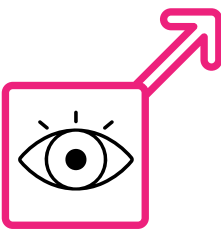


## PROGRAMA COMUNIDADES Y NIÑOS RESILIENTES DE OAKLAND (RESILIENTES OAKLAND COMUNIDADES Y KIDS O ROCK)

### Estrategias de aula sensibles al trauma

#### Estrategias de sintonización

*Sintonizar con el niño, ser consciente de sus necesidades y sentimientos y responder a ellos.*



- Pausa
- Mantenga la calma
- Establecer contacto visual
- Proximidad visual
- Tono de voz
- Expresiones faciales
- Lenguaje corporal de apoyo
- Otros

#### Estrategias para entablar relaciones

*Fomentar las relaciones positivas para apoyar las habilidades socioemocionales y académicas de los niños.*



- Prestar atención positiva
- Proporcionar consuelo
- Escuchar con interés y utilizar el tiempo de espera
- Mostrar empatía y validar las emociones de los niños
- Ayudar a los niños a identificar y expresar sus sensaciones y sentimientos
- Ayudar a los niños a reconocer sentimientos en sí mismos y en los demás
- "Transmita" sus propios pensamientos y/o sentimientos y las formas en que está resolviendo los problemas en el momento
- Proporcionar una retroalimentación cálida y de apoyo
- Reencuadrar las crisis de autorregulación (normalizar que se necesita práctica para aprender a autorregularse)
- Crear planes de apoyo a la autorregulación si es necesario
- Otros

#### Estrategias de autonomía e iniciativa

*Ayudar a los niños a desarrollar un sentido de sí mismos y a descubrir cómo expresarse*



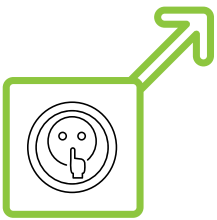
- Reconocer el esfuerzo
- Fomentar el optimismo
- Reformular los retos
- Animar a los niños a asumir riesgos seguros y meditados
- Apoyar el juego autoiniciado de los niños
- Apoyar la creatividad de los niños
- Crear una amplia variedad de oportunidades para que TODOS los niños tomen decisiones a lo largo del día.
- Otros

## PROGRAMA COMUNIDADES Y NIÑOS RESILIENTES DE OAKLAND (RESILIENTES OAKLAND COMUNIDADES Y KIDS O ROCK)

### Estrategias de aula sensibles al trauma

---

#### Estrategias de autorregulación



*Ayudar a los niños a gestionar sus pensamientos y sentimientos*

- Modelar/describir cómo se siente la calma
- Práctica de la atención plena (respiración, yoga, estiramientos)
- Actividades de movimiento
- Actividades sensoriales
- Construir la caja de herramientas de resolución de problemas de los niños
- Juegos de memoria
- Jugar a juegos que impliquen parar y arrancar; practicar el control del cuerpo
- Crear historias de emociones
- Practicar estrategias para el tiempo de espera
- Enseñar vocabulario sensorial
- Enseñar vocabulario sobre sentimientos
- Describir actividades y razones "por qué" hacerlas
- Otros

#### Cambios medioambientales

*Cambios en el entorno de aprendizaje que ayudan a mantenerse regulado o a volver a regularse cuando se está angustiado.*



##### **Entorno físico:**

- Un espacio tranquilo y seguro en el que los niños puedan estar solos cuando estén angustiadados.
- Una colección de materiales para "calmarse" (plumas, animales de peluche, oler el soplador, soplar la vela, molinete para soplar, tarjetas con dibujos, Tucker Turtle, etc.).
- Otros

##### **Horarios y rutinas:**

- Proporcionar y utilizar activamente un horario visual a lo largo del día.
- Involucrar a los niños en el uso del horario visual para anotar lo que ocurre antes/durante/después de los momentos rutinarios del día.
- Otros

##### **Transiciones:**

- Planificar las transiciones
- Avise a los niños antes de que se produzca una transición
- Utilice indicaciones visuales o auditivas para los momentos de transición.
- Personalice los avisos visuales para los niños que necesiten apoyo adicional.
- Estructurar las transiciones para que los niños tengan algo que hacer
- Enseñar a los niños las expectativas relacionadas con las transiciones
- Otros