

Cómo comprender el trauma y los niños pequeños



El trauma es un evento o una serie de eventos que tienen un impacto negativo en un niño. Hay varias maneras en que los padres y madres, maestros y cuidadores pueden darles apoyo a niños que han experimentado el trauma o que todavía lo estén viviendo.

Es común estar expuesto al trauma

Las experiencias posiblemente traumáticas pueden incluir el abuso, el descuido, los desastres naturales y la violencia dentro de la comunidad, aunque no se limitan a estas cosas. Hasta un 50 por ciento de los niños de edad preescolar en Estados Unidos han experimentado un evento posiblemente traumatizante. Los niños con discapacidades tienen más posibilidades de vivir el trauma.

El trauma impacta en el aprender

Experimentar el trauma puede afectar el cerebro de un niño. Él o ella pueden sentirse inseguros o estar constantemente en una condición de “lucha o huida”, en la que es difícil aprender. En las clases puede parecer que los niños son hiperactivos o tienen una actitud desafiante. Se les puede hacer difícil prestar atención y usar habilidades de “funcionamiento ejecutivo” como las de planear, enfocarse y recordar. En realidad estos comportamientos pueden ocurrir en reacción ante el trauma.

El cuidado informado sobre el trauma en el salón de clases

Se puede cuidar a los niños con información sobre el trauma partiendo de una comprensión de los efectos del trauma e incluyendo esfuerzos por aliviar estos efectos en los niños. Esto se puede hacer por medio de la cultura de la clase, las reglas y las prácticas. Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA, o administración de servicios relacionados con el abuso de alcohol y drogas y la salud mental) señala cuatro componentes principales del cuidado informado sobre el trauma:

- Darse cuenta de los impactos que tiene el trauma;
- Reconocer los síntomas y las señales del trauma;
- Crear reglas, rutinas y prácticas de acuerdo con el conocimiento sobre el trauma; y
- La resistencia a algún trauma futuro

Cómo apoyar a los niños que han experimentado el trauma

Los maestros y las escuelas tienen un papel importante en apoyar a los niños que han vivido el trauma. Estos niños pueden encontrar dificultades en situaciones inciertas cuando no saben qué va a pasar luego. Así que el aula debe de ser un lugar sin peligro y fácil de predecir para todos los niños. Las siguientes son unas sugerencias para maestros:

- Mantener un horario y rutinas constantes
- Utilizar ayudas visuales para ayudar a los niños a entender mejor el horario y lo que se espera de ellos
- Dar advertencias antes de las transiciones o los cambios en el horario típico
- Evitar prácticas que pueden hacer que los niños no se sientan seguros, como por ejemplo aislarlos

También es importante entablar relaciones de seguridad con los niños basándose en la confianza y el cuidado. Esto puede ser difícil para los niños que han experimentado traumas ya que pueden tener dificultades para confiar en los adultos. Finalmente, enfóquese en el aprendizaje social-emocional en el salón de clases. Dé lecciones sobre identificar los sentimientos y cómo nos tranquilizamos cuando estamos alterados.

English Title: Understanding Trauma and Young Children



Children's Research Center
University of Illinois at Urbana-Champaign
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469
Telephone: 217-333-1386
Toll-free: 877-275-3227
E-mail: iel@illinois.edu
<https://illinoisearlylearning.org>



Illinois
State Board of
Education