



Trauma, familia y educación

M.^a Dolores Rodríguez Domínguez^{1*}

¹Licenciada en Psicología. Diplomada en Traumaterapia Infanto-juvenil Sistémica.
Psicóloga en consulta privada

Los descubrimientos de la neurociencia, que es la ciencia que estudia cómo se desarrolla y funciona nuestro cerebro, nos permite conocer y entender la manera en que la calidad de las relaciones que nos ofrecen las personas que nos cuidan durante nuestra infancia pueden influir para que nuestro desarrollo sea saludable. Los profesionales en la materia afirman que ser cuidado adecuadamente puede prevenir enfermedades físicas y psicológicas en la edad adulta.

En el momento de su nacimiento, el bebé tiene un cerebro formado, pero inmaduro. Para poder completar su desarrollo, va a necesitar el cuidado que sus padres y el entorno puedan darle. Un cuidado de calidad, basado en los buenos tratos, donde todas sus necesidades físico-biológicas, cognitivas, emocionales y sociales sean cubiertas. Si durante los primeros años de vida no se puede ofrecer este tipo de cuidado, el desarrollo de su cerebro puede verse afectado, y esto mismo puede afectar a su futura vida de adulto, a cómo va a poder manejarse en las relaciones con los demás y a cómo se va a sentir consigo mismo.

Para poder garantizar ese cuidado de calidad a los hijos, los padres necesitan haber desarrollado suficientes competencias parentales, que les permitan ser padres suficientemente buenos. Es decir, ser padres que puedan crear relaciones seguras y afectivas con sus hijos, manejar adecuadamente sus propias emociones, capaces de ponerse en su lugar y de acompañarlos para hacer frente a las dificultades que vayan a tener a lo largo de su vida. El aprendizaje que el niño o la niña pueda hacer en el contexto familiar va a servirle para poder seguir aprendiendo en otros entornos, como, por ejemplo, en el entorno escolar o en el grupo de amigos. Si el niño se ha sentido seguro en la relación con sus padres, podrá sentirse seguro en otros lugares y con otras personas.

Por el contrario, si los padres no tienen las competencias suficientes o no disponen de la ayuda que necesitan para desarrollarlas, podrán provocar, sin darse cuenta, mucho sufrimiento en sus hijos. Un sufrimiento que a su vez se verá reflejado en muchos aspectos de su vida, incluido el aprendizaje en el colegio. De igual modo, vivir en un contexto donde no han podido cubrir las necesidades

*Correspondencia

M.^a Dolores Rodríguez Domínguez
dolohz@hotmail.com

Fecha de recepción: 19/03/2023
Fecha de aceptación: 20/06/2023
Fecha de publicación: 15/07/2023

Conflicto de intereses

La autora declara la ausencia de conflicto de interés.

Editora

Laia Lluch Molins (Universitat de Barcelona, España)

Revisoras

Erika, Escola Mare de Déu de Núria
Marcel, Escola Mare de Déu de Núria

Derechos de autor

© M.^a Dolores Rodríguez Domínguez, 2023

Esta publicación está sujeta a la Licencia Internacional Pública de Atribución/Reconocimiento-NoComercial 4.0 de Creative Commons.



de cuidado puede hacer que el niño desarrolle menos recursos para afrontar situaciones y experiencias que le surjan a lo largo de su vida. Es decir, puede hacer que no se sienta tan preparado para afrontar y superar posibles acontecimientos dolorosos, como, por ejemplo, la muerte de un ser querido, la separación de sus padres o ser rechazado por sus amigos.

Por su parte, la escuela también será un entorno muy importante para el desarrollo de niños y niñas, pues constituye el segundo contexto después de la familia, que va a influir en su bienestar y aprendizaje. En este caso, los profesores serán los adultos encargados de ofrecerles una relación de seguridad y afecto, en la que, además de tener la oportunidad de enseñar cuestiones académicas, también podrán lograr que los niños se sientan valiosos y aceptados por lo que son. De igual manera, será muy importante conocer el modo en que afectan las situaciones de estrés a la capacidad de aprendizaje, pues de esta forma se garantizará que el nivel de exigencia que se le pida al niño no se encuentre por encima de sus posibilidades reales.

Por lo tanto, podríamos concluir que el modo en que hemos sido cuidados y así como el hecho de habernos sentido queridos y atendidos durante nuestra infancia nos va a permitir desarrollar las herramientas necesarias para poder cuidar y atendernos a nosotros mismos y a los demás. A su vez, nos proporcionará los recursos para afrontar y superar las situaciones dolorosas que podamos sufrir a lo largo de la vida. No se debe olvidar que haber sido hijos bien tratados y bien cuidados nos ayudará a poder ser progenitores y personas más capaces de ofrecer a los demás el mismo cuidado de calidad que recibimos durante nuestra infancia.