

El impacto del trauma en la atención y el aprendizaje

(Información obtenida del libro "Comunicar el trauma. Criterios clínicos e intervenciones con niños traumatizados. Na' ama Yehuda Capítulo 8: El impacto del trauma en la atención y el aprendizaje)



LA Atención BAJO CONDICIONES DE estrés

El estrés reduce la asimilación de nueva información, incluso cuando la motivación para prestar atención es alta.



ESCUCHAR: DEMASIADO, MUY POCO, TODO A LA VEZ Y NADA en ABSOLUTO

El trauma crónico puede incidir en el desarrollo de la capacidad auditiva.

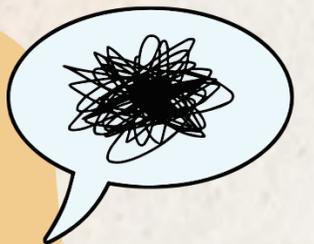


Centrarse y CAMBIAR DE FOCO: LA importancia relativa DE LAS COSAS

El cambio fluido del foco atencional se ve comprometido con la sensación de alarma en la que el estrés se apodera del cuerpo y el foco se dispersa

ESCUCHAR LA información: CUANDO NADA tiene sentido, ¿cómo se PUEDE entender ALGO?

Muchos NNA internalizan que no son alguien a quien merezca la pena escuchar



La sangre es bombeada hacia las extremidades, las pupilas se dilatan para recibir más luz, la adrenalina inunda el cuerpo y aumenta la agudeza auditiva, al tiempo que se suprime el procesamiento de la información lingüística, **todo lo contrario del enfoque sosegado que se requiere para aprender algo nuevo**.



El estrés altera la calidad de nuestro foco atencional a medida que el cuerpo reduce las percepciones y **enfoca la atención a aquello que nos asegura la supervivencia inmediata**.



LA Atención BAJO CONDICIONES DE estrés

El estrés reduce la asimilación de nueva información, incluso cuando la motivación para prestar atención es alta.

Tiene sentido que el aprendizaje pase a un segundo plano de la supervivencia: identificar un grito de alerta que justifique una respuesta inmediata es crucial en situaciones de peligro, **pero el procesamiento de nuevos conceptos, explicaciones y puntos de vista no es una prioridad cuando se trata de mantenerse con vida.**



El estrés también **afecta a las áreas cerebrales responsables de la organización de la memoria y la accesibilidad** (ej: el sistema límbico y el hipocampo). Esto hace que el conocimiento sea menos accesible, y que los recordatorios del trauma se activen con mucha facilidad.



Cuando se restablece la seguridad, nuestro cuerpo se calma lo suficiente como para permitirnos procesar lo que acaba de ocurrir. Pero **si el sentimiento abrumador de estrés persiste o permanece sin procesar, se colapsa la capacidad de atender, escuchar y aprender de una manera calmada.**



DANGER



Los NNA hipervigilantes no saben concentrarse en la voz del docente, o en las palabras de su cuidador/a, porque **tratan todo lo que les rodea como un peligro potencial**. A pesar de estar en un aula o un hogar aparentemente seguro.

El NNA que padece un trauma se concentra en el **tono o las expresiones faciales del docente** (para ver si, por ejemplo, está enfadado) o en **sus manos** (por ejemplo, si han aprendido a desconfiar de las manos) y no capta el contenido de lo que se le dice. Su hipervigilancia se extiende a personas que nunca le han hecho daño.



A veces no se sienten seguros prestando atención porque temen oír cosas que desencadenen una acometida de impotencia y terror. **Incluso si les interesa lo que se dice, están demasiado abrumados como para correr riesgos..**



ESCUCHAR: DEMASIADO, MUY POCO, TODO A LA VEZ Y NADA EN ABSOLUTO

El trauma crónico puede incidir en el desarrollo de la capacidad auditiva.

Si bien pueden escuchar de forma intermitente y captar fragmentos de información, **su escucha no está orientada al aprendizaje.**



Reducir la necesidad de disociación de los NNA y aumentar su sensación interna de seguridad es fundamental para mejorar la escucha y facilitar el aprendizaje.



Los NNA traumatizados pueden escuchar de manera desigual: recordando partes de la instrucción pero no lo suficientemente bien como para tener éxito, y **quizá no sepan diferenciar lo que es importante de lo que no lo es...**



El mensaje queda perdido porque el niño está inmerso en todo tipo de ruidos ambientales -los pasos de otras personas, el sonido de su propia respiración- o bien anticipa los sonidos que le producen miedo y que todavía no se han producido.





La atención selectiva es parte de la escucha. Para escuchar lo que el maestro está diciendo, también se requiere no escuchar otras cosas. Una buena escucha exige concentración, pero también la **capacidad de cambiar el foco de manera rápida y flexible entre la "figura" y el "fondo"**.



La mejor narrativa y enseñanza no alcanzan al niño que está demasiado activado para escuchar, y exigirle que "preste atención" tampoco ayuda. **Lo único útil es ser conscientes del impacto del estrés en la escucha y comprender e identificar la hipervigilancia (o el cerrarse en banda) para ayudar a los NNA a controlarse y regularse mejor.** Solo entonces les estaremos proporcionando una base para mejorar su atención.



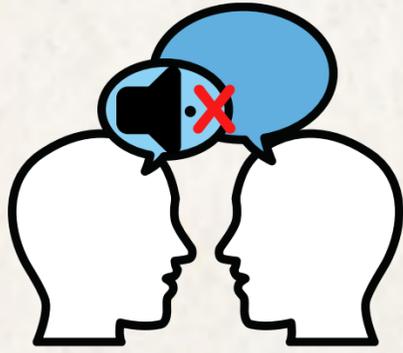
Centrarse y CAMBIAR DE FOCO: LA IMPORTANCIA RELATIVA DE LAS COSAS

Aunque el estrés activa la detección y la identificación (por ejemplo, ¿hay algún peligro?, ¿qué puede ocurrir?), **suprime la comprensión, la integración y el procesamiento.**



El cambio fluido del foco atencional se ve comprometido con la sensación de alarma en la que el estrés se apodera del cuerpo y el foco se dispersa **con el fin de escanear los estímulos que puedan salvarnos la vida o que, por el contrario, sean peligrosos para nosotros.** También difiere de la hiperfocalizada "visión de túnel" en la que todo aquello que no apoya la supervivencia es ignorado.





Muchos NNA **internalizan que no son alguien a quien merezca la pena escuchar**. Pueden aprender que son ellos los que han de escuchar todo el tiempo y que por mucho que escuchen no pueden prevenir el daño o explicar lo incomprensible.

Muchos NNA con traumas han tenido experiencias de escuchar y ser escuchados, pero también han **experimentado realidades traumáticas a las que no querían prestar atención**.



ESCUCHAR LA información: CUANDO NADA tiene sentido, ¿cómo se PUEDE entender ALGO?



La **disociación afecta a la escucha y al consiguiente procesamiento**: no es posible implicarse y cerrarse simultáneamente. **Incluso cuando los niños logran prestar atención, los recordatorios del trauma que provocan periodos de disociación dan lugar a instrucciones fragmentarias que luego no cuadran o carecen de sentido.**

Si se les reprende o se les dice que no se esfuerzan lo suficiente, los NNA **pueden decidir que escuchar no merece la pena, o bien que les hace sentir mal o les da miedo**.

