

Prácticas informadas sobre trauma

Fecha: 5/20/2020

Presentadora: Joanna Subias, LSC, 200 CYT



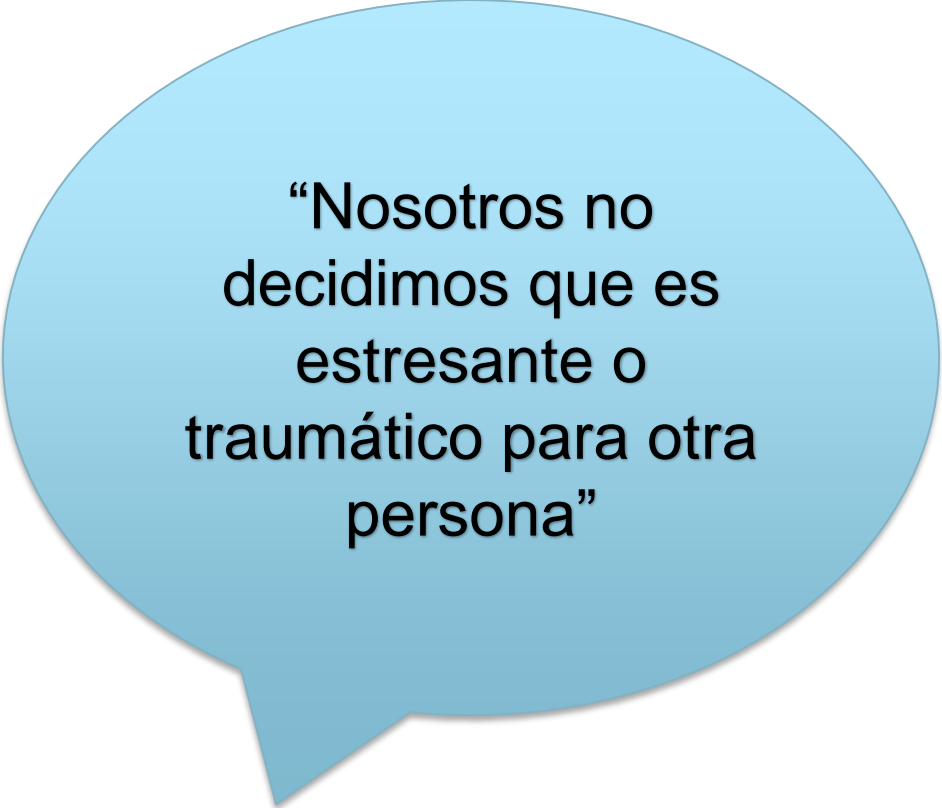
Objetivos de Aprendizaje

- Participantes aprenderán sobre diferentes tipos de trauma
- Participantes aprenderán señales, síntomas y provocaciones de trauma
- Participantes aprenderán el impacto de trauma en estudiantes, maestros, padres y escuelas
- Participantes aprenderán sobre prácticas informadas sobre trauma y cómo se ven en un salón/ambiente escolar

¿Que es trauma?

- Las 3 “Es” de trauma
- Trauma se refiere a un evento, series de eventos, o serie de circunstancias experimentadas por un individuo como peligro físico, emocionalmente doloroso o peligro a su vida y los efectos adversos después de la situación.

Trauma es Individualizado



“Nosotros no decidimos que es estresante o traumático para otra persona”

Tipos de Trauma





COMO SE VE TRAUMA

Síntomas y Provocaciones Comunes de Trauma

Síntomas

- Pesadillas
- Recuerdos retrospectivos
- Lucha/Huida/Parálisis
- Disociación
- Hiperactivación
- Malentender señales
- Sobre reaccionar

Provocaciones

- Imprevisibilidad o cambio brusco
- Transiciones
- Perdida de control
- Sentirse rechazado
- Confrontación, autoridad, o establecer límites

Impacto de Trauma en Estudiantes

- Síntomas físicos como dolores de cabeza/estomago, bajo apetito, y reducción en autocuidado
- Sentimientos intensos de miedo y/o ansiedad
- Dificultad identificando como se están sintiendo y controlando sus reacciones emocionales
- Reacciones explosivas de enojo o agresivos
- Quererse aislar de amigos y adultos
- Propenso a participar en comportamiento arriesgado
- Dificultad confiando amigos o adultos, respetando normas sociales, o creando amistades con otras personas

Impacto de Trauma en Padres de Familia



- Dificultad manejando emociones y comportamiento controlador
- Dificultad formando relaciones
- Riesgo mas alto de abuso de sustancias, depresión y desorden de estrés postraumático cual puede tener un impacto negativo en la crianza de sus hijos
- Dificultad manejando estrés relacionado con el comportamiento desafiante de sus hijos
- Tener sentimientos de vergüenza, embarazosos, miedo, o sentirse culpable sobre el comportamiento o necesidades de sus hijos

Impacto de Trauma en Personal



- Aumento de ansiedad
- Menos energía y/o enfoque
- Dificultad regulando sus emociones
- Dificultad manejando comunicación con padres y estudiantes
- Capacidad disminuida de mantener relaciones positivas
- Reducción de asistencia y productividad en el trabajo

Impacto de Trauma en Personal

Estrés traumático secundario:

El estrés emocional que resulta cuando una persona escucha sobre las experiencias traumáticas de alguien más.



Impacto de Trauma en Escuelas

- Estudiantes están a mas riesgo de comportamiento intenso/escalado
- Adultos son mas reactivos, controladores y punitivos
- Impacto negativo en seguridad y cultura escolar
- Incremento en riesgo para daños
- Reducción en logro académico

¿Que son Practicas Informadas Sobre Trauma?

Una estructura que involucra entender, reconocer y responder a los efectos de todo tipo de trauma



Cambio de Perspectiva

De: “¿Que le pasa?” “¿Porque eres así?”



A: “¿Que experiencias ha tenido este estudiante?” “¿Que sucedió?” “¿Como te puedo ayudar?”

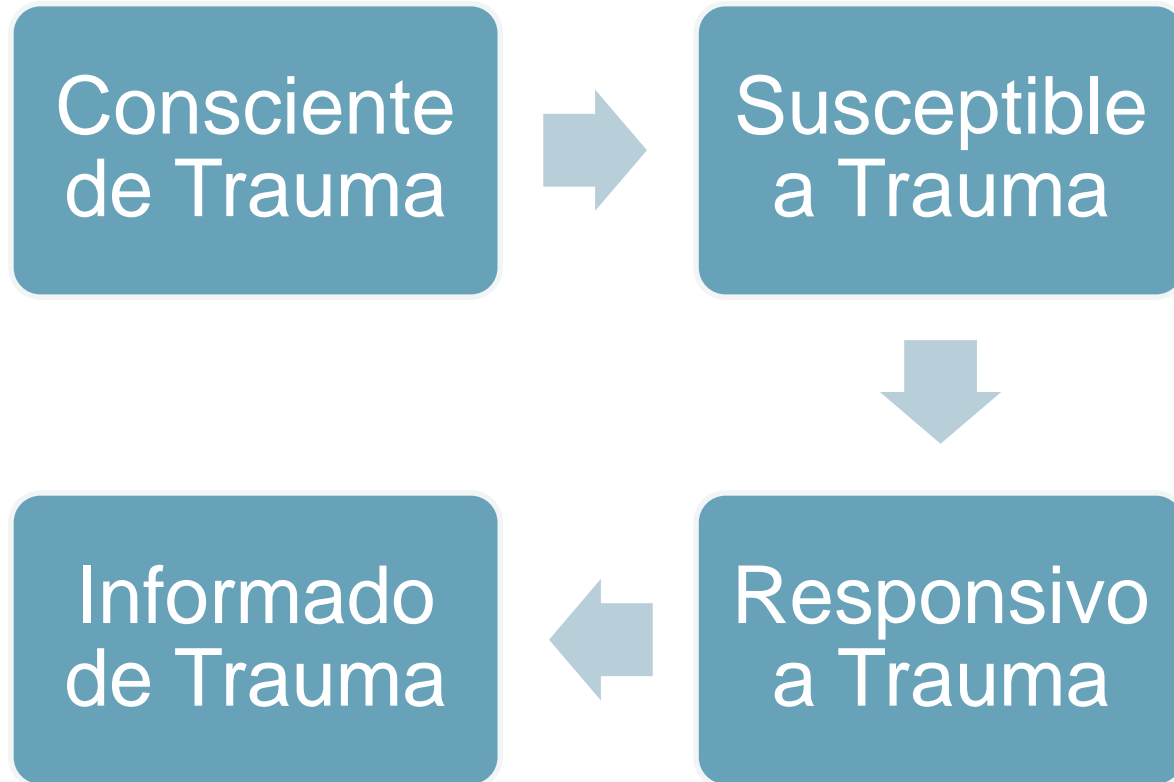
La Percepción Importa

- Cuando nosotros pensamos “este estudiante lo puede hacer, pero no lo quiere hacer” o pensamos que el estudiante no está “motivado” ...
- Nos podemos poner desregulados emocionalmente también o tener emociones más intensas (ej.: enojado, menos paciencia, frustrados).

¿Como VEMOS nosotros a los estudiantes?

Lente sin Información	Lente Informado sobre Trauma
Desmotivado	Abrumado
Buscando Atención	Quiere ser escuchado, buscando conexión
Incontrolable	Dificultad regulando sus emociones
Irrespetuoso/a	Se siente amenazado
Berrinches	Buscando satisfacer necesidades básicas
Estudiantes necesita consecuencias para corregir comportamiento	Estudiantes necesita aprender destrezas para regular sus emociones & necesitamos brindarle apoyo

Practica Informada sobre Trauma es un Camino



Escuelas y Aulas Informadas sobre Trauma



- Reemplazar castigo, cual no trabaja, con un sistema para darles herramientas a los estudiantes para que ellos puedan reconocer su reacción al estrés y aprender a manejarlo
- Ayuda con transiciones
- Proveer opciones
- Tener relaciones positivas y aceptar a nuestros estudiantes sin importar que comportamientos puedan surgir
- Crean un plan de “espacio”. Crear una manera para darle espacio a estudiantes si se sienten provocados o abrumados durante el día escolar
- Practican autocuidado

Escuelas Informadas Sobre Trauma : Un Enfoque Universal

- Todo el personal reconoce y entiende como responden los estudiantes a trauma y practicas que apoyan crecimiento emocional y resiliencia. Las practicas son aparentes en toda la escuela.
- Puede requerir cambios a la misión, visión, practicas, pólizas y cultura de la escuela
- Asegura apoyo para todos los estudiantes y mejora la identificación de estudiantes con necesidades mas intensivas
- Fomenta asociaciones con organizaciones comunitarias para asegurarse que hay recursos disponibles para la comunidad escolar

Recursos

- Mande un correo electrónico al Departamento de Aprendizaje Social y Emocional a: hisdse@houstonisd.org
- Texas Children's Hospital-Centro de Trauma y Perdida: 832-822-3829
- Línea de ayuda para suicidio: 1-800-273-TALK (8255)
- Crisis Text line: Mande texto "Talk" a 741-741
- Siempre llame al **911** en caso de una emergencia
- Programa de Ayuda para Empleados de HISD (EAP): 1-833-812-5181

Gracias

Fecha: 5/20/2020

Presentadora: Joanna Subias, LSC, 200 CYT

