

SUA (significa FUEGO y hace referencia a un perro que es importante para él) es el nombre ficticio de un chico que con 10 años empezó a vivir con una familia de acogida especializada en Gipuzkoa. Hasta los 6 años vivió con su familia de origen. La **Diputación Foral de Gipuzkoa** es la responsable de su cuidado desde 2017.

No ha tenido una vida fácil, de hecho durante mucho tiempo su cuerpo apenas sentía, le costaba relacionarse y todo le daba mucho miedo. No podía expresarse ni decir lo que pensaba, porque cuando no te han cuidado bien, es difícil encontrar las palabras. **Siempre sientes mucho MIEDO.**

Con la ayuda de su familia de acogida especializada, **SUA ha hecho un gran esfuerzo y un camino que va del MIEDO SIN PALABRAS a ENTENDER LO QUE HA VIVIDO Y COMO LE HA AFECTADO CON PALABRAS.**

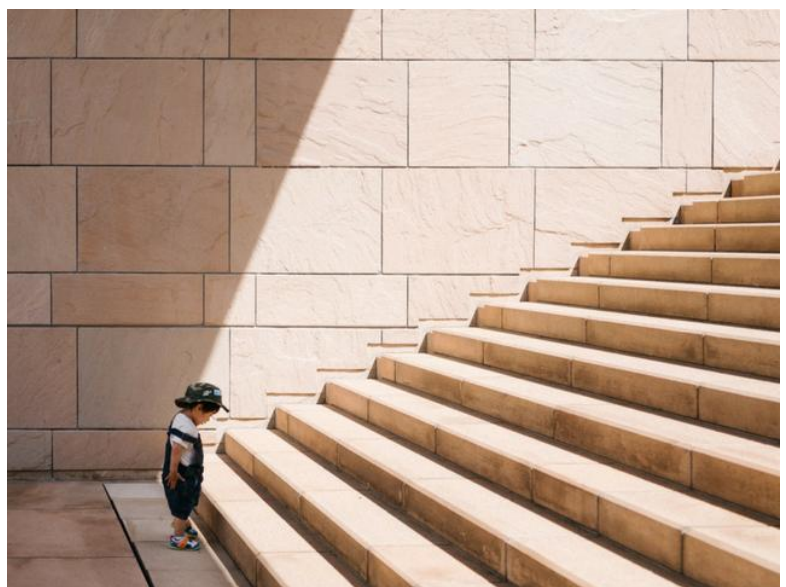
Este camino ha necesitado diferentes etapas...

- **Darse cuenta de ese MIEDO SIN PALABRAS**
- **Empezar a poder ENCONTRAR FORMAS DE EXPRESAR LO QUE SENTIA** (legos, imágenes, dibujos,...)
- **Encontrando las PALABRAS** (lecturas, diario de gratitud, cuentos, películas)
- **A ENTENDER POCO A POCO CÓMO LE HA AFECTADO.**

El camino sigue,
queda mucho.

**SUA ha dado los
primeros pasos**

Y seguro que le ayudan a
SEGUIR DANDO PASOS
en su futuro.



**MUCHAS GRACIAS SUA POR
COMPARTIR ESTE GRAN ESFUERZO**

En esta exposición **SUA y la Diputación Foral de Gipuzkoa quieren compartir** las estrategias y recursos que ha debido aprender a utilizar con la ayuda de su familia de acogida para...

- poder primero manejar sus dolorosas emociones siempre llenas de miedo,
- comprender lo que le pasaba (tras haber vivido experiencias de grave adversidad temprana en sus primeros años de vida),
- y ser capaz de manejarlas en cualquier momento con esas herramientas.

Es un camino que le está llevando desde las sensaciones dolorosas que te invaden cuando menos te lo esperas, a ser capaz de poner palabras y aceptar lo bueno y lo malo que tu historia te ha dejado.

El trabajo de SUA es un canto a la esperanza, para poder trasladar a muchos chicos y chicas que viven situaciones similares, que la disociación, el trauma, la inseguridad emocional y el descontrol, tienen solución. Y la solución está en tener personas que te acompañen en este proceso y te enseñen herramientas y recursos que puedas usar en tu día a día.

SI HAS LLEGADO HASTA AQUÍ queremos que pienses que **cada imagen que vas a ver, supone un esfuerzo de mucho tiempo, mucho dolor, de hacer cambios en su forma de actuar, sentir y pensar y, lo más difícil, APRENDER A DEJARSE AYUDAR.**



Junto a los dibujos de SUA acompañan dos ARMADURAS EMOCIONALES que representan lo que los chicos y chicas que han vivido situaciones de negligencia o maltrato en su infancia hacen para poder sobrevivir.

SUA ha ido quitando sus ARMADURAS EMOCIONALES. No siempre se consigue, pero con ayuda SI SE PUEDE



¿TE PODEMOS PEDIR UN FAVOR?

LE VA A AYUDAR A SUA

Al final de la exposición encontrarás **un cuaderno** en el que te pedimos que le digas algo a SUA sobre este trabajo y su esfuerzo. También **por mail** a dilealgoaSUA@gmail.com



Ayudará a que sienta que hace cosas bien, porque, por desgracia, las personas que han vivido una vida dura sus primeros años de vida, LES CUESTA MUCHO QUERERSE Y VALORAR SUS ESFUERZOS.

GRACIAS POR PARTICIPAR Y POR TU AYUDA