



Módulo 5: Desarrollo de estrategias de coaching e instrucción que fomenten la participación de las víctimas de la trata (VoTs)



Cofinanciado por la Unión Europea

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados son, sin embargo, exclusivamente los de los autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva en el ámbito Educativo, Audiovisual y Cultural (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellos.



Descripción general del módulo

- Duración: aproximadamente **3-4 horas** (adaptable a las necesidades de formación)
- Destinatarios: **entrenadores deportivos, formadores, trabajadores sociales y profesionales** que trabajan con **víctimas de la trata de personas**.
- Modalidad de impartición: **presencial o semipresencial**
- Metodología: **alineación constructiva**: los resultados del aprendizaje, los métodos y las evaluaciones están totalmente integrados
- Objetivo: comprender cómo **desarrollar estrategias de coaching e instrucción que fomenten la participación de las víctimas de la trata de personas (VoTs)**.



Objetivo de aprendizaje

Al finalizar este módulo, los participantes serán capaces de:

1. **Reconocer** los signos de estrés o agobio.
2. **Utilizar** instrucciones predecibles y claras.
3. **Desarrollar** habilidades paso a paso.
4. **Fomentar** la autonomía sin presiones.
5. **Responder** de forma segura a las reacciones traumáticas.
6. **Proporcione** comentarios orientados al progreso.
7. **Adapta** las actividades grupales para grupos mixtos.
8. **Utilice** fundamentos y ritmos sencillos.
9. **Respete** las normas culturales y las necesidades de comunicación.



¿Qué hace que el trauma relacionado con el tráfico sea único?

Las experiencias de trata suelen incluir:

- control y amenazas a largo plazo
- entornos impredecibles
- presión para obedecer sin opción
- restricción de movimientos y autonomía

Todo ello puede influir considerablemente en la participación en las sesiones de formación.



Cómo afectan las experiencias de seguimiento al aprendizaje y la participación

La instrucción debe apoyar:

- Seguridad: sentirse protegido y no juzgado
 - Confianza: saber lo que va a pasar a continuación
 - Autonomía: tener opciones reales
 - Autorregulación: mantenerse presente, gestionar el estrés
- Cuando se cuenta con este apoyo, la participación aumenta.





Parte 1: Fundamentos pedagógicos para las VoT



Cofinanciado por
la Unión Europea

Financiado por la Unión Europea. No obstante, las opiniones y puntos de vista expresados son exclusivamente los de los autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva en el ámbito Educativo, Audiovisual y Cultural (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellos.



Signos de posibles respuestas traumáticas en las víctimas de la trata

Reacciones comunes relacionadas con la explotación:

- Parálisis o inmovilidad repentina,
- Evitar tomar decisiones.
- Escudriñar el entorno.
- Aislamiento o retraimiento.
- Confusión durante tareas complejas.

Se trata de respuestas automáticas al estrés, no de mal comportamiento.



Utilizar una estructura predecible y controlable

La previsibilidad reduce la amenaza. Utilice:

- una visión general de la sesión al comienzo,
- rutina estable de calentamiento y cierre,
- transiciones claras («En un minuto cambiaremos...»),
- un tono emocional estable por parte del entrenador.

Esto ayuda a los participantes a sentirse lo suficientemente seguros como para participar.



Por qué los cambios repentinos pueden provocar angustia

Las situaciones de seguimiento a menudo implicaban:

- Cambios rápidos,
- Exigencias inesperadas,
- Castigos por los errores,
- Los cambios no anunciados en la formación pueden recrear esta tensión.

Las advertencias sencillas reducen el estrés y aumentan el compromiso.



Aprendizaje paso a paso para sobrevivientes de la explotación

Fomente la participación ofreciendo:

- Un nivel inicial muy fácil,
- Niveles superiores opcionales,
- Versiones de baja intensidad,
- Breves momentos de revisión («¿Cómo te sientes?»).

Esto protege a los participantes de la sobrecarga y la vergüenza.



La observación como un comienzo válido

Muchas personas con discapacidad auditiva necesitan tiempo para sentirse seguras antes de actuar.

Permita:

- Empezar observando,
- Participación parcial.
- Puntos de entrada opcionales.

Esto mantiene a la persona incluida sin forzar la visibilidad.





Parte 2: Dinámicas de agencia y poder



Cofinanciado por
la Unión Europea

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados son, sin embargo, exclusivamente los de los autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva en el ámbito Educativo, Audiovisual y Cultural (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellos.



Lenguaje instructivo que fomenta la autonomía

En lugar de: «Todo el mundo debe hacer esto ahora».

Utilice: «Puedes elegir la versión más lenta o la más rápida».

Evite la presión.

Fomente la
elección real.

La elección reconstruye la capacidad de acción, algo que a menudo se pierde durante el seguimiento.





Parte 3 — Responder al agobio



Cofinanciado por
la Unión Europea

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados son, sin embargo, exclusivamente los de los autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva en el ámbito Educativo, Audiovisual y Cultural (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellos.



Comprender el «bloqueo» en las víctimas de la trata

- No es rechazo
- Respuesta de supervivencia, provocada por el estrés o la presión

Si alguien se queda quieto, callado o confuso:

- ofrezca una opción más lenta o más sencilla,
- normalice las pausas breves («Los descansos son parte del entrenamiento»),
- Evite pedir explicaciones,
- utilice señales claras y sencillas.



Por qué la competencia puede ser estresante para las víctimas de la trata

- Miedo al fracaso,
- Recuerdos de castigos,
- La comparación social como amenaza.

Diseño de grupos cooperativos

- Tareas compartidas,
- Retos en equipo,
- Formatos de grupo sin presión,
- Pequeños grupos rotativos.

Esto mantiene a los participantes conectados sin amenazas sociales.



Basado en fortalezas, No comparativo Feedback

La retroalimentación debe:

- mencionar progresos específicos («Tu ritmo ha sido más constante hoy»),
- evitar comparaciones con otros,
- evitar mezclar elogios con críticas,
- reforzar el esfuerzo, la presencia y la regulación.

Esto genera confianza y reduce la vergüenza.



Empoderamiento a través del coaching transparente

El empoderamiento crece cuando los participantes ven que:

- las opciones son reales
- las decisiones se explican
- su opinión importa
- el entorno es coherente

Esto favorece la recuperación tras experiencias de coacción y control.



Múltiples vías de participación

La participación no siempre implica una actividad física completa.

Ofrezca roles como:

- Cronometrador,
- Organizador,
- Ayudante de equipamiento.

Esto mantiene el sentido de pertenencia sin forzar la participación física.



Entrenamiento de grupos mixtos

En muchos grupos, solo algunos participantes son víctimas de la trata. Utiliza reglas de grupo que ayuden a todos:

- No comentes el ritmo de los demás.
- pregunta antes de dar tu opinión,
- Opciones para diferentes intensidades.

Esto evita identificar o señalar a los VoT.





Parte 4: Incorporación y regulación



Cofinanciado por
la Unión Europea

Financiado por la Unión Europea. Sin embargo, las opiniones y puntos de vista expresados son exclusivamente los de los autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva en el ámbito Educativo, Audiovisual y Cultural (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellos.



Cómo afecta el seguimiento a la conciencia corporal

- Desconexión,
- Disociación,
- Confusión de las señales corporales.



Apoyo a la encarnación y la regulación

Las sencillas señales físicas ayudan a los participantes a reconectarse de forma segura:

- «Fíjate en tus pies sobre el suelo»,
- «Muévete con un ritmo que te resulte cómodo».
- Movimientos lentos y repetitivos.

Esto ayuda a calmar el sistema nervioso sin presión emocional.





Parte 5: Necesidades culturales y contextuales



Cofinanciado por
la Unión Europea

Financiado por la Unión Europea. Sin embargo, las opiniones y puntos de vista expresados son exclusivamente los de los autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva en el ámbito Educativo, Audiovisual y Cultural (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellos.





Cultural y Contextual Capacidad de respuesta

Sé sensible a:

- El espacio personal,
- Normas de género,
- Límites de contacto físico,
- Diferencias lingüísticas.

Utilice instrucciones visuales y ofrezca opciones de distancia.

Respetar la comodidad cultural reduce el estrés y fomenta la participación.



Resumen: Qué ayuda a las víctimas de la trata a participar

- Estructura predecible,
- Transiciones claras y sencillas.
- Aprendizaje paso a paso,
- Lenguaje que fomenta la autonomía.
- Respuestas seguras ante situaciones abrumadoras,
- Comentarios orientados al progreso,
- Formatos de grupo cooperativos,
- Señales de conexión con la realidad,
- Sensibilidad cultural.



Evaluación del aprendizaje

Los participantes pueden completar un breve cuestionario para comprobar su comprensión del contenido del módulo.

El formador está disponible para responder preguntas y explicar el razonamiento detrás de las respuestas correctas.



Cuestionario de evaluación

1) Fundamentos pedagógicos basados en el trauma para el coaching

Pregunta: ¿Qué comportamiento muestra un problema con la agencia más que con la habilidad?

- A. Evitar el contacto visual
- B. Olvidar instrucciones de varios pasos
- C. Dejar que otros tomen decisiones por ellos
- D. Esforzarse demasiado por ganarse la aprobación



Cuestionario de evaluación

1) Fundamentos pedagógicos basados en el trauma para el coaching

Pregunta: ¿Qué comportamiento muestra un problema con la agencia más que con la habilidad?

- A. Evitar el contacto visual
- B. Olvidar instrucciones de varios pasos
- C. Dejar que otros tomen decisiones por ellos**
- D. Esforzarse demasiado por ganarse la aprobación



Cuestionario de evaluación

Por qué la respuesta C es correcta: refleja una reducción de la autonomía y dificultad para tomar decisiones personales.

Por qué la respuesta A es incorrecta: evitar el contacto visual refleja incomodidad social, no pérdida de agencia.

Por qué la respuesta B es incorrecta: olvidar pasos está relacionado con la sobrecarga cognitiva, no con la autonomía.

Por qué la opción D es incorrecta: la búsqueda de aprobación está relacionada con patrones de vergüenza, no con la pérdida de agencia.



Cuestionario de evaluación

2) Estructura predecible de la sesión (escenario)

Durante una actividad, el entrenador cambia repentinamente a un nuevo ejercicio sin previo aviso. Uno de los participantes deja de moverse inmediatamente y mira a su alrededor rápidamente.

¿Qué sería lo mejor para evitar esta reacción la próxima vez?

- A. Dar un breve aviso (1-2 minutos) antes de cambiar a un nuevo ejercicio.
- B. Utilizar instrucciones más claras durante los cambios.
- C. Deje que el grupo cambie de ejercicio cuando quiera.
- D. Añada tareas sorpresa para mantener el interés durante la sesión.



Cuestionario de evaluación

2) Estructura predecible de la sesión (escenario)

Durante una actividad, el entrenador cambia repentinamente a un nuevo ejercicio sin previo aviso. Uno de los participantes deja de moverse inmediatamente y mira a su alrededor rápidamente.

¿Qué sería lo mejor para evitar esta reacción la próxima vez?

- A. Dar un breve aviso (1-2 minutos) antes de cambiar a un nuevo ejercicio.**
- B. Utilizar instrucciones más claras durante los cambios.
- C. Deje que el grupo cambie de ejercicio cuando quiera.
- D. Añada tareas sorpresa para mantener el interés durante la sesión.



Cuestionario de evaluación

Por qué A es correcta: una advertencia hace que el cambio sea predecible y reduce el estrés.

Por qué B es incorrecta: el volumen no reduce la imprevisibilidad.

Por qué C es incorrecta: el cambio aleatorio aumenta la incertidumbre.

Por qué D es incorrecta: las tareas sorpresa aumentan la imprevisibilidad.



Cuestionario de evaluación

3) Desarrollo de habilidades paso a paso

¿Qué enfoque previene mejor el agobio durante el aprendizaje de nuevas habilidades?

- A. Ofrecer primero un nivel inicial más sencillo de la habilidad
- B. Empezar con el movimiento completo para que los atletas vean el panorama general
- C. Permita que los atletas más rápidos demuestren la versión avanzada.
- D. Dar largas explicaciones verbales antes de empezar



Cuestionario de evaluación

3) Desarrollo de habilidades paso a paso

¿Qué enfoque previene mejor el agobio durante el aprendizaje de nuevas habilidades?

A. Ofrecer primero un nivel inicial más sencillo de la habilidad

B. Empezar con el movimiento completo para que los atletas vean el panorama general

C. Permita que los atletas más rápidos demuestren la versión avanzada.

D. Dar largas explicaciones verbales antes de empezar



Cuestionario de evaluación

Por qué A es correcta: un punto de partida sencillo reduce la carga cognitiva.

Por qué B es incorrecta: los movimientos completos pueden sobrecargar la regulación.

Por qué C es incorrecta: las demostraciones avanzadas añaden presión social.

Por qué D es incorrecta: las explicaciones largas aumentan la demanda cognitiva.



Cuestionario de evaluación

4) Agencia de apoyo

Un participante permanece quieto y sigue cambiando el peso de un pie a otro, sin saber muy bien qué versión probar.

¿Qué instrucción apoya mejor su sentido de la elección?

- A. «Puedes elegir la versión más lenta o la más rápida. Ambas están bien».
- B. «Elige ahora; el grupo está esperando».
- C. «Hoy todos deben hacer la misma versión».
- D. «Elige la versión más difícil; puedes hacerlo».



Cuestionario de evaluación

4) Agencia de apoyo

Un participante permanece quieto y sigue cambiando el peso de un pie a otro, sin saber muy bien qué versión probar.

¿Qué instrucción apoya mejor su sentido de la elección?

A. «Puedes elegir la versión más lenta o la más rápida. Ambas están bien».

B. «Elige ahora; el grupo está esperando».

C. «Hoy todos deben hacer la misma versión».

D. «Elige la versión más difícil; puedes hacerlo».



Cuestionario de evaluación

Por qué A es correcta: ofrece una opción clara y sin presión.

Por qué B es incorrecta: añade presión de tiempo.

Por qué la opción C es incorrecta: elimina por completo la posibilidad de elegir.

Por qué D es incorrecta: antepone el rendimiento a la comodidad.



Cuestionario de evaluación

5) Gestión de las respuestas al trauma

Durante una secuencia de movimientos, un participante se queda repentinamente completamente inmóvil y no responde a tus indicaciones.

¿Cuál es la interpretación basada en el trauma?

A. Su sistema se sobrecargó y entró en una respuesta de congelación.

B. Necesita una explicación más técnica.

C. Se niega a participar.

D. Está cansado del ejercicio.



Cuestionario de evaluación

5) Gestión de las respuestas al trauma

Durante una secuencia de movimientos, un participante se queda repentinamente completamente inmóvil y no responde a tus indicaciones.

¿Cuál es la interpretación basada en el trauma?

A. Su sistema se sobrecargó y entró en una respuesta de congelación.

B. Necesita una explicación más técnica.

C. Se niega a participar.

D. Está cansado del ejercicio.



Cuestionario de evaluación

Por qué A es correcta: La paralización es una reacción automática de supervivencia.

Por qué B es incorrecta: Una mayor cantidad de información no resuelve la paralización.

Por qué C es incorrecta: La paralización no es una negativa voluntaria.

Por qué D es incorrecta: El cansancio no provoca una inmovilidad repentina y una falta de respuesta.



Cuestionario de evaluación

6) Comentarios basados en las fortalezas

Un participante que antes se mostraba indeciso ahora completa la secuencia con un ritmo más constante y menos pausas. ¿Qué comentario se ajusta mejor a un enfoque basado en las fortalezas y que tiene en cuenta el trauma?

- A. «Esta vez has mantenido un ritmo más constante. Eso demuestra que has progresado mucho desde antes».
- B. «Genial, ahora estás empezando a rendir más como los demás».
- C. «Buen trabajo, intenta esforzarte un poco más en la próxima ronda».
- D. «Tu ritmo es bueno, pero aún hay mucho que mejorar».



Cuestionario de evaluación

6) Comentarios basados en las fortalezas

Un participante que antes se mostraba indeciso ahora completa la secuencia con un ritmo más constante y menos pausas. ¿Qué comentario se ajusta mejor a un enfoque basado en las fortalezas y que tiene en cuenta el trauma?

A. «Esta vez has mantenido un ritmo más constante. Eso demuestra que has progresado mucho desde antes».

B. «Genial, ahora estás empezando a rendir más como los demás».

C. «Buen trabajo, intenta esforzarte un poco más en la próxima ronda».

D. «Tu ritmo es bueno, pero aún hay mucho que mejorar».



Cuestionario de evaluación

Por qué la respuesta A es correcta: destaca el progreso personal específico sin comparaciones.

Por qué la respuesta B es incorrecta: compara al participante con los demás.

Por qué la opción C es incorrecta: Aumenta la presión y cambia el enfoque hacia el rendimiento.

Por qué la opción D es incorrecta: mezcla el elogio con la evaluación y reduce la confianza.



Cuestionario de evaluación

7) Empoderamiento

¿Qué refleja mejor el empoderamiento en el coaching de VoTs?

- A. Explicar el propósito de una actividad e invitar a hacer preguntas.
- B. Dejar todas las decisiones en manos de los atletas
- C. Evitar la estructura para reducir la presión
- D. Elogiar a los atletas en voz alta para motivarlos



Cuestionario de evaluación

7) Empoderamiento

¿Qué refleja mejor el empoderamiento en el coaching de VoTs?

- A. Explicar el propósito de una actividad e invitar a hacer preguntas
- B. Dejar todas las decisiones en manos de los atletas
- C. Evitar la estructura para reducir la presión
- D. Elogiar a los atletas en voz alta para motivarlos



Cuestionario de evaluación

Por qué la respuesta A es correcta: la transparencia y la colaboración favorecen el empoderamiento.

Por qué la respuesta B es incorrecta: demasiada libertad genera incertidumbre.

Por qué la opción C es incorrecta: la falta de estructura reduce la seguridad.

Por qué la opción D es incorrecta: los elogios en voz alta aumentan la presión social.



Cuestionario de evaluación

8) Diseño de grupos cooperativos

Un participante de VoT normalmente comprometido se retira durante un ejercicio competitivo.

¿Cuál es el mejor rediseño?

- A. Convertir el ejercicio en una tarea compartida por el equipo con un objetivo común.
- B. Mantener el ejercicio, pero eliminar el premio.
- C. Animar al grupo a animar más fuerte.
- D. Pedir a todos que compitan por parejas.



Cuestionario de evaluación

8) Diseño de grupos cooperativos

Un participante de VoT normalmente comprometido se retira durante un ejercicio competitivo.

¿Cuál es el mejor rediseño?

- A. Convertir el ejercicio en una tarea compartida por el equipo con un objetivo común.
- B. Mantener el ejercicio, pero eliminar el premio.
- C. Animar al grupo a animar más fuerte.
- D. Pedir a todos que compitan por parejas.



Cuestionario de evaluación

Por qué A es correcta: los objetivos compartidos reducen la amenaza social y la presión.

Por qué B es incorrecta: eliminar el premio no elimina la competencia.

Por qué C es incorrecta: animar aumenta la atención y el estrés.

Por qué D es incorrecta: la competición por parejas sigue generando comparaciones.



Cuestionario de evaluación

9) Múltiples vías de participación

Un participante se aleja de la actividad y se sienta en el banco con la cabeza gacha.

¿Cómo puede el entrenador mantenerlo incluido sin presionarlo?

- A. Ofrézcale una tarea sencilla, como llevar el tiempo o contar las repeticiones.
- B. Pídele que explique por qué se ha apartado.
- C. Pídele que vuelva inmediatamente.
- D. Dale un ejercicio más difícil para motivarlo.



Cuestionario de evaluación

9) Múltiples vías de participación

Un participante se aleja de la actividad y se sienta en el banco con la cabeza gacha.

¿Cómo puede el entrenador mantenerlo incluido sin presionarlo?

- A. **Ofrézcale una tarea sencilla, como llevar el tiempo o contar las repeticiones.**
- B. Pídele que explique por qué se ha apartado.
- C. Pídele que vuelva inmediatamente.
- D. Dale un ejercicio más difícil para motivarlo.



Cuestionario de evaluación

Por qué A es correcta: un papel pequeño les mantiene conectados sin forzar la acción.

Por qué B es incorrecta: pedir explicaciones puede generar vergüenza.

Por qué C es incorrecta: la devolución inmediata elimina la autonomía.

Por qué D es incorrecta: el aumento de la dificultad añade presión.



Cuestionario de evaluación

10) Grupos mixtos

¿Qué regla del grupo protege mejor a los participantes con traumas sin identificarlos?

- A. «Solo hay que dar feedback a alguien si lo pide».
- B. «Anima en voz alta a los compañeros de equipo más lentos».
- C. «Da consejos siempre que creas que pueden ser útiles».
- D. «Intenta igualar a la persona más rápida de hoy».



Cuestionario de evaluación

10) Grupos mixtos

¿Qué regla del grupo protege mejor a los participantes con traumas sin identificarlos?

- A. «Solo hay que dar feedback a alguien si lo pide».
- B. «Anima en voz alta a los compañeros de equipo más lentos».
- C. «Da consejos siempre que creas que pueden ser útiles».
- D. «Intenta igualar a la persona más rápida de hoy».



Cuestionario de evaluación

Por qué la respuesta A es correcta: reduce la atención no deseada y las señales sociales poco claras.

Por qué la respuesta B es incorrecta: animar en voz alta aumenta la presión.

Por qué C es incorrecta: los consejos no solicitados generan estrés.

Por qué D es incorrecta: igualar la velocidad aumenta la comparación y la amenaza.



Cuestionario de evaluación

11) Capacidad de respuesta incorporada

Durante una actividad de movimiento lento, uno de los participantes comienza a mirar fijamente al suelo y a moverse mucho más lentamente que antes.

¿Qué indicación del entrenador favorece mejor la conciencia corporal sin presión?

- A.«Siente tus pies en el suelo mientras te mueves».
- B.«Dime qué emociones estás sintiendo en este momento».
- C.«Intenta acelerar para mantenerte con el grupo».
- D.«Continúa con la actividad sin comprobarlo».



Cuestionario de evaluación

11) Capacidad de respuesta incorporada

Durante una actividad de movimiento lento, uno de los participantes comienza a mirar fijamente al suelo y a moverse mucho más lentamente que antes.

¿Qué indicación del entrenador favorece mejor la conciencia corporal sin presión?

- A. «Siente tus pies en el suelo mientras te mueves».
- B. «Dime qué emociones estás sintiendo en este momento».
- C. «Intenta acelerar para mantenerte con el grupo».
- D. «Continúa con la actividad sin comprobarlo».



Cuestionario de evaluación

Por qué la respuesta A es correcta: es una sencilla indicación básica que favorece la regulación.

Por qué la respuesta B es incorrecta: las preguntas emocionales añaden presión.

Por qué la opción C es incorrecta: acelerar el ritmo aumenta el estrés.

Por qué la opción D es incorrecta: No comprobarlo no ayuda a la regulación.



Cuestionario de evaluación

12) Capacidad de respuesta contextual

Durante una actividad en pareja, el entrenador pide a los participantes que trabajen por parejas. Uno de los participantes da un paso atrás rápidamente y cruza los brazos cuando se le asigna una pareja de otro sexo.

¿Cuál es la acción más sensible culturalmente que puede tomar el entrenador?

- A. Ofrecer una alternativa que no requiera contacto cercano ni emparejamiento.
- B. Explicar que los emparejamientos mixtos son normales en este contexto.
- C. Animarlos a continuar para que «se acostumbren».
- D. Pídele a tu pareja que se acerque más para que se sienta incluida.



Cuestionario de evaluación

12) Capacidad de respuesta contextual

Durante una actividad en pareja, el entrenador pide a los participantes que trabajen por parejas. Uno de los participantes da un paso atrás rápidamente y cruza los brazos cuando se le asigna una pareja de otro sexo.

¿Cuál es la acción más sensible culturalmente que puede tomar el entrenador?

- A. Ofrecer una alternativa que no requiera contacto cercano ni emparejamiento.
- B. Explicar que los emparejamientos mixtos son normales en este contexto.
- C. Animarlos a continuar para que «se acostumbren».
- D. Pídele a tu pareja que se acerque más para que se sienta incluida.



Cuestionario de evaluación

Por qué la respuesta A es correcta: respeta los límites personales y culturales, al tiempo que ofrece una forma segura de seguir participando.

Por qué la respuesta B es incorrecta: explicar las normas no elimina la incomodidad y puede aumentar la presión.

Por qué la respuesta C es incorrecta: Ignorar la incomodidad supone ignorar las barreras culturales y relacionadas con el trauma.

Por qué la respuesta D es incorrecta: Reducir el espacio personal aumenta la amenaza y la incomodidad.





¡Enhorabuena por completar el módulo 5!



Cofinanciado por
la Unión Europea

Financiado por la Unión Europea. Sin embargo, las opiniones y puntos de vista expresados son exclusivamente los de los autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva en el ámbito Educativo, Audiovisual y Cultural (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellos.

