

## Không Gian Dựa Trên Sự Nhận Thức về Chấn Thương ở Trường: Những Câu Hỏi Thường Được Nêu Ra (Question & Answer (FAQ)) Hệ Trường Công Quận Fairfax

### Không gian dựa trên sự nhận thức về chấn thương là gì?

Không gian dựa trên sự nhận thức về chấn thương sử dụng các yếu tố về thiết kế để ưu tiên sự an toàn và tính hòa hợp cho tất cả các cá nhân, đồng thời giảm thiểu những yếu tố gây căng thẳng. Một số không gian còn có những thiết bị cùng các hoạt động nhằm để giúp các em học sinh điều chỉnh những cảm xúc khó khăn. Các trường có thể sửa sang tất cả các nơi như lớp học, hành lang, nhà ăn, và ngay cả phòng hội họp, nhằm để giảm bớt căng thẳng và tăng cường khả năng phục hồi. Dưới đây là một số phương cách mà họ có thể thực hiện:

- **Giảm các yếu tố gây căng thẳng:** Điều này có thể bao gồm việc sử dụng ánh sáng được làm dịu trong một số khu vực, hoặc tạo ra những khu vực yên tĩnh nơi mà mọi người có thể nghỉ ngơi tách biệt khỏi tiếng ồn.
- **Kết nối với thiên nhiên:** Các trường có thể thêm cây xanh trong các lớp học, phát âm thanh thiên nhiên trong giờ ăn trưa, hoặc tạo khu vườn để học sinh có thể thư giãn.
- **Hỗ trợ tự điều chỉnh (cảm xúc-hành vi):** Có thể có ghế ngồi thoải mái, đồ chơi fidget hoặc các hoạt động khác nhằm giúp cho việc tự điều chỉnh của các em trong lớp học nếu các em cảm thấy quá sức.

### Các trường lên kế hoạch cho không gian dựa trên sự nhận thức về chấn thương như thế nào?

Tất cả các trường đều có quyền tiếp cận vào công cụ hướng dẫn Tạo Lập Không Gian Dựa Trên Sự Nhận Thức về Chấn Thương và nhận sự hỗ trợ từ nhóm phụ trách Học Tập Kỹ Năng Trau Dồi Năng Lực Cảm Xúc và Xã Hội (SEL) cùng nhóm phụ trách Giáo Dục Đặc Biệt để hỗ trợ trong việc lập kế hoạch tạo lập những không gian chất lượng cao. Công cụ lập kế hoạch sẽ hướng dẫn đội ngũ nhà trường qua nhiều yếu tố cần xem xét liên quan dựa trên sự nhận thức về chấn thương khi tạo ra hoặc điều chỉnh không gian. Các trường cần xem xét các chi tiết dẫn chứng quan trọng như:

- Không gian này được sử dụng cho mục đích gì được sử dụng như thế nào?
- Các yếu tố vật lý nào sẽ cần được thêm vào hoặc điều chỉnh để hỗ trợ cho sự an toàn (ví dụ: ánh sáng, sắp đặt không gian, kết nối với thiên nhiên)?
- Học sinh và nhân viên sẽ học cách sử dụng không gian như thế nào?
- Những kỹ năng học tập trau dồi cảm xúc và xã hội quan trọng nào mà học sinh cần có?

Các trường phải tuân thủ các chính sách của Hội Đồng Giáo Dục để xác định thiết bị và nội thất nào có thể được thêm vào một cách an toàn trong không gian trường. Ví dụ: thiết bị không được khuyến khích sử dụng trong môi trường giảng dạy là tấm bạt lò xo (trampoline) và xích đu (swing).

### không gian dựa trên sự nhận thức về chấn thương dành cho các nhân hay cho một nhóm?

*không gian dựa trên sự nhận thức về chấn thương là không gian chung, mọi người đều có thể sử dụng thay vì được lên kế hoạch cho các can giúp cá nhân đối với học sinh. Các không gian như không gian lớp học có thể có các phương cụ tự điều chỉnh (cảm xúc-hành vi) có thể mang lại lợi ích cho học sinh của mình. không gian dựa trên sự nhận thức về chấn thương được thiết kế riêng nhằm để đáp ứng các nhu cầu lớn hơn của cộng đồng trường.*

### Làm thế nào tôi có thể vận động cho nhu cầu tự điều chỉnh và hoặc nhu cầu về giác quan của con em?

Nếu con em quý vị có một văn kiện IEP hoặc kế hoạch 504, quý vị vui lòng làm việc với nhân viên phụ trách trường hợp của con em để xem xét những gì có thể được tích hợp vào kế hoạch hiện có. Nhu cầu về giác quan và tự điều chỉnh có thể được hỗ trợ trực tiếp từ giáo viên hoặc nhân viên giảng dạy khác, hoặc thông qua các hỗ trợ về môi trường, điều chỉnh và/hoặc các hỗ trợ thích ứng. *Nếu con em quý vị chưa được xác định là một học sinh có khiếm tật, quý vị vui lòng trao đổi với giáo viên của con em hoặc cố vấn viên trường về các tùy chọn hiện có trong trường.*

Một số yếu tố cần cân nhắc có thể là:

- Điều chỉnh về môi trường để phát huy sự thành công của học sinh (ánh sáng, âm thanh, hình ảnh, chỗ ngồi)
- Cung cấp thời gian nghỉ ngơi có cấu trúc, theo lịch trình.
- Cung cấp và lựa chọn các hoạt động giác quan ưa thích và có cấu trúc (khi phù hợp trong môi trường giảng dạy)
- Các giải pháp hoặc quy trình thay thế để hỗ trợ học sinh khi có sự thay đổi trong lịch trình hoặc các hoạt động ở nhóm lớn (ví dụ: nhà ăn trường, lễ hội)

# TRAUMA-INFORMED SPACES

Trauma informed spaces promote safe, welcoming, and healing learning environments. Spaces should strive to uplift these elements but may serve different purposes. Here are some examples.

