



Nora Amatriain Andía: Psicóloga general sanitaria, neuropsicóloga especializada en dificultades de aprendizaje, terapeuta infantil.

María Ruiz Bandrés: Psicóloga general sanitaria, terapeuta infanto juvenil y EMDR.



¿Dónde estamos?

info@galkidea.com

www.galkidea.com

Tif. 622 43 28 56

C/ Alfonso el Batallador 7 bajo, trasera.
CP 31007 Pamplona (Navarra)



ESTRUCTURA

- Adversidad temprana, trauma y neurodesarrollo
 - Regulación emocional
 - Vinculación y apego
- Conexión y seguridad en el aula



Para asimilar
conocimientos debemos
estar presentes,
tranquilos/as y
conectados/as.

<https://www.youtube.com/watch?v=soRmpPJOIwo&t=2091s>



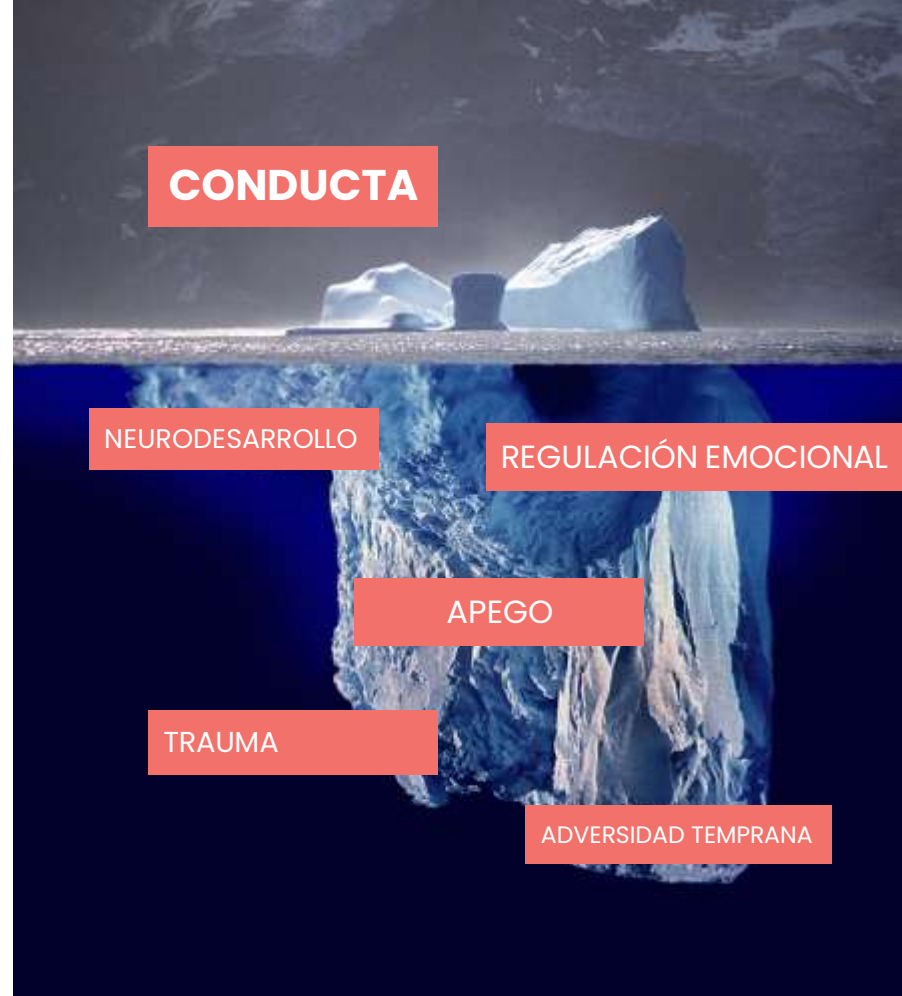
Si nos quedamos solo en la CONDUCTA no estamos viendo a la persona

¿QUÉ CREEIS QUE HAY DEBAJO DE LA CONDUCTA DE ESE NIÑO/A?





Si nos quedamos solo en la CONDUCTA no estamos viendo a la persona





ADVERSIDAD TEMPRANA

Se puede definir como cualquier situación adversa anterior al nacimiento, durante la gestación o en los primeros años de vida, que supone un factor de riesgo para el desarrollo de trastornos del apego. Esta "situación adversa" puede ser maltrato infantil, alcoholismo, abandono, violencia machista, pobreza extrema, desnutrición o abuso y es capaz de trastocar el proceso del neurodesarrollo del niño y condicionar su maduración cerebral, desembocando en un déficit cognitivo persistente, incluso en la vida adulta.



Δ Amores-Villalba R Mateos-
Mateos/*Psicología Educativa*23(2017)81-88



TRAUMA

“El trauma puede ser la fuente múltiples síntomas que afectan al comportamiento, el desarrollo, el estilo de aprendizaje e incluso la salud física y mental”

(D. Hughes)

9* ¿Cómo afecta el trauma en el entorno escolar?

Nos cuesta reconocer cuando hay trauma porque los niños no expresan la angustia que sienten de manera fácilmente reconocible:

1. Dificultad para establecer vínculos con los profesores.
2. Poca autorregulación.
3. Pensamiento negativo.
4. Hipervigilancia.
5. Desafíos de la función ejecutiva.





PARA ENTENDER CUALQUIER TIPO DE CONDUCTA HAY QUE
COMPRENDER QUE SOMOS UNA UNIDAD
CUERPO-CEREBRO-MENTE
QUE INTERACTÚA CON EL MEDIOAMBIENTE

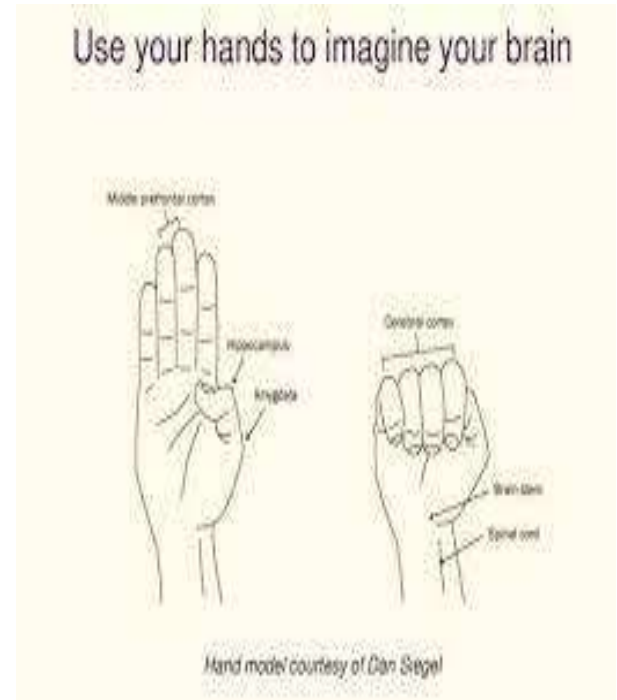
Los sistemas trabajan
interconectados entre sí, como si
de construir una casa se tratara
lo que viene primero formará los
cimientos de lo que viene
después.





De manera didáctica, asumiendo que no es preciso, esta es una explicación sencilla para poder comprender como funciona nuestro cerebro y como la falta de integración (interconexión) puede hacer que no funcione todo lo bien que debería.

Vamos a explicar el desarrollo cerebral a través de la metáfora de la mano de Siegel.





¿Y CÓMO SE DESARROLLA EL CEREBRO?

"EL CEREBRO ES UNA MÁQUINA DE PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN DE ENORME COMPLEJIDAD. CONTAR CON CONOCIMIENTOS BÁSICOS SOBRE CÓMO FUNCIONA EL DIRECTOR DE ORQUESTA DE NUESTRO ORGANISMO NOS AYUDA COMO EDUCADORES". DANIEL SIEGEL.



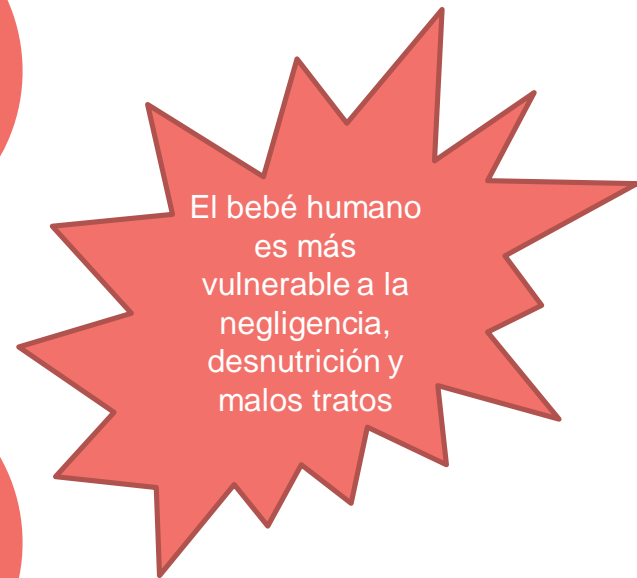
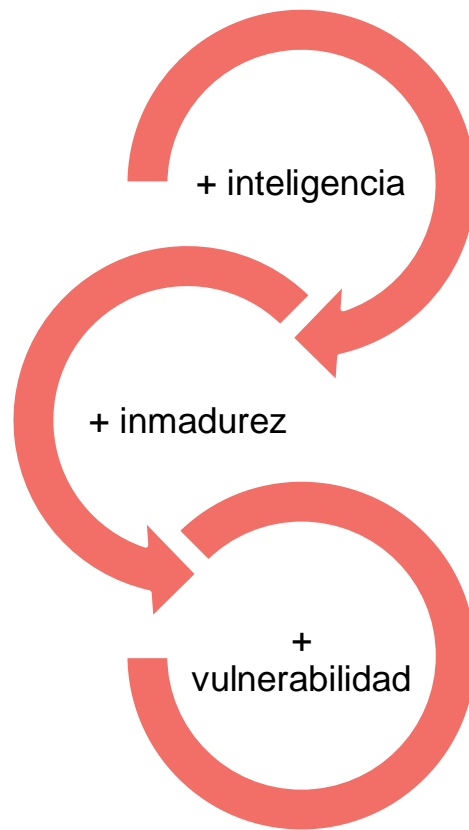


INMADUREZ



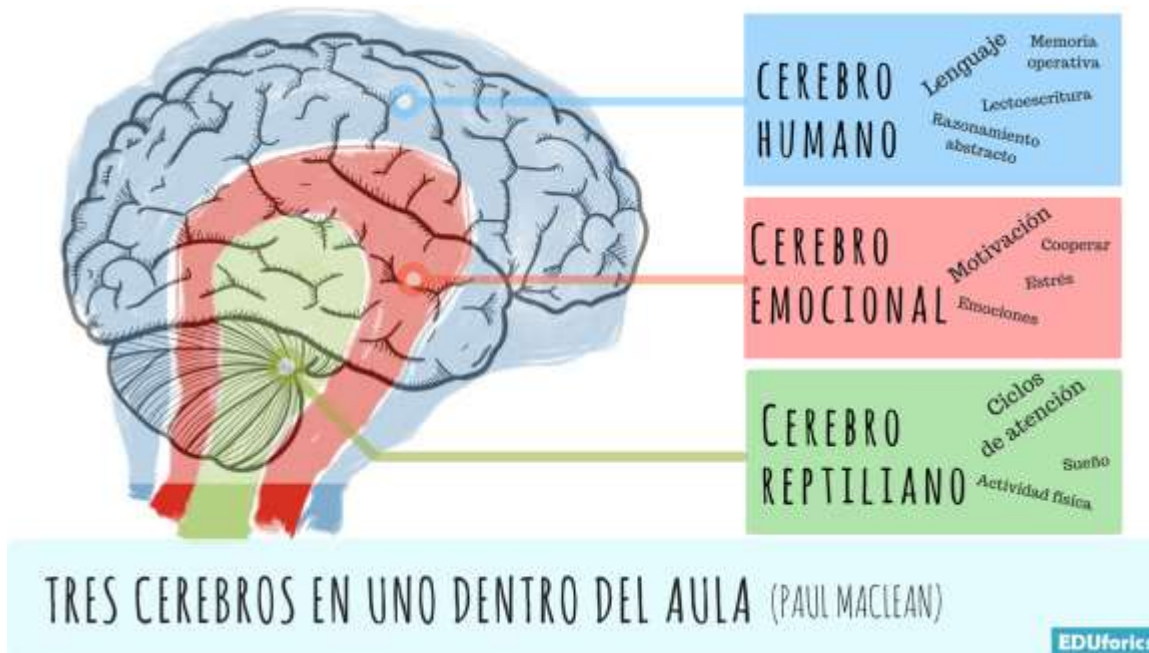


CEREBRO EN DESARROLLO:





Desarrollo Cerebral



"Es como si en nuestra cabeza convivieran un cocodrilo, un elefante y un ser humano y que las decisiones las tomaran entre los tres (aunque no siempre de común acuerdo)" (Paul MacLean).



El Neocórtex

El cerebro que piensa. Se encarga de las funciones racionales como el aprendizaje, el lenguaje y los movimientos voluntarios.



El Límbico

El cerebro que siente. Se encarga de las funciones emocionales como los sentimientos, la relaciones y la expresión.



El Reptiliano

El cerebro que decide. Se encarga de las funciones primarias como la respiración, la digestión y la reproducción.



Cerebro – Reptiliano “Yo estoy a salvo, seguro/a”. Mi función es la conservación de la vida.

AUTOMÁTICO
INCONSCIENTE

PRIMITIVO:
INSTINTOS Y
REFLEJOS

CONTROLA
NECESIDADES
BÁSICAS

NO PIENSA
NI SIENTE
ACTÚA



SON LAS PRIMERAS
ESTRUCTURAS EN
DESARROLLARSE

ORIENTADO
AL
PRESENTE

IMPORTANTE
SUPERVIVENCIA
LUCHA/HUIDA/PARÁLISIS



Cerebro – Sistema Límbico (cerebro emocional) “Yo conecto, me relaciono”

INVOLUNTARIO/
INCONSCIENTE/
AUTOMÁTICO

SE GENERAN
LAS
EMOCIONES,
NO SE
REGULAN



ES EL QUE
SIENTE-
RELACION DE
APEGO

APRENDIZAJES
BÁSICOS
ASOCIATIVOS

SOCIABILIDAD

MEMORIA



AMÍGDALA “Sistema de detección de peligros”.

- Pertenece al sistema límbico, es donde nacen las emociones de defensa (miedo, rabia, tristeza..) imprescindible para la supervivencia (aprendizajes condicionados)
- Se activa ante recuerdos asociados con miedo y angustia buscando evitar que se repita. Si la amígdala se activa lo suficiente ante ee de amenaza o peligro puede tomar el control de todo el cerebro (respuesta inmediata lucha/huida)
- En casos de adversidad temprana están sobredimensionadas e hiperactivadas (más difícil de regular)
- El estrés traumatizante puede provocar daño en esta área, entre otras, puede hacer que reaccionen con respuestas de hiperalerta ante estímulos no dañinos (ej: tono de voz alto de un profesor..)





Cerebro- Neocórtex (Cerebro racional) "Yo sé quien soy"

FUNCIONES
CEREBRALES
SUPERIORES

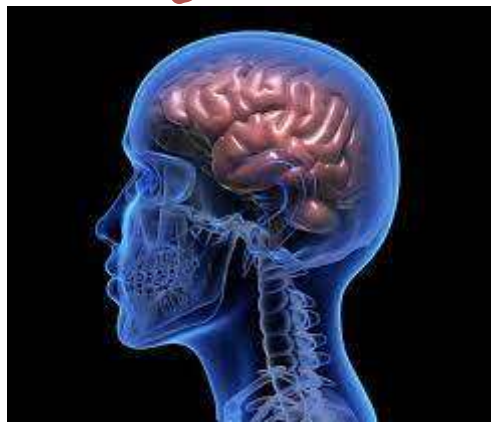
FUNCIONES
EJECUTIVAS
CONSECUENCIA
DEL
APRENDIZAJE

EL
DIRECTOR
DE
ORQUESTA

CONSCIENTE/
VOLUNTARIO/
CONTROLADO

ESTRUCTURA
MODERNA

SE
APRENDE



REGULACIÓN
EMOCIONAL



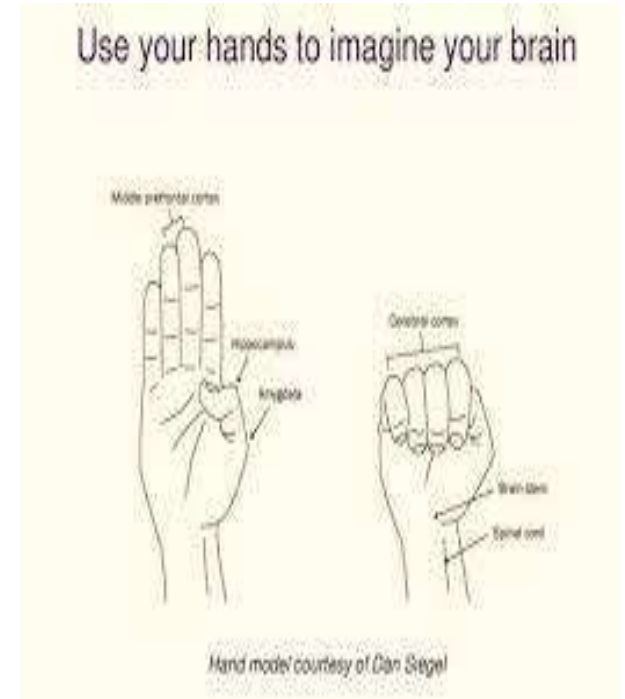


TIPO DE CEREBRO	FUNCIÓN BÁSICA	UBICACIÓN ANATÓMICA	CEREBROS VALIENTES VS CEREBROS FRÍOS		METÁFORA DEL COCHE
Cerebro Reptiliano	Cerebro que actúa	Tronco encefálico y cerebelo.	Presente	Cerebro caliente o inferior	Acelerador del coche
Cerebro Emocional	Cerebro que siente	Sistema límbico.	Presente y pasado	Cerebro caliente o inferior	Acelerador del coche
Cerebro Racional.	Cerebro que piensa	Neocórtex	Pasado y presente	Cerebro frío o superior	Freno del coche
Cerebro ejecutivo	Cerebro que ejecuta	Corteza prefrontal	Futuro	Cerebro frío o superior	Freno del coche



El psiquiatra y profesor de la universidad de California Daniel Siegel, estableció una metáfora que nos permite entender la relación entre las diferentes partes del cerebro.

Cuando nuestro alumnado está con el cerebro “destapado” hay que **conectar** con ellos y ellas y ejercer de corteza prefrontal externa.

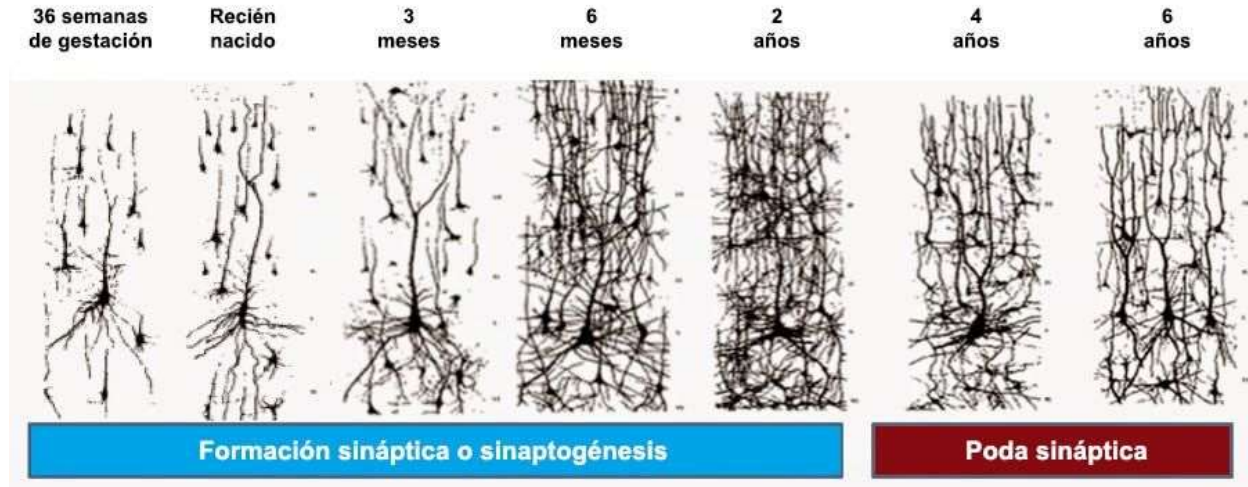




DESARROLLO A TRAVÉS DE LAS EXPERIENCIAS

Al principio la red entre las neuronas es bastante espaciada. A medida que el bebé o la bebé se van desarrollando a través de las experiencias motrices y sensoriales, las conexiones se llevan a cabo (impulsos eléctricos).

Conlleva fases de PROLIFERACIÓN de las conexiones neuronales y fases de PODA neuronal. PERIODOS SENSIBLES 0-3 años y ADOLESCENCIA



Los grandes cambios fisiológicos en los cerebros de los/as adolescentes

CEREBRO EMOCIONAL

- Aumento del tamaño de la amígdala (secuestro emocional)
- Aumento del tamaño del accumbens (placer, recompensa)

CEREBRO RACIONAL

- Debilidad del córtex prefrontal: (está en construcción, remodelación y cambios de integración). Necesidad de director/a de orquesta.



SISTEMA DE PROCESOS

“UNA VEZ QUE SE GARANTIZA LA SEGURIDAD PERCIBIDA, YA SE PUEDE PASAR A OTROS ASPECTOS DE LA INFANCIA”.

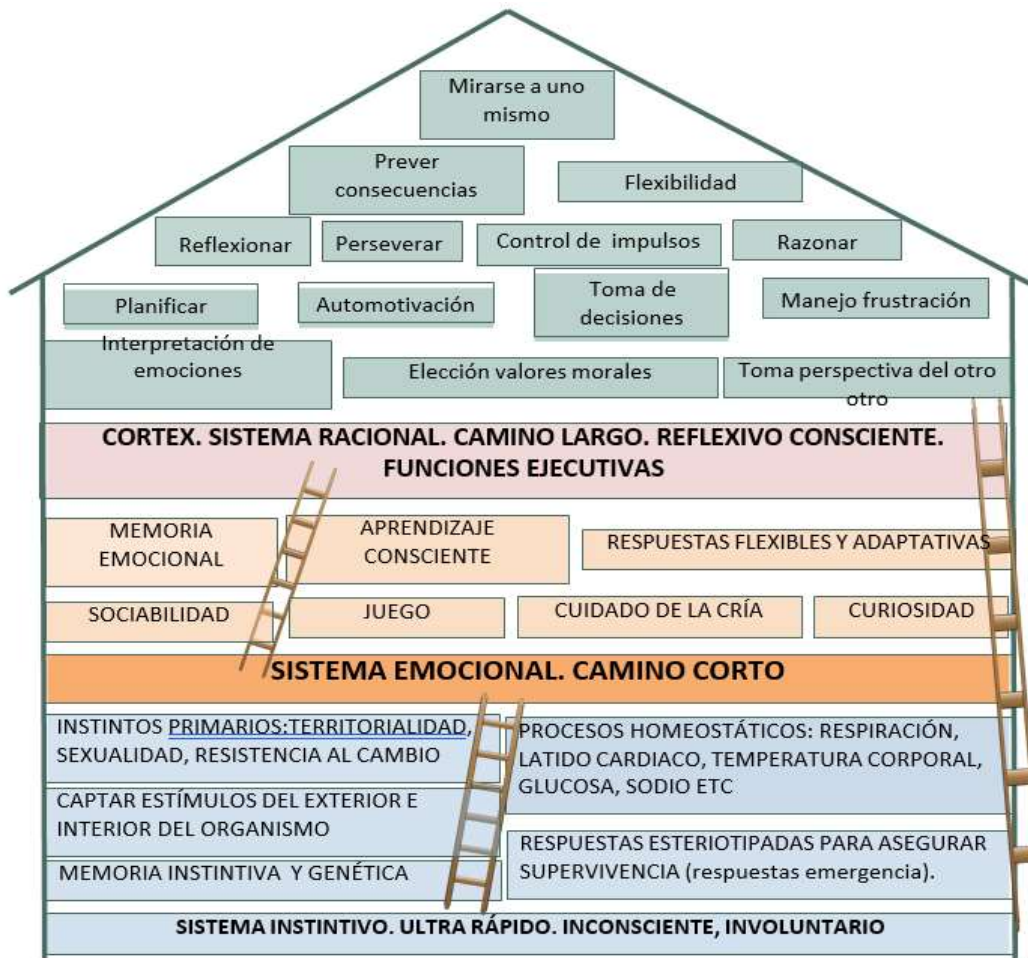
DANIEL A. HUGHES.

Al sentirnos amenazados/as se activa el sistema más primitivo (respuestas de supervivencia) quedando el neocórtex con una capacidad resolutive muy limitada.

VÍA RÀPIDA

Al sentir seguridad los tres cerebros están integrados, cooperan, e interconectados algo que favorece el autocontrol y otras funciones más elaboradas de nuestro sistema, hay mayor probabilidad de dar respuestas razonadas y asertivas.

VIA LARGA



Los niños que han experimentado trauma crónico, están en modo “supervivencia” y reaccionan en lugar de autorregularse



“Solamente se puede volver a la conexión e integración del cerebro desde la CALMA”.





Cuando un alumno está destapado nuestra primera y mejor orientación debe de ser darle orientaciones que ayuden al niño a mantenerse en calma y no se pierda en la impulsividad, frustración y falta de autocontrol.

¿Cómo lo hacemos?:

Dándole palabras, validando sentimientos poniendo nombre a las emociones, canalizando la agresividad y enseñarle la rutina de vuelta a la calma.

Cuando seas tu, maestro, quien se destapa, tomate el tiempo necesario, cuenta hasta diez, comunica a tus alumnos que ahora estás muy enfadado que necesitas volver a conectar, respira, bebe agua, muévete, pide ayuda a un compañero, recuerda que es muy importante que tu estés en calma para poder educar bien.



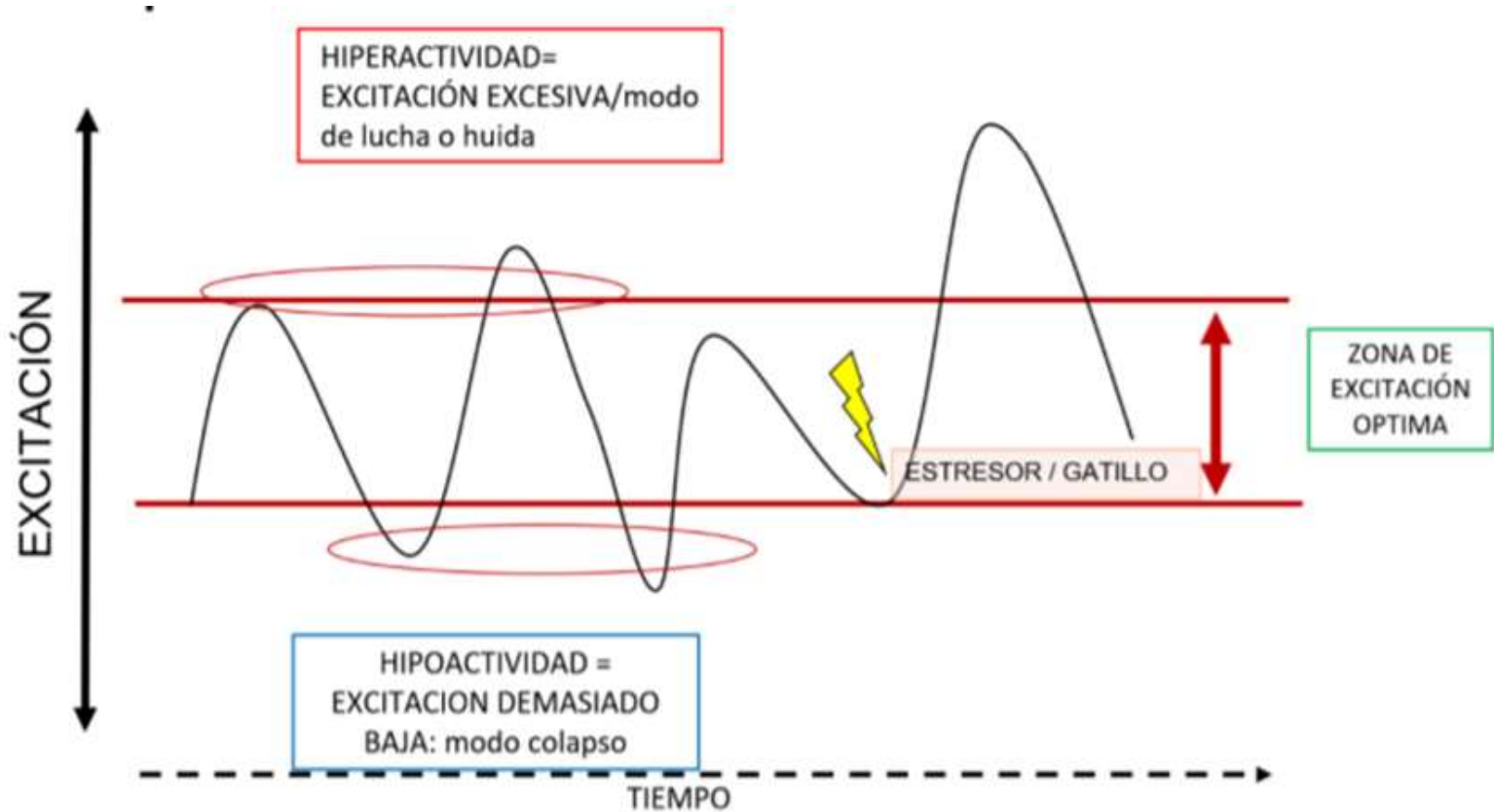
REGULACIÓN EMOCIONAL

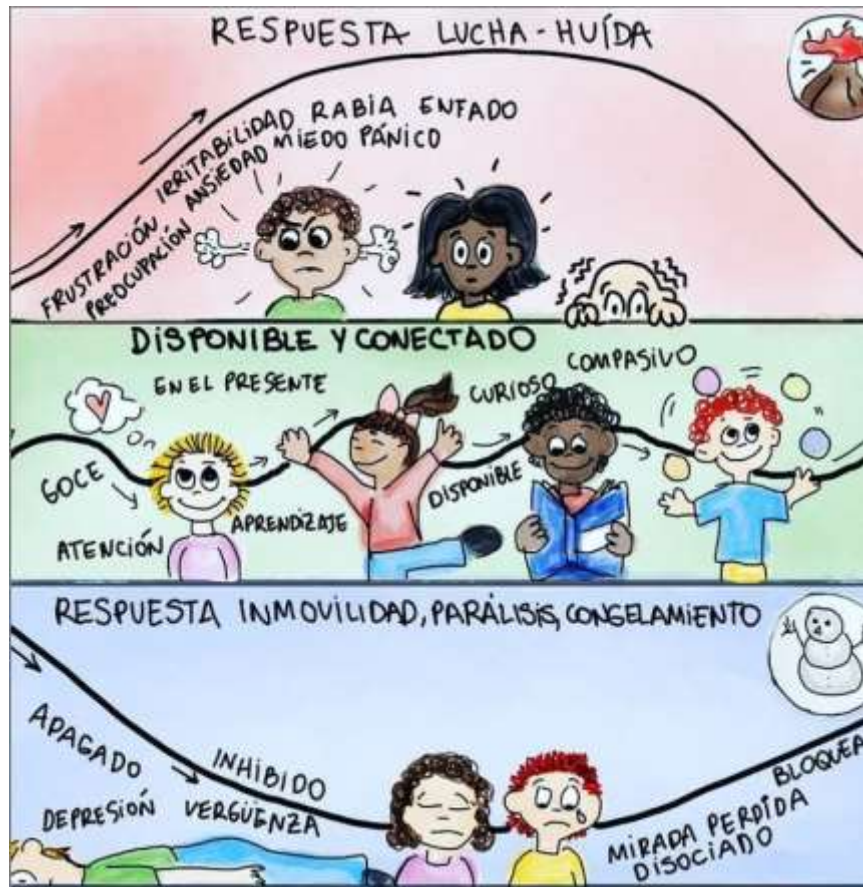
“En inteligencia emocional se habla de Regulación emocional NO de control emocional, ya que el control conlleva una censura de las emociones desagradables y como ya sabemos todas son buenas, cumplen su función adaptativa”.





VENTANA DE TOLERANCIA EMOCIONAL: estados mentales





Ventana de tolerancia

Representa el rango de intensidad emocional que somos capaces de experimentar.

- Hiperactivación
- Hipoactivación
- Sistema de interacción social.

Las personas que se encuentran **FUERA DE LA VENTANA**, están en un estado basal de seguridad y relajación **ALTERADO**



La mayoría de las personas que han experimentado vivencias traumáticas y estas no han quedado adecuadamente integradas, van a moverse dentro de un margen de tolerancia estrecho y el rango de estímulos que le dispararán será muy amplio.

Los extremos pueden ser adaptativos pero se vuelven desadaptativos en contextos donde no hay amenaza.

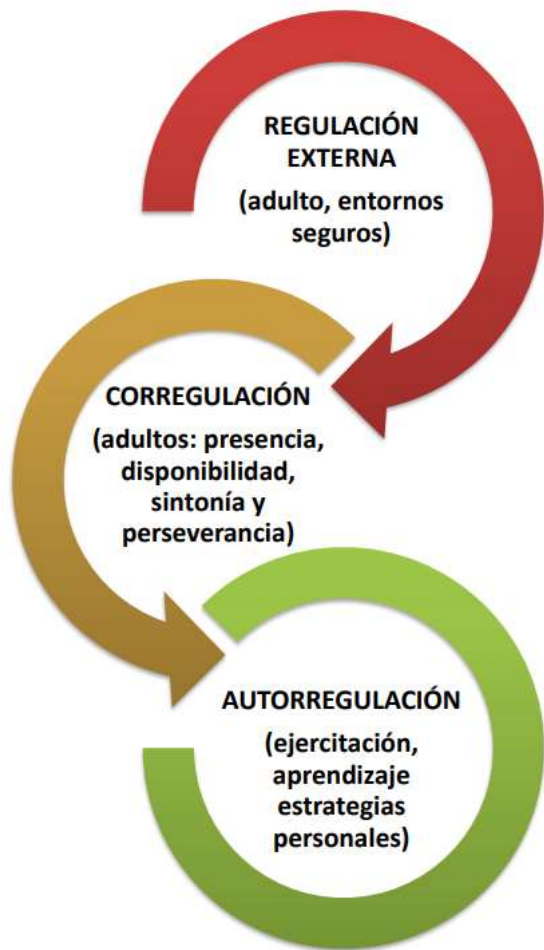


AUTORREGULACIÓN →

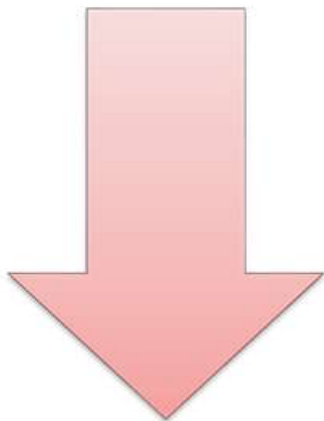
CORREGULACIÓN



**"TU CALMA
ES SU
CALMA"**



“Los primeros años de vida son cruciales para sentar las bases de la regulación emocional. Si durante ese periodo no hay una buena experiencia de cuidados, la capacidad para modular nuestros afectos puede quedar dañada de por vida”.



Educadores regulados (empáticos) promueven ESTADOS DE CRECIMIENTO. Cuando hay tolerancia, modulación y resiliencia frecuentemente... CONEXIÓN EMOCIONAL agradable, reguladora, vigorizante.



Quando hay déficit de tolerancia, modulación y resiliencia en periodos prolongados, frecuentes... hay ANSIEDAD Y/O TRASTORNOS.





Al igual que una emoción nos predispone a una determinada respuesta (por ejemplo, si sentimos miedo ante un estímulo, responderemos con cautela, pero si sentimos seguridad y curiosidad ante el mismo estímulo, queremos acercarnos) también nuestras respuestas contribuyen a regular nuestra emoción y a su vez, repercuten en la regulación o desregulación de la emoción de otra persona.





¿Cómo regulamos?

Cambiar contexto

Movimiento

Conciencia corporal
Biofeedback

Reconocer emoción
Validar emoción

Dibujar: pedagogía de
emergencia

Contacto sensorial

Si la activación es muy alta se puede trabajar
con distracciones



PARA CONTRIBUIR A	EN VEZ DE	QUIZÁS PODRÍAMOS...
Corregulación "conexión antes que corrección"	<ul style="list-style-type: none">• Gritar• Amenazar• Explicar• Exigir• Castigar• Racionalizar• Advertir...	<ul style="list-style-type: none">• Calmarnos y transmitir serenidad y seguridad con nuestro <u>lenguaje no verbal</u>, permitir tiempo para que la/el niño/a- adolescente, vuelva a la calma, estableciendo, si se precisase, los límites adecuados para mantener la seguridad.



Los estados de afecto regulados se dan cuando nos sentimos seguros, en un estado desregulado no nos sentimos seguros.



APEGO

“SIN SEGURIDAD NO HAY APEGO”





TEORÍA DEL APEGO DE JOHN BOWLBY

- **EL APEGO ES EL TIPO DE VÍNCULO, DE CARÁCTER INNATO, QUE SE ESTABLECE ALREDEDOR DE LOS 6 MESES Y LOS 2 AÑOS DE VIDA DEL BEBÉ ENTRE ÉSTE Y SU CUIDADOR/A PRINCIPAL.**
- **LAS FUNCIONES PRINCIPALES SON LA PROTECCIÓN Y SATISFACCIÓN DE LAS NECESIDADES BÁSICAS (ALIMENTO, AFECTO/CONTACTO Y SUEÑO). LAS RESPUESTAS DEL CUIDADOR DEBEN SER PREVISIBLES, ESTABLES, COHERENTES Y CONSISTENTES.**
- **EL APEGO COMO NUESTRA PRIMERA RELACIÓN Y COMO MAPA PARA TODAS LAS SIGUIENTES. EL MODO EN QUE NOS HEMOS APEGADO A NUESTROS PADRES INFLUIRÁ DE MANERA SIGNIFICATIVA SOBRE NUESTRO FUTURO Y EN LA FORMA DE RELACIONARNOS CON LOS DEMÁS**



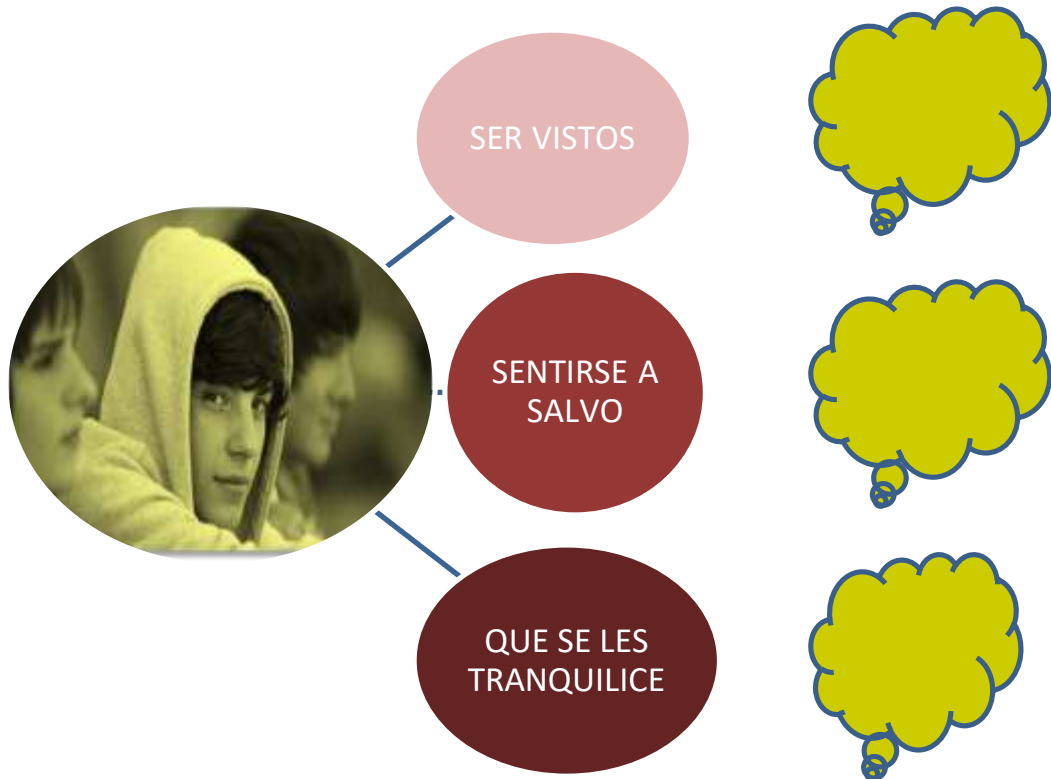


¿Qué necesitan los y las bebés?



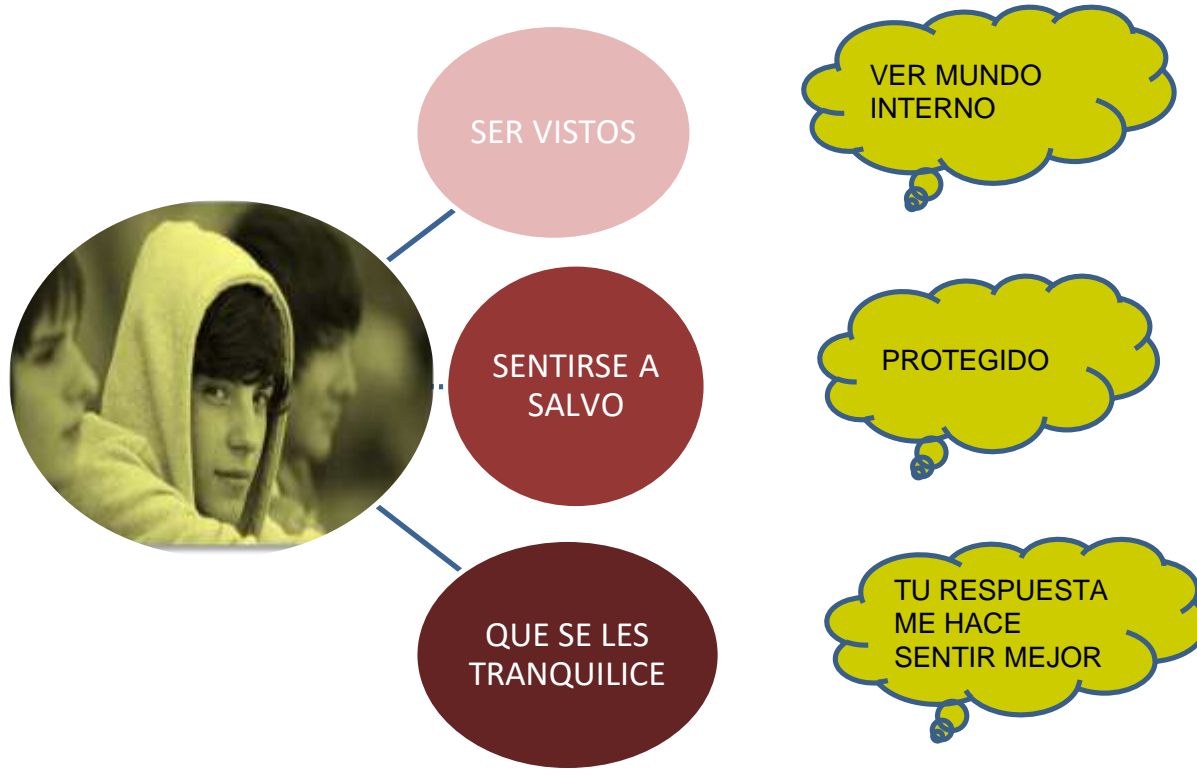


NECESIDADES DE LOS Y LAS ADOLESCENTES





NECESIDADES DE LOS Y LAS ADOLESCENTES





IMPORTANCIA DEL VÍNCULO AFECTIVO

El sistema nervioso del niño necesita la actividad de sus cuidadores para poder crecer y establecer una adecuada regulación emocional.

El vínculo afectivo es esencial para la formación de una personalidad sana.

Es necesario para:

- Ser capaz de gestionar el estrés y a las frustraciones
- Ser capaz de gestionar sus miedos y sus inquietudes
- Ser capaz de hacer frente a cualquier amenaza
- Desarrollar relaciones
- Ser capaz de pensar con lógica
- Alcanzar un cierto grado de autonomía y desarrollo intelectual



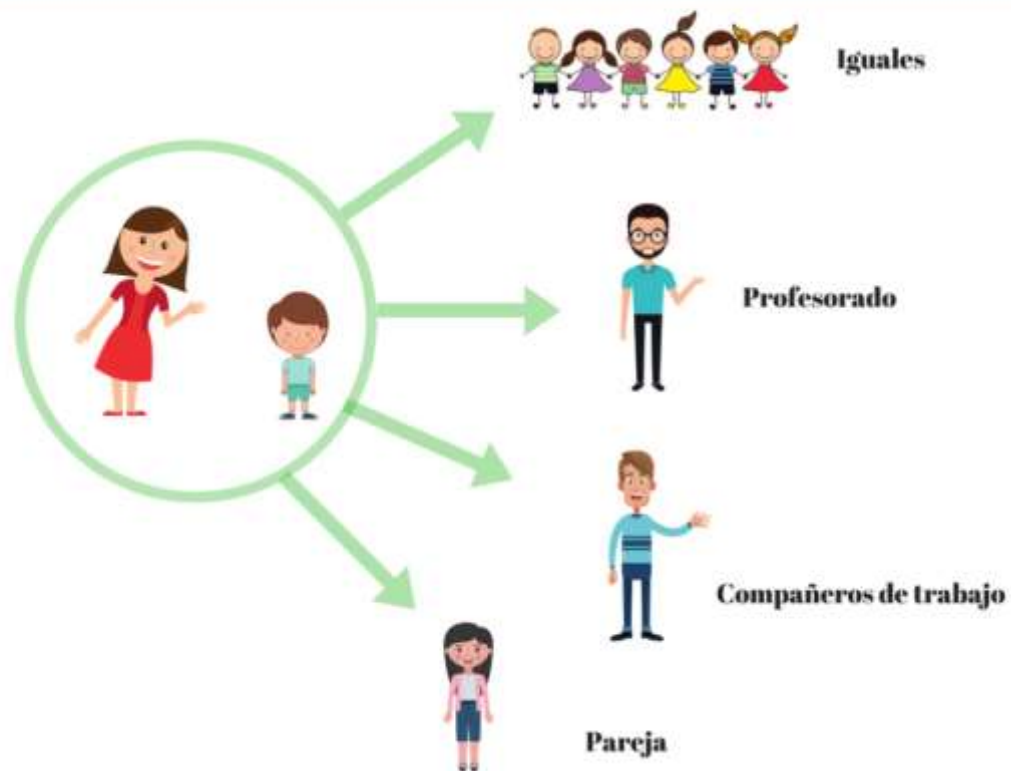
DIFERENTES ESTILOS DE APEGO

- Tenemos diferentes estilos de apego como respuesta a las conductas del cuidador y con el objetivo de maximizar su atención.
- Seguro/Inseguro
- La importancia del papel del maestro como “base segura” para los estudiantes en el aula.





El apego se construye en la familia y actúa como patrón de funcionamiento para otras relaciones sociales





Adolescencia: ¿Cómo salen al mundo?

El apego es una necesidad de supervivencia del bebé. Una necesidad universal y primaria. Los vínculos que establecemos más adelante son relaciones más complejas a las que nos acercamos con una serie de expectativas y de patrones de conducta que tienen que ver con esas experiencias de apego primarias, pero no se limitan a ellas.

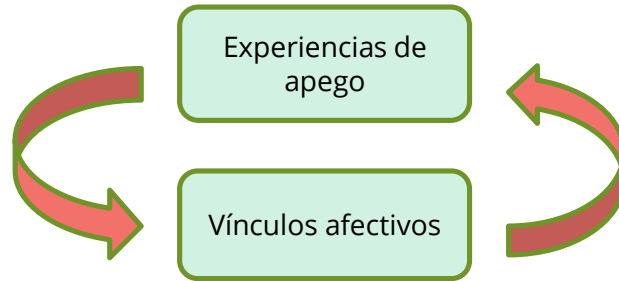




Adolescencia: ¿Cómo salen al mundo?

El grupo de iguales y las primeras relaciones de pareja juegan un papel esencial por dos motivos:

- Son experiencias vinculares diferentes de las familiares. La amistad y la pareja proporcionan modelos afectivos desde experiencias vinculares muy diferentes.
- Proporcionan a las y los adolescentes el sentimiento de pertenencia a un mundo propio y distinto del de su familia, desde el que pueden empezar a construir una identidad diferenciada





¿QUÉ ES SENTIRME
SEGURO?

¿CÓMO PUEDO APORTAR
SEGURIDAD?



EL AULA UN ESPACIO SEGURO



CONEXIÓN COMO PUNTO DE PARTIDA.



Para los niños con adversidad temprana sentirse seguros les permite tener accesibles sus funciones cerebrales más complejas.

El cortex no toma decisiones adecuadas, no puede frenar impulsos no sabe a donde tiene que dirigirse, dificultad para dirigir la conducta hacia un fin (tareas escolares, pasar tiempo con los amigos, planificación...) dificultad de organización exterior e interior.



¿Cómo comenzar a establecer un vínculo seguro en el aula?

Antes de intentar suprimir la conducta, debemos determinar si las conductas que observamos son una señal de que el sistema de conexión social del niño necesita ayuda relacional. SEGURIDAD RELACIONAL.

Una vez que las necesidades de seguridad relacional están atendidas, muchos problemas conductuales desaparecen de forma natural al no existir ya las razones detrás de los comportamientos.

Aumentar la sensibilidad y las interacciones cálidas y positivas con los estudiantes. La investigación sugiere que las relaciones cálidas y de apoyo maestro-niño pueden ser consideradas “relaciones de apego” y pueden compensar de manera significativa los impactos negativos de historias de apego pobres.



SINTONIZACIÓN PERSONALIZADA adaptar nuestras interacciones para satisfacer las necesidades físicas y emocionales de cada niño.

1. Priorizar los sentimientos de seguridad del niño.
2. Abordar las causas y desencadenantes subyacentes de las conductas.
3. Ayudando al niño a desarrollar nuevas formas de afrontamiento.

Practicar esto nos permite determinar qué necesita cada niño para favorecer la receptividad, el afecto y la interacción.



SEGURIDAD RELACIONAL

+

CORREGULACIÓN EMOCIONAL

Cuando un niño se siente verdaderamente seguro con un adulto de confianza, surgen de manera natural las conductas de conexión social, no necesita huir o luchar; los niños con adversidad temprana les ha faltado seguridad, les cuesta desconectar sus sistema de protección.



CALMAR

- Permanecemos a su lado con tranquilidad
- Ayudamos a gestionar emociones fuertes
- Enseñamos una alternativa positiva
- Demostramos que pararse a sentir y tener ayuda es una buena idea.
- Nos sentimos mejor



VS

TIEMPO FUERA

- Le pedimos que se calme en soledad (no tiene recursos).
- Es un castigo (si no sabes qué hacer, o cómo hacerlo, te aíslas).
- Demostramos que ante las dificultades hay que apañarse de forma independiente.
- Nos sentimos peor





LA SEGURIDAD ESTÁ EN EL OJO DEL QUE MIRA

Lo importante es la percepción que tiene el niño de su seguridad, no lo que nosotros creemos, la seguridad está en el OJO del que mira. Debemos adaptar los entornos físicos, sensoriales y relacionales a las necesidades a nivel individual de cada niño y no hacer suposiciones.





A veces cuando vemos la angustia del niño, nuestro propio sentido de la seguridad emocional se puede sentir amenazado.

Podemos sentir la necesidad de corregirlos y nuestras propias respuestas de estrés pueden hacernos responder como no queremos.

IMPORTANTE

Chequear siempre cómo nos encontramos





*Un aula es un espacio seguro cuando todos los alumnos se sienten mirados y tenidos en cuenta, donde todos pueden funcionar con eficacia emocional y cognitiva y donde el docente muestra una actitud **CARE***



ACTITUD CARE:

Calma
Aceptación
Regulación
Empatía



Calma: serenidad ante los problemas de conducta.

Aceptación: respeto incondicional hacia el NIÑO.

Regulación: me regulo para regular la conducta del niño.

Empatía: mirar al niño/a desde sus ojos, sus dificultades.

UNA ACTITUD CARE APORTA REPARACIÓN-CONTENCIÓN-ÉXITO



CONEXIÓN ES ESTAR REGULADO
EMOCIONALMENTE



PARA CONTRIBUIR A	EN VEZ DE	QUIZÁS PODRÍAMOS...
<u>Conexión</u> "emoción con emoción"	<ul style="list-style-type: none">• Negar o quitar importancia a lo que siente la otra persona, convencer, racionalizar, ignorar....	<ul style="list-style-type: none">• Usar una narrativa que conecte con la emoción de la otra persona: "entiendo que estés triste, a mi también me cuesta separarme después de tanto tiempo juntos.."



RECUERDA QUE ANTES DE LA
REFLEXIÓN VIENE LA
CONEXIÓN, Y ANTES DE LA CONEXIÓN,
LA
REGULACIÓN.



CONECTAR CON TODOS LOS ALUMNOS: entender, validar sus sentimientos y emociones y ayudarles a manejarlos. Conectar para tratar al niño como una persona igual de importante que el adulto.



DAR SEGURIDAD EN EL AULA ES...

PERTENENCIA

ALIENTO

CONEXIÓN
ANTES DE
CORRECCIÓN

AFECTO



COMPRENDER EL “MAL COMPORTAMIENTO”

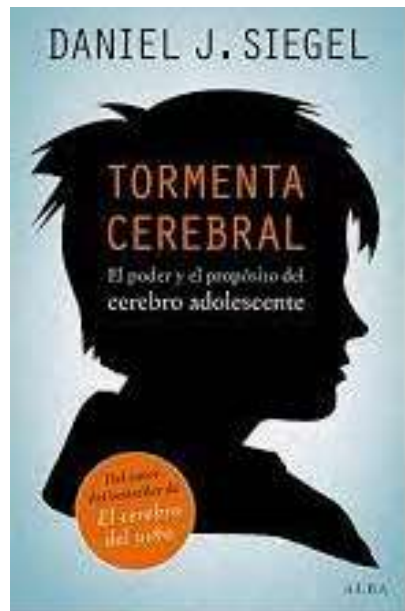
¿DE DONDE HEMOS SACADO LA LOCA IDEA DE QUE PARA QUE LOS NIÑOS SE PORTEN BIEN HAY QUE HACERLES SENTIR MAL?

(JANE NELSEN)



El indomable Will Hunting







QUE LO URGENTE NO TE IMPIDA
OCUPARTE DE LO IMPORTANTE.



- info@galkidea.com
- www.galkidea.com
- Tlf. 622 43 28 56

GRACIAS POR VUESTRA ATENCIÓN



BIBLIOGRAFÍA, FUENTES E INSPIRACIÓN

- Aznárez, B. (2021) **El trauma psíquico es de todos. Rompe el silencio**
- Benito, R. (2020) **La regulación emocional. Bases neurobiológicas y desarrollo en la infancia y adolescencia.** El hilo ediciones
- Dantagnan, M., & Barudy, J. (2005). **Los buenos tratos a la infancia: Parentalidad, apego y resiliencia.** Editorial Gedisa
- Delahooke, M. (2021) **Más allá de la conducta.** Editorial Anaya Multimedia
- De las Nieves, M. (2021) **Lo que aprendí mientras te portabas mal. El aula inclusiva y la disciplina positiva. Una solución a los problemas de conducta.**
- Fernández, R et al (2014) **Neuropsicología del abandono y del maltrato infantil.** Editorial Hilo Rojo
- Gonzalo, J. L. (2009) **Guía para el apoyo educativo con niños con trastorno de apego.**
- Gonzalo, J. L., (2015) **Vincúlate.** Descleé de Brouwer, Bilbao
- Guerrero, R. (2020) **Educación en el vínculo.** Plataforma Editorial
- Guerrero, R. (2020) **Cómo estimular el cerebro del niño: 100 ejercicios para potenciar la concentración, la memoria y otras funciones ejecutivas.** Editorial Sentir



- Guerrero, R. (2018) ***Educación emocional y apego: Pautas prácticas para gestionar las emociones en casa y en el aula (Padres e hijos)***. Editorial: libros cúpula
- Guerrero, R. & López, J. (2021) ***Los 4 cerebros de Arantxa: Cuentos para conocer el cerebro y desarrollar la autorregulación emocional*** .Neuricuentos
- Guillén, J. (2017) ***Neuroeducación en el aula: De la teoría a la práctica***. Editorial Create Space
- Lapastora, M. & Mata, N. (2018) ***Adopción, trauma y juego. Manual para tratar a los niños adoptados y maltratados a través del juego***. Desclée De Brouwer.
- Mora, F. (2021) ***Neuroeducación: sólo se puede aprender aquello que se ama***. Alianza Editorial
- Siegel, D (2012) ***El cerebro del niño***. Alba Editorial
- Siegel, D. (2019). ***Disciplina sin lágrimas***. Santiago, Chile: Penguin Random House Grupo Editorial
- Soto, M. & García, L. & Moya, M. ***Guía: Acogida emocional en espacios educativos. Sin conexión no hay seguridad***

