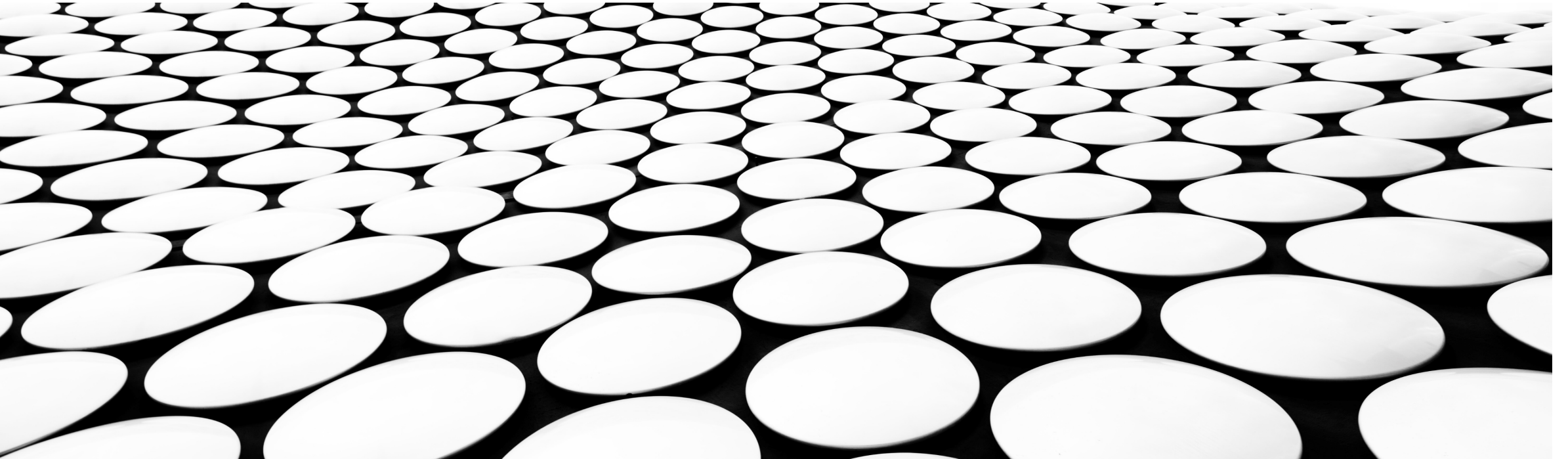




WWW.IMPLICIT.HARVARD.EDU

ACES, RAZAS & TRAUMATISMOS HISTÓRICOS

INGRID L. COCKHREN, M.ED



TÉRMINOS Y CONCEPTOS CLAVE



Definiciones y términos clave

Glosario del lenguaje anti-difamación

www.adl.org

Raza:

Se refiere a las categorías en las que la sociedad coloca a los individuos según sus características físicas (como el color de la piel, el tipo de cabello, la forma del rostro y la forma de los ojos).

Aunque muchos creen que la raza está determinada por la biología, ahora se acepta ampliamente que este sistema de clasificación fue creado por razones sociales y políticas. En realidad, existen más diferencias genéticas y biológicas dentro de los grupos raciales definidos por la sociedad que entre diferentes grupos.

TEORÍA CRÍTICA DE LA RAZA



La supremacía blanca está profundamente arraigada en la sociedad estadounidense. La supremacía blanca es permanente.



El racismo es institucional, no individual.



La estructura de poder de Estados Unidos se construyó para personas de color marginadas.



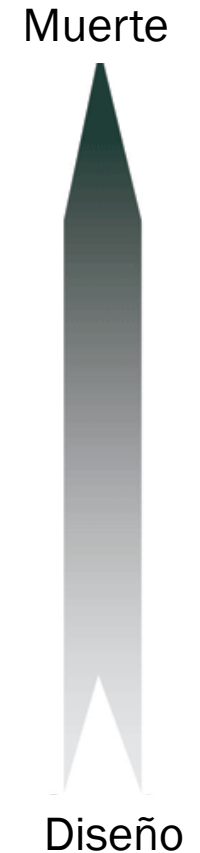
La raza es una construcción social, una herramienta para estratificar el poder

EXPERIENCIAS INFANTILES ADVERSAS

- Según los CDC, las experiencias adversas en la infancia, o ACES, son experiencias que ocurren durante la infancia y son responsables de una amplia gama de consecuencias sociales y de salud.
- Las ACES se han clasificado en 10 tipos, cada uno de los cuales refleja el abuso infantil, la negligencia infantil o los problemas del hogar que tienen un impacto negativo en el desarrollo del cerebro, el crecimiento socio-emocional, la salud y el bienestar en general.



Mecanismo por el cual las experiencias adversas de la niñez influyen en la salud y el bienestar a lo largo de la vida.



EXPERIENCIAS INFANTILES ADVERSAS

ABUSO



Físico



Emocional



Sexual

NEGLIGENCIA



Físico



Emocional

DISFUNCION DEL HOGAR



Enfermedades
mentales



Familiar
encarcelado



Madre tratada
violentamente



Abuso de
sustancias

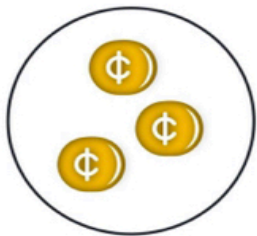


Divorcio

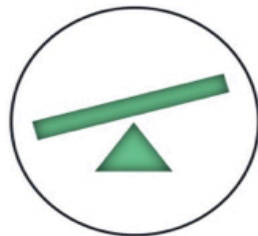
Mas allá de los 10 ACES



Discriminación



Pobreza



Racismo



Otro tipo de
violencia



Traumas
intergeneracionales
y culturales



Separación



Adaptación u
otros cambios en
la vida

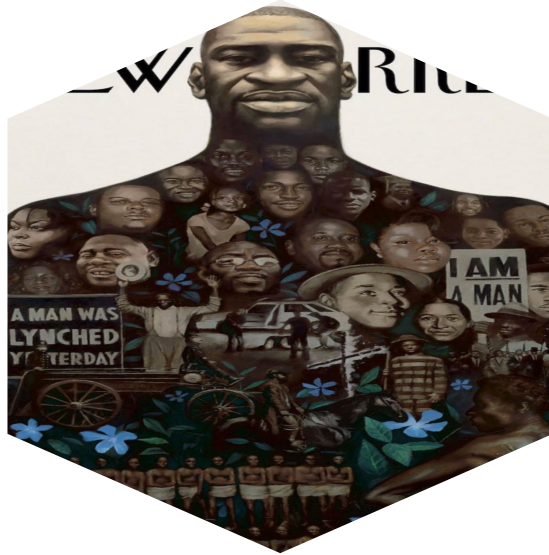


Duelo y
supervivencia



Responsabilidades
de los adultos

**OTRAS
EXPERIENCIAS
INFANTILES
ADVERSAS**



Trauma racial :

Se refiere a los daños mentales y emocionales causados por los encuentros con los prejuicios raciales y la discriminación étnica, el racismo y los crímenes de odio. En Estados Unidos, las personas negras e indígenas de color (BIPOC) son las más vulnerables debido a que viven bajo un sistema de supremacía blanca. También se denomina “estrés traumático basado en la raza”.

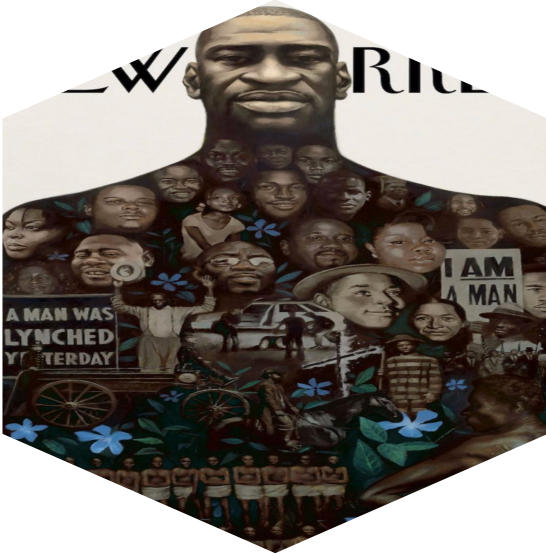
Las experiencias de discriminación por motivos de raza pueden tener efectos psicológicos perjudiciales para las personas y sus comunidades en general. En algunas personas, los incidentes prolongados de racismo pueden dar lugar a síntomas similares a los del trastorno de estrés postraumático. Estos síntomas pueden consistir en depresión, ira, pensamientos recurrentes sobre el suceso, reacciones físicas (por ejemplo, dolores de cabeza, de pecho, insomnio), hipervigilancia, baja autoestima y distanciamiento mental de los sucesos traumáticos.

El estrés traumático por motivos raciales es una lesión mental que puede producirse como resultado de vivir dentro de un sistema racista o de experimentar acontecimientos de racismo.

Definiciones y términos clave

Salud mental en Estados Unidos

www.mhanational.org



Definiciones y términos clave

Salud mental en Estados Unidos

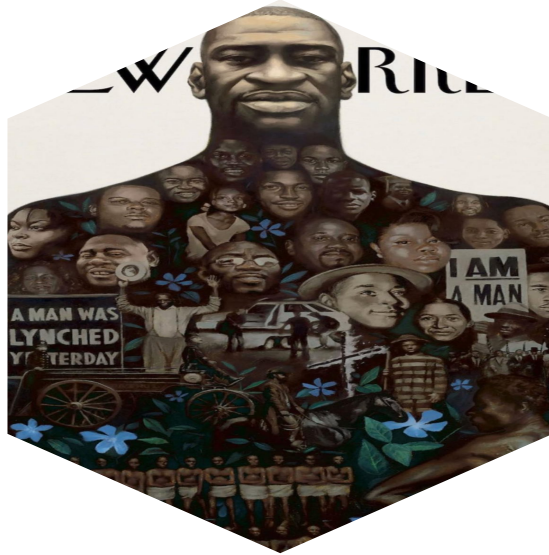
www.mhanational.org

Trauma racial: Estresores traumáticos directos

Los estresores traumáticos directos incluyen todos los impactos traumáticos directos de vivir en una sociedad de racismo estructural o de recibir ataques racistas individuales.

Una persona que experimenta un estresor traumático directo puede ser fuertemente vigilada por la policía, o puede enfrentarse a barreras para ser propietario de una vivienda debido a políticas no equitativas.

Además, una persona que experimenta un estrés traumático directo puede ser víctima de ataques físicos y verbales individuales o puede enfrentarse a otras microagresiones.



Definiciones y términos clave

Salud mental en Estados Unidos

www.mhanational.org

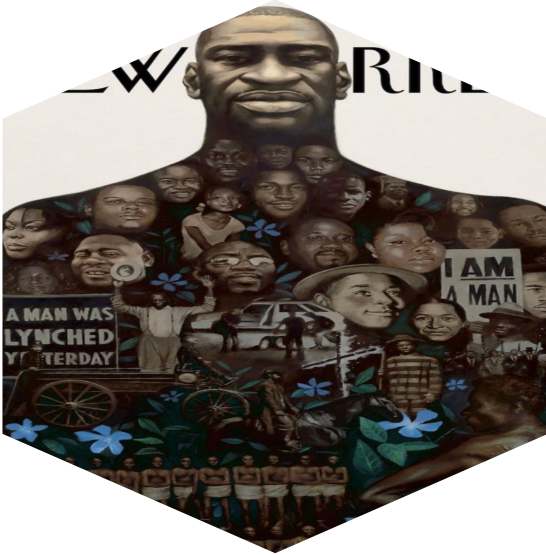
Trauma Racial: Estrés traumático vicario

Los estresores traumáticos indirectos son los impactos traumáticos directos de vivir con el racismo sistémico y la acción racista individual

Los factores estresantes traumáticos indirectos pueden tener un impacto igualmente perjudicial en la salud mental de BIPOCS que los estresores traumáticos directos. Por ejemplo, ver videos de brutales asesinatos policiales de personas negras, como el video asociado con el asesinato de George Floyd, pueden causar reacciones de estrés traumático en las personas que los ven, especialmente en personas negras

De los jóvenes latinos que emigran a los Estados Unidos, dos tercios dicen haber experimentado un acontecimiento traumático, siendo el acontecimiento traumático más común durante y después de la migración el haber presenciado un acontecimiento violento o una agresión física.

Muchos niños nativos americanos están traumatizados indirectamente por las altas tasas de homicidio social, suicidio y lesiones no intencionales experimentadas en estas comunidades.



Definiciones y términos clave

Mental Health America
www.mhanational.org

Trauma racial: Estresores transmitidos

Los estresores traumáticos transmitidos se refieren a los estresores traumáticos que se transfieren de una generación a otra. Estos estresores pueden provenir de fuentes históricamente racistas o pueden ser traumas personales transmitidos a través de familias y comunidades.

La esclavitud de los africanos en Estados Unidos y otros países sigue siendo una fuente de estrés traumático para los negros en la actualidad. De hecho, este trauma colectivo sostenido hace que los negros sean muy vulnerables a desarrollar trastornos de salud mental.

Los traumas históricos compartidos por los nativos americanos, como los internados, las masacres y la expulsión forzosa y violenta de sus tierras tribales, representan una grave pérdida comunitaria y una fuente de estrés traumático. Los nativos americanos siguen experimentando hoy en día síntomas de depresión, dependencia de sustancias, diabetes y desempleo debido al impacto psicológico del trauma.

IDENTIDAD RACIAL

SOCIALIZACIÓN RACIAL

- Proceso de desarrollo de la adquisición de los atributos de un grupo
- “Policia”
- La Industria de Erikson vs. Etapa de Inferioridad
- Modelo socio-ecológico de Bronfenbrenner

DR. WILLIAM CROSS

MODELO DE IDENTIDAD RACIAL DE LAS PERSONAS DE COLOR

- Antes del encuentro
 - Cultura blanca dominante
 - El blanco tiene razón, el negro está equivocado
 - La mayoría de las veces no son conscientes de las implicaciones del racismo
- Encuentro
 - Experiencias racializadas
 - Experiencias racistas
- Immersion/Emersion
 - Busca/ explora activamente la historia/cultura
- Internalización
 - Seguridad de la propia identidad racial
 - Menos defensivo, abierto a relaciones significativas con los blancos
- Internalización/Compromiso
 - La negritud como acción
 - Compromiso con las preocupaciones de la raza

DR. JANET HELMS

**MODELO DE
IDENTIDAD
RACIAL BLANCA**

- Contacte con
 - Daltónico
 - El debate y el reconocimiento de la raza es el problema
- Disintegración
 - Las experiencias racistas causan culpa y verguenza
- Reintegración
 - Culpar a la víctima
 - Sólo los blancos tienen beneficios porque los merecen
- Pseudoindependencia
 - El racismo existe pero las POC tienen la responsabilidad de abordar el problema racial
- Inmersión/Emersión
 - Aceptación de la Identidad Blanca
 - Anti-Racismo
- Autonomía
 - Búsqueda de la justicia social

SUBGRUPOS

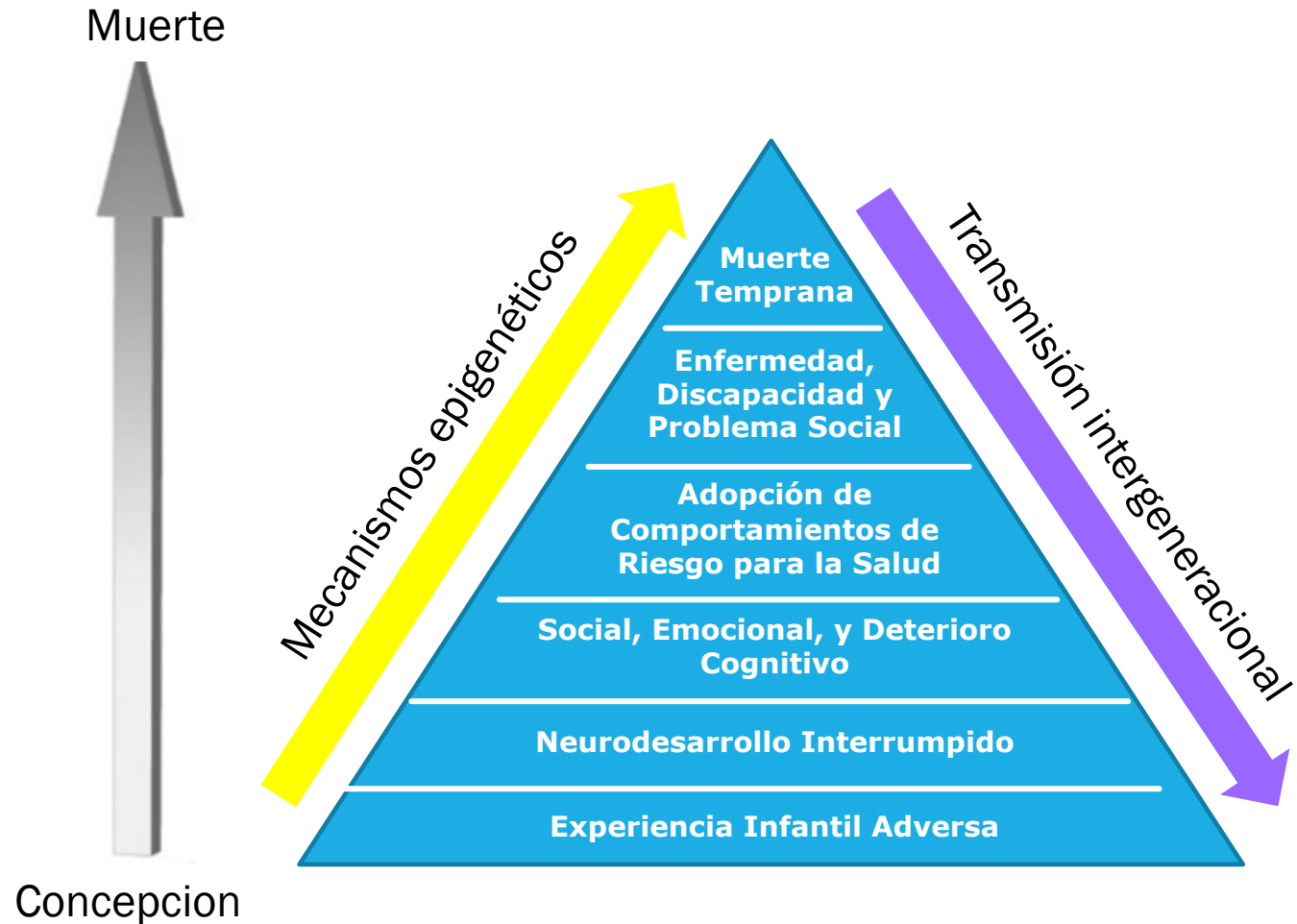
Pregunta 1 Como
POC, por favor
comparta su
"encuentro".

Pregunta 2 Como
persona blanca, por
favor comparta su
"desintegración".

DR. ROBERT ANDA ACES

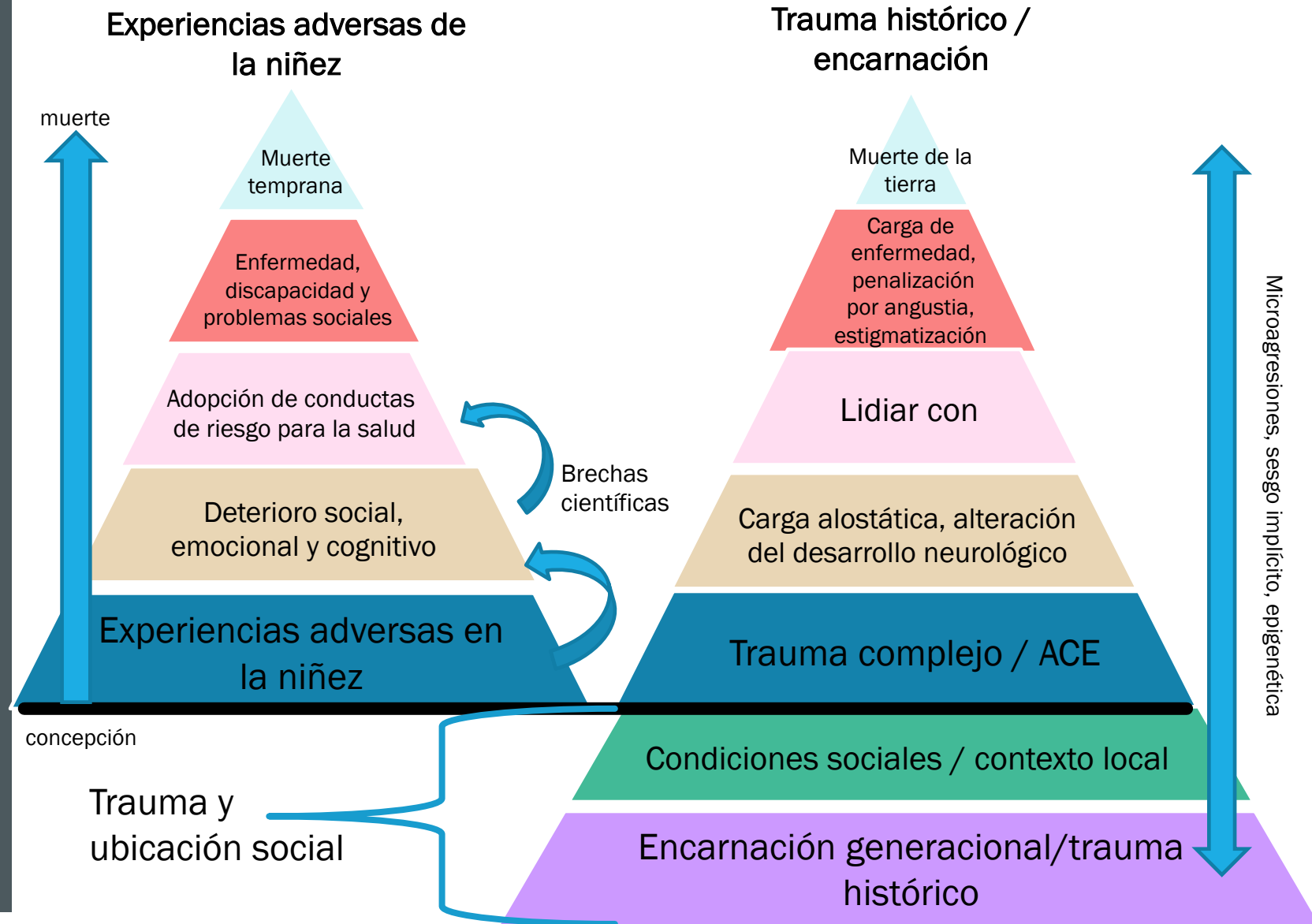
PIRÁMIDE

Mecanismos por los cuales la infancia adversa y las experiencias influyen en la salud y el bienestar a lo largo de la vida



Trauma y ubicación social

CENTRO EXTENDIDO PIRÁMIDE DE ACES

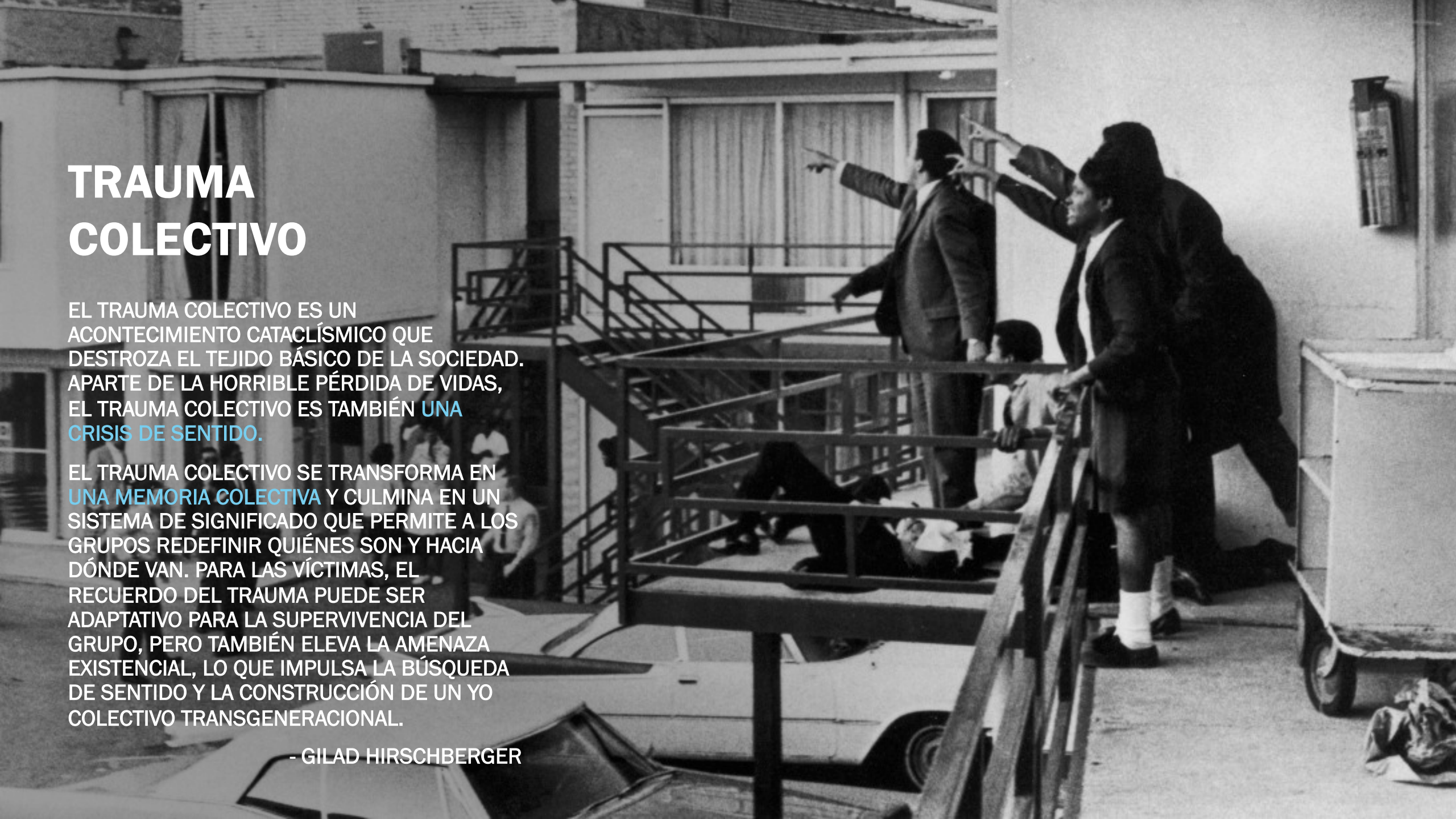


TRAUMA COLECTIVO

EL TRAUMA COLECTIVO ES UN ACONTECIMIENTO CATACLÍSMICO QUE DESTROZA EL TEJIDO BÁSICO DE LA SOCIEDAD. APARTE DE LA HORRIBLE PÉRDIDA DE VIDAS, EL TRAUMA COLECTIVO ES TAMBIÉN UNA CRISIS DE SENTIDO.

EL TRAUMA COLECTIVO SE TRANSFORMA EN UNA MEMORIA COLECTIVA Y CULMINA EN UN SISTEMA DE SIGNIFICADO QUE PERMITE A LOS GRUPOS REDEFINIR QUIÉNES SON Y HACIA DÓNDE VAN. PARA LAS VÍCTIMAS, EL RECUERDO DEL TRAUMA PUEDE SER ADAPTATIVO PARA LA SUPERVIVENCIA DEL GRUPO, PERO TAMBIÉN ELEVA LA AMENAZA EXISTENCIAL, LO QUE IMPULSA LA BÚSQUEDA DE SENTIDO Y LA CONSTRUCCIÓN DE UN YO COLECTIVO TRANSGENERACIONAL.

- GILAD HIRSCHBERGER



TRANSMISIÓN INTERGENERACIONAL

Según la definición de la Enciclopedia Internacional del Matrimonio y la Familia, la transmisión intergeneracional se refiere al "movimiento, paso o intercambio" de creencias, normas, valores, actitudes y comportamientos específicos de esa familia, o que reflejan prácticas y creencias socioculturales, religiosas y étnicamente relevantes.





Cuando se trata de la transmisión intergeneracional, las prácticas de crianza son altamente transferibles. o, en otras palabras, criamos como nos han criado a nosotros.



La transmisión intergeneracional de la crianza de los hijos se refiere a la transferencia de creencias, normas, valores, actitudes y comportamientos relacionados con la crianza de los hijos y las prácticas de crianza.

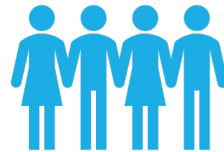
TRANSMISIÓN INTERGENERACIONAL DEL TRAUMA A TRAVÉS DE LOS PADRES



Estrategias de
enfrentamiento inadaptadas



Prácticas de crianza
basadas en la
supervivencia



Teoría del aprendizaje
social



Genética

TRAUMA HISTÓRICO

- Otro término para la transmisión intergeneracional del trauma es el de trauma histórico.
- El trauma histórico se define como un trauma multigeneracional experimentado por un grupo cultural específico.

Ross, n.d.



TRAUMA HISTÓRICO

- El término fue acuñado por primera vez en la década de 1980 por la Dra. Maria Yellow Horse Braveheart, una trabajadora social nativa americana.
- El Dr. Braveheart definió el Trauma Histórico como "una herida emocional y psicológica acumulada a lo largo de la vida y a través de generaciones, que emana de un trauma grupal masivo".
- El Dr. Braveheart también afirmó que el Trauma histórico también iba acompañado del Duelo histórico no resuelto.



ACONTECIMIENTOS HISTÓRICAMENTE TRAUMÁTICOS

- Genocidio
- Esclavitud en régimen de servidumbre
- Encarcelamiento masivo
- 9/11 y otros eventos terroristas
- Jim Crow
- Pobreza
- Catástrofes naturales y pandemias
- Racismo y sus micro agresiones resultantes
- Crisis económica a gran escala
- Brutalidad policial
- Desaparición de la identidad y las prácticas culturales
- Violencia comunitaria
- Guerra

GRUPOS MÁS AFECTADOS POR EL TRAUMA HISTÓRICO

Indígenas/nativos
americanos

Afroamericanos

Personas que viven en
la pobreza

LGBTQI

Refugiados

Supervivientes de
catástrofes naturales y
otros acontecimientos
traumáticos
generalizados

Niños y adolescentes

Veteranos de guerra

Estadounidenses
latinos y
musulmanes**

SÍNTOMAS HISTÓRICOS DEL TRAUMA

Vulnerabilidad al trastorno de estrés postraumático y otros trastornos por estrés

Tasas más altas de violencia, que incluyen violencia doméstica y abuso físico infantil

Vulnerabilidad a la depresión y al suicidio

Mayor uso de alcohol y sustancias

Pobreza

Falta de logros educativos

Tasas más altas de delincuencia y encarcelamiento

SÍNTOMAS HISTÓRICOS DE TRAUMA CONT.

Elevadas tasas de
desempleo

Mayor mortalidad y
tasas de mortalidad
temprana

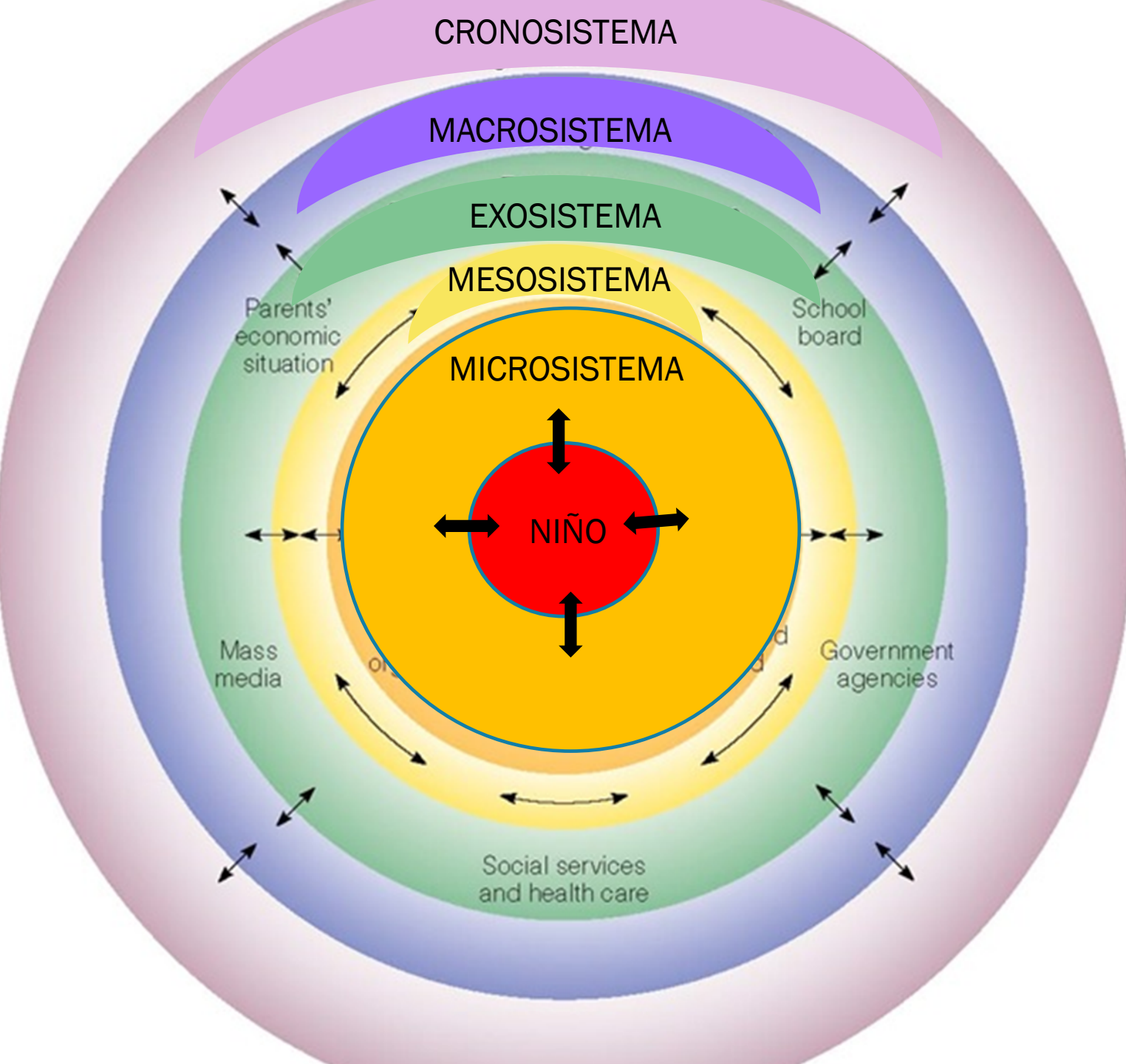
Nivel bajo de IQ

Mayor probabilidad de
retrasos en el
desarrollo y problemas
de comportamiento en
la infancia

Mayor riesgo de abuso
sexual infantil

Dificultades para
relacionarse

#ASPECTOS ECOLÓGICOS



MODELO DE DESARROLLO SOCIAL ECOLÓGICO

-URI
BROFENBRENNER

¿QUÉ FUNCIONA?



Bethell et al., 2019

JAMA Pediatrics

www.jamanetwork.com/journals/jamapediatrics

Experiencias positivas de la infancia :

1. Capaz de hablar con mi familia sobre mis sentimientos.
2. Sentí que mi familia me apoyaba en los momentos difíciles.
3. Disfruté participando en las tradiciones comunitarias.
4. Sentí un sentido de pertenencia en la escuela secundaria.
5. Me sentí apoyado por amigos.
6. Tenía al menos dos adultos que no eran padres y que se interesaban genuinamente por mí.
7. Me sentí seguro y protegido por un adulto en mi casa.

Capas interactivas de trauma y curación

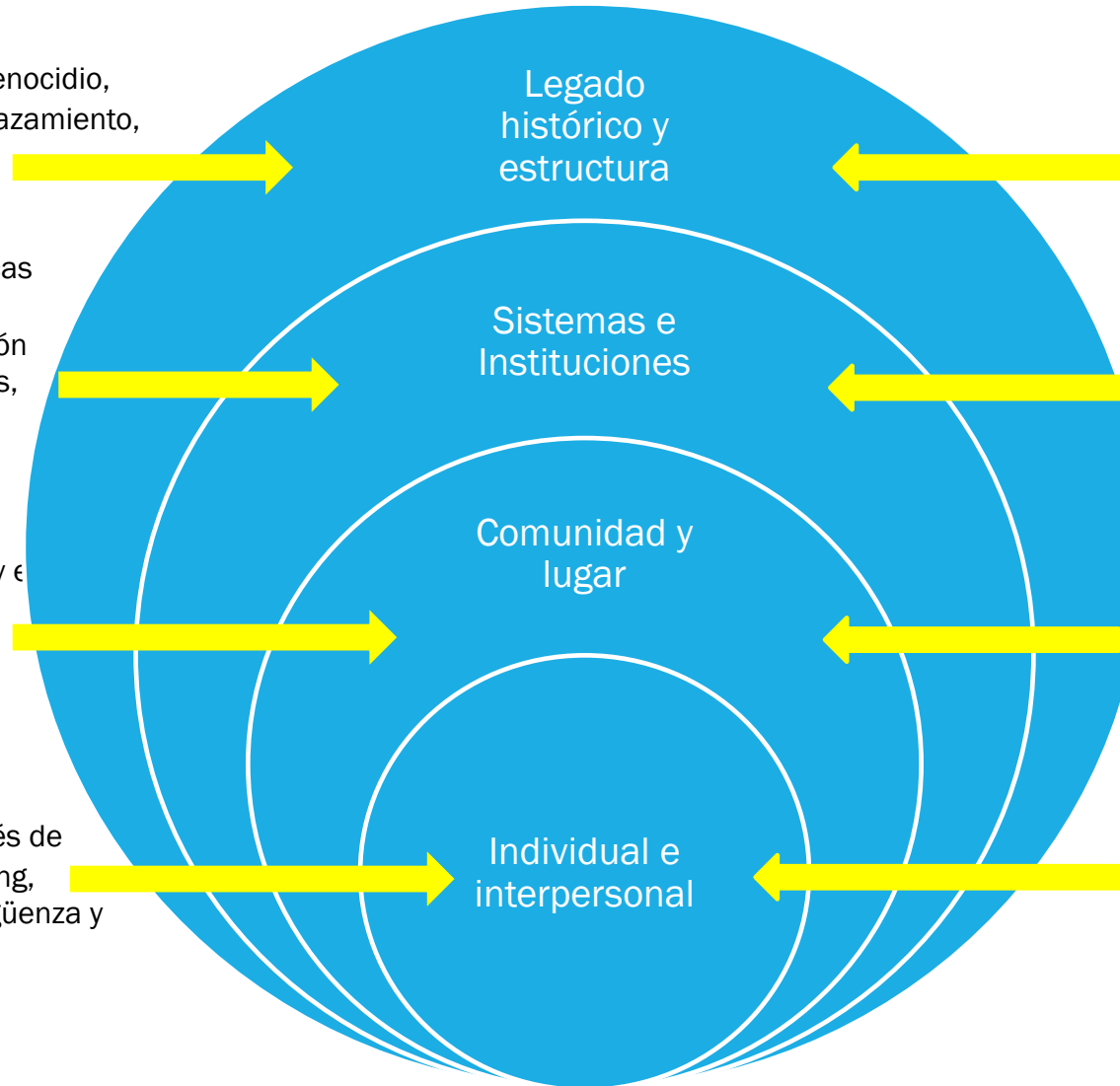
Deshumanización y angustia

Construcción de la nación por esclavitud, genocidio, colonización, explotación económica, desplazamiento, hegemonía cultural, supremacía blanca

Subyugación sistémica de la POC por Políticas y sistemas interactivos: guerra contra las drogas, encarcelamiento masivo, segregación (de jure y de facto), políticas antiinmigrantes, violencia climática, agresiones mediáticas, desplazamiento y reestructuración

Angustia atmosférica que incluye violencia y e interpersonal, familiar y comunitaria; explotación sexual, falta de paso seguro y espacios seguros, inversión insuficiente, vigilancia excesiva

Encarnación y expresión de angustia a través de experiencias traumáticas personales; bullying, sistemas familiares estresantes, ACES, vergüenza y culpa, transmisión generacional



Liberación y sanación

Liberación colectiva por la verdad y la reconciliación, reparaciones, redistribución, fronteras abiertas / sin fronteras, solidaridad multirracial, pacto social (re) imaginado

Lidere con amor y justicia mediante prácticas restaurativas y centradas en la curación, campañas de escucha, cuidado colectivo, adaptativo, receptivo y cercano, con poder compartido (nada nos preocupa sin nosotros)

Construir una comunidad querida mediante la investigación radical, la educación popular y la construcción de cultura, celebración y afirmación; espacios curativos, artes y expresión, base y construcción de poder

Honre la resiliencia y la fortaleza escuchando y validando, procesando / integrando experiencias traumáticas personales, sanación familiar, apoyos y oportunidades personalizados, conexiones amorosas y estructura

GRACIAS

INGRID L. COCKHREN, M.ED

EMAIL: ICOCKHREN@PACESCONNECTION.COM

SÍGUEME EN !!!

TWITTER: @ACESINGRID

WWW.FACEBOOK.COM/ILRCOCKHREN

WWW.LINKEDIN.COM/IN/ACESINGRID