Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

¿Pueden los traumas afectar en el ámbito escolar?

A lo largo de los cursos, los docentes conocen a muchos alumnos diferentes.

Algunos pueden prestar atención a sus explicaciones sin mucha dificultad, pero a otros les cuesta mucho más.

También hay diferencias a la hora de memorizar, de razonar, del lenguaje y de otros aspectos como el rendimiento en exámenes o evaluaciones.

A veces, estas diferencias se asocian a dificultades de aprendizaje y/o algún trastorno, sin embargo, **¿también pueden aparecer tras haber sufrido un trauma?**

Para empezar, **¿de qué estamos hablando cuando usamos la palabra trauma?**

La palabra *trauma* viene del griego y significa herida. Se puede sufrir un trauma a cualquier edad y también es importante para un niño, adolescente o joven.

Ellos también están expuestos a la huella que dejan los traumas y, como a los adultos, les puede afectar de diversas maneras.

Podemos diferenciar entre Trauma "con T mayúscula" y trauma "con t minúscula".

El primero se refiere a eventos impactantes. Serían las catástrofes naturales (por ejemplo un terremoto, un tsunami), abusos sexuales, accidentes, guerras…

El trauma "con t minúscula" son experiencias vividas de forma repetitiva y que se van acumulando. Por ejemplo: el bullying, de falta de afecto, de padres y o tutores con modelos de disciplina muy autoritarios…

El trauma no es tanto lo que ocurre, sino cómo afecta: la persona se siente vulnerable, se desestabiliza y cree que no tiene recursos para afrontarlo.

¿Qué puede hacer una persona ante una amenaza?

Las personas pueden dar diferentes respuestas: ***la lucha, la huida y/o la parálisis***.

El impacto del trauma puede provocar una serie de respuestas parecidas a los trastornos por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) y a los trastornos negativistas desafiantes (trastornos del comportamiento).

En el primer caso, el alumnado se mostrará desatento (como una desconexión con el entorno y pudiéndose confundir con un TDAH) y/o hiperexcitado (prestando atención a otros estímulos que no son las explicaciones del

profesor, como el lenguaje corporal de los compañeros, el tono de voz del profesorado, diferentes ruidos…)

En el segundo caso, la respuesta de *lucha o huída* puede llevar a comportamientos desafiantes. Puede confundir al profesorado e interpretar que son alumnos con problemas de comportamiento.

Además pueden sufrir reacciones *"paralizantes",* no ser capaces de recibir y ejecutar órdenes. También puede malinterpretarse como una oposición o desafío. Sin embargo, esta respuesta tiene que ver con reacciones del cuerpo ante un estrés elevado, que pueden surgir por el recuerdo del trauma.

Cuando nos enfrentamos a una situación temible, el cerebro bloquea capacidades como la de pensar, incluso la de hablar. Sin embargo, se mantienen las imprescindibles para la supervivencia, como el sentir hambre.

El miedo prolongado puede causar cambios en el cerebro y cuando ocurre en las primeras etapas del desarrollo, puede llevar a comportarse de forma más agresiva, impulsiva y menos reflexiva.

A modo de resumen se muestran los **diferentes posibles efectos del trauma:**

Psicológicos	Neurológicos	Ámbito escolar y educativo
Depresión	Trastornos de memoria	Afectación en el lenguaje
Ansiedad	Cambios en la estructura del cerebro (hay zonas que se pueden desarrollar menos	Afectación en la atención y en el aprendizaje
Irritabilidad	Determinadas zonas cerebrales no se comunican con otras que sí que deberían	Afectación en el vocabulario y la semántica
Impulsividad		Afectación en la pragmática
Hiperactividad		Afectación en la memoria, la organización y la recuperación
Abuso de sustancias		
Dificultad en las relaciones sociales		
Autolesiones		
Trastornos alimentarios		

Por lo tanto, es importante tener en cuenta la forma de vivir ciertas experiencias y el sentirse capaz o no de afrontarlas. Pueden repercutir en el ámbito académico y personal.

Se necesita conocer cómo pueden afectar los traumas en el alumnado, para comprenderlos y poder ayudarlos lo

mejor posible.

El aspecto emocional está relacionado de forma directa con el aprendizaje. Para educar, tenemos que tener en cuenta el aspecto emocional e intelectual.

Referencias bibliográficas:

- El trauma visto por los niños. Peter A. Levine, Ph.D. y Maggie Kline, MF, MFT (2016).
- El niño superviviente. Curar el trauma del desarrollo y la disociación. Joyanna L. Silberg (2020).
- El chico al que criaron como un perro, Bruce Perry.
- Comunicar el trauma Na´Ama Yehuda (2019).

Fecha de publicación: 23-11-2021

Autor/es:

- Ismael Simón Álvarez. Psicólogo sanitario. Profesor.. Centro de Enseñanza Gregorio Fernández. Valladolid.