

¿Qué se puede hacer en la escuela para ayudar al niño/a traumatizado/a?

- Mantenga la rutina diaria. El regreso a la “normalidad” trasmite el mensaje que el niño/a está fuera de peligro y la vida continúa.
- Ofrézcale opciones al niño/a. Frecuentemente los eventos traumáticos se tratan de la pérdida de control y/o caos, así que usted puede ayudarle al niño/a a sentirse seguro/a dándole algunas opciones o control cuando sea apropiado.
- Aumente el nivel de apoyo y estímulo al niño/a traumatizado/a. Nombre a un adulto que pueda proporcionar apoyo adicional si así se requiere.
- Establezca límites claros y firmes sobre el comportamiento inapropiado y desarrolle consecuencias lógicas en vez del castigo.
- Reconozca que los problemas de comportamiento pueden ser transitorios y relacionados con el trauma. Acuérdesse que hasta el comportamiento más negativo puede ser motivado por ansiedad relacionada con el trauma.
- Proporcione un espacio seguro para hablar sobre lo ocurrido. Aparte un espacio y un momento específico para ayudar a que el niño/a sepa que está bien hablar sobre lo ocurrido.
- Proporcione respuestas sencillas y realistas a las preguntas del niño/a sobre los eventos traumáticos. Aclare distorsiones y malentendidos. Si no es el momento apropiado, aparte un momento y espacio para hablar y contestar preguntas en otra ocasión.
- Sea sensible a las señales del medio ambiente que pudieran causar una reacción negativa en el niño/a traumatizado/a. Por ejemplo, víctimas de desastres naturales (e.g. tormentas) pudieran reaccionar de manera negativa a tormentas o amenazas de tormentas. Igualmente, los problemas de comportamiento pueden aumentarse cuando sea el aniversario del evento traumático.
- Anticipe los malos momentos y proporcione apoyo adicional. Algunas situaciones pueden ser recordatorios. Si puede identificar los recordatorios, puede ayudar a preparar al niño/a a esa situación. Por ejemplo, para el niño/a que no le gusta estar solo/a, permita que un compañero/a lo acompañe a él o ella a ir al baño.
- Avise a los niños si va a hacer algo fuera de lo usual, como apagar las luces o hacer un ruido repentino.
- Sea conciente de las reacciones de otros niños al niño/a traumatizado/a y a la información que ellos comparten. Proteja al niño/a de la curiosidad de los compañeros y proteja a los compañeros de los detalles del trauma.
- Entienda que los niños sobrellevan el estrés recreando el trauma a través del juego o interacciones con otros. Resista ser involucrado en una repetición negativa del trauma. Por ejemplo, algunos niños provocan a los maestros con el propósito de recrear la situación abusiva en el hogar.

- Aunque no todos los niños tienen creencias religiosas, sea consciente si el niño/a tiene emociones intensas de enojo, culpabilidad, vergüenza, o castigo atribuidos a un poder supremo. No sostenga un discurso teológico. En vez, refiera al niño/a a recibir apoyo apropiado.
- Aunque un niño/a traumatizado/a pudiera no ser candidato/a para la educación especial, se puede ajustar y modificar el trabajo académico por un breve tiempo y además pueden incluirse en un plan 504. Se pudiera:
 - Reducir las tareas
 - Dar tiempo adicional para terminar las tareas
 - Dar permiso para reunirse con un adulto designado (un consejero o la enfermera de la escuela) si las emociones resultan ser abrumadoras.
 - Proporcionar apoyo adicional para ayudarle a organizar y recordarle las tareas

¿Cuándo se debe mandar al niño/a traumatizado/a a recibir ayuda adicional?

Cuando las reacciones son severas (como emociones intensas de miedo y desesperación) o continúan por mucho tiempo (más de un mes) e interfieran con el funcionamiento, refiera al niño/a a recibir ayuda adicional. La severidad de reacciones puede ser difícil de determinar, ya que algunos niños parecen estar bien (por ejemplo, un niño/a con alto rendimiento académico pase lo que pase). No se sienta que tiene que estar seguro antes de mandar al niño/a a recibir ayuda adicional. Deje que un profesional de la salud mental evalúe si el niño/a se pudiera beneficiar de algún tipo de intervención.

¿Cuándo buscar auto-cuidado?

Busque apoyo y consulta rutinariamente para evitar “fatiga de compasión”, la cual también se conoce como “estrés traumático secundario”. Sea consciente que pueda desarrollar fatiga de compasión exponiéndose al trauma de los niños con los cuales trabaja.

