

Tres Claves

Para una exitosa
transición de
regreso a clases

Recursos para que los educadores creen un aula segura y solidaria

Las relaciones y la conexión son fundamentales.

Sienta las bases para un aula de apoyo creando espacios para conectarte e interactuar con tus estudiantes todos los días, a lo largo del día.

“La ciencia y la investigación han demostrado repetidamente que un adulto constantemente afectuoso en la vida de un niño es uno de los factores protectores más importantes para ayudar al niño a sanar y desarrollar resiliencia”. - Futures Without Violence

Echa un vistazo al marco de “Cinco Gestos” de Futures Without Violence para obtener estrategias y orientación sobre formas sencillas de crear y fomentar la participación de los estudiantes:

“Cinco gestos” que pueden ayudar:

- Escucha
- Reconforta
- Colabora
- Inspira
- Celebra

Piensa en “¿Qué te sucedió?” en lugar de “¿Qué hay de malo contigo?”.

Esta declaración, que tiene en cuenta el trauma, se ha convertido en un mantra y un faro para crear prácticas informadas sobre el trauma en cualquier entorno. Sé curioso acerca del “por qué” detrás del comportamiento de los jóvenes para apoyarlos y fomentar comportamientos positivos. Evita utilizar el castigo y la amonestación verbal para desalentar los comportamientos disruptivos de los alumnos.

“Una única exposición a eventos traumáticos puede causar nerviosismo, pensamientos intrusivos, interrupción del sueño y pesadillas, ira y cambios de humor o aislamiento social; cualquiera de estos puede interferir en la concentración y la memoria”.
National Child Traumatic Stress Network (NCTSN)

Echa un vistazo al [kit de herramientas de NCTSN](#) para obtener ideas sobre cómo poder lograr un aula informada sobre el trauma:

¿Qué se puede hacer en la escuela para ayudar a un niño traumatizado?
(Revisa las sugerencias que se detallan en el kit de herramientas)

El trauma disminuye la sensación de seguridad. Apoya a tus alumnos haciendo del aula un Espacio Seguro:

- Las rutinas **predecibles** y las explicaciones previas de las normas pueden ayudar a tranquilizar a los niños
- **Las opciones** reducen la ansiedad
- Los **cumplidos** y los elogios pueden tener un efecto muy positivo
- Usa la idea de un **tiempo de relajación** en lugar de tiempo muerto: Las actividades de relajación reconocen que cuando los niños están angustiados, sus cuerpos y mentes se enfocan en el miedo, y necesitan tiempo y espacio para recuperarse físicamente antes de estar listos para seguir adelante.



Tres Claves

Para una exitosa
transición de
regreso a clases

Recursos para que los educadores creen un aula segura y solidaria

No lo hagas solo

Aboga con tu escuela y distrito para que proporcionen desarrollo profesional y apoyo al personal docente y administrativo para aprender prácticas efectivas, respaldadas por evidencia, para mantener la seguridad emocional y el bienestar en tus aulas, tanto para ti como para tus estudiantes.

Un informe de Policy Analysis for California Education ayuda a vincular estrategias de bienestar infantil con la mejora de los resultados de aprendizaje. Algunos principios clave de este informe son:

- Transformar la disciplina para aumentar el potencial de aprendizaje
- Los apoyos educativos aumentan la sensación de seguridad de los estudiantes y pueden disminuir la

ansiedad relacionada con el trauma en el aula

- Dar importancia a la cultura y la equidad aborda la seguridad y ayuda a los estudiantes a invertir más profundamente en su propio aprendizaje

Consulta [el informe](#) para obtener orientación detallada para tu aula, escuela y distrito.

Lea más sobre estos temas aquí:



Reinicio Restaurativo | Análisis de políticas para la educación en California.

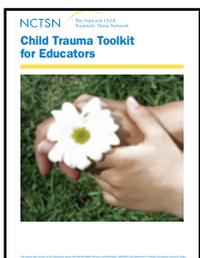
Diseñada para educadores, esta guía, coescrita por colaboradores, es un excelente recurso para crear un ambiente de aula de apoyo después del COVID y más allá, que involucre las mejores prácticas para volver a comprometer a los estudiantes después de 18 meses de

aprendizaje remoto. La guía ofrece consejos específicos sobre estrategias que respaldan el aprendizaje.



Gestos para cambiar las mentalidades, de Futures Without Violence

Este breve y autodidacta entrenamiento de audio ofrece estrategias para trabajar con jóvenes que pueden haber experimentado trauma. Los gestos son cinco estrategias para que los profesionales no especializados en salud mental puedan conectar y apoyar eficazmente a los jóvenes.



Herramientas para educadores sobre el trauma infantil

Este informe de la National Child Traumatic Stress Network proporciona orientación detallada sobre cómo diseñar aulas informadas sobre el trauma, con estrategias apropiadas para el desarrollo organizadas por grupos de edad. La guía incluye cómo reconocer comportamientos reactivos

al trauma; estrategias específicas para abordar estos comportamientos; e información sobre cómo asegurarse de que la escuela en su conjunto sea un espacio informado sobre el trauma tanto para los estudiantes como para el personal.



8 maneras de apoyar a los estudiantes que han pasado por traumas | Edutopia

Este artículo ofrece 8 consejos rápidos y consideraciones que los educadores pueden aplicar para ayudar a diseñar un ambiente en el aula de apoyo e informado sobre el trauma.