



Educando con Amor y Límites®

HOJAS DE TRABAJO PARA PROCESAR TRASFONDOS

© 2010-2011 Savannah Family Institute, Inc. Todos los derechos reservados.
Con las excepciones abajo mencionadas, ninguna parte de estos folletos podrá ser reproducido o transmitido de manera alguna, sin el permiso por escrito de Savannah Family Institute, Inc.

LIMITED PHOTOCOPY LICENSE

El Savannah Family Institute otorga a los profesionales de la salud certificados por PLL, un permiso intransferible para reproducir páginas de estos folletos para su uso personal en la práctica clínica, más no para ser revendidas o redistribuidas. Este material está destinado para ser utilizado únicamente por profesionales calificados de la salud mental. Esta licencia se limita al participante individual y no es extensible a otros. Esta licencia no otorga derechos para la reproducción de estos materiales para otros propósitos (incluye, más no se limita a libros, panfletos, artículos, cintas de video o de audio, folletos o láminas para charlas o talleres). La solicitud de los permisos para reproducir estos materiales, para estos u otros fines, debe ser solicitada por escrito ante Savannah Family Institute, Inc.

Hoja de Trabajo para Procesar Trasfondos para la Simiente del “Abuso de Poder”

Trasfondos Enfermizos	Trasfondos Saludables Opuestos-(En Negritas)
<input type="checkbox"/> Amenazas Vacías - (El padre o la madre están constantemente diciéndole al niño o al adolescente que si se siguen portando mal, recibirán “X” castigo, el cual nunca llega a ser implementado o impuesto)	Sin Amenazas Vacías - (El padre o la madre le dicen constantemente al niño o al adolescente lo que sucedería si se portan mal y <i>hacen exactamente</i> lo que dijeron que harían)
<input type="checkbox"/> Comunicación Cáustica - (El adulto, padre o madre, o el chico se gritan o vociferan o se critican el uno al otro un 51% del tiempo cuando se comunican)	Hablar Suave, Voz Calmada, Elogio/Reconocimiento - (La comunicación se lleva a cabo ahora con voz calmada y frecuentes elogios y reconocimientos, en lugar de las críticas)
<input type="checkbox"/> Ausencia de una Disciplina Consistente - (Puede ser que el padre o la madre no utilicen amenazas vacías y que tengan un seguimiento consistente de las conductas, pero el seguimiento o la disciplina es diferente, dependiendo del día de la semana. Los chicos describen esto como una línea divisoria que se mueve constantemente.	Disciplina Consistente - (Uno de los padres o cuidadores, escriben una regla y una consecuencia clara y predefinida en un contrato escrito y lo siguen pase lo que pase.
<input type="checkbox"/> Confusión de Roles - (El adulto o el Niño controla es estado de ánimo de todos en el hogar, con amenazas de violencia u otras conductas extremas y actúa como si fuera el padre, en el caso del niño; o presume de su dominio sobre el otro, como adulto. La jerarquía es confusa. El chico es quien controla, no los padres, o en las relaciones entre adultos éstas no son igualitarias. Uno domina sobre el otro)	Claridad en los Roles - (Los padres o cuidadores controlan el estado de ánimo de todos en la casa y actúan como padres o cuidadores, mediante reglas y disciplina consistentes. La jerarquía no es confusa-Los padres son vistos claramente como las personas a cargo y los niños y adolescentes siguen su liderazgo. En el caso de los adultos, la persona ya no controla el estado anímico de la casa, ni domina al otro mediante amenazas o intimidaciones; y los roles se vuelven igualitarios)
<input type="checkbox"/> *Carencia de Afecto Consistente - (La carencia severa de un buen contacto físico, salidas especiales, o el restablecimiento de los Buenos sentimientos después de una pelea, con el tiempo comienza a causar amargura o resentimiento, que a su vez puede llegar a la venganza, la violencia, o una conducta problemática)	Amor Incondicional, Afecto Consistente - (Actos de afecto incondicional, sin importar cómo una persona te trata, siempre y cuando no haya habido abuso o abandono. Consistencia en áreas de buen contacto físico, salidas especiales o reestableciendo los Buenos sentimientos después de una discusión.)
<input type="checkbox"/> *Danza de la Violencia - (Discusiones o conflictos entre el niño y sus hermanos, parientes, padres, o entre adultos, que frecuentemente degeneran en amenazas o actos de violencia física. En los adultos, esta “danza” en ocasiones es referida como “el síndrome de la esposa maltratada”)	Tácticas de freno de la escalada, Diversión, Seguridad - (Los clientes utilizan herramientas para frenar la escalada, tales como “retirarse y esperar”, un plan de seguridad en marcha, con severas consecuencias para aquellos que violen ese plan, el humor y la diversión juguetona es introducida de nuevo en la relación)
<input type="checkbox"/> Violación de los límites - (Las relaciones entre los padres y el niño, o entre los adultos pueden estar demasiado amalgamadas, o demasiado desprendidas)	Creación de límites - (Si la relación es demasiado amalgamada, hay necesidad de crear una mayor distancia o privacidad entre las personas. Si las relaciones están demasiado desprendidas, hay necesidad de establecer mayor acercamiento, comunicación y vinculación afectiva)
<input type="checkbox"/> Filosofías diferentes entre los padres o esposos - (Dos o más de los cuidadores claves en la vida del niño, no están de acuerdo sobre el mejor enfoque de disciplina o crianza. En los adultos hay grandes desacuerdos en torno a los roles, responsabilidades o como interactuar el uno con el otro)	Mismas Filosofías o Trabajar Juntos (Aprenda cómo las tácticas del “divide y conquistarás” funcionan entre hijos y padres, aprenda cómo lograr “estar en la misma página”, o aprenda cómo hacer compromisos para que las diferencias no rompan las relaciones).
<input type="checkbox"/> Carencia de una aldea de Apoyo - Un niño o un adulto se pueden “embriagar de poder” y dominar cuando el padre o la madre, o el esposo están solos y aislados de los miembros de la familia extendida o de los amigos, debido a la distancia física, o la falta de tiempo, o de esfuerzo. En los números hay seguridad y también empoderamiento.	Movilice o Cree una Aldea (Los padres o adultos que están siendo dominados o controlados por un niño, o por otro adulto, pueden ser empoderados repentinamente y retomar la autoridad perdida, cuando una aldea de amigos, vecinos, o familia extendida se moviliza).

Hoja de Trabajo para Procesar Trasfondos para la Simiente de las “Heridas Abiertas”

Trasfondos Enfermizos	Trasfondos Saludables Opuestos-(En Negritas)
<input type="checkbox"/> <u>Duelos o Pérdidas No-Resueltos</u> - (Esto ocurre cuando un adulto o un niño no ha logrado (a) hacer un cierre o decir adiós; (b) aceptar apoyo y en cambio se aísla o retrae; (c) hablar sobre su dolor, o pasar por las fases de la muerte o del morir)	Educación para el Duelo y Resolución - (La mayoría de las personas no poseen un manual de cómo afligirse de manera saludable. Por lo tanto, la educación para el duelo es importante, así como formas específicas de lograr el cierre y de recibir apoyo)
<input type="checkbox"/> <u>Traición o Abandono</u> - (El adulto o el niño experimentan una repentina e inesperada traición de parte de un ser amado, o un abandono repentino, tal como ocurre en el divorcio o una colocación familiar fracasada)	Seguridad, Perdón, Amor Incondicional (La persona que ha sido abandonada es capaz de perdonar a esa persona. El niño o el adulto abandonado encuentra seguridad y/o llega a experimentar el amor incondicional)
<input type="checkbox"/> <u>Secretos de Familia</u> - (Enseguida después de un evento traumático, al individuo, la pareja, o la familia se le dice o es coaccionado para mantener el evento en secreto, como por ejemplo, un abuso sexual o físico.	Revelar Secretos/Seguridad - (Se habla sobre los secretos y estos son revelados; y la persona se siente segura al hacerlo).
<input type="checkbox"/> <u>Abuso Físico o Mental</u> - (El adulto o el niño sufren durante días, meses, o años de abuso físico o mental. Puede tratarse de un evento aislado, como en el caso de una violación, o abuso sexual, o puede durar meses o años, como en el caso de la violencia doméstica, o abuso mental)	Apoyo, Coraje para salirse, Perdonar - (La persona que ha sido abusada ahora recibe el apoyo necesario, o ya no se aísla. También pueden necesitar armarse de coraje y de los recursos necesarios para salirse de la situación y también para ser capaces de perdonarse a sí mismos o a otros)
<input type="checkbox"/> <u>Ausencia del Perdón/Amargura</u> - (El adulto o el niño experimentan un evento traumático, como un divorcio, o un daño emocional, o una traición por parte de otra persona, a quien no logran perdonar)	El Perdón - (La persona es capaz de perdonar a la persona o al evento, así estén vivos o que hayan fallecido)
<input type="checkbox"/> <u>*Carencia de un afecto consistente</u> - (La ausencia severa de un buen contacto físico, salidas especiales, o del restablecimiento de los buenos sentimientos después de una pelea, con el tiempo comienza a causar amargura o resentimientos, que pueden llevar a represalias y originan profundas heridas)	Amor Incondicional, Afecto Consistente - (Actos incondicionales de afecto, sin importar cómo te trata una persona, a menos que haya habido un abuso o abandono severo. Consistencia en las áreas de buen contacto físico, salidas especiales, o restableciendo los Buenos sentimientos después de una pelea)
<input type="checkbox"/> <u>Altos niveles de Ansiedad</u> - (A diferencia de los seis trasfondos anteriores, los altos niveles de ansiedad e incluso los ataques de pánico, no causan típicamente heridas abiertas, pero son una consecuencia de producto de ellas. Es típico que el adulto o el niño con tan altos niveles de ansiedad, no puedan descansar sus mentes, ni dormir o funcionar en el día a día).	Seguridad o Confianza - (Se les hace sentir seguros y confiados al adulto y al niño, mediante el apoyo o una estructura consistente. Con frecuencia se moviliza la aldea para ayudar subsanar la ausencia de seguridad o confianza. Si la persona se auto agrede o se encuentra en peligro de suicidio, se inicia un plan de seguridad).
<input type="checkbox"/> <u>Altos Niveles de Estrés</u> - (Así como con la ansiedad, los altos niveles de estrés no causan típicamente heridas abiertas, pero son una consecuencia de ellas. El adulto o el niño con altos niveles de estrés, tampoco pueden descansar sus mentes, ni dormir, ni funcionar en el día a día. Además, la persona presenta dificultad para concentrarse y es altamente impulsiva).	Relajación o Tácticas de Distracción - (Se le enseña al adulto o al niño, técnicas de reducción del estrés y de relajación, tales como ejercicios y respiración profunda. Se implementan tácticas de distracción (deportes, vacaciones, pasatiempos, etc.) para distraer la mente del estrés, en lugar de rumiar sobre él).

Hoja de Trabajo para Procesar Trasfondos para la Simiente de la “Discapacidad Física o Mental”	
Trasfondos Enfermizos	Trasfondos Saludables Opuestos-(En Negritas)
<input type="checkbox"/> Enfermedad Médica Interminable - (La discapacidad física ocurre cuando el adulto o el niño sufren de una enfermedad debilitante, tales como daño cerebral, cáncer, parálisis cerebral, lesión de la médula espinal, obesidad, Alzheimer, Síndrome de Down, etc. El cónyuge o la familia entera tienen que cambiar su estilo de vida normal para adaptarse a la persona con la enfermedad).	Educación, Apoyo, Manejo del Estrés - (La mayoría de las personas no poseen un manual sobre cómo manejar emocionalmente el estrés que produce tener a un miembro de la familia debilitado. Por tanto, la educación es imprescindible, así como la movilización del apoyo y el manejo del estrés).
<input type="checkbox"/> Alguien es Visto como un Paciente/ Caso Mental - (La incapacidad mental ocurre cuando el individuo es tratado como si fuera frágil e incapaz, aún y cuando no lo sea; o como si no fuera responsable por su mal comportamiento, cuando sí debería serlo, como un niño con TDAH, quien se niega a hacer sus tareas escolares o a aceptar las consecuencias por el hecho de tener TDAH).	Normalidad y Responsabilidad (Dependiendo del caso, la persona puede haber sido erróneamente diagnosticada, o puede utilizar la etiqueta como una excusa para no ser responsable. El terapeuta debe convencer a la persona o al sistema de que esa persona no es débil, sino normal, o que está atrapada en una rutina, y que necesita responsabilidad).
<input type="checkbox"/> Desequilibrio Químico - (La Discapacidad Mental ocurre cuando hay evidencia de que los síntomas (escuchar voces, la violencia, la hiperactividad, el abuso de drogas, la depresión, etc.) se deben principalmente a un desequilibrio químico en el cerebro.	Medicación Psicotrópica - (Los desequilibrios químicos en el cerebro pueden ser afectados de manera positiva con medicamentos (Prozac, Ritalin, Zoloft, Paxil, Celexa, etc.)
<input type="checkbox"/> Discapacidad Cerebral o Mental - (La discapacidad física o mental ocurre cuando hay un desarrollo notablemente anormal o deficiente en la interacción social o en la comunicación, tales como el autismo, el Asperger, Tourette, o un funcionamiento intelectual deficiente, debido a un dalo cerebral, o por un retardo mental)	Estructura Consistente, Educación, Apoyo - (El adulto o el niño requiere de una estructura consistente y una rutina para disminuir el estrés y mejorar su funcionamiento. Los cuidadores necesitan entrenamiento y gran apoyo emocional).
<input type="checkbox"/> * Ausencia del Perdón/Resentimiento - (Los cuidadores de un individuo con una discapacidad mental o física severa, corren un alto riesgo de sufrir resentimientos o falta de perdón, debido al tiempo, el esfuerzo y el sacrificio involucrado)	El Perdón - (La persona es capaz de perdonar a la persona con estas discapacidades, y de comprender que lo que sucedió no es culpa de ellos).
<input type="checkbox"/> * Carencia de un Afecto Consistente - (Hay un alto riesgo de caer en la ausencia de afecto, debido al esfuerzo requerido para cuidar a la persona con discapacidad, y a las dificultades de su manejo).	Amor Incondicional, Afecto Consistente - (Actos de afecto incondicional, sin importar cómo te trata la persona, a menos que se trate de abuso o abandono severo).

Hoja de Trabajo para Procesar Trasfondos para la Simiente de las “Necesidades Primarias o Espirituales No Cubiertas”

Trasfondos Enfermizos	Trasfondos Saludables Opuestos-(En Negritas)
<p><input type="checkbox"/> <u>La jerarquía de las Necesidades no cubiertas de Maslow</u>. Las investigaciones sobre “La Jerarquía de las Necesidades” - (Abraham Maslow (1970) señalan que los seres humanos tenemos cinco necesidades primarias, que son como los peldaños de una escalera { fisiológicas, seguridad, amor y sentido de pertenencia, autoestima y autorrealización). El primer peldaño de la escalera (las necesidades fisiológicas básicas de hambre y sed) deben ser cubiertas antes de que el individuo pueda moverse hasta el Segundo peldaño de la escalera (la necesidad de seguridad) y así sucesivamente. Mientras que muy pocos individuos alcanzarán la autorrealización, último peldaño de la escalera (menos del 5% de la población), el riesgo de sufrir una enfermedad mental crece si las tres principales necesidades básicas: fisiológicas, seguridad y pertenencia social no son cubiertas).</p>	<p>Cubrir la Necesidad Maslow “Faltante”- (Si una de las tres más importantes necesidades primarias más básicas está insatisfecha, el terapeuta tendrá que ayudar al sistema del cliente a alcanzarla. Por ejemplo, una madre o padre con un adolescente fuera de control no podrá comenzar a pensar en contratos conductuales, si no pueden poner comida sobre su mesa primero).</p>
<p><input type="checkbox"/> <u>Falta de Apego o Vinculación Emocional</u>- (La Teoría del Apego desarrollada por John Bowlby (Bowlby, 1969; Bowlby, 1973; Bowlby, 1980), postula que una necesidad humana primaria universal es la de establecer vínculos afectivos íntimos. En su núcleo está la reciprocidad de las relaciones tempranas, que es una precondition para el normal desarrollo, probablemente para todos los mamíferos, incluyendo a los humanos (Hofer, 1995)</p>	<p>Vínculos de Apego (El terapeuta debe “llenar los espacios vacíos” dándole al cuidador primario herramientas específicas y estrategias para crear vínculos de apego. Mientras mayor sea la persona, esta labor será más desafiante).</p>
<p><input type="checkbox"/> * <u>Ausencia del Perdón/Resentimientos</u>- (La ausencia del perdón y los resentimientos crean con frecuencia lo que se llama “dolor espiritual”, o “un dolor de corazón”. La mayoría de las religiones más importantes reconocen y hablan sobre esta conexión y la necesidad del perdón)</p>	<p>El Perdón, la Oración- (La persona es capaz de perdonar a la otra persona. Si una persona cree en lo espiritual, se sugieren las conexiones con el perdón, la oración o los actos de bondad).</p>
<p><input type="checkbox"/> <u>Ausencia de Conexión con Dios o con un Poder Superior</u>- (Para muchas personas, los altos niveles de ansiedad, ausencia de paz interior, enfermedad mental y falta de equilibrio, pueden ser originados por una falta de conexión con Dios o con un Poder Superior).</p>	<p>Conectar con Dios o con un Poder Superior- (El individuo, la pareja, o la familia encuentran formas de establecer esta conexión, por medio de cosas como la oración, un lugar de adoración, un Programa de 12 Pasos, etc.)</p>
<p><input type="checkbox"/> <u>Desequilibrio entre Mente, Cuerpo y Espíritu</u>- (Las personas están desequilibradas en una o en todas estas áreas. La mente nunca está tranquila, el cuerpo no hace ejercicios y no hay conexión con Dios o con un Poder Superior)</p>	<p>Restablecer el Equilibrio- (El individuo, la pareja o la familia encuentran formas concretas de establecer el equilibrio en el área o áreas en las que había desequilibrio, como hacienda ejercicios para contrarrestar la obesidad en el cuerpo, un día de descanso y sin trabajar para descansar la mente, etc.)</p>