

# TERAPIA DE JUEGO Y TRAUMA EN INFANCIA



DOCENTE:  
MARIA JESUS SALAS CHARME

# Objetivos

- Definición de trauma psicológico
- Conocer algunos conceptos básicos de trauma en infancia
- Conocer algunas consecuencias de los eventos traumáticos en infancia
- Presentar algunas estrategias de intervención

# ¿Qué es el trauma?

Resultado producto de un evento o serie de eventos.

Dichos eventos son experimentados por el sujeto como una amenaza, incluso son vividos como probablemente mortal.

Presenta una serie de efectos adversos que pueden interferir en diversas áreas del funcionamiento del individuo.



# SEGÚN AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION

- El trauma psicológico infantil ocurre cuando un niño experimenta eventos que superan su capacidad de afrontamiento, generando una respuesta intensa de miedo, indefensión o desesperanza ([APA]
- El trauma puede:
  - Amenazar la seguridad o bienestar del niño.
  - Afectar su desarrollo emocional, cognitivo y social.
  - Dejar secuelas a corto y largo plazo en su salud mental.

El trauma es vincular y subjetivo.

Existe una pérdida de la confianza relacional.

El trauma es relacional.



# ALGUNAS TIPOLOGÍAS...

## Trauma agudo:

- Resultado de un evento único y extremo.

Ejemplo: Un accidente automovilístico, un desastre natural, un acto de violencia.

## Trauma crónico:

- Exposición repetida a situaciones estresantes o violentas a lo largo del tiempo.

Ejemplo: Maltrato físico recurrente, abuso prolongado, bullying constante.

## Trauma complejo:

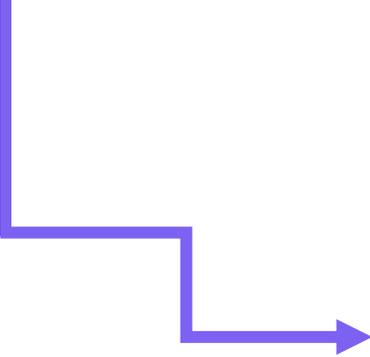
- Experiencias múltiples y prolongadas de abuso o negligencia, generalmente en un entorno donde el niño debería sentirse seguro (familia, escuela).



# Trauma Psicológico

“El trauma psicológico es la aflicción de los que no tienen poder. En el momento del trauma la víctima se ve indefensa ante una fuerza abrumadora.”

*Judith Herman*



## Trauma complejo

“La experiencia de haber sufrido múltiples traumatizaciones, específicamente de origen interpersonal y con consecuencias nefastas para el desarrollo del niño”

*Van der Kolk, 2005*

# DIFERENCIAS PRINCIPALES

Las diferencias PRINCIPALES en los efectos del trauma y el trauma complejo se presentan en diferentes áreas...

- Por una parte, en torno a la profundidad y duración de sus efectos.
- Por otra, en la manera en que afectan la identidad, el desarrollo emocional y las relaciones interpersonales.



# EJEMPLOS DE EXPERIENCIAS TRAUMÁTICAS EN INFANCIA

## Trauma por violencia y abuso



- Maltrato físico: golpes, castigos severos (WHO, 2021).
- Abuso sexual: contacto físico inapropiado o exposición a contenido sexual.
- Violencia emocional: humillación, insultos, amenazas.

# Trauma por negligencia y abandono

- Falta de atención a necesidades básicas: alimentación, higiene, salud (Felitti et al., 1998).
- Falta de afecto y apoyo emocional: ausencia de vínculos seguros.



## Trauma por eventos externos

- Testigo de violencia en casa o comunidad.
- Pérdida de un ser querido.
- Desastres naturales: terremotos, huracanes, incendios.
- Hospitalizaciones prolongadas o procedimientos médicos invasivos.



# IMPACTO DEL TRAUMA EN EL DESARROLLO INFANTIL

## Factores de riesgo y protección

- Factores que agravan el impacto (intensidad, duración, apoyo).
- Factores de resiliencia (red de apoyo, intervención temprana).

## Neurobiología del trauma en la infancia

- Efectos en el cerebro en desarrollo (amígdala, hipocampo, corteza prefrontal).
- Respuesta de lucha, huida o congelación.

## Efectos en la regulación emocional y conductual

- Ansiedad, depresión, agresividad, dificultades en la regulación emocional.

## Impacto en las relaciones y capacidad vincular

- Pautas de vinculaciones inseguras.
- Dificultades en la confianza y en la construcción de relaciones sanas.

# CONSECUENCIAS A CORTO Y LARGO PLAZO

## Consecuencias en la infancia y adolescencia

- Dificultades académicas.
- Problemas de conducta y socialización.

## Trastornos psicológicos asociados al trauma infantil

- Trastorno de estrés postraumático (TEPT).

Depresión, ansiedad, trastornos de la conducta.

# Consecuencias en la adultez

- Problemas de salud mental crónicos.
- Dificultades en relaciones interpersonales.
- Riesgo de conductas autodestructivas.

## Impacto en la salud física

- Enfermedades psicosomáticas.
- Problemas inmunológicos y cardiovasculares.

## Ciclo intergeneracional del trauma

- Transmisión del trauma de una generación a otra.
- Importancia de la intervención temprana.



# ENFOQUES TERAPÉUTICOS PARA EL TRAUMA INFANTIL

El tratamiento del trauma infantil debe ser individualizado, considerando la edad, el tipo de trauma y las necesidades del niño.

Según la evidencia actual, las metodologías terapéuticas utilizadas con resultados son:

- Terapia Cognitivo-Conductual
- Terapia Basada en el Apego
- Terapia de Juego



# BESSEL VAN DER KOLK

Bessel van der Kolk, experto en trauma, destaca que el cuerpo y la mente deben ser integrados en el tratamiento del trauma infantil (Van der Kolk, 2014).

## El trauma se almacena en el cuerpo

- Los niños con trauma pueden desarrollar respuestas físicas.
- Es fundamental incluir técnicas corporales en la terapia.

## El juego y la creatividad son esenciales

- Las terapias tradicionales basadas solo en el lenguaje no siempre son efectivas para los niños.
- El juego, el arte y la música pueden ayudar a procesar el trauma de manera no verbal.

## El vínculo con otros es clave para la recuperación

- Los niños necesitan relaciones seguras para sanar.
- La terapia debe enfocarse en reconstruir la confianza en los adultos y en sí mismos.

# TERAPIAS RECOMENDADAS POR VAN DER KOLK PARA NIÑOS CON TRAUMA

- Terapia de juego y arte: Permite expresar lo que no pueden decir con palabras.
- Terapia somática: Yoga, mindfulness y técnicas de respiración para reducir el impacto del trauma en el cuerpo.
- EMDR (Desensibilización y Reprocesamiento por Movimientos Oculares): Procesamiento del trauma a través del movimiento ocular guiado.

# TERAPIA DE JUEGO

- El lenguaje natural del niño es el juego
  - A diferencia de los adultos, los niños no siempre pueden expresar con palabras sus emociones y experiencias traumáticas.
- La terapia de juego reduce la ansiedad y el estrés
  - El trauma genera una activación constante del sistema nervioso, lo que provoca respuestas de lucha, huida o congelación.

- **Facilita la integración de la memoria traumática**
  - El trauma puede fragmentar la memoria y causar síntomas como flashbacks o disociación.
  - Permite a los niños expresar emociones y procesar el trauma a través del juego simbólico.
- **Se adapta a las necesidades de cada niño**
  - El trauma afecta a cada niño de manera diferente, y la terapia de juego permite una intervención personalizada según la edad, el tipo de trauma y la personalidad del niño.

# ¿QUÉ IMPLICANCIAS TIENE TRABAJAR EN TRAUMA?

Trabajar y/o estudiar sobre trauma, implica enfrentarse a la vulnerabilidad que presenta el ser humano en diversos momentos de su desarrollo, sin embargo también es necesariamente enfrentarse a aquellos elementos del ser humano, que implican lo peor de este.

*Judith Herman*



