



ADVERSIDAD TEMPRANA

NO PODEMOS CAMBIAR SU PASADO
PERO SÍ SU FUTURO

Principios y estrategias de TBRI® para aulas que entienden el trauma.

La base tanto para el método TBRI®ⁱ como para los tres pilares de la atención informada sobre el trauma son las relaciones. Los estudiantes deben sentirse conectados para sentirse seguros, y esta seguridad les proporciona la capacidad de aprender.

Un aula informada sobre el trauma (TIC) es un entorno donde los niños vulnerables pueden ser aprendices exitosos e implicados. A continuación se muestra una lista de estrategias TIC:

- ❖ Considerar los comportamientos de los estudiantes como estrategias de supervivencia en lugar de desobediencia voluntaria
- ❖ Reconocer los factores de riesgo del desarrollo (estrés prenatal, trauma en el momento del parto, hospitalización temprana, abuso, negligencia y trauma) y su contribución al comportamiento de los estudiantes. Utilice esta información para responder a la necesidad subyacente al comportamiento en lugar del comportamiento en sí

FACTORES DE RIESGO

- Estrés perinatal
- Trauma del nacimiento
- Hospitalización en los primeros años de vida
- Abuso
- Negligencia
- Trauma

- ❖ Fomentar las relaciones con los estudiantes y entre los estudiantes
 - Haga contacto visual, de forma empática, cuando hable con los estudiantes.
 - Fomente el contacto saludable y positivo en la rutina del aula, como apretones de manos, chocar los cinco y chocar los puños.
 - Interésese por la vida de los estudiantes:
 - Haga preguntas.
 - Escuche.
 - Proponga una actividad en clase como llevar un diario.
 - Enséñeles a reconocer sus estados de ánimo. Por ejemplo, cuando un estudiante parece estar molesto o enfadado.
 - Tenga una pregunta para registrarse al comienzo de cada clase; por ejemplo: "En una escala del 1 al 10, mi nivel de estrés es ___" o "El mejor regalo que he recibido fue

- ❖ Cree un ambiente donde los estudiantes se sientan seguros. "Los niños de lugares difíciles" necesitan entornos predecibles.
 - El entorno físico debe estar ordenado y no resultar estridente.
 - Establezca rutinas; por ejemplo, qué hacer al entrar en el aula, cómo hacer una pregunta, etc.
 - Publique un horario de clase y advierta si va a cambiar.
 - Durante las transiciones diarias, proporcione advertencias antes de la transición; p. ej., "Faltan cinco minutos hasta que vayamos a almorzar", "Tres minutos hasta que vayamos a almorzar", "Un minuto hasta que vayamos a almorzar".
 - Dé voz en el aula a los estudiantes y permita que se escuche.
 - Preste toda su atención. Haga contacto visual y salude con un apretón de manos cuando los estudiantes entren al aula o haga un gesto similar.
 - Ofrezca opciones, como permitir a los estudiantes completar las tareas en el orden que elijan.
 - Haga concesiones, como ampliar la fecha límite al lunes para que los estudiantes puedan tener el fin de semana para completar un proyecto grupal.
 - Practique repeticiones de comportamiento, como hacer que un estudiante "vuelva a intentarlo" si usa palabras irrespetuosas.

- ❖ Aborde las necesidades fisiológicas de los estudiantes. Permita botellas de agua y algún tipo de "snack" en clase.
 - Permita el movimiento físico, como dejar que los estudiantes se levanten y caminen o se pongan de pie mientras trabajan.
 - Comprenda las necesidades sensoriales de los estudiantes y proporcione herramientas para adaptarse a estas necesidades, como:
 - Auriculares con cancelación de ruido (bloqueo de sonido externo)
 - Un lugar tranquilo para trabajar
 - Música de fondo suave
 - Algunos artículos pesados (cojín, manta, chaleco, etc.)
 - Si el niño o niña se mueve inquieto/a (apretar pelota blanda, *velcro* debajo del escritorio, etc.)
 - Chicle
 - Iluminación suave o natural
- ❖ Practique las habilidades de autorregulación.
 - Después de una tarea cognitiva estresante, practique la respiración profunda u otras técnicas de autorregulación.
 - Planee intencionalmente una actividad que entusiasme a los estudiantes; p. ej., lanzamiento de globos de agua, experimento científico. Luego practique técnicas de autorregulación o calmantes.
 - Ayude a los estudiantes a identificar su nivel de alerta.
- ❖ Sea proactivo. Enseñe habilidades y comportamientos antes de que sean necesarios o requeridos.
 - Enseñe y practique técnicas calmantes o de autorregulación antes de actividades emocionantes o estimulantes;
 - Por ejemplo, respiración profunda, puntos de presión, sentadillas en silla, empujar la pared hacia abajo, objetos pesados...
 - Ayude a los estudiantes a identificar sus sentimientos usando la verificación de sentimientos durante la clase. Diga: "Si te sientes avergonzado-a / ansioso-a / aburrido-a / etc., levanta el pulgar, si no, pon el pulgar hacia abajo. Si no estás seguro, puedes girar el pulgar hacia los lados".
 - Practique etiquetar las emociones y haga planes para trabajar con ellas; p. ej., pida que el alumno haga una lista de tres cosas que puede hacer cuando se siente triste / enfadado / asustado / etc.

- ❖ Busque planes divertidos.
 - Los cerebros de los estudiantes están preparados para aprender mejor cuando participan en una actividad alegre.
 - Realice juegos de repaso y dé un premio al alumno con la respuesta correcta.
 - Realice lecturas dramáticas, mini conciertos o representaciones teatrales que cumplan con los objetivos de aprendizaje.
 - Mejore el sentido de comunidad en el aula incorporando ejercicios de formación de equipos.
 - Tómese descansos para relajarse y motivarse.



(1) ⁱ El método de INTERVENCIÓN RELACIONAL BASADA EN LA CONFIANZA TBRI® (Trust-Based Relational Intervention) ha sido desarrollado por el Instituto Karen Purvis de Desarrollo Infantil

(2) Enlace al original: <https://adoptioncouncil.org/publications/adoption-advocate-no-75/>