIMIENTOS INTRÍNSECOS

VERGÜENZA

- La vergüenza paraliza. Cuesta admitir que se es víctima, sobre todo si son varones.
- Si han sentido placer, disfrutado, aumenta la vergüenza.
- **Deconstruir:** el cuerpo responde a estímulos (*si te hacen cosquillas tu cuerpo reacciona con diversión aunque sean incómodas*).

RECORRIDO DE LA INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA

- Aliviar síntomas.
- Intervención en el trauma.

INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA

ALIVIAR SÍNTOMAS

- Intervenir desde un **enfoque psicoeducativo**.
- Los más frecuentes suelen tener que ver con la propia necesidad de la víctima de **autorregulación emocional**.



INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA

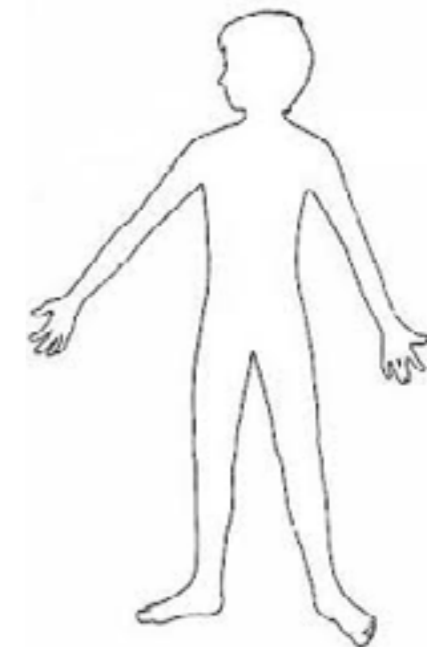
ALIVIAR SÍNTOMAS

- Problemas alimentación.
- Alteraciones del sueño. Pesadillas / terrores nocturnos.
- Enuresis /encopresis.
- Uso, abuso o conductas adictivas (sustancias, juego,...).
- Mentiras compulsivas.
- Problemas relacionales.
- Falta de control de ira.
- Autoestima baja.
- Autolisis.
- Estados disociativos.
- Problemas sexuales.
- Etc...

INTERVENCIÓN EN EL TRAUMA I

EXPRESIÓN EMOCIONAL:

- Herramientas para identificar y expresar sentimientos.
 - Juegos de mesa:
 - “Baraja y tablero de sentimientos”.
 - “Coletas y Verdi”.
 - Tarjetas de sensaciones en tu cuerpo (nudo garganta, dolor de barriga...).
 - Silueta de sentimientos.
 - Metáforas:
 - Maleta segura: *¿qué metes en tu maleta que te haga sentir seguro/a?*
 - Ropa para el polo norte: *allí la necesitabas porque era adverso, ¿ahora que te quitarías?...*



INTERVENCIÓN EN EL TRAUMA II

Lugar seguro

INTERVENCIÓN EN EL TRAUMA III

FACILITACIÓN DE LA REVELACIÓN

- Transmitir serenidad, conocimiento y empatía: *Sabemos...no te agobies...* (vamos por delante).
- Ayudar a identificar las sensaciones que producen guardar un secreto malo: cansancio, rabia, mal de tripas...

¡Estela, gritan muy fuerte!. Isabel Olid y Martina Vanda

INTERVENCIÓN EN EL TRAUMA III

FACILITACIÓN DE LA REVELACIÓN (con niños)

- Juego “Coletas y Verdi” de L. Rodríguez y M^a A. de la Cruz. TEA Ediciones.
- “El secreto de Ana” de Xabier Ramiro y Meritxell Margarit i Torres.
- “La regla de Kiko” (FAPMI).
- “Escuela de detectives” (AMINO Galicia).
- “¿Cómo es de grande el secreto?”.
- “Cuando no quieren hablar” de Ana Gómez.
- Herramientas facilitadoras: walkie talkie debajo de cojines o mesa...



INTERVENCIÓN EN EL TRAUMA III

FACILITACIÓN DE LA REVELACIÓN (con adolescentes y adultos)

- Metáforas: la mochila, cajita cerrada.
- Siluetas matrioska.
- Ventana de Johari.
- Tabla de indicadores.
- Cortometraje “yaNo+”.
- Preguntar directamente si es adecuado.



INTERVENCIÓN EN EL TRAUMA III



INTERVENCIÓN EN EL TRAUMA IV

TÉCNICAS/HERRAMIENTAS

- Ampliación del relato:
 - Dibujos.
 - Fotos.
 - Autoinforme.
 - Escritos.
 - Canciones.
 - Biografía
 - etc....

INTERVENCIÓN EN EL TRAUMA IV

TÉCNICAS/HERRAMIENTAS

- Carta a la/el niña/o herida/o.
- Terapia de grupo.
- Caja de Arena.



www.coletasyverdi.com

INTERVENCIÓN EN EL TRAUMA IV

TÉCNICAS/HERRAMIENTAS

- Línea de la vida (ICV).
- EMDR.
- Cortometraje “yaNo+”, película “No tengas miedo”.



INTERVENCIÓN EN EL TRAUMA IV

TÉCNICAS/HERRAMIENTAS

- Pandilla interna.

INTERVENCIÓN EN EL TRAUMA IV

TÉCNICAS/HERRAMIENTAS

- Pandilla interna.

INTERVENCIÓN EN EL TRAUMA V

- **Rabia de la víctima hacia las figuras de apego que no la han protegido.**
 - Análisis y licitación de la rabia.
 - Asertividad y empatía.
 - Consecuencias negativas de la rabia (problemas relacionales, desconfianza compulsiva...).
 - Facilitación de la liberación de la rabia (carta, sesión conjunta...)

David Wojnarowicz con Tom Warren. 'Autorretrato de David Wojnarowicz' (1983-84)

INTERVENCIÓN EN EL TRAUMA VI

- **SÍNDROME DE ACOMODACIÓN AL A.S.I. DE R. SUMMIT.**
 - Secreto.
 - Desprotección o indefensión.
 - Atrapamiento y adaptación.
 - Desvelamiento tardío.
 - Retracción.

ACOMPañAMIENTO EN EL PROCESO JUDICIAL

- **La sala:** Foto o presencial de una sala y sus componentes.
- **Proceso judicial:** valoración forense, prueba preconstituida...
- **Las preguntas:** decir que no la entiendes , no contestar sin entenderla, preguntas culpabilizadoras...
- **Y después?...**

Ilustración de Maite Larumbe. Yo No Miento. Campaña de Visibilización contra el Abuso Sexual Infantil

BÁSICOS IMPRESCINDIBLES I

- **INICIO:**

- Decisión de curarse.
- Preparar el cambio.
- Analizar futuro incierto.
- Plan de vida.

- **CREER QUE SUCEDIÓ:**

- Romper silencio.
- Comprender que no es su culpa.

BÁSICOS IMPRESCINDIBLES II

- **HABILIDADES:**

- Como manejarte con tu familia.
- Sexualidad.

- **CERRAR LA HERIDA:**

- Liberada: continúa el recuerdo pero sin carga emocional.
- Buen plan de prevención de recaídas.
- No se cierra el caso sin haber liberado el secreto.

PASOS DE VÍCTIMA A VICTIMARIA/O

- Impulso de salir de la victimización identificándose con el agresor.
- Patrones de excitación sexual fijada por estimulación precoz.
- Distorsiones cognitivas.
- Patrón de aprendizaje.
- Enganche emocional con agresor.

PARA FINALIZAR

- **NO REVICTIMICEMOS.**
- **IMPREScindible FORMACIÓN ESPECIALIZADA.**

