

# PANDEMIA DE CORONAVIRUS (COVID-19) ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO PARA JOVENES CON UN HISTORIAL DE TRAUMA COMPLEJO



*Por Jana Pressley, Psy.D. y Joseph Spinazzola, Ph.D.*

*Traducido por Rosa Espinoza, M.A., Luis Guzmán, Psy.D.,*

*Priscilla Méndez, Psy.D., y Oscar Widales-Benitez, Ph.D.*

*The Foundation Trust*



FOUNDATION TRUST

*Ultima actualización 3 de abril del 2020*

Esta guía de recursos tiene como objetivo ayudar a los jóvenes con un historial de trauma complejo a sobrellevar eventos estresantes recientes o a salir adelante en tiempos de crisis mundial. Inicialmente compilado en respuesta a la pandemia de COVID-19, este recurso explica cómo los eventos recientes pueden desencadenar síntomas en individuos con antecedentes de trauma complejo y proporciona estrategias para que los jóvenes y sus seres queridos se sientan más conectados, seguros y en control. Los padres, los proveedores de cuidado de crianza, los trabajadores de programas residenciales, los maestros que brindan instrucción en línea o los profesionales de salud pueden encontrar estos enfoques útiles para cuidar a los niños o adolescentes que enfrentan una mayor vulnerabilidad al estrés durante tiempos inciertos.

~

[Resource guide in English](#)

[Guide des ressources en français](#)

## TRAUMA COMPLEJO: CÓMO EL PASADO ES RELEVANTE EN EL PRESENTE

La exposición a traumas complejos se presenta en muchas formas. Algunas de estas incluyen el maltrato por negligencia o abuso infantil, presenciar o estar expuesto a violencia doméstica o comunitaria, remoción del hogar o de la familia de origen, o la constante opresión racial, cultural, religiosa o de género. Crecer en situaciones de vida caóticas e impredecibles en las que los padres se ven abrumados por problemas graves de salud mental, adicciones o crisis de salud también pueden causar que esas situaciones se sientan como trauma complejo.

Los jóvenes con antecedentes de trauma interpersonal crónico tienden a luchar continuamente con experiencias internas de ansiedad o pánico que pueden ser desencadenadas fácilmente en el presente, incluso si estos jóvenes viven actualmente en un ambiente acogedor. Para aquellos que han estado navegando persistentemente la adversidad a lo largo de su infancia, es común que el sistema de respuesta al estrés de sus cuerpos se active con frecuencia, y a un nivel más allá de la capacidad que el sistema fue diseñado para manejar. Ahora sabemos, después de décadas de investigación sobre trauma complejo, neurobiología y experiencias adversas de la infancia (ACES, por sus iniciales en inglés), que el estrés crónicamente elevado resulta en consecuencias negativas para la salud que se van acumulando a largo plazo. Estas consecuencias negativas también están fuertemente relacionadas con comportamientos de afrontamiento riesgosos como el uso de sustancias, problemas para comer, y autolesiones. A pesar de lo preocupantes y, a veces,



peligrosos que pueden ser algunos de estos comportamientos de riesgo, a menudo se entienden mejor como adaptaciones basadas en la supervivencia a traumas complejos que se desarrollaron para ayudar a los niños y jóvenes a "desaparecer" ante la violencia o el abuso inevitable, a calmar la angustia intensa, combatir el entumecimiento emocional crónico o para lograr aliviar el dolor emocional.

Los jóvenes afectados por el trauma a menudo han aprendido a navegar el peligro físico y psicológico estando muy en sintonía con el estado de ánimo o el nivel de estrés en su entorno inmediato: sus hogares, vecindarios y escuelas. Esto se conoce como hipervigilancia, y es un instinto poderoso que apoya la supervivencia en medio de la amenaza. Si un niño vive en un hogar con riesgo de violencia familiar, puede adaptarse aprendiendo a leer las señales no verbales de sus padres, detectando cambios sutiles en su estado de ánimo para interactuar con ellos de una manera que mantenga la paz. Otro joven puede aprender a pelear para protegerse, o volverse invisible, o sentirse insensible a los sentimientos de miedo o incluso al dolor físico.

## ADELANTANDO AL PRESENTE

Para jóvenes que previamente han vivido algún trauma, esta misma hipervigilancia a menudo vive en el cuerpo por años después de la exposición inicial al trauma. En esencia, el sistema de respuesta al estrés se queda en un estado de alerta de sobrevivencia. A menudo, sin estar consciente, los cuerpos de los niños pueden reaccionar a provocaciones que les recuerdan a las experiencias traumáticas



del pasado como un ruido fuerte y alarmante, el miedo de sentirse atrapado/a, o una expresión facial que se ve peligrosa o rechazante. En estos casos, los jóvenes pueden encontrarse rápidamente transportados momentáneamente al pasado y caer en un estado de pánico. Esto puede ocurrir sin un entendimiento claro de por qué está sucediendo o qué específicamente lo activó. Otra característica común del trauma complejo es que a menudo deja a los jóvenes lidiando con una sensación de impredecibilidad constante y pérdida de control. Las experiencias pasadas de impotencia asociadas con traumas crónicos pueden encontrarse hasta el día de hoy. Estos estados de ser pueden presentarse de nuevo en momentos en que nuestro entorno o la cultura en general está experimentando amenazas a la seguridad o interrupciones a la rutina cotidiana.

En este tiempo de crisis mundial, es probable que la mayoría de los niños se sientan justificadamente preocupados o afligidos a algún nivel. Los niños con historiales de trauma complejo pueden demostrar reacciones emocionales o conductuales aún más intensas. Pueden sentirse indefensos o congelados, o comportarse de manera impulsiva, imprudente o enfurecidos. Otros jóvenes pueden volver a tener síntomas pasados que estaban presentes a una edad más temprana y que previamente habían disminuido, como mojar la cama, berrinches o estar muy apegados. Paradójicamente, la ansiedad intensa asociada con otros factores estresantes de la vida, como la pandemia COVID-19, también puede manifestarse como aparente indiferencia o negación de preocupaciones de seguridad en algunos jóvenes.



Algunas de las formas en que un niño o adolescente con un historial de trauma complejo puede experimentar el mundo (*antes de una crisis mundial*) pueden incluir:

- Mi cuerpo se siente tenso o doloroso
- Mis emociones son difíciles de entender o regular, y extremadamente difíciles de expresar
- Mis sentimientos son demasiado grandes para que otros los manejen
- Mi mente está dando vueltas con miedos, preocupaciones, dudas de mi mismo/a
- El mundo se siente inseguro e impredecible
- La gente me ha usado o me ha fallado en el pasado, así que probablemente no deba confiar en ellos
- Me siento muy solo/a, pero no sé cómo pedir ayuda

Cuando surge una amenaza actual, todos los sentimientos, pensamientos o temores anteriores tienden a intensificarse, pero pueden resultar en una amplia variación de manifestaciones. Considere estas situaciones:

- Un niño con una tendencia a manifestaciones físicas de ansiedad podría volverse hipersensible a cualquier cambio en las sensaciones corporales, e inmediatamente entrar en pánico ante señales sutiles de tos o dolor de garganta.
- Un adolescente con un historial de descuido físico y privación de alimentos podría sentirse particularmente en pánico de que su familia se quede sin comida y pueda comenzar a robar o acaparar artículos.
- Un joven con un historial de abuso sexual podría sentirse provocado por la amenaza de sentirse atrapado durante la cuarentena o las condiciones de toque de queda.
- Un adolescente que de niño experimentó privaciones emocionales y descuido, podría sentirse extremadamente ansioso por el distanciamiento social, y luchar con sentimientos percibidos como el rechazo o abandono si se le pide que se aisle de los demás por un tiempo. Este joven podría luchar particularmente con la limitación temporal de oportunidades del toque físico que es saludable con sus amistades, o la falta de acceso físico a su novio o novia.
- Un niño que es más atento al nivel de estrés de los adultos puede reaccionar de maneras que parecen extremas o inapropiadas a la situación actual, ya que el sistema de alarma interior se "prende" y automáticamente cambia a un modo de plan de alerta o modo de sobrevivencia. Por ejemplo, algunos jóvenes pueden cerrarse y alejarse, mientras otros pueden intensificarse a un berrinche o la agresión.

- Un joven parece indiferente a las precauciones relacionadas al distanciamiento social, y cuando se enfrenta a la preocupación dice: “Pues, ya que. No tengo miedo. He enfrentado a situaciones mucho más miedosas. La vida siempre es una miseria; esto no es diferente.”

Con el estado de incertidumbre en nuestro mundo actual, ayuda ser conscientes de que la experiencia histórica de un niño o adolescente puede producir de alguna manera un aumento en las reacciones actuales. Mientras que una comunidad entera podría estar sintiendo ansiedad en respuesta a una crisis mundial como COVID-19, un sobreviviente de trauma complejo puede experimentar reacciones intensificadas a detalles particulares que son más relevantes a sus propias historias de vida.

### **CONECTANDO LOS PUNTOS ENTRE EL PASADO Y EL PRESENTE**

Dada la resiliencia del espíritu humano y las diversas formas en que ocurre la sanación, muchos jóvenes con un historial de trauma temprano han encontrado hogares acogedores y están lidiando o desarrollándose en ambientes de sanación. La terapia, el apoyo familiar y escolar, los mentores, las comunidades de fe, el atletismo y las artes han servido como ayudas poderosas para muchos jóvenes que han experimentado traumas. Sin embargo, para los sobrevivientes de traumas más complejos, todavía hay ciertas situaciones que pueden provocar sentimientos o sensaciones problemáticas relacionados con traumas anteriores.

Como cuidadores de jóvenes con trauma complejo, esto también puede parecer un momento particularmente desafiante. Los niños bajo su cuidado pueden tener síntomas que están resurgiendo o viejos patrones de afrontamiento que se reactivan. Jóvenes colocados fuera del hogar que habían comenzado a responder positivamente y sentirse confortados por las rutinas estructuradas de nuevos ambientes, ahora pueden estar teniendo problemas de conducta o luchando por el control en medio de actividades semanales que han sido interrumpidas o puestas en pausa. Todos los jóvenes, y sus cuidadores, necesitan una comunidad solidaria y rutinas que apoyen el autocuidado y mantengan la salud. Como cuidadores, hay muchos factores fuera de nuestro control inmediato durante esta crisis de salud mundial. Sin embargo, aún puede ser útil encontrar prácticas cotidianas tangibles para ayudar a los jóvenes a controlar su ansiedad.



## IDEAS DE RECURSOS Y ESTRATEGIAS DE MANEJO DE LA ANSIEDAD PARA JOVENES Y CUIDADORES QUE ENFRENTAN ESTRÉS AGUDO

Todos somos diferentes en cuanto a lo que se siente más útil durante un momento que provoca recuerdos, sentimientos o sensaciones pasadas y familiares relacionadas con nuestro pasado o durante un período prolongado de angustia. Lo que sigue es una lista de ideas y sugerencias que pueden ayudar a crear momentos de reenfoque y calma para jóvenes y cuidadores. Le recomendamos que considere experimentar con estas u otras técnicas de afrontamiento para encontrar las que funcionen mejor para usted.<sup>1</sup>

### Para Padres y Cuidadores de Jóvenes con Historiales de Trauma Complejo:

- Primero que nada, **cuídese usted mismo**. El mejor recurso para un niño o adolescente abrumado es un adulto tranquilo y regulado. Y...no es fácil permanecer calmado y regulado constantemente en una temporada de ansiedad más amplia en la sociedad. Recuerde de ser amable con usted mismo en los momentos inevitables cuando pierda la paciencia, cuando muestra demasiado de su propio miedo, o cuando responde de otras maneras que son menos útiles de lo que le gustaría poder ofrecer a los jóvenes bajo su cuidado durante este tiempo estresante.
- **Manténgase conectado con su propia comunidad lo más posible** durante esta pandemia. Considere apartar tiempo para conectarse en línea con amigos y familiares que le apoyan, especialmente si tiene otras personas que entienden las necesidades de cuidar a los jóvenes con antecedentes de trauma. Si usted es un padre adoptivo/de crianza temporal, un miembro de equipo de un programa residencial, un maestro o terapeuta que da apoyo en línea para jóvenes afectados por el trauma, este es un momento para reunirse en foros virtuales para compartir experiencias, estrategias y apoyo con otros adultos de su red.
- Si siente vergüenza o presión a causa de publicaciones en las redes sociales o mensajes que prescriben una rutina diaria que sea “única para todos” o que estén degradando públicamente a otros, **considere restringir el ingreso de información que no sea útil de sus redes sociales**.

---

<sup>1</sup> Varias de estas recomendaciones para jóvenes y sus padres y cuidadores fueron informadas por *Attachment, Regulation, and Competency (ARC)*, por sus iniciales en inglés) una intervención para el tratamiento del trauma complejo para niños, familias y sistemas (Blaustein & Kinniburgh, 2018).

- Si usted es un cuidador que también lucha con su propio historial de experiencias dolorosas, le recomendamos que revise la lista detallada de las estrategias de afrontamiento recomendadas en nuestra guía de **recurso complementario para adultos**: [Estrategias de Afrontamiento para Sobrevivientes de Trauma Complejo Luchando Contra la Pandemia de Coronavirus \(COVID-19\)](#)



- Cuando los jóvenes demuestran reacciones y comportamientos que pueden intensificarse por la actual crisis mundial, comience con curiosidad. Pregúntese, “¿Cómo podrían ser afectados los comportamientos actuales de mi hijo/a por sus experiencias pasadas y sus patrones de afrontamiento?” Cuando nos damos el espacio para **hacer una pausa y sentir curiosidad por las respuestas de nuestros hijos**, podemos comprender mejor, responder con calma y apoyar sus necesidades. Además, podemos enseñarles a los jóvenes como sentir curiosidad por sus propias reacciones.

### **Estrategias para Apoyar a los Jóvenes Afectados por el Trauma:**

- **Mantenga una rutina diaria** que ayude a mantener un sentido de predictibilidad y control, con la consideración de que puede darse permiso para ser flexible si tomar descansos o alterar temporalmente la rutina es lo más reconfortante para su hijo/a. No hay una rutina diaria perfecta para todos. Encuentre lo que mejor funcione para su familia o programa residencial durante este tiempo único en todas nuestras vidas.
- **Brinde oportunidades para que los jóvenes experimenten momentos de elección y control**, que puede sentirse particularmente limitado durante esta era. Incluso permitir que los jóvenes tengan elecciones simples sobre qué cenar, qué jugar, qué película ver o el orden de las tareas académicas pueden marcar la diferencia para ayudar a los jóvenes a sentir que pueden mantener cierto sentido de agencia o control personal en sus vidas diarias.



- **Apoye los esfuerzos de los jóvenes para mantener una conexión** por teléfono o computadora con sus compañeros y miembros de la familia que estén fuera del hogar. Si los jóvenes se sienten aislados de sus amigos y seres queridos, ayúdelos a programar videollamadas, llamadas por teléfono, juegos en línea o chats de texto con personas que les brinden alegría y comodidad. Para los jóvenes en programas residenciales o en cuidado de crianza temporal, priorice los esfuerzos para permitirles mantener el contacto, según apropiado, con los padres, tutores y otros miembros importantes de la familia durante un período potencialmente prolongado de refugio en casa.
- **Limite lo más posible el acceso a los medios de comunicación para niños pequeños.** Para los adolescentes y los jóvenes mayores, que naturalmente tienen más acceso a la información y a las redes sociales, tenga discusiones sobre limitar las noticias y ayude a encontrar (y procesar) noticias solo de fuentes confiables.
- **Incorpore cercanía y toque físico apropiado** como elementos de consuelo de vida diaria de los jóvenes. Por ejemplo, acurrucarse en el sofá viendo una película o jugar con una mascota.



- Reconozca que, por una variedad de razones, a **algunos jóvenes no les gusta que los abracen** o evitan otro contacto físico de los padres o cuidadores adultos, ya sea debido a sus historiales de trauma, preferencias personales o por otras razones. Para esos jóvenes, así como para aquellos que viven en programas residenciales con restricciones sobre el contacto físico, apoye y brinde opciones alternativas como acurrucarse con una almohada, una cobija, o un animal de peluche favorito.

- Si su hijo/a o adolescente exhibe señales de que se siente particularmente estresado por un recuerdo o una emoción relacionada con un trauma, ayúdelo/a a volver a conectarse con los pensamientos o actividades que lo/a enfoque en el presente. La estrategia de **retención y atención** nos puede conectar con el momento presente. Ayude a los jóvenes a conectarse con sus sentidos para enfocarse en lo que pueden ver, oír, tocar, oler o saborear en el momento como un recordatorio de que el pánico y miedo de las experiencias pasadas no están sucediendo en el presente.
- **Ayude a los jóvenes a evaluar si su cuerpo necesita información sensorial** que aumente o disminuya su energía o que les ayude a gastar energía inquieta. A veces, cuando los jóvenes están angustiados, la energía se siente demasiado alta (hiperactivación) y necesita ser calmada, mientras que otras veces la energía deja a los jóvenes sintiéndose cerrados, retraídos y entumecidos (hipoexcitación). Otras veces, su energía natural se ha acumulado en sus cuerpos y necesita una salida saludable, como el hacer ejercicio aeróbico, levantar pesas, estirarse o bailar (saciedad sensorial). La atención a las necesidades sensoriales puede incluir actividades como beber té caliente o una bebida fría, tomar un baño o ducha tibia, envolverse en una manta pesada o cobija pesada, o usar lociones perfumadas o aceites esenciales. Además, los materiales como la plastilina, masilla, arena o juguetes para manipular (por ejemplo, los “*fidget spinners*”) pueden ser útiles cuando se sientan inquietos/as.
- Ayude a los jóvenes a **desarrollar una práctica simple de atención plena** también conocida como “mindfulness”, como la respiración profunda, meditación, estiramiento/yoga o imágenes guiadas, en su rutina y repertorio de afrontamiento. Hay muchas aplicaciones buenas para guiar estas prácticas. Para jóvenes mayores, aplicaciones generales como *Headspace; Calm; Stop, Breathe, & Think* pueden ser aplicables, y muchas aplicaciones también tienen versiones juveniles. Plaza Sesamo (Sesame Street) tiene recursos maravillosos para los niños más pequeños, incluyendo la aplicación “*Breathe, Think, Do Sesame*” y varios videos musicales en YouTube relacionados con el manejo y la expresión de emociones difíciles.
- Siempre que sea permitido, **salga** con los jóvenes para respirar profundamente el aire fresco, caminar, o a dar un paseo en bicicleta.



simplemente cambiar el cuerpo de una posición vulnerable a una posición más poderosa y activa puede ajustar nuestra fisiología de manera positiva.

- Apoye a los jóvenes en la incorporación del **movimiento y el ejercicio** en su rutina diaria. Patear o lanzar una pelota de un lado a otro, hacer ejercicios breves y vigorosos, fiestas de baile en la sala, estiramientos / yoga o entrenamiento de fuerza puede ayudar al cuerpo a sentirse más fuerte y regulado. A veces,

- Apoye a los jóvenes en la **identificación de fuentes personales de positividad**, inspiración, comodidad y alegría, e incorporarlos a la rutina diaria. Considere leer, escuchar o ver historias que inspiren a los jóvenes, estimulen la risa, fomenten la espiritualidad o mantengan los valores centrales de la familia o la comunidad. Para algunas familias, esto podría funcionar bien juntos, mientras que para otros con jóvenes mayores, simplemente animar a los adolescentes a encontrar lo que les es útil individualmente podría ser un buen comienzo.
- Apoye a los jóvenes a escuchar **música que les levante el ánimo** y se conecte con sus intereses e identidad. Si es útil, considere proporcionar audífonos u otras herramientas para que los jóvenes tengan acceso a la música.



- Anime a los jóvenes a **crear cosas que les brinden satisfacción**. Dibujar, colorear, pintar, escribir, hacer collages, hacer listas de reproducción de música y hacer álbumes de fotos y álbumes de recortes son ejemplos de actividades creativas que pueden ser relajantes y fructuosas.

- Ayude a los jóvenes a evitar los pensamientos ansiosos redirigiendo sus pensamientos a cosas más positivas y enfocarse en actividades **livianas pero enfocadas en la resolución de problemas**, como rompecabezas, juegos de mesa, juegos de computadora, Legos u otras actividades de construcción.
- **Considere la mejor manera de apoyar a jóvenes minoritarios** en ubicaciones adoptivas o residenciales que puedan sentirse desconectados de su familia, compañeros o de sus comunidades étnicas. Consulte con jóvenes de minoría étnica que podrían estar en riesgo de aislamiento y ayude a los jóvenes a crear oportunidades para mantener la comunicación con relaciones importantes.
- **Considere la mejor manera de ayudar a los jóvenes LGBTQ** durante un tiempo en el que pueden sentirse aislados de otros compañeros y mentores LGBTQ y que luchan por permanecer conectados con un sentido de identidad comunitaria. Evalúe con cuidado las necesidades sociales y emocionales de los jóvenes LGBTQ bajo su cuidado y promueva oportunidades para que los jóvenes se conecten de manera remota con individuos u organizaciones de apoyo.
- Finalmente, recuérdelos a los jóvenes que **pedir ayuda es importante**, mientras tal vez valide que sabe lo difícil que puede ser. Reconozca que por mucho que los ame o cuide de ellos, y por tan apegados que sean, a veces los jóvenes necesitan un descanso de nosotros, un cambio momentáneo de perspectiva, o incluso a otra persona con quien desahogarse. Esto puede ser más cierto ahora que nunca, ya que en estos momentos estamos pasando cada día más tiempo con nuestros familiares inmediatos o con los jóvenes en nuestro cuidado. Considere adelantarse a esto ayudando a los jóvenes a identificar figuras de apoyo adicionales en sus vidas a las que se pueda acceder por video, teléfono, correo electrónico o mensaje de texto. Estos podrían ser miembros de la familia que viven en otro lado, mentores adultos de confianza, como pastores, rabinos, entrenadores o maestros, o amigos y compañeros seguros. Anime a los jóvenes a construir una comunicación regular con estos recursos relacionales en sus rutinas semanales. De esta manera, podemos ayudar a garantizar que los jóvenes bajo nuestro cuidado tengan opciones para comunicarse cuando necesiten consuelo, aliento, una buena risa o que alguien los escuche sin ser juzgados.



## REFERENCIAS<sup>2</sup>

- Arvidson, J., Kinniburgh, K., Howard, K., Spinazzola, J., Strothers, H., Evans, M., Andres, B., Cohen, C., & Blaustein, M. (2011). Treatment of complex trauma in young children: Developmental and cultural considerations in application of the ARC intervention model. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 4(1), 34-51.
- Blaustein, M., & Kinniburgh, K. (2018). *Treating traumatic stress in children and adolescents: How to foster resilience through attachment, self-regulation, and competency*, 2<sup>nd</sup> edition. Guilford Publications.
- Blaustein, M., & Kinniburgh, K. (2015). When age doesn't match stage: Challenges and considerations in services for transition-age youth with histories of developmental trauma. *Focal Point*, 29, 17-20.
- Cook, A., Spinazzola, J., Ford, J., Lanktree, C., Blaustein, M., Sprague, C., Cloitre, M., DeRosa, R., Hubbard, R., Kagan, R., Liataud, J., Mallah, K. Olafson, E., & van der Kolk, B., (2007). Complex trauma in children and adolescents. *Focal Point*, 21(1), 4-8.
- D'Andrea, W., Ford, J., Stolbach, B., Spinazzola, J. & van der Kolk, B. (2012). Understanding interpersonal trauma in children: Why we need a developmentally-appropriate trauma diagnosis. *American Journal of Orthopsychiatry*, 82(2), 187-200.
- Forrest, S., Gervais, R., Lord, K., Sposato, A., Martin, L., Beserra, K., & Spinazzola, J. (2018). Building communities of care: A comprehensive model for trauma-informed youth capacity building and behavior management in residential services. *Residential Treatment for Children & Youth*, 35(4), 265-285.
- Habib, M., Machairas, K., & Spinazzola, J. (2019). MVP, surrogate parent, or mentor? The crucial role of front-line workers in building a unified trauma-informed residential services team for youth. *New York State Trauma Informed Network Newsletter*, August 15.
- Hodgdon, H. B., Blaustein, M.B., Kinniburgh, K., Peterson, M., & Spinazzola, J. (2016). Application of the ARC model with adopted children: Supporting resiliency and family well-being. *Journal of Child and Adolescent Trauma*, 9(1), 43-53.

---

<sup>2</sup> La mayoría de estos artículos se pueden descargar de forma gratuita desde la sección de [Recursos](http://www.complextrauma.org) de [www.complextrauma.org](http://www.complextrauma.org)

- Kinniburgh, K., Hodgdon, H., Gabowitz, D., Blaustein, M. & Spinazzola, J. (2013). Developing and implementing trauma informed programming in two residential settings using the ARC framework. *Journal of Family Violence, 28*(7), 679-692.
- Machairas, K., Habib, M., Labruna, V., & Spinazzola, J. (2019). Advancing inclusivity in trauma-informed residential services and staffing. *New York State Trauma Informed Network Newsletter*, October 15.
- Pressley, J., & Spinazzola, J. (2018). The developmental consequences of exposure to complex trauma in childhood and adolescence. In J. Osofsky & B. McAlister Groves (Eds.), *Violence and trauma in the lives of children* (Vol 1.). Santa Barbara, CA: Praeger.
- Spinazzola, J., van der Kolk, B., & Ford, J. (2018). When nowhere is safe: Interpersonal trauma and attachment adversity as antecedents of posttraumatic stress disorder and developmental trauma disorder. *Journal of Traumatic Stress, 31*(5), 631-642.
- Spinazzola, J., Habib, M., Knoverek, A., Arvidson, J., Nisenbaum, J., Wentworth, R., & Pond, A. (2013). The heart of the matter: Complex trauma in child welfare. *Child Welfare 360°*. Special Issue: Trauma-Informed Child Welfare Practice. Winter 2013, 8-9, 37.
- Spinazzola, J., Hodgdon, H., Liang, L., Ford, J., Layne, C., Pynoos, R., Stolbach, B., & Kisiel, C. (2014). Unseen wounds: The contribution of psychological maltreatment to child and adolescent mental health and risk outcomes in a national sample. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice and Policy, 6*(S1), S18-S28.
- Spinazzola, J., Habib, M., Blaustein, M., Knoverek, A., Kisiel, C., Stolbach, B., Abramovitz, R., Kagan, R., Lanktree, C., & Maze, J. (2017). *What is Complex Trauma? A resource guide for youth and those who care about them*. National Child Traumatic Stress Network.
- Spinazzola, J., A. Rhodes, D. Emerson, E. Earle & K. Monroe. (2011). Application of yoga in residential treatment of traumatized youth. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association, 17*(6), 431-444.
- Warner, E., Spinazzola, J., Westcott, A., Gunn, C., & Hodgdon, H. (2014). The body can change the score: Empirical support for somatic regulation in the treatment of traumatized adolescents. *Journal of Child & Adolescent Trauma, 7*(4), 237-246.