

GOBIERNO DE ESPAÑA MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL
 Castilla-La Mancha 40 años
 PROGRAMA FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL



Problemas emocionales en la infancia y adolescencia
Pautas concretas de actuación para familias y profesorado
 Servicio de Inclusión Educativa y convivencia
 Jesús Jarque García
 pedagogo y orientador educativo
 14 y 16 de febrero de 2023

Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas concretas para familias y profesorado

Consideraciones previas	Las emociones	Conceptos clave
Pautas para las familias	Pautas para el centro educativo	Signos de alerta generales
Actuaciones desde orientación	Actuaciones para algunos problemas	Conclusiones

GOBIERNO DE ESPAÑA MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL
 Castilla-La Mancha 40 años
 PROGRAMA FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL



Signos de alerta generales
 Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas concretas para familias y profesorado

Signos de alerta generales



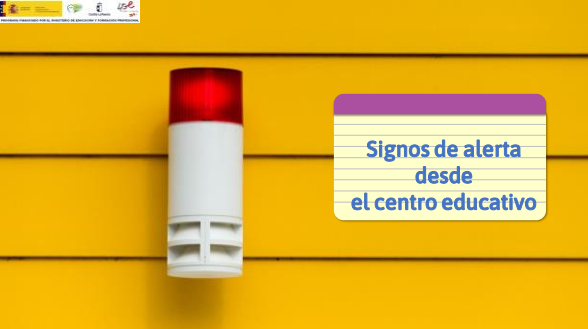
Signos de alerta
 Conductas o síntomas que pueden indicar la probabilidad de un problema

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesjarque.com 4


Signos de alerta generales

- 1 Desde el centro educativo
- 2 Especialmente graves
- 3 Criterios para cribar.
- 4 ¿Qué hacer?
- 5 Desde la familia
- 6 Especialmente graves
- 7 Criterios para cribar
- 8 ¿Qué pueden hacer las familias?

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesjarque.com 5




Signos de alerta desde el centro educativo

Signos de alerta en el centro educativo  Signos de alerta generales

Signos de alerta generales - Centro educativo

- Cambios en el rendimiento sin motivo aparente.
- Cambios de conducta sin causa aparente.


Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 7

Signos de alerta en el centro educativo  Signos de alerta generales

Signos de alerta generales - Centro educativo

- Parece más irritable o sensible.
- Se le ve triste, decaído o decaída.
- Dejan de interesarle actividades que antes le atraían.
- Realiza valoraciones negativas de sí mismo.


Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 8

Signos de alerta en el centro educativo  Signos de alerta generales

Signos de alerta generales - Centro educativo

- Le asusta o agobia la multitud de niños.
- Excesivamente nervioso cuando hay exámenes.
- Excesivo miedo al fracaso en los estudios.
- Excesivamente nervioso o nerviosa si tiene que hablar a los demás.


Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 9

Signos de alerta en el centro educativo  Signos de alerta generales

Signos de alerta generales - Centro educativo

- Expresa sentimientos o expresiones de culpabilidad.
- Pregunta por sus padres o los echa mucho de menos.
- Le cuesta separarse de sus padres o en el momento de entrar al colegio, aunque luego se tranquilice.
- Se va del centro por dolores de cabeza, estomacales...


Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 10

Signos de alerta en el centro educativo  Signos de alerta generales

Signos de alerta generales - Centro educativo

- Deja de relacionarse con sus compañeros o queda aislado o aislada.
- Explosiones de ira desproporcionada.
- Hiperresponsabilidad.
- Mentiras graves.
- Hace "novillos o pellas".
- Comentarios pesimistas: "todo está mal".


Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 11

Signos de alerta en el centro educativo  Signos de alerta generales

Signos de alerta generales - Centro educativo

- Miedos excesivos: tormenta, lluvia, globos...
- Hace comentarios negativos sobre su cuerpo o aspecto.
- Otras conductas que llamen la atención, que resulten un cambio importante o infrecuentes en la edad.


Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 12

Signos de alerta en el centro educativo  Signos de alerta generales

Signos de alerta generales - Centro educativo 1/3

- Cambios en el rendimiento sin motivo aparente.
- Cambios de conducta sin causa aparente.
- Parece más irritable o sensible.
- Se le ve triste o decaído.
- Dejan de interesarle actividades que antes le atraían.
- Realiza valoraciones negativas de sí mismo.
- Le asusta o agobia la multitud de niños.
- Excesivamente nervioso o agobiado cuando hay exámenes.


Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 13

Signos de alerta en el centro educativo  Signos de alerta generales

Signos de alerta generales - Centro educativo 2/3

- Excesivo miedo al fracaso en los estudios.
- Excesivamente nervioso si tiene que hablar a los demás.
- Expresa sentimientos o expresiones de culpabilidad.
- Pregunta por sus padres o los echa mucho de menos.
- Le cuesta separarse de sus padres o en el momento de entrar al colegio, aunque luego se tranquilice.
- Se va del colegio por dolores de cabeza, estomacales...
- Deja de relacionarse con sus compañeros o está aislado.


Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 14

Signos de alerta en el centro educativo  Signos de alerta generales

Signos de alerta generales - Centro educativo 3/3

- Explosiones de ira desproporcionada.
- Hiperresponsabilidad.
- Mentiras graves.
- Hace "novillos o pellas".
- Comentarios pesimistas: "todo está mal".
- Miedos excesivos: tormenta, lluvia, globos...
- Hace comentarios negativos sobre su cuerpo o aspecto.
- Otras conductas que llamen la atención, que resulten un cambio importante o infrecuentes en la edad.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 15


Signos de alerta en el centro educativo  Signos de alerta generales

Signos de alerta centro educativo especialmente graves

Se producen autolesiones.

Ideación suicida:
expresiones,
dibujos mensajes sobre muerte.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 16

Signos de alerta en el centro educativo  Signos de alerta generales

Signos de alerta centro educativo especialmente graves


Conducta sexual impulsiva o hipersexualización.

Agresión grave a otros.

Consumo o tráfico de sustancias.

El alumno o alumna pide ayuda.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 17

Signos de alerta en el centro educativo  Signos de alerta generales

Signos de alerta centro educativo especialmente graves


- Autolesiones.
- Ideación suicida. (Expresiones, dibujos, mensajes)
- Conducta sexual impulsiva o hipersexualización.
- Agresión grave a otros.
- Consumo o tráfico de sustancias.
- Otras conductas que alarmen especialmente.
- Otras conductas que supongan un cambio drástico grave.
- El alumno pide ayuda.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 18

Signos de alerta en el centro educativo Signos de alerta generales


Cuestionario signos de alerta profesorado

Educación Infantil
Educación Primaria
Educación Secundaria



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesúsjarque.com 19


Signos de alerta en el centro educativo Signos de alerta generales



¿Qué hacer?

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesúsjarque.com 20

Signos de alerta en el centro educativo Signos de alerta generales



¿Qué hacer?

Ante la duda...



Consultar Comunicar

- Orientador
- Familia

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesúsjarque.com 21

Signos de alerta en el centro educativo Signos de alerta generales

¡No hacer!


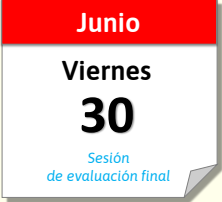



Vamos a esperar a ver si mejora

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesúsjarque.com 22

Signos de alerta en el centro educativo Signos de alerta generales

¡No hacer!

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesúsjarque.com 23

Signos de alerta en el centro educativo Signos de alerta generales

Consultar con la familia

- "Tutoría solemne".
- Condiciones:
 - En privado.
 - Condiciones adecuadas.
 - Con delicadeza.
- Los signos de alerta detectados.
- Valorar en casa.
- ¿Derivar a la orientadora?



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesúsjarque.com 24

Signos de alerta en el centro educativo Signos de alerta generales

?

¿Qué debe hacer el tutor o tutora si la detección viene por la familia o él lo detecta?

Informar a la persona responsable de recoger los signos de alerta

Orientador u orientadora

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesjarque.com 25

Signos de alerta en el centro educativo Signos de alerta generales

Criterios para cribar los signos de alerta

Signos de alerta generales

- Duración en el tiempo
- Intensidad
- Afectación funcionamiento
- Malestar significativo

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesjarque.com 26

Signos de alerta en el centro educativo Signos de alerta generales

Criterios para cribar los signos de alerta

Signos de alerta generales

- Duración en el tiempo**
 - 2 -3 semanas.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesjarque.com 27

Signos de alerta en el centro educativo Signos de alerta generales

Criterios para cribar los signos de alerta

Signos de alerta generales

- Duración en el tiempo**
 - 2 -3 semanas.
- Intensidad**
 - Media - alta.
 - Algo subjetivo.
 - Valorar afectación vida diaria y malestar.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesjarque.com 28

Signos de alerta en el centro educativo Signos de alerta generales

Criterios para cribar los signos de alerta

Signos de alerta generales

- Afectación funcionamiento**
 - En actividades de su vida diaria.
 - Sueño y alimentación.
 - Aseo y cuidado personal.
 - Estudios.
 - Relación con la familia.
 - Relación con otros niños.
 - Realización de actividades.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesjarque.com 29

Signos de alerta en el centro educativo Signos de alerta generales

Ejemplos

Afectación funcionamiento

- Deja de realizar los deberes de clase.
- Le cuesta concentrarse para estudiar.
- Falta a clase.
- Descuida su aseo personal.
- No duerme o tiene somnolencia continua.
- Mal humor en casa.
- Explosiones de ira.
- Llanto muy intenso y frecuente desproporcionado.
- Insulta o agrede cuando era impensable.
- Deja de asistir a los entrenamientos de fútbol.
- Sin ganas de hacer nada.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesjarque.com 30

Signos de alerta en el centro educativo

Signos de alerta generales

Criterios para cribar los signos de alerta

Signos de alerta generales

Malestar significativo

- Molestias físicas.
- Malestar emocional.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 31

Signos de alerta en el centro educativo

Signos de alerta generales

Malestar significativo

Ejemplos

- Molestias estomacales.
- Dolor de cabeza.
- Sensación de mareo.
- Náuseas frecuentes.
- Se interrumpe la regla.
- Contracturas.
- Urticaria.
- Ganas de llorar.
- Congoja.
- Sensación de tristeza o abatimiento.
- Desesperanza...

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 32

Signos de alerta en el centro educativo

Signos de alerta generales

Criterios para cribar los signos de alerta

Signos de alerta generales

- Duración en el tiempo**
- Intensidad**
- Afectación funcionamiento**
- Malestar significativo**

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 33

Signos de alerta generales

Signos de alerta generales

- 1 Desde el centro educativo
- 2 Especialmente graves
- 3 Criterios para cribar.
- 4 ¿Qué hacer?
- 5 Desde la familia
- 6 Especialmente graves
- 7 Criterios para cribar
- 8 ¿Qué pueden hacer las familias?

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 34

Signos de alerta familia

Signos de alerta generales

Signos de alerta desde la familia

Cambios de humor sin motivo aparente.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 36


Signos de alerta familia

Signos de alerta generales

Signos de alerta generales familia

Cambios de humor sin motivo aparente.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 36


Signos de alerta familia  Signos de alerta generales

Signos de alerta generales familia

Cambios de humor sin motivo aparente.

Cambios en el rendimiento escolar.


Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesujarque.com 37

Signos de alerta familia  Signos de alerta generales

Signos de alerta generales familia

Parece más irritable o sensible que antes.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesujarque.com 38


Signos de alerta familia  Signos de alerta generales

Signos de alerta generales familia

Parece más irritable o sensible que antes.

Muestra preocupación excesiva por cualquier cosa.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesujarque.com 39


Signos de alerta familia  Signos de alerta generales

Signos de alerta generales familia

Quejas somáticas: dolor de cabeza, molestias estomacales...

Se muestra excesivamente miedoso o miedosa.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesujarque.com 40

Signos de alerta familia  Signos de alerta generales

Signos de alerta generales familia


Se le ve triste, decaído o decaída.

Dejan de interesarle actividades que antes le atraían.

Realiza valoraciones negativas de sí mismo o sí misma.

Le asustan o agobian las multitudes.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesujarque.com 41

Signos de alerta familia  Signos de alerta generales

Signos de alerta generales familia


Excesivamente nervioso cuando hay exámenes.

Excesivamente nervioso cuando tiene que hablar a los demás.

Se preocupa excesivamente cuando hay algo novedoso.

Miedo excesivo a animales, catástrofes, fenómenos naturales.


Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesujarque.com 42

Signos de alerta familia  Signos de alerta generales

Signos de alerta generales familia

- Realiza comentarios negativos sobre su cuerpo.
- Comenta que no tiene amigos, que nadie le quiere.
- Deja de relacionarse con sus amigos.
- Cambia de amistades sin dar mucha información.
- Asilamiento excesivo.


Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesusarque.com 43

Signos de alerta familia  Signos de alerta generales

Signos de alerta generales familia

- Cambios en la pauta de sueño.
- Cambios en la pauta de alimentación.
- No quiere ir al colegio o instituto.
- Hace novillos, "pellas".
- Toma dinero sin permiso.


Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesusarque.com 44

Signos de alerta familia  Signos de alerta generales

Signos de alerta generales familia

- Mentiras frecuentes.
- Rechaza el contacto físico.
- Otras conductas que llamen la atención o que resulten un cambio importante.


Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesusarque.com 45

Signos de alerta familia  Signos de alerta generales

Signos de alerta generales familia 1/3

- Cambios de humor sin motivo aparente.
- Cambio en el rendimiento escolar.
- Parece más irritable o sensible que antes.
- Muestra preocupación excesiva: "se preocupa por cualquier cosa".
- Quejas somáticas: dolor de cabeza, dolores estomacales...
- Se muestra excesivamente miedoso o miedosa.
- Se le ve triste o decaído.
- Dejan de interesarle actividades que antes le atraían.
- Realiza valoraciones negativas de sí mismo.
- Le asustan o agobian la multitudes.


Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesusarque.com 46

Signos de alerta familia  Signos de alerta generales

Signos de alerta generales familia 2/3

- Excesivamente nervioso o agobiado cuando hay exámenes.
- Excesivamente nervioso si tiene que hablar a los demás.
- Se preocupa excesivamente cuando hay algo novedoso.
- Miedo excesivo a: animales, catástrofes, globos, oscuridad...
- Expresa sentimientos o expresiones de culpabilidad.
- Hace comentarios negativos sobre su cuerpo o su aspecto
- Comenta que no tiene amigos, que nadie le quiere.
- Deja de relacionarse con sus amigos.
- Cambio de amistades sin mucha información.
- Aislamiento excesivo.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesusarque.com 47

Signos de alerta familia  Signos de alerta generales

Signos de alerta generales familia 3/3

- Cambios en la pauta de sueño: insomnio o somnolencia.
- Cambios en la pauta de alimentación.
- No quiere ir al colegio.
- Hacer "novillos o pellas".
- Toma dinero sin permiso: metálico, tarjeta bancaria...
- Mentiras frecuentes.
- Rechaza contacto físico.
- Otras conductas que llamen la atención o que resulten un cambio importante.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesusarque.com 48

Signos de alerta familia Signos de alerta generales

Cuestionarios signos de alerta familias

Educación Infantil
Educación Primaria
Educación Secundaria

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 49

Signos de alerta familia Signos de alerta generales

Signos de alerta familia especialmente graves

Se producen autolesiones.

Ideación suicida: pensamientos y comentarios sobre la muerte.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 50

Signos de alerta familia Signos de alerta generales

Signos de alerta familia especialmente graves

Consumo de sustancias.

Conductas de riesgo.

Conducta sexual impulsiva.

Te pide ayuda.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 51

Signos de alerta familia Signos de alerta generales

Signos de alerta familia especialmente graves

- Se producen autolesiones.
- Ideación suicida: pensamientos y comentarios sobre la muerte.
- Consumo de sustancias.
- Conductas de riesgo.
- Conducta sexual impulsiva.
- Otras conductas que llamen alarmen especialmente.
- Conductas que resulten un cambio drástico grave.
- Tu hijo o hija pide ayuda.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 52

Signos de alerta familia Signos de alerta generales

Criterios para cribar los signos de alerta

Duración en el tiempo

Intensidad

Afectación funcionamiento

Malestar significativo

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 53

Signos de alerta familia Signos de alerta generales

Criterios para cribar los signos de alerta

Duración en el tiempo

- 2 -3 semanas.

Intensidad

- Media - alta.
- Algo subjetivo.
- Valorar afectación vida diaria y malestar.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 54

Signos de alerta familia Signos de alerta generales

Criterios para cribar los signos de alerta


Signos de alerta generales

Malestar significativo

- **Molestias físicas.**
 - Molestias estomacales.
 - Dolor de cabeza.
 - Dolores articulares: contracturas.
- **Malestar emocional.**
 - Llanto.
 - Angustia.
 - Miedo intenso.
 - Tristeza y abatimiento.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarqu.com 55

Signos de alerta familia Signos de alerta generales




¿Qué hacer?

Ante la duda... consultar

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarqu.com 56

Signos de alerta familia Signos de alerta generales



¿Qué hacer? Ante la duda... consultar

Centro Educ.	Sanitario
<ul style="list-style-type: none"> • Tutor o tutora • Orientador 	<ul style="list-style-type: none"> • Pediatra • Psicólogo

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarqu.com 57

Signos de alerta familia Signos de alerta generales

Cuándo consultar

- Relacionado con el colegio - IES
- El tutor o tutora conoce al alumno
- El orientador conoce al alumno
- Otros

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarqu.com 58

Signos de alerta familia Signos de alerta generales

Cuándo consultar

Sanitario

- Pediatra
- Psicólogo

Signos de alerta familia especialmente graves

- Se producen autosegones.
- Ideación suicida: pensamientos y comentarios sobre la muerte.
- Consumo de sustancias.
- Conductas de riesgo.
- Conducta sexual impulsiva.
- Otras conductas que llamen la atención especialmente.
- Conductas que resulten un cambio drástico grave.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarqu.com 59

Signos de alerta familia Signos de alerta generales

Mi recomendación general

C. Educativo


1º. Tutora
2º. Orientadora

↓


Sanitario

3º. Pediatra

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarqu.com 60

Signos de alerta familia |  Signos de alerta generales

¡No hacer!
Embotellar



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarquero.com 61

Signos de alerta familia |  Signos de alerta generales



Consulta de la familia al tutor o tutora

- Solicitar tutoría individual.
- Comentar los signos de alerta.
- Solicitar pautas o acciones.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarquero.com 62

Signos de alerta generales

- 1 Desde el centro educativo
- 2 Especialmente graves
- 3 Criterios para cribar
- 4 ¿Qué hacer?
- 5 Desde la familia
- 6 Especialmente graves
- 7 Criterios para cribar
- 8 ¿Qué pueden hacer las familias?

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarquero.com 63

Signos de alerta generales



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarquero.com 64

Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas concretas para familias y profesorado

Consideraciones previas	Las emociones	Conceptos clave
Pautas para las familias	Pautas para el centro educativo	Signos de alerta generales
Actuaciones desde orientación	Actuaciones para algunos problemas	Conclusiones

GOBIERNO DE ESPAÑA MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL

Castilla-La Mancha  

PROGRAMA FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL



Actuaciones desde orientación

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas concretas para familias y profesorado

Actuaciones desde orientación




Actuaciones desde orientación

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com

67

Actuaciones desde orientación




¿Por qué la orientadora?

- Formación.
- Puede valorar y discriminar signos alerta.
- Toma de decisiones.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com

68

Actuaciones desde orientación



Condiciones

- Número de alumnado.
- Disponibilidad de tiempo.
- Formación.
- Instrumentos.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com

69

Actuaciones desde orientación

Algunas situaciones de la orientación



Funciones orientación

Funciones docentes y otras

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com

70

Actuaciones desde orientación

Algunas situaciones de la orientación



Funciones docentes y otras

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com

71

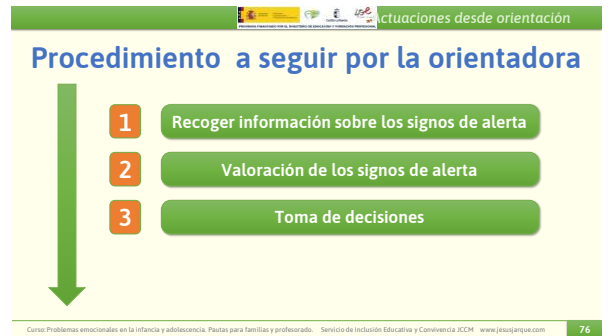
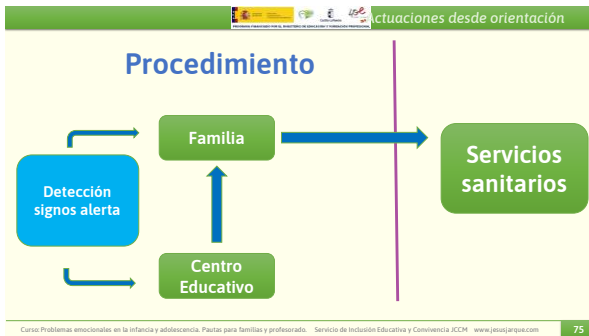
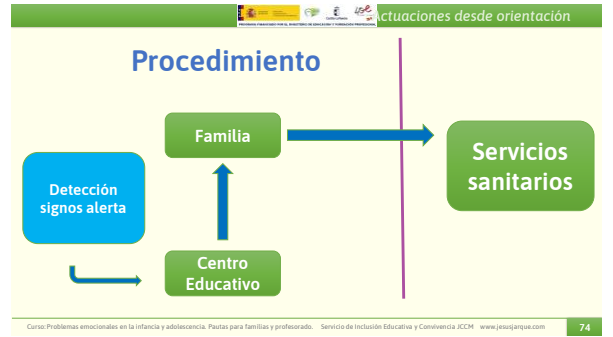
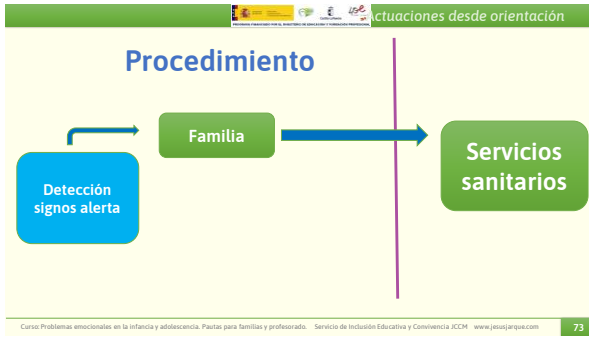
Actuaciones desde orientación



El peligro de la orientación

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com

72

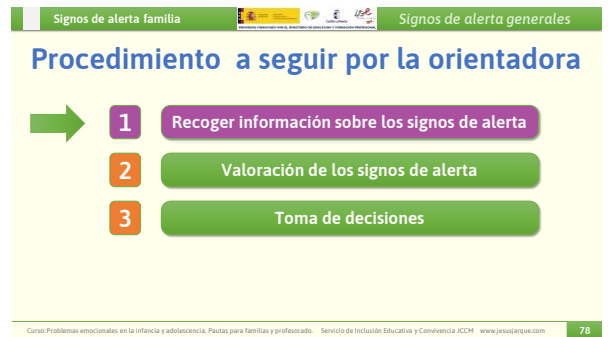


Recoger información sobre los signos de alerta

actuaciones desde orientación

Los orientadores *no* hacemos diagnóstico clínico

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesjuarque.com 77



Recoger información sobre los signos de alerta  Actuaciones desde orientación

1 Recoger información sobre los signos de alerta


Recoger información más exhaustiva

Tutora

Familia

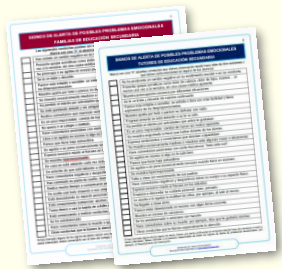


Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 79


Signos de alerta familia  Signos de alerta generales

Cuestionarios signos de alerta familias profesorado

Educación Infantil
Educación Primaria
Educación Secundaria



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 80


Recoger información sobre los signos de alerta  Actuaciones desde orientación

1 Recoger información sobre los signos de alerta

Información más detallada

- Qué.
- Cómo.
- En qué momentos.
- Desde cuándo.
- Posibles desencadenantes.
- Cómo le afecta:
 - funcionamiento en la vida diaria
 - Malestar.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 81

Recoger información sobre los signos de alerta  Actuaciones desde orientación


1 Recoger información sobre los signos de alerta

Información más detallada

Entrevistas

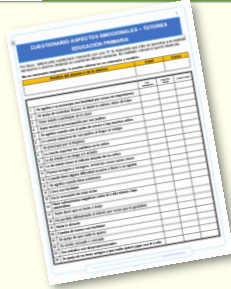
Cuestionarios

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 82


Recoger información sobre los signos de alerta  Actuaciones desde orientación

Cuestionarios problemas emocionales

Profesorado

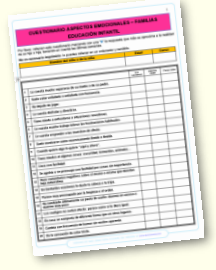


Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 83

Recoger información sobre los signos de alerta  Actuaciones desde orientación

Cuestionarios problemas emocionales

Familia



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 84

Recoger información sobre los signos de alerta

1 Recoger información sobre los signos de alerta

Recoger información más exhaustiva

Tutora

Familia

- Información más detallada:
 - Qué.
 - Cómo.
 - En qué momentos.
 - Desde cuándo.
 - Posibles desencadenantes.
 - Cómo le afecta:
 - Funcionamiento en la vida diaria
 - Malestar.
- Cómo:
 - Entrevista.
 - Cuestionario.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 85

Recoger información sobre los signos de alerta

Cuestionarios para alumnado

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 86

Recoger información sobre los signos de alerta

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 87

Valoración de los signos de alerta

Procedimiento a seguir por la orientadora

- 1 Recoger información sobre los signos de alerta
- 2 Valoración de los signos de alerta
- 3 Toma de decisiones

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 88

Valoración de los signos de alerta

2 Valoración de los signos de alerta


Uso de instrumentos estandarizados

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 89

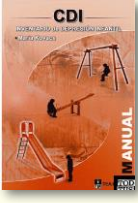
Valoración de los signos de alerta

Ejemplo perfil SENA

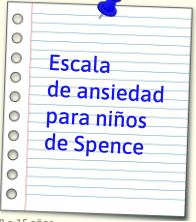
Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 90

Valoración de los signos de alerta  Actuaciones desde orientación

Otros instrumentos estandarizados




7 a 15 años

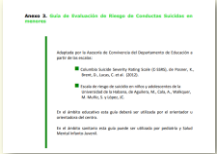


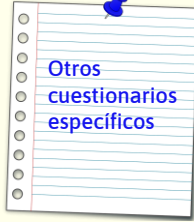
8 a 15 años

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesurjunque.com 91


Valoración de los signos de alerta  Actuaciones desde orientación


Otros instrumentos estandarizados






Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesurjunque.com 92

Valoración de los signos de alerta  Actuaciones desde orientación



Cuestionario de cribado para personas con discapacidad intelectual

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesurjunque.com 93

Valoración de los signos de alerta  Actuaciones desde orientación

¿Cómo valorar los signos de alerta?

Si se superan las puntuaciones de corte



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesurjunque.com 94


Valoración de los signos de alerta  Actuaciones desde orientación

¿Cómo valorar los signos de alerta?

Presencia de signos de alerta




Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesurjunque.com 95

Valoración de los signos de alerta  Actuaciones desde orientación

¿Cómo valorar los signos de alerta?

Presencia de síntomas compatibles



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesurjunque.com 96

Valoración de los signos de alerta  Actuaciones desde orientación

Afecta a su funcionamiento en la vida diaria




Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com 97

Valoración de los signos de alerta  Actuaciones desde orientación

Malestar significativo




Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com 98

Valoración de los signos de alerta  Actuaciones desde orientación

¿Cómo valorar los signos de alerta?

- Supera puntuaciones de corte en test.
- Presencia de signos de alerta.
- Presencia de síntomas compatibles:
 - Ansiedad y sus formas.
 - Depresión.
 - Otros problemas.
- Afectación en su funcionamiento diario:
 - Estudios.
 - Interacción social.
 - Familia.
 - Actividades de ocio.
 - Salud.
- Malestar:
 - Afectación desagradable.
 - Se siente mal.
 - Tristeza, desánimo, angustia, miedo, desesperanza


Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com 99

Toma de decisiones  Actuaciones desde orientación

Procedimiento a seguir por la orientadora

- 1 Recoger información sobre los signos de alerta
- 2 Valoración de los signos de alerta
- 3 Toma de decisiones
 - a Derivar servicios sanitarios
 - b Pautas de actuación

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com 100

Toma de decisiones  Actuaciones desde orientación

Los orientadores *no* hacemos diagnóstico clínico




Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com 101

Toma de decisiones  Actuaciones desde orientación

3 Toma de decisiones

- a Derivar servicios sanitarios



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com 102

Toma de decisiones **Actuaciones desde orientación**

3 Toma de decisiones a Derivar servicios sanitarios

Criterios

- Presencia de síntomas compatibles
- Se superan puntuaciones de corte
- Afectación en su funcionamiento
- Malestar significativo

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesjuarque.com 103

Toma de decisiones **Actuaciones desde orientación**

3 Toma de decisiones a Derivar servicios sanitarios

Signos de alerta especialmente graves

Siempre

- Autolesiones.
- Ideación suicida.
- Conducta sexual impulsiva o hipersexualización.
- Agresión grave a otros.
- El niño o niña pide ayuda.
- Consumo o tráfico de sustancias.
- Otras conductas que alarmen especialmente.
- Otras conductas que supongan un cambio drástico grave.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesjuarque.com 104

Toma de decisiones **Actuaciones desde orientación**

3 Toma de decisiones a Derivar servicios sanitarios

Cómo


- Alarmar no, preocuparse sí.
- Una decisión de ayuda.
- A través de la familia.
- Elaboración de un informe.
- En caso de una emergencia 112:
 - Autolesión.
 - Pérdida de conciencia.
 - Riesgo vital.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesjuarque.com 105

Toma de decisiones **Actuaciones desde orientación**

Elaborar un informe

- (Muy) Breve.
- Entregar a la familia.
- Garantizar la confidencialidad.



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesjuarque.com 106

Toma de decisiones **Actuaciones desde orientación**

Ejemplo 1

Comunidad de Castilla-La Mancha, Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM

INFORME PARA LA FAMILIA PARA PROFESIONALES DEL ÁMBITO SOCIOESANITARIO

Nombre: XXXXXXXX D. NOMBRE XXXXXXXX D. APELL. XXXXXXXX

Código: XXXXXXXX FECHA DE EMISIÓN XXXXXXXX S. PROMEDIADA

El contenido de este informe tiene carácter CONFIDENCIAL, respecto a la labor social de la alumna.

A. MOTIVO DEL INFORME Y FUNDAMENTO DEL MISMO:
 El informe se emite a fin de informar a la familia de los signos de alerta detectados desde el contexto educativo, para que los consulte con el profesional sanitario de referencia. Para la elaboración se ha recogido información del profesorado, de la familia y de la propia alumna, a través de entrevistas y cuestionarios.

B. CONCLUSIÓN DE LA EVALUACIÓN:

Se trata de una alumna que hasta ahora muestra un comportamiento adecuado en el colegio y un rendimiento escolar superior. Sin embargo, en las últimas tres semanas hemos observado los siguientes signos de alerta:

- La alumna ha experimentado un cambio importante en su rendimiento académico: ha dejado de presentar sus deberes y trabajos escolares, algo que ha sucedido con anterioridad, ha dejado sus calificaciones y en el aula nos informan que se muestra desatenta y ausente.
- La propia niña manifiesta sentirse más triste, tener molestias estomacales frecuentes y dificultad para dormir.
- La familia refiere que la cuenta concentrarse para estudiar, está más triste y menos comunicativa. También refieren que ha expresado el deseo de dejar de asistir al conservatorio, que era una de sus actividades preferidas.
- No refiere ideas suicidas ni relaciones con la muerte.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesjuarque.com 107

Toma de decisiones **Actuaciones desde orientación**

Ejemplo

Comunidad de Castilla-La Mancha, Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM

INFORME PARA LA FAMILIA PARA PROFESIONALES DEL ÁMBITO SOCIOESANITARIO

Nombre: XXXXXXXX D. NOMBRE XXXXXXXX D. APELL. XXXXXXXX

Código: XXXXXXXX FECHA DE EMISIÓN XXXXXXXX S. PROMEDIADA

El contenido de este informe tiene carácter CONFIDENCIAL, respecto a la labor social de la alumna.

A. MOTIVO DEL INFORME Y FUNDAMENTO DEL MISMO:
 El informe se emite a fin de comunicar a la familia los signos de alerta que se han observado para que lo consulte con el profesional sanitario y adoptar las acciones que considere oportunas. Para la elaboración se ha recogido la siguiente información:

1) La familia ha aportado la siguiente información:

- La familia ha completado un cuestionario de elaboración propia sobre signos de alerta de problemas emocionales.
- La familia ha informado a un cuestionario de elaboración propia sobre problemas emocionales en el aula de Educación Primaria.
- Se ha informado a la familia por la familia.
- Se ha informado a la familia por la familia.

2) La familia de la alumna ha completado el siguiente cuestionario:

- La familia ha completado un cuestionario de elaboración propia sobre signos de alerta de problemas emocionales.
- Ha respondido a un cuestionario de elaboración propia sobre problemas emocionales en el aula de Educación Primaria.
- Se ha informado a la familia por la familia.
- Se ha informado a la familia por la familia.

3) Con la alumna se han realizado las siguientes actuaciones:

- Se ha informado a la familia por la familia.
- La familia ha completado el cuestionario de elaboración propia sobre problemas emocionales en el aula de Educación Primaria.
- Se ha informado a la familia por la familia.
- Se ha informado a la familia por la familia.

Todos los profesionales que han participado en la elaboración del informe han firmado el presente informe.

B. CONCLUSIÓN DE LA EVALUACIÓN:
 (XX) presenta signos de alerta que sugieren algún tipo de problema emocional que debe ser tratado en coordinación con el profesional sanitario de referencia.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesjuarque.com 108

Toma de decisiones **actuaciones desde orientación**

3 Toma de decisiones **a Derivar servicios sanitarios**

Informe de la orientadora

- Motivo del informe.
- Procedimiento de valoración:
 - Cuestionarios.
 - Entrevistas.
 - Cuestionarios estandarizados.
- Conclusiones:
 - Los signos de alerta que se han encontrado.
 - Resultados cuantitativos de las pruebas que apoyan esos signos de alerta.
 - Cómo le afecta en su vida diaria.
 - Malestar que le produce.
 - Factores asociados o contribuyentes (acontecimientos vitales...)
- Medidas que se van a adoptar desde el colegio.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarquero.com 109

Toma de decisiones **actuaciones desde orientación**

3 Toma de decisiones **a Derivar servicios sanitarios**

Informe de la orientadora

Recomendamos a la familia aportar este informe a los servicios pediátricos (de atención primaria) a fin de que estén informados y adopten las decisiones clínicas que consideren más adecuadas.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarquero.com 110

Toma de decisiones **actuaciones desde orientación**

Procedimiento a seguir por la orientadora

- 1 Recoger información sobre los signos de alerta
- 2 Valoración de los signos de alerta
- 3 Toma de decisiones
 - a Derivar servicios sanitarios
 - b Pautas de actuación

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarquero.com 111

Toma de decisiones **actuaciones desde orientación**

3 Toma de decisiones **b Pautas de actuación**

Desde el centro educativo

Desde la familia

No es incompatible con derivar a los servicios sanitarios

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarquero.com 112

Toma de decisiones **actuaciones desde orientación**

Factores protectores ¡Up!

Factores de riesgo ¡Down!

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarquero.com 113

Toma de decisiones **actuaciones desde orientación**

b Pautas de actuación

Pautas para el centro educativo

1 Acceso Escolar GD	9 Formación del profesorado
2 Favorece la colaboración	10 Facilitar información
3 Ser ejemplo positivo	11 Conocer los signos de alerta
4 Ir formando un vocabulario emocional	12 Organizar la respuesta a los S.A.
5 Favorecer un locus de control ajustado	13 Atender las peticiones de ayuda
6 Educadores, educadoras receptivos	14 Favorecer la reflexión personal
7 Enseñar habilidades sociales	15 Acompañamiento personal
8 Favorecermos una sana autoestima	

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarquero.com 114

Toma de decisiones **Actuaciones desde orientación**

b Pautas de actuación

Desde el centro educativo

- Medidas específicas para cada problemática
- "Cuaderno de reflexión"
- Acompañamiento personal

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarquero.com 115

Toma de decisiones **Actuaciones desde orientación**

b Pautas de actuación

Pautas para las familias

1 Establece un vínculo seguro	9 Ser ejemplo positivo
2 Legitima las emociones	10 Ir creando un locus de control ajustado
3 Formar un vocabulario emocional	11 Sembrar la semilla de la empatía
4 Enseñar a tomar distancia de las emociones	12 Vida saludable
5 Facilita una narrativa	13 Enfrentar los problemas
6 Habla de lo que te preocupa	14 Habilidades sociales
7 Tolerar la frustración	15 Inspirar metas, transmitir valores
8 Aplazar la recompensa	16 Aprender a pedir ayuda

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarquero.com 116

Toma de decisiones **Actuaciones desde orientación**

b Pautas de actuación

Desde la familia

- Medidas específicas para cada problemática
- Asesoramiento y seguimiento

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarquero.com 117

Toma de decisiones **Actuaciones desde orientación**

Procedimiento a seguir por la orientadora

- 1 Recoger información sobre los signos de alerta
- 2 Valoración de los signos de alerta
- 3 Toma de decisiones
 - a Derivar servicios sanitarios
 - b Pautas de actuación

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarquero.com 118

Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas concretas para familias y profesorado

Consideraciones previas	Las emociones	Conceptos clave
Pautas para las familias	Pautas para el centro educativo	Signos de alerta generales
Actuaciones desde orientación	Actuaciones para algunos problemas	Conclusiones

GOBIERNO DE ESPAÑA MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL

Castilla-La Mancha **4Ge** Ciudad-La Mancha

PROGRAMA FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL



Actuaciones para algunos problemas

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas concretas para familias y profesorado

orientaciones para algunos problemas

Problemas emocionales


- Preocupación
- Ansiedad generalizada
- Miedos habituales
- Ansiedad por separación
- Mutismo selectivo
- Depresión
- Riesgo de suicidio

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 121

Preocupación

Preocupación

- Signos de alerta
- Orientaciones para niños y adolescentes
- Orientaciones para las familias
- Orientaciones para el centro educativo



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 122

Signos de alerta

Preocupación

Signos de alerta preocupación

- Ante situaciones a las que hacer frente:
 - Inquietud.
 - Intranquilidad.
 - Miedo.
 - Sensación de amenaza.
 - Se agobia.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 123

Signos de alerta

Preocupación

Signos de alerta preocupación

- Situaciones reales y presentes:
 - Examen.
 - Conocer a alguien.
 - Discusión.
 - Presentar un trabajo.
 - Situación novedosa...

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 124

Signos de alerta

Preocupación

Signos de alerta preocupación

- Situaciones posibles o futuras:
 - Que a los padres les pase algo.
 - Posible enfermedad.
 - Que ocurra una catástrofe.
 - El futuro.
 - "Me agobio sin saber por qué".

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 125

Signos de alerta

Preocupación

Signos de alerta preocupación

- Predomina:
 - Anticiparse a los problemas.
 - Darle muchas vueltas a los problemas: cavilación.
- El malestar es llevadero.
- Sin embargo, sí pueden llevar adelante su vida diaria: estudios, relación con los demás.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 126

Signos de alerta Preocupación

Diferenciar preocupaciones

Problemas concretos

- Examen del viernes.
- Un problema de salud de un familiar.
- Una discusión con un amigo.
- Si la persona que te gusta está interesada.
- La entrevista de trabajo de tu hermano.
- Un trabajo que tienes que presentar.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Competencia JCM. www.jesujarqu.com 127

Signos de alerta Preocupación

Diferenciar preocupaciones

Problemas concretos

- Examen del viernes.
- Un problema de salud de un familiar.
- Una discusión con un amigo.
- Si la persona que te gusta está interesada.
- La entrevista de trabajo de tu hermano.
- Un trabajo que tienes que presentar.

Problemas poco concretos


- Contraer una enfermedad incurable.
- Que haya un terremoto en la ciudad.
- Que a la familia le ocurra algo.
- Si encontraré trabajo en el futuro.
- Perder un amigo.
- Que mi familia se quede sin trabajo.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Competencia JCM. www.jesujarqu.com 128

Signos de alerta Preocupación

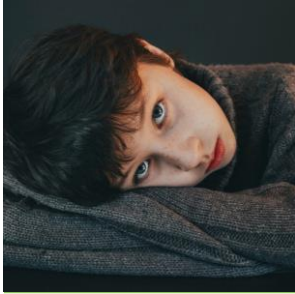
¿Qué es lo que más les preocupa?

1. Que les pase algo a sus padres.
2. Fracaso en los estudios.
3. Decepcionar a sus padres.
4. No tener amigos.
5. Enfermedad.



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Competencia JCM. www.jesujarqu.com 129

Signos de alerta Preocupación



Preocupación

Signos de alerta

Orientaciones para niños y adolescentes

Orientaciones para las familias

Orientaciones para el centro educativo

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Competencia JCM. www.jesujarqu.com 130

Orientaciones para niños y adolescentes Preocupación


Forman parte de nuestra vida



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Competencia JCM. www.jesujarqu.com 131

Orientaciones para niños y adolescentes Preocupación


Las preocupaciones nos ayudan a prestar atención a las cosas importantes.



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Competencia JCM. www.jesujarqu.com 132

Orientaciones para niños y adolescentes Preocupación

Definir qué te preocupa




Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesúsjarque.com 133

Orientaciones para niños y adolescentes Preocupación

Escribir

- ¿Cómo te sientes?
- ¿Por qué estás así?
- ¿Qué te preocupa?
- ¿Qué temas realmente?




Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesúsjarque.com 134

Orientaciones para niños y adolescentes Preocupación

“Lista de preocupaciones”

- Seleccionar todo lo que le preocupa.
- De cada columna elegir max. de 5.
- Elegir una de cada columna.
- Elegir lo que más le preocupa.




Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesúsjarque.com 135

Orientaciones para niños y adolescentes Preocupación

Habla de lo que te preocupa

- Hablar siempre tranquiliza.
- Persona adecuada.
- ¿Tienen los chicos un adulto con quien hablar?

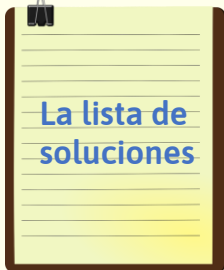


Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesúsjarque.com 136

Orientaciones para niños y adolescentes Preocupación

Frente a preocupaciones concretas


La lista de soluciones



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesúsjarque.com 137

Orientaciones para niños y adolescentes Preocupación

Elegir las soluciones y ponerlas en práctica



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesúsjarque.com 138

Orientaciones para niños y adolescentes **Preocupación**

La lista de soluciones

¿Qué me preocupa?	Tener suspensos

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com 139

Orientaciones para niños y adolescentes **Preocupación**

La lista de soluciones

¿Qué me preocupa?	Tener suspensos
Lista de lo que puedo hacer	<ul style="list-style-type: none"> • Apuntar los deberes • Hacer todos los días los deberes • Estudiar las lecciones • Estar atento en clase • Preguntar los que no sé • Corregir los ejercicios que se hacen en clase

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com 140

Orientaciones para niños y adolescentes **Preocupación**

La lista de soluciones

¿Qué me preocupa?	Tener suspensos
Lista de lo que puedo hacer	<ul style="list-style-type: none"> • Apuntar los deberes • Hacer todos los días los deberes • Estudiar las lecciones • Estar atento en clase • Preguntar los que no sé • Corregir los ejercicios que se hacen en clase
Elijo algunas cosas que voy a hacer	<ul style="list-style-type: none"> • Hacer todos los días los deberes • Estar atento en clase • Estudiar las lecciones

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com 141

Orientaciones para niños y adolescentes **Preocupación**

La lista de soluciones

¿Qué me preocupa?	Tener suspensos
Lista de lo que puedo hacer	<ul style="list-style-type: none"> • Apuntar los deberes • Hacer todos los días los deberes • Estudiar las lecciones • Estar atento en clase • Preguntar los que no sé • Corregir los ejercicios que se hacen en clase
Elijo algunas cosas que voy a hacer	<ul style="list-style-type: none"> • Hacer todos los días los deberes • Estar atento en clase • Estudiar las lecciones
Actúo	Hoy mismo empiezo y me hago un horario de trabajo.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com 142

Orientaciones para niños y adolescentes **Preocupación**

Para las preocupaciones menos concretas

Mostrarlas

- Lo contrario de embotellarlas.
- Reconocerlas.
- Ponerles un nombre.
- Son emociones "razonables".
- Mirarlas con compasión.
- Autoaceptarlas.
- Tratar de razonarlas.


Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com 143



Orientaciones para niños y adolescentes Preocupación

Evitar entrar en el remolino

- Desviar el pensamiento.
- No pensar durante la noche.




Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCMH www.jesujarque.com 145

Orientaciones para niños y adolescentes Preocupación

“La caja fuerte”

- Solo un tiempo determinado.
- El resto, en la “caja fuerte”.



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCMH www.jesujarque.com 146

Orientaciones para niños y adolescentes Preocupación



Técnicas de relajación

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCMH www.jesujarque.com 147

Orientaciones para niños y adolescentes Preocupación



Técnicas de relajación

- Ejercicios de respiración.
- Escuchar música.
- Colorear mandalas.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCMH www.jesujarque.com 148



Casi nunca sucede aquello que tememos

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCMH www.jesujarque.com 149


Orientaciones para niños y adolescentes Preocupación



Aunque tengas preocupaciones... sigue caminando

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCMH www.jesujarque.com 150

Orientaciones para las familias Preocupación



Preocupación

Signos de alerta

Orientaciones para niños y adolescentes

Orientaciones para las familias

Orientaciones para el centro educativo

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 151

Orientaciones para las familias Preocupación

Pautas para las familias

1 Establece un vínculo seguro	9 Ser ejemplo positivo
2 Legitima las emociones	10 Ir creando un locus de control ajustado
3 Formar un vocabulario emocional	11 Sembrar la semilla de la empatía
4 Enseñar a tomar distancia de las emociones	12 Vida saludable
5 Facilita una narrativa	13 Enfrentar los problemas
6 Habla de lo que te preocupa	14 Habilidades sociales
7 Tolerar la frustración	15 Inspirar metas, transmitir valores
8 Aplazar la recompensa	16 Aprender a pedir ayuda

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 152

Orientaciones para las familias Preocupación



Que las preocupaciones no sean un tema tabú

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 153

No angustiarlos innecesariamente



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 154

Orientaciones para las familias Preocupación



Escucharles y ofrecerles apoyo

- Escucha en silencio y con atención.
- Acepta sus sentimientos con una palabra.
- Puede darle un nombre a un sentimiento.
- No juzgar las emociones.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 155

Orientaciones para las familias Preocupación

No entrar en el remolino

Acotar un tiempo para hablar y pensar

Desviar el pensamiento



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 156

Orientaciones para las familias  Preocupación

Ser ejemplo positivo



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 157

Orientaciones para las familias  Preocupación

Practicar la relajación



El botón de pausa: <https://www.youtube.com/watch?v=J2m56TQoZIM>

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 158

Orientaciones para las familias  Preocupación

Folleto para las familias



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 159

Orientaciones para las familias  Preocupación

Garantiza una vida sana

- Sueño
- Alimentación
- Ejercicio físico
- Estrés



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 160

El 90 % de nuestra vida está bien



Orientaciones para las familias  Preocupación

Facilitar el acompañamiento de un adulto sensato



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 162


Orientaciones para las familias Preocupación

Acudir a un especialista



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarqu.com 163

Orientaciones para las familias Preocupación



Preocupación

Signos de alerta

Orientaciones para niños y adolescentes

Orientaciones para las familias

Orientaciones para el centro educativo

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarqu.com 164

Orientaciones para el centro educativo Preocupación

Pautas para el centro educativo

1	Acoso Escolar 0.0	9	Formación del profesorado
2	Favorece la colaboración	10	Facilitar información
3	Ser ejemplo positivo	11	Conocer los signos de alerta
4	Ir formando un vocabulario emocional	12	Organizar la respuesta a los S.A.
5	Favorecer un locus de control ajustado	13	Atender las peticiones de ayuda
6	Educadores, educadoras receptivos	14	Favorecer la reflexión personal
7	Enseñar habilidades sociales	15	Acompañamiento personal
8	Favorecemos una sana autoestima		

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarqu.com 165

Orientaciones para el centro educativo Preocupación

Atender y valorar los signos de alerta



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarqu.com 166

Orientaciones para el centro educativo Preocupación

Enseñar a relajarse



RELAJACIÓN DE LA NUBE
www.noralbienestar.com

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarqu.com 167

Orientaciones para el centro educativo Preocupación

Evitar amenazas cosas generalizadas

“Sois la peor clase”

“Os portáis cada día peor”

“Os voy a bajar un punto la nota”

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarqu.com 168

Orientaciones para el centro educativo Preocupación

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarquero.com 169

Orientaciones para el centro educativo Preocupación

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarquero.com 170

Orientaciones para el centro educativo Preocupación

Acompañamiento personal y cuaderno reflexión

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarquero.com 171

Orientaciones para el centro educativo Preocupación

- Preocupación
- Signos de alerta
- Orientaciones para niños y adolescentes
- Orientaciones para las familias
- Orientaciones para el centro educativo

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarquero.com 172

Orientaciones para algunos problemas

Problemas emocionales

- Preocupación
- Ansiedad generalizada
- Miedos habituales
- Ansiedad por separación
- Mutismo selectivo
- Depresión
- Riesgo de suicidio

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarquero.com 173

Orientaciones para algunos problemas

Ansiedad generalizada

- En qué consiste
- Signos de alerta
- Actuaciones
- Orientaciones para las familias
- Orientaciones para el centro educativo

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarquero.com 174

En qué consiste  Ansiedad generalizada



Miedo o preocupación excesiva

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comenius JCM. www.jesajarquae.com 175

En qué consiste  Ansiedad generalizada



Miedo o preocupación excesiva

Amenaza futura

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comenius JCM. www.jesajarquae.com 176

En qué consiste  Ansiedad generalizada



Miedo o preocupación excesiva

Respuesta anticipatoria

Amenaza futura

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comenius JCM. www.jesajarquae.com 177

En qué consiste  Ansiedad generalizada



Miedo o preocupación excesiva

Respuesta anticipatoria

Amenaza futura

Mantenido en el tiempo 6 meses

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comenius JCM. www.jesajarquae.com 178

En qué consiste  Ansiedad generalizada



Malestar significativo

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comenius JCM. www.jesajarquae.com 179

En qué consiste  Ansiedad generalizada



Malestar significativo

Afecta al funcionamiento en la vida diaria

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comenius JCM. www.jesajarquae.com 180

En qué consiste **Ansiedad generalizada**

En qué consiste

- Miedo o preocupación excesiva.
- Amenaza futura.
- Respuesta anticipatoria.
- Mantenido en el tiempo (6 meses).
- Por diferentes sucesos cotidianos.
- Malestar significativo.
- Afecta a su funcionamiento cotidiano.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesujarque.com 181

En qué consiste **Ansiedad generalizada**



Manifestación somática

- Opresión en el pecho.
- Dificultad para respirar.
- Angustia.
- Fuertes latidos.
- Mareos.
- Molestias estomacales.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesujarque.com 182

En qué consiste **Ansiedad generalizada**

CLASIFICACIÓN DE LOS TRASTORNOS DE ANSIEDAD

- ANSIEDAD GENERALIZADA.
- ANSIEDAD POR SEPARACIÓN.
- FOBIAS ESPECÍFICAS (ANIMALES, PAYASOS, GLOBOS..) FOBIA SOCIAL.
- ANSIEDAD SOCIAL.
- MUTISMO SELECTIVO.
- TRASTORNO DE ANGUSTIA.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesujarque.com 183

En qué consiste **Ansiedad generalizada**

Diferencia

Preocupación

- Inquietud.
- Miedo.
- Desagradable.
- Muchos momentos desaparece.
- Se sobrelleva.
- Deja funcionar en la vida diaria.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesujarque.com 184

En qué consiste **Ansiedad generalizada**

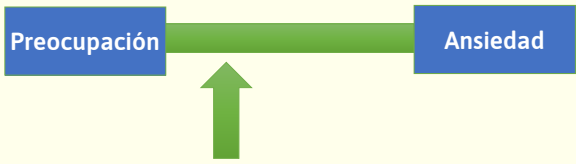
Diferencia

Preocupación	Ansiedad
<ul style="list-style-type: none"> - Inquietud. - Miedo. - Desagradable. - Muchos momentos desaparece. - Se sobrelleva. - Deja funcionar en la vida diaria. 	<ul style="list-style-type: none"> - Inquietud más intensa. - Miedo más intenso. - Preocupación excesiva. - Casi todos los días. - Produce fuerte malestar. - No deja funcionar en la vida diaria.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesujarque.com 185

En qué consiste **Ansiedad generalizada**

Diferencia



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesujarque.com 186

Signos de alerta de ansiedad



- En qué consiste
- Signos de alerta**
- Actuaciones
- Orientaciones para las familias
- Orientaciones para el centro educativo

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesurjarque.com 187

Signos de alerta de ansiedad

- Muestra una tendencia a preocuparse en exceso por diferentes cuestiones: familia, estudios, catástrofes...
- Tendencia a preocuparse de manera anticipada.
- Quejas somáticas: dolores estomacales, cefaleas, dificultad para respirar, opresión en el pecho, latidos muy fuertes...

Signos de alerta de ansiedad

- Se muestra excesivamente miedoso o miedosa ante: multitudes, exámenes, animales, separarse de sus padres, globos...
- Hiperresponsabilidad que le hace pasarlo mal.
- Dificultades para el sueño y/o alimentación.
- La preocupación excesiva le afecta al rendimiento.
- La preocupación excesiva le produce malestar.

Signos de alerta de ansiedad

- Muestra una tendencia a preocuparse en exceso por diferentes cuestiones: familia, estudios, catástrofes...
- Tendencia a preocuparse de manera anticipada.
- Quejas somáticas: dolores estomacales, cefaleas, dificultad para respirar, opresión en el pecho, latidos muy fuertes...
- Se muestra excesivamente miedoso o miedosa ante: multitudes, exámenes, animales, separarse de sus padres, globos...
- Hiperresponsabilidad que le hace pasarlo mal.
- Dificultades para el sueño y/o alimentación.
- La preocupación excesiva le afecta al rendimiento.
- La preocupación excesiva le produce malestar.

Signos de alerta Ansiedad generalizada

Signos de alerta en los cuestionarios

- Preocupación excesiva.
- Quejas somáticas.
- Excesivamente miedoso o miedosa.
- Le asusta y agobia la multitud.
- Se agobia cuando tiene un examen.
- Se agobia cuando tiene que hablar delante de sus compañeros.
- Le cuesta mucho separarse de sus padres.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesurjarque.com 191

Signos de alerta Ansiedad generalizada

Factores asociados

- Acontecimiento vital estresante.
- Tendencia al perfeccionismo.
- Antecedentes familiares.
- Altas expectativas.
- Introversión.
- Dificultades comunicación.
- TEA.



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesurjarque.com 192

Actuaciones **Ansiedad generalizada**




Ansiedad generalizada

- En qué consiste
- Signos de alerta
- Actuaciones**
- Orientaciones para las familias
- Orientaciones para el centro educativo

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 193

Actuaciones **Ansiedad generalizada**




¿Qué hacer? Ante la duda...

Consultar Comunicar

- Orientador**
- Familia**

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 194

Actuaciones **Ansiedad generalizada**




Instrumentos para valorar

- SENA.
- SCAD.
- Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo en niños (STAI-C) (9 - 15 años)
- Entrevista alumnado.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 195

Actuaciones **Ansiedad generalizada**




Criterios para derivar por especialista

- Señales de alerta.
- Síntomas compatibles.
- Supera puntuaciones de corte.
- Malestar significativo.
- Afecta a su funcionamiento cotidiano.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 196

Actuaciones **Ansiedad generalizada**



Síntomas compatibles

- Miedo o preocupación excesiva.
- La mayoría de los días.
- Malestar significativo:
 - Dificultad para controlar.
 - Síntomas somáticos.
- Afecta a su funcionamiento cotidiano:
 - Estudios.
 - Social y familiar.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 197

Actuaciones **Ansiedad generalizada**



Ansiedad generalizada

- En qué consiste
- Signos de alerta
- Actuaciones
- Orientaciones para las familias**
- Orientaciones para el centro educativo**

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 198

Orientaciones para la familia **Ansiedad generalizada**



Sigue las recomendaciones clínicas

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesurjque.com 199

Orientaciones para la familia **Ansiedad generalizada**



Explícale lo que es la ansiedad

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesurjque.com 200

Orientaciones para la familia **Ansiedad generalizada**



Legítima sus emociones

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesurjque.com 201

facilitar una narrativa



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesurjque.com

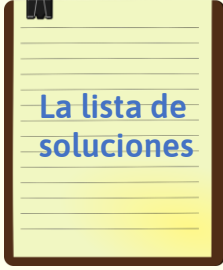
Orientaciones para la familia **Ansiedad generalizada**



Utiliza historias sociales

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesurjque.com 203

Orientaciones para la familia **Ansiedad generalizada**



Focaliza el problema y ayúdale a encontrar soluciones

La lista de soluciones

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesurjque.com 204

Orientaciones para la familia **Ansiedad generalizada**

Usa estrategias de anticipación

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesjuarque.com 205

Orientaciones para la familia **Ansiedad generalizada**

Mantener una rutina

HORARIO DE LA TARDE								
	14-15	15-16	16-17	17-18	18-19	19-20	20-21	21-22
Lunes	comida	Tiempo libre	Fútbol	Merienda	Estudio	Jugar	Baño	T.L. Cama
Martes	comida	Tiempo libre	Parque	Merienda	Estudio	Jugar	Baño	T.L. Cama
Miércoles	comida	Tiempo libre	Fútbol	Merienda	Estudio	Jugar	Baño	T.L. Cama
Jueves	comida	Tiempo libre	Parque	Merienda	Estudio	Jugar	Baño	T.L. Cama
Viernes	comida	Tiempo libre	Fútbol	Merienda	Estudio	Jugar	Baño	T.L. Cama
Sábado	comida	Tiempo libre						
Domingo	De 11 a 12:30 Estudio						Baño	T.L. Cama

Encuentra más material en www.fenlogita.com

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesjuarque.com 206

Orientaciones para la familia **Ansiedad generalizada**

Evita: Cavilar Embotellar

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesjuarque.com 207

Orientaciones para la familia **Ansiedad generalizada**

Ayúdale a redefinir los pensamientos

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesjuarque.com 208

Orientaciones para la familia **Ansiedad generalizada**

Practica la relajación

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesjuarque.com 209

Orientaciones para la familia **Ansiedad generalizada**

Vida saludable

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesjuarque.com 210

Orientaciones para algunos problemas

Ansiedad generalizada

- En qué consiste
- Signos de alerta
- Actuaciones
- Orientaciones para las familias
- Orientaciones para el centro educativo



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 211

Orientaciones para el centro educativo

Ansiedad generalizada

Mostrar comprensión y apoyo




Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 212

Orientaciones para el centro educativo

Ansiedad generalizada

Establecer un protocolo de actuación

- Avisar en el comienzo de un episodio
- Salir acompañado
- Acudir a un espacio para tranquilizarse
- Avisar a la familia



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 213

Orientaciones para el centro educativo

Ansiedad generalizada



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 214

Orientaciones para el centro educativo

Ansiedad generalizada

Anticipar



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 215

Orientaciones para el centro educativo


Ansiedad generalizada

Favorecer la reflexión personal



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 216

Orientaciones para el centro educativo **Ansiedad generalizada**



Acompañamiento personal

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 217

Orientaciones para el centro educativo **Ansiedad generalizada**



Sigue las recomendaciones clínicas

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 218

Orientaciones para algunos problemas



Ansiedad generalizada

- En qué consiste
- Signos de alerta
- Actuaciones
- Orientaciones para las familias
- Orientaciones para el centro educativo

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 219


Orientaciones para algunos problemas

Problemas emocionales

- Preocupación
- Ansiedad generalizada
- Miedos habituales
- Ansiedad por separación
- Mutismo selectivo
- Depresión
- Riesgo de suicidio

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 220

Orientaciones para algunos problemas



Miedos habituales

- Ideas clave sobre el miedo en la infancia
- Miedo y fobia
- Signos de alerta
- Medidas preventivas generales
- Algunos miedos habituales

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 221

Ideas clave **Miedos habituales**



Ideas clave sobre el miedo en la infancia

- Es una emoción básica.
- Desagradable.
- Involuntaria.
- Habitual en la infancia.
- No es patológico.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 222

Ideas clave Miedos habituales



Emoción de supervivencia

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 223

Ideas clave Miedos habituales

Miedos frecuentes según edad

Menor de un año	<ul style="list-style-type: none"> • Soledad. • Exposición a ruidos.
2-3 Años	<ul style="list-style-type: none"> • Contacto con extraños. • Separación de sus progenitores.
2-5 Años	<ul style="list-style-type: none"> • Oscuridad. • Fenómenos naturales: tormentas, inundaciones, terremotos...
5-10 Años	<ul style="list-style-type: none"> • Animales amenazantes, monstruos, fantasmas. • Muerte de familiares o propia
12 en adelante	<ul style="list-style-type: none"> • Exposición social. • Rechazo iguales. • Exámenes, deportes...

Manual de Salud mental Infanto-Juvenil Servicio Canario de Salud Pág. 15

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 224

Ideas clave Miedos habituales

¿Qué favorece el miedo?

- Padres con tendencia a la angustia y temerosos.
- Dificultad distinguir fantasía y realidad.
- Estar expuestos a estímulos.
- Acontecimientos y noticias.
- Reacciones inadecuadas de la familia:
 - No prestar atención.
 - Quitar importancia.
 - Ridiculizar.
 - Reprender.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 225

Ideas clave Opciones para algunos problemas




Miedos habituales

- Ideas clave sobre el miedo en la infancia
- Miedo y fobia
- Signos de alerta
- Medidas preventivas generales
- Algunos miedos habituales

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 226

Miedo y fobia Miedos habituales



Fobia

- Temor – miedo:
 - Intenso.
 - Persistente.
 - Compulsivo.
- Se identifica lo que produce temor.
- Interfiere en la vida diaria:
 - Ocio.
 - Viajes.
- Malestar significativo.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 227

Miedo y fobia Miedos habituales

Fobias

- Arañas, ratas, perros...
- Agujas.
- Dentista.
- Volar.
- Lugares cerrados.
- Multitud.
- Payasos.
- Globos.
- Escuela...

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 228

Miedo y fobia Miedos habituales

Diferencia

Miedo

- Emoción, momentánea.
- Desagradable.
- El temor puede ser difuso.
- No afecta funcionamiento en vida diaria.
- No produce malestar significativo.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 229

Miedo y fobia Miedos habituales

Diferencia

Miedo

- Emoción, momentánea.
- Desagradable.
- El temor puede ser difuso.
- No afecta funcionamiento en vida diaria.
- No produce malestar significativo.

Fobia

- Irrracional.
- Mayor intensidad.
- Desproporcionada a la situación.
- Afecta al funcionamiento vida diaria.
- Malestar significativo.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 230

iones para algunos problemas



Miedos habituales

- Ideas clave sobre el miedo en la infancia
- Miedo y fobia
- Signos de alerta
- Medidas preventivas generales
- Algunos miedos habituales

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 231

Signos de alerta Miedos habituales

Signos de alerta de una fobia

- Se identifica claramente qué es lo que produce la fobia.
- Miedo intenso e incontrolable.
- Se intensifica si se aproxima a la situación.
- Puede estar asociado un acontecimiento estresante.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 232

Signos de alerta Miedos habituales

Signos de alerta de una fobia

- Afecta al funcionamiento personal y familiar.
- Fracaso de las pautas de actuación o dificultad.
- Durante 3 o más semanas.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 233

Signos de alerta Miedos habituales

Signos de alerta de una fobia

- Se identifica claramente qué es lo que produce la fobia.
- Miedo intenso e incontrolable.
- Se intensifica si se aproxima a la situación.
- Puede estar asociado un acontecimiento estresante.
- Afecta al funcionamiento personal y familiar.
- Fracaso de las pautas de actuación o dificultad.
- Durante 3 o más semanas.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 234

Medidas preventivas generales Miedos habituales




Miedos habituales

- Ideas clave sobre el miedo en la infancia
- Miedo y fobia
- Signos de alerta
- Medidas preventivas generales
- Algunos miedos habituales

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 235

Medidas preventivas generales Miedos habituales



Medidas preventivas generales (familia)

- Distinguir entre realidad y fantasía.
- Ser modelo positivo.
- Cuidar lo que ven y lo que escuchan.
- Reaccionar adecuadamente.

El objetivo es enseñarles a afrontarlo

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 236

Medidas preventivas generales Miedos habituales



Supervisar lo que ven y lo que escuchan

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 237

Medidas preventivas generales Miedos habituales



Más medidas preventivas

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 238



*A tu hijo:
atender,
comprender,
apoyar*



*A tu hijo:
atender,
comprender,
apoyar*

Ofrecer información



iones para algunos problemas

Miedos habituales

- Ideas clave sobre el miedo en la infancia
- Miedo y fobia
- Signos de alerta
- Medidas preventivas generales
- Algunos miedos habituales

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com 242

Miedos habituales

¿Qué miedos vamos a ver?

- Miedo a los globos
- Miedo a la oscuridad
- Miedo a los animales
- Exámenes

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com 243

1

A Irene tiene 5 años y no le gusta ir a los cumpleaños.

Cuando ha sido invitada suele poner excusas para no ir y una vez allí, trata de salir de la sala.

Su madre se ha dado cuenta que le dan mucho miedo los globos.

Si los globos explotan o hay posibilidad de que lo hagan, se pone a llorar de manera incontrolada.

Podíamos decir que Irene tiene una fobia a los globos.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com 244

2

Los intentos de razonar con ella del tipo "no pasa nada", no han sido efectivos.

Los padres cambiaron de estrategia:

- Se mostraron comprensivos con su temor.
- Le explicaron lo que ella sentía al ir a un cumpleaños o una fiesta donde hubiera globos.
- También le explicaron cómo se podían sentir sus amigos si no iba a los cumpleaños.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com 245

3

Para tratar de superar el miedo a los globos hicieron lo siguiente:

- Le explicaron cómo funciona un globo y por qué explota.
- Le enseñaron globos vacíos para que los tocara.
- Jugaron a inflar muy poquito los globos y hacer diferentes cosas con ellos: pedorretas; desinflarlos y lanzarlos al aire.
- Visionaron algunos videos de fiestas donde hay globos y explotaban.
- Fueron poco a poco asistiendo a los cumpleaños, pero al principio, cuando había riesgo de que los globos se explotaran, salían del lugar.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com 246

Miedos habituales

¿Qué miedos vamos a ver?

- Miedo a los globos
- Miedo a la oscuridad
- Miedo a los animales
- Exámenes

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Competencia IJCM. www.jesujarquero.com 247

Miedo a la oscuridad

Miedo a la oscuridad

- Frecuente de 2 a 5 años.
- Miedo a dormir con la luz apagada.
- Miedo a dormir solo.
- Diferenciar realidad-fantasia.
- Separarse de sus padres.
- Dificultad anticipar lo que vendrá el día.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Competencia IJCM. www.jesujarquero.com 248

Miedo a la oscuridad

Signos de alerta miedo a la oscuridad

- Miedo intenso e incontrolable.
- A la oscuridad, no solo cuando se está en la cama.
- No puede ir a estancias de la casa solo o sola.
- Afecta al funcionamiento personal y familiar.
- Fracaso de las pautas de actuación o dificultad.
- Puede estar asociado un acontecimiento estresante.
- Durante 3 o más semanas.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Competencia IJCM. www.jesujarquero.com 249

Miedo a la oscuridad

Pautas de actuación para la familia

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Competencia IJCM. www.jesujarquero.com 250

Miedo a la oscuridad

Pautas de actuación para la familia

Mostrar comprensión

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Competencia IJCM. www.jesujarquero.com 251

Miedo a la oscuridad

Pautas de actuación para la familia

Mostrar comprensión

Evitar exponer a imágenes y conversaciones

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Competencia IJCM. www.jesujarquero.com 252

Miedo a la oscuridad Miedos habituales

Pautas de actuación para la familia

- Evitar la sobreprotección
- Evitar usarlo como amenaza

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 253

Miedo a la oscuridad Miedos habituales

Pautas de actuación para la familia

- Informar qué ocurre en la oscuridad y en la noche
- Estar en la oscuridad y qué se siente
- Exponerlo progresivamente a la oscuridad

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 254

Miedo a la oscuridad Miedos habituales

Pautas de actuación para la familia

- Juegos en la oscuridad
- Rutina a la hora de dormir
- Iluminación tenue de la habitación

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 255

Miedo a la oscuridad Miedos habituales



Dampa, el oso panda que venció el miedo a la oscuridad

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 256

Miedo a la oscuridad Miedos habituales

¿Cuándo derivar al especialista?

- Si se dan los signos de alerta.
- Las pautas fracasan en 3 semanas.
- Afecta al funcionamiento en vida diaria.
- Hay asociado un acontecimiento vital estresante

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 257

Miedos habituales

¿Qué miedos vamos a ver?

- Miedo a los globos
- Miedo a la oscuridad
- Miedo a los animales
- Exámenes

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 258

1 Julio tiene 9 años y tiene miedo a los perros.

Si se encuentra uno de ellos no puede controlar el miedo y puede cruzar la calle sin mirar y poniéndose en peligro.

Aunque los dueños suelen avisarle: "no hace nada", eso no le ayuda.

Siendo mucho más pequeño un perro lo tiró al suelo.

Los padres tienen unos amigos con un chalet y han tenido que dejar de visitarlos por que su hijo se llega a negar a bajar del coche.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesurjorque.com 259

2 Los intentos de quitarle importancia, de burlarse de su miedo o exponerlo directamente a los perros de sus amigos, no fueron efectivos.

Entonces cambiaron en su forma de actuar:

- Se mostraron comprensivos con el miedo.
- Fueron comprensivos con la involuntariedad del miedo.
- Apoyaron en el deseo de superar ese miedo de una manera más aceptable.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesurjorque.com 260

3 Más cosas:

- Ofrecieron información sobre los perros y sobre las señales de su cuerpo: "movimientos de la cola", posición orejas...
- Fueron viendo imágenes de diferentes razas de perros.
- Vieron algún documental sobre el adiestramiento de perro y video sobre perros.
- Tuvo contacto con pequeños cachorros, a los que podía tomar en brazos.
- Comenzó a ver los perros de sus vecinos desde el coche.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesurjorque.com 261

Miedos habituales

¿Qué miedos vamos a ver?

- Miedo a los globos
- Miedo a la oscuridad
- Miedo a los animales
- Exámenes

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesurjorque.com 262

Miedo a los exámenes

Miedos habituales

Previo al examen

Miedo intenso e incontrolable

Durante el examen

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesurjorque.com 263

Miedo a los exámenes

Miedos habituales

Manifestaciones

- Nerviosismo, preocupación,
- miedo,
- Alteración del sueño.
- Quejas somáticas.
- Afectación en rendimiento.
- Malestar significativo.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesurjorque.com 264

Miedo a los exámenes

Miedos habituales



Factores asociados

- Alto nivel de exigencia.
- Expectativas de los padres.
- Miedo a defraudar.
- Falta de confianza.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pasos para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 265

Miedo a los exámenes

Miedos habituales




Factores asociados

- Trastornos neurodesarrollo:
 - Dislexia
 - TDAH
 - TANV
 - TEA, Grado 1
- Barreras para el aprendizaje.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pasos para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 266

Miedo a los exámenes

Miedos habituales




Medidas de intervención

- Hacia el miedo:
 - Comprensión.
 - Apoyo.
 - Evitar embotellar.
- Modificar actitudes de los padres.
 - Expectativas realistas.
 - Nivel de exigencia.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pasos para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 267

Miedo a los exámenes

Miedos habituales



Medidas con el alumno

- Reestructuración cognitiva
 - El propio nivel de exigencia.
 - Confrontar con sus resultados.
 - La probabilidad.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pasos para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 268

Miedo a los exámenes

Miedos habituales



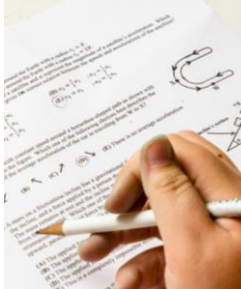
Medidas con el alumno

- Antes de los exámenes.
 - Estrategias de relajación.
 - Visualizar la situación.
 - "Caja fuerte"
 - Autoinstrucciones.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pasos para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 269

Miedo a los exámenes

Miedos habituales



Durante el examen


- Leer preguntas con atención.
- Responder primero.
- Hacer un esquema.
- Repasar antes de entregar.
- Corregir los errores posteriores.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pasos para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 270

Miedo a los exámenes

Miedos habituales

Adaptar los exámenes al alumnado con dificultades



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 271

Miedos habituales

¿Qué miedos vamos a ver?

- Miedo a los globos
- Miedo a la oscuridad
- Miedo a los animales
- Exámenes

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 272

soluciones para algunos problemas



Miedos habituales

- Ideas clave sobre el miedo en la infancia
- Miedo y fobia
- Signos de alerta
- Medidas preventivas generales
- Algunos miedos habituales

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 273


soluciones para algunos problemas

Problemas emocionales

- Preocupación
- Ansiedad generalizada
- Miedos habituales
- Ansiedad por separación
- Mutismo selectivo
- Depresión
- Riesgo de suicidio

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 274

soluciones para algunos problemas



Ansiedad por separación

- En qué consiste
- Signos de alerta
- Factores asociados
- Pautas de intervención
- Cuándo derivar al especialista

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 275

En qué consiste

Ansiedad por separación

En qué consiste

Miedo y angustia cuando se tiene que separar de las figuras de apego. (la mamá)

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesujarque.com 276

En qué consiste Ansiedad por separación

Manifestaciones

- Miedo y angustia
- Necesita saber dónde están y estar en contacto con ellas.
- Que les pueda pasar algo.
- No quiere ir a la escuela, a casa de un amigo.
- Se van a la cama de sus padres.
- Pesadillas sobre la separación o problemas a las figuras apego.
- Quejas físicas.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comenius JCM. www.jesurque.com 277

Signos de alerta ansiedad por separación

- Miedo intenso e incontrolable a separarse de las figuras de apego.
- La angustia aparece cuando va a separarse o ya separados.
- Preguntas con angustia sobre su paradero.
- No quiere ir al colegio.
- No suele quedarse con otras personas.
- Hay pesadillas con este contenido.
- Hay quejas físicas cuando se produce la separación.

Signos de alerta ansiedad por separación

- Puede haber A. Vitales estresantes asociados.
- Duración más de 3 – 4 semanas.
- Malestar clínicamente significativo.
- Afecta al funcionamiento del niño o de la familia.

Signos de alerta ansiedad por separación

- Miedo intenso e incontrolable a separarse de las figuras de apego.
- La angustia aparece cuando va a separarse o ya separados.
- Preguntas con angustia sobre su paradero.
- No quiere ir al colegio.
- No suele quedarse con otras personas.
- Hay pesadillas con este contenido.
- Hay quejas físicas cuando se produce la separación.
- Hay A. Vitales estresantes asociados.
- Duración más de 3 – 4 semanas.
- Malestar clínicamente significativo.
- Afecta al funcionamiento del niño o de la familia.

Factores asociados Ansiedad por separación



Factores asociados

- Sobreprotección.
- Ansiedad de los padres al separarse.
- Niños exigentes.
- Acontecimientos vitales.
- Pequeños incidentes:
 - No ir a recogerlo al colegio,
 - Amenazas de abandono.
 - Se cedió alguna vez a sus demandas.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comenius JCM. www.jesurque.com 281

Pautas para algunos problemas




Ansiedad por separación

- En qué consiste
- Signos de alerta
- Factores asociados
- Pautas de intervención**
- Cuándo derivar al especialista

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Comenius JCM. www.jesurque.com 282

Pautas de intervención **Ansiedad por separación**



Pautas actuación familias preventivas

- Evitar sobreprotección.
- Evitar padres temerosos.
- Evitar amenazas de separación y abandono.
- Anticipar días de colegio y no colegio.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesajarqu.com 283

Pautas de intervención **Ansiedad por separación**



L	M	Mi	J	V	S	D

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesajarqu.com 284

Pautas de intervención **Ansiedad por separación**



- Mostrar comprensión
- Ofrecer una narrativa
- No pedir permiso
- Salir con seguridad y sin culpabilidad

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesajarqu.com 285

Pautas de intervención **Ansiedad por separación**



- No cambiar la decisión
- Responder a sus preguntas hasta un límite
- Reforzar los avances

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesajarqu.com 286

Pautas de intervención **Ansiedad por separación**



Pautas actuación familias

- Mostrar comprensión.
- Dar una narrativa.
- No pedir permiso.
- Salir con seguridad y sin culpabilidad.
- No cambiéis la decisión.
- Responder a sus preguntas hasta un límite.
- Refuerza los avances.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesajarqu.com 287

Pautas de intervención **Ansiedad por separación**



Pautas actuación colegio

- Comprensión con el niño.
- No prolongar el momento de la separación.
- Fotografías.
- Informar de que se queda tranquilo.
- Cuentos: "La lobita bita".

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesajarqu.com 288

Pautas de intervención **Ansiedad por separación**

Cuento
La lobita bita



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 289

Pautas de intervención **Ansiedad por separación**

Cuando derivar especialista

- **Valoración previa:**
 - Otros signos de alerta emocionales.
 - Actitud de los progenitores.
- **Presencia de signos de alerta.**
- **Fracaso de las pautas:**
 - 3 semanas.
 - No se pueden llevar a cabo

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 290

Pautas de intervención **Ansiedad por separación**

- Asociado a un acontecimiento vital estresante.
- Malestar significativo.
- Afectación en el funcionamiento de la vida diaria.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 291

iones para algunos problemas

Ansiedad por separación

- En qué consiste
- Signos de alerta
- Factores asociados
- Pautas de intervención
- Cuándo derivar al especialista

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 292

Problemas emocionales

- Preocupación
- Ansiedad generalizada
- Miedos habituales
- Ansiedad por separación
- Mutismo selectivo**
- Depresión
- Riesgo de suicidio

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 293

iones para algunos problemas

Mutismo selectivo

- En qué consiste
- Factores Asociados
- Signos de alerta
- Pautas de intervención
- Cuándo derivar al especialista

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 294

En qué consiste Mutismo selectivo



<https://youtu.be/OqFjnBjH8gk>

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesurjque.com 295

En qué consiste Mutismo selectivo

Diferencia

Timidez	Mutismo
<ul style="list-style-type: none"> - Situaciones sociales novedosas. - Habla cuando es necesario. - Mejora cuando gana en confianza. - No hay un malestar significativo. - No interfiere el funcionamiento escuela. 	<ul style="list-style-type: none"> - En determinados contextos. - No habla prácticamente nada. - No mejora con la confianza o es lenta. - Malestar significativo: más angustia. - Mayor interferencia en vida diaria

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesurjque.com 296

Factores asociados Mutismo selectivo



Factores asociados

- Tendencia excesiva a tener miedos no justificados.
- Acontecimiento vital estresante.
- Apego ambivalente:
 - dependencia y hostil.
 - padre ausente o despreocupado.


Factores asociados Mutismo selectivo



Factores asociados

- Dificultades para separarse de sus padres.
- Perfeccionismo y necesidad de control.
- Acontecimiento Vital Estresante.
- Posibles problemas integración sensorial.

En qué consiste Mutismo selectivo



Factores que lo refuerzan

- El entorno se acomoda.
- La familia etiqueta: es tímido.
- La familia pregunta excesivamente si ha hablado.
- Familia con pocos contactos sociales.
- Problema de lenguaje.


Signos de alerta Mutismo selectivo

Signos de alerta mutismo selectivo

- No habla en el colegio, pero sabemos que habla.
- Los padres demuestran que habla fuera del colegio.
- Se le etiqueta como tímido.
- No hay mejoras significativas con el tiempo.
- Asociado un A. Vital Estresante.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesurjque.com 300

Pautas de actuación Mutismo selectivo




Pautas actuación familias

- Favorecer vínculo seguro.
- Aumentar autonomía.
- Comprensión.
- Favorecer contactos sociales:
 - Ir al parque.
 - Cumpleaños.
- Facilitar habilidades sociales.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesajarque.com 301

Pautas de actuación Mutismo selectivo



- No presionarle para hablar.
- No preguntar si ha hablado.
- No etiquetar.
- No justificar ante los otros.
- Invitar a otros niños a casa.
- Realizar juegos de simulación.
- Acompañar al parque.


Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesajarque.com 302

Pautas de actuación Mutismo selectivo



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesajarque.com 303

Pautas de actuación Mutismo selectivo




Pautas actuación colegio

- Clima de seguridad y respeto.
- Tenerlo en cuenta en las actividades.
- No presionar.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesajarque.com 304


Pautas de actuación Mutismo selectivo



- Asignarle un cargo.
- Colocarlo con un compañero a fin.
- Comunicación progresiva:
 - Sí, no.
 - Gestos o carteles.
 - Decir a otro niños.
 - Acercarse a la mesa.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesajarque.com 305

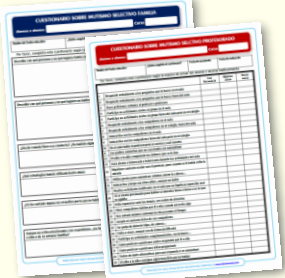
Pautas de actuación Mutismo selectivo



- Juegos de mesa.
- Actividades sin habla:
 - Mímica...
 - Habla con caretas.
- Dé avisos a otros niños.
- Cuentos.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesajarque.com 306

¿Cuándo derivar al especialista? Mutismo selectivo




Valoración

- Entrevista con la familia.
- Entrevista con la tutora.
- Observación del alumno.
- Cuestionarios.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 307

¿Cuándo derivar al especialista? Mutismo selectivo



Cuando derivar especialista

- Signos de alerta.
- Sintomatología.
- Las pautas fracasan o no se pueden llevar a cabo.
- Asociado un A Vital Estresante.
- Afectan a su funcionamiento diario.


Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 308

¿Cuándo derivar al especialista? Mutismo selectivo



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 309

¿Cuándo derivar al especialista? Mutismo selectivo




¿Cuándo derivar al especialista?

- Mutismo selectivo
- En qué consiste
- Signos de alerta
- Factores asociados
- Pautas de intervención
- Cuándo derivar al especialista

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 310

¿Cuándo derivar al especialista? Problemas emocionales



- Preocupación
- Ansiedad generalizada
- Miedos habituales
- Ansiedad por separación
- Mutismo selectivo
- Depresión
- Riesgo de suicidio

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 311

¿Cuándo derivar al especialista? Día Mundial de la Lucha contra la Depresión



Día Mundial de la Lucha contra la Depresión

Cómo identificar los primeros síntomas de depresión: "No fui capaz de buscar ayuda antes y eso me pasó factura"

«Mucha gente todavía cree que la depresión es simplemente estar triste y nada más lejos de la realidad»

El 10% de los adolescentes españoles presentan síntomas de depresión, según un estudio de UNICEF GETTY IMAGES

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarquero.com 312

Sintomas Depresión

Síntomas diana

Ánimo triste persistente o irritabilidad

Pérdida de interés por actividades que resultaban placenteras

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesjarque.com 313

Sintomas Depresión

Malestar significativo

Deterioro funcionamiento diario

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesjarque.com 314

Sintomas Depresión

Otros síntomas

- Pérdida de energía y/o iniciativa.
- Aislamiento.
- Angustia/ansiedad.
- Inhibición.
- Pensamientos negativos y cavilaciones:
 - Culpabilidad.
 - Minusvaloración.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesjarque.com 315

Sintomas Depresión

Otros síntomas

- Disminución de la concentración.
- Síntomas somáticos:
 - apetito,
 - sueño,
 - fatiga,
 - somatizaciones...
- Ideas de muerte.
- Ocasionalmente, conductas autolíticas y suicidas.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesjarque.com 316

Sintomas Depresión

Diferencia

Tristeza	Depresión
<ul style="list-style-type: none"> - Emoción. - Más pasajero. - Hay una causa que se identifica. - No precisa terapia. - No afecta al funcionamiento diario. 	<ul style="list-style-type: none"> - Es un Trastorno. - Emociones y sentimientos. - Duradero en el tiempo. - Causa más difusa. - Puede ser causa biológica. - Afectación en el funcionamiento diario. - La tristeza es un componente más.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesjarque.com 317

Sintomas Depresión

Trastornos depresivos en la infancia

- Trastorno depresivo mayor
- Trastorno depresivo persistente (Distimia)
- Trastorno de disregulación disruptiva del estado de ánimo
- Trastorno depresivo inducido por sustancias/medicamentos
- Trastorno depresivo debido a afección médica

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesjarque.com 318

Signos de alerta depresión hasta 8 años

- Llanto inmotivado.
- Irritabilidad.
- Rabietas frecuentes e intensas.
- Quejas somáticas inespecíficas.
- Pérdida de interés por los juegos o juguetes.
- Cansancio.
- Incremento de la actividad motora.
- Inhibición.
- No alcanza el peso apropiado a su edad
- Problemas de sueño
- Fobia escolar.
- Ansiedad por separación
- Enuresis o encopresis.

Signos de alerta depresión 8 - 12/13 años

- Tristeza más o menos persistente.
- Llanto más diferenciado.
- Irritabilidad incluso con agresividad.
- Anhedonia, apatía o aburrimiento.
- Aislamiento progresivo.
- Comportamientos regresivos.
- Intentos autolíticos poco estructurados/planificados
- Ideas de muerte.
- Baja autoestima.
- Ideas de culpa o de infravaloración.
- Disminución de la concentración.
- Cefaleas, dolor abdominal,
- Trastornos del control de esfínteres,
- Trastornos del sueño (despertar precoz, pesadillas)
- Alteraciones del apetito.


Signos de alerta depresión adolescencia

- Tristeza persistente, llanto, anhedonia.
- Apatía o aburrimiento.
- Aislamiento progresivo.
- Bajo rendimiento académico.
- Abandono del autocuidado.
- Retraimiento social progresivo.
- Intentos autolíticos poco estructurados.
- Ideas de muerte.

Signos de alerta depresión adolescencia

- Autorreproches.
- Sentimientos de no ser aceptado por el grupo.
- Sentimientos de culpa o de infravaloración.
- Preocupación por la propia imagen.
- Disminución de la concentración.
- Trastornos del sueño (despertar precoz, pesadillas)
- Alteraciones del apetito.

Guías para algunos problemas



- Depresión
- Síntomas
- Signos de alerta
- Pautas de intervención


Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesjuarque.com 323

Pautas de intervención

Depresión


Qué hacer

- **Familias:**
 - consultar colegio o IES.
 - Pediatra.
 - Gabinete privado.
- **Colegio:** comentar al responsable.
- **Orientador:** valora S. Alerta.



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesjuarque.com 324

Pautas de intervención Depresión



Entrevistas Familias – profesorado – alumnado

- Signos de alerta y síntomas.
- Posibles causas y f. riesgo.
- Valorar malestar que produce.
- Valorar afectación en el funcionamiento de la vida diaria.
- Autolesiones.
- Ideación suicida.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesjarque.com 325


Pautas de intervención Depresión

Instrumentos



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesjarque.com 326

Pautas de intervención Depresión



Cuando derivar especialista

- Ideación suicida.
- Conductas autolíticas.
- Signos de alerta:
 - Intensidad
 - Duración en el tiempo
- Síntomas.
- Puntuaciones de corte en test.
- Asociado un A vital Estresante.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesjarque.com 327

Pautas de intervención Depresión

**Factores
de
protección**

- Disponer de una red apoyo estable (buena).
- Buena relación con la familia: apego seguro.
- Disponer de habilidades sociales.
- Estrategias de afrontamiento flexibles.
- Vida saludable.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesjarque.com 328

Pautas de intervención Depresión

**Factores
de
protección**

- Creencias religiosas.
- Disponer de metas y objetivos.
- Buena gestión de emociones.
- Disponer de una persona con quien hablar.
- Saber pedir ayuda.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesjarque.com 329


Pautas de intervención Depresión



Pautas actuación familias

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesjarque.com 330


Pautas de intervención Depresión



- Apoyo y comprensión.
- Legitimar las emociones.
- Hablar.
- Actividades saludables.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesusarque.com 331

Pautas de intervención Depresión



- Pautas de sueño.
- Medidas preventivas.
- Supervisar.
- Psicoterapia.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesusarque.com 332


Pautas de intervención Depresión



Seguir las indicaciones clínicas

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesusarque.com 333

Pautas de intervención Depresión



Pautas actuación centro educativo

- Comprensión y apoyo.
- Extremar las Supervisión si riesgo.
- Facilitar su integración en el grupo.
- Medidas individualizadas.
- Acompañamiento personal.
- El cuaderno de reflexión.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesusarque.com 334


iones para algunos problemas



- Depresión
- Síntomas
- Signos de alerta
- Pautas de intervención

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesusarque.com 335

iones para algunos problemas



- Preocupación
- Ansiedad generalizada
- Miedos habituales
- Ansiedad por separación
- Mutismo selectivo
- Depresión
- Riesgo de suicidio

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesusarque.com 336



Ideas clave Riesgo de suicidio

Algunos datos

- 800.000 muertes anuales en el mundo. (OMS)
- 2ª causa de muerte en España 15 a 29 años (INE)
- CLM 7,3/100.000 habitantes (2017) F.E. Prevención del Suicidio.
- Es poco frecuente antes de los 15 años

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 338

Ideas clave Riesgo de suicidio

¿Qué es?

- Es una manera deliberada de poner fin a la vida.
- El objetivo del suicidio es dejar de sufrir.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 339

Ideas clave Riesgo de suicidio

Ideación suicida

La idea suicida consciente en el pensamiento de acabar con la propia existencia

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 340

Ideas clave Riesgo de suicidio

Comunicación suicida

Acto dirigido hacia otras personas en que el sujeto transmite pensamientos, deseos e intencionalidad de acabar con la propia vida.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 341

Ideas clave Riesgo de suicidio


Conducta suicida

Conducta lesiva y autoinfligida en la que hay evidencia de que:

- Desea usar la aparente intencionalidad de morir con alguna finalidad.
- La persona presenta algún grado, determinado o no, de intencionalidad suicida.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesujarque.com 342

Ideas clave Riesgo de suicidio



Mitos e ideas falsas

- "Hablar del suicidio incita a ello".
- "Quien realmente se quiere suicidar, no lo cuenta."
- "Solo las personas con graves problemas se suicidan."
- "Las personas que lo hacen tienen un trastorno mental."
- "Cuando una depresión grave mejora, ya no hay riesgo."

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesujarque.com 343

iones para algunos problemas



- Riesgo de suicidio**
- Ideas clave
- Factores de riesgo
- Signos de alerta
- Valoración
- Pautas de intervención

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesujarque.com 344

Factores de riesgo Riesgo de suicidio

Factores de riesgo familiares

- Antecedentes familiares de suicidio.
- Historia de abuso de sustancia en la familia.
- Psicopatologías de los padres.
- Violencia en el entorno familiar.
- Altos niveles de exigencia.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesujarque.com 345

Factores de riesgo Riesgo de suicidio

Factores de riesgo personales

- Ausencia o pérdida de la red de iguales.
- Acontecimientos vitales negativos:
 - Muerte de personas queridas,
 - Fracaso sentimental en la adolescencia.
- Redes sociales (Ciberacoso).
- Retos virales en redes sociales.
- Falta de apego social.
- Acceso a productos o artículos letales.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesujarque.com 346

Factores de riesgo Riesgo de suicidio

Factores de riesgo escolares

- Sufrir acoso escolar o violencia entre iguales.
- Sentir rechazo por sentirse diferente por cualquier causa.
- Estigmatización por orientación y/o identidad sexual.
- Altos niveles de exigencia académica.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesujarque.com 347

Factores de riesgo Riesgo de suicidio

Factores de riesgo escolares

- Estigmatización del alumno después de un intento de suicidio.
- Inacción, por miedo a una nueva conducta suicida, por parte de la comunidad educativa.
- Apariencia física.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesujarque.com 348

Signos de alerta conducta suicida

- Hablar o escribir sobre el deseo de morir, herirse o matarse.
- Amenaza con herirse o matarse.
- Habla o escribe sobre sentimientos de desesperanza o de no tener razones para vivir.
- Habla o escribe sobre sentirse atrapado, bloqueado o sufrir un dolor insoportable.
- Sobre ser una carga para otros.
- Busca modos para matarse:
 - Buscar métodos de suicidio en internet
 - Intentar acceder a armas de fuego, pastillas u otros medios de suicidio.

Otros signos de alerta conducta suicida

- Perder contacto con la familia, amigos y red social.
- En la adolescencia, estar solo.
- Sentimientos de soledad.
- Deterioro del funcionamiento social o rendimiento laboral.
- Incremento en el consumo de alcohol o drogas.
- Cambios de personalidad o carácter, ánimo o conducta hasta el punto de estar con mucha labilidad emocional, muy inquieto y nervioso o tener conductas de riesgo.
- Mostrar ira o necesidad de vengarse.
- Cambios en hábitos de sueño y alimentación.

Valoración de los signos de alerta Riesgo de suicidio

Valoración

- Entrevista con el profesorado.
- Entrevista con la familia.
- Entrevista con el alumnado.
- Cuestionarios signos alerta:
 - Profesorado.
 - Familia.
 - Alumnado

Valoración de los signos de alerta Riesgo de suicidio

Cuestionarios específicos

Anexo 3. Guía de Evaluación de Riesgo de Conductas Suicidas en estudiantes

Elaborado por la Agrupación de Colegios del Departamento de Educación a partir de los textos:

- Guía de Evaluación de Riesgo de Conductas Suicidas en estudiantes. Bernal, D., Lora, C. et al. (2022).
- Escala de riesgo de suicidio en niños y adolescentes de la Universidad de Chile. de Aguiar, M., Cota, A., Rodríguez, M., Muñoz, S. y López, J.C.

En el ámbito educativo esta guía deberá ser utilizada por personal u unidades del centro.

ESCALA COLUMBIA PARA EVALUAR LA SERIEDAD DE LA IDEACIÓN SUICIDA (C-SSRS)

Diferenciado y adaptado

Desde el idioma original

Versión 4.0.1 de junio de 2010

Pewitt, K., Brevet, B., Evans, C., Gamble, M., Henggeler, S., Brown, K., Fisher, P., Maloney, J., Ruffolo, C., O'Connell, M., Rosen, J.

Es una escala de riesgo por personas que hacen un diagnóstico clínico. El propósito de la Escala Columbia para evaluar la seriedad de la ideación suicida (C-SSRS) es proporcionar un procedimiento de detección de la gravedad de ideación suicida y caracterizar el nivel de riesgo de la persona que elabora la escala.

Valoración de los signos de alerta Riesgo de suicidio

Cuando derivar especialista

- Si hay un intento de suicidio.
- Conductas autolíticas.
- Ideación suicida.
- Comunicación suicida
- Signos de alerta.
- Puntuaciones de corte en test.
- Asociado un A vital Estresante.

Valoración de los signos de alerta Riesgo de suicidio

Opciones para algunos problemas

- Riesgo de suicidio
- Ideas clave
- Factores de riesgo
- Signos de alerta
- Valoración
- Pautas de intervención


Pautas de intervención Riesgo de suicidio



- Habilidades sociales y de comunicación.
- Capacidad de autorregulación emocional.
- Facilidad para buscar ayuda en el entorno.
- Apoyo social y familiar.
- Valores positivos.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com 355

Pautas de intervención Riesgo de suicidio



- Tener (buenos) amigos.
- Tener una o varias personas de confianza para hablar de temas más íntimos o delicados.
- Sentirse escuchado y querido.
- Cohesión y apoyo familiar.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com 356

Pautas de intervención Riesgo de suicidio




Medidas preventivas del centro

- Conocimiento de los signos de alerta.
- Formación al personal docente.
- Disponibilidad para los alumnos de información.
- Procedimientos para comunicar signos de alerta por parte del alumnado.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com 357

Pautas de intervención Riesgo de suicidio



- Programas de tolerancia 0,0 frente al acoso escolar.
- Programas de resolución de conflictos entre iguales.
- Conductas de apoyo entre iguales.
- Sistema de acompañamiento personal.
- Programa de piensa y reflexiona.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com 358

Pautas de intervención Riesgo de suicidio





Medidas con alumnado de riesgo

- Vigilancia y supervisión.
- Acompañado.
- Acompañamiento personal.
- Seguir las indicaciones clínicas.
- Disponibilidad nº emergencias.

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com 359

Pautas de intervención Riesgo de suicidio

Algunos recursos

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCM. www.jesujarque.com 360

Pautas de intervención Riesgo de suicidio

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesajarquem.com 361

Pautas de intervención Riesgo de suicidio

Si tienes ideas suicidas, no estás solo! LLÁMANOS!

ÁREA DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO 911 385 385

La persona que piensa en suicidarse, "realmente se quiere morir" o: "liberarse de un profundo dolor emocional"

La persona que piensa en suicidarse actúa: No esperar a que suceda. Manifestar: hacer comprensible, negociar sobre su vida a través de otros. No violentar: tener cambios bruscos de conducta, buscar apoyo emocional sobre su cuerpo, un historial de intentos previos, amarse demasiado por cuando lo está.

Qué hacer si tenemos a alguien que quiere suicidarse: No intentar de ningún modo impedir que se suicide. No juzgarlo, no intentar que se sienta culpable, no intentar hacerle responsable, acudir al hospital como el suicida.

Qué NO hacer si alguien te cuenta que tiene ideas suicidas: No hacer preguntas, no juzgarlo, no intentar que se sienta culpable, no intentar hacerle responsable, acudir al hospital como el suicida.

Prevenición del suicidio

717 003 717

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesajarquem.com 362

iones para algunos problemas

Riesgo de suicidio

Ideas clave

Factores de riesgo

Signos de alerta

Valoración

Pautas de intervención

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesajarquem.com 363

iones para algunos problemas

Problemas emocionales

Preocupación

Ansiedad generalizada

Miedos habituales

Ansiedad por separación

Mutismo selectivo

Depresión

Riesgo de suicidio

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesajarquem.com 364

Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas concretas para familias y profesorado

Consideraciones previas	Las emociones	Conceptos clave
Pautas para las familias	Pautas para el centro educativo	Signos de alerta generales
Actuaciones desde orientación	Actuaciones para algunos problemas	Conclusiones

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas concretas para familias y profesorado

GOBIERNO DE ESPAÑA MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL

Castilla-La Mancha

PROGRAMA FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL

Conclusiones

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas concretas para familias y profesorado



Necesidad de contar con recursos

SENA Sistema de Evaluación de Niños y Adolescentes

STAI

CDI MANUAL

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesurique.com 371

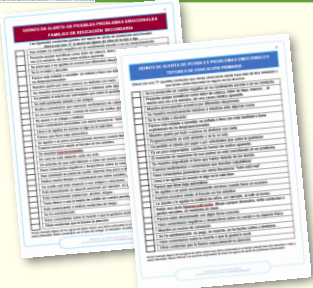
Algunas propuestas

El acompañamiento personal

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM www.jesurique.com 372

Algunas propuestas

Programas de cribado de problemas emocionales



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pausas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesusjarque.com 373

Seguimos en contacto



[jesus.jarque](https://www.instagram.com/jesus.jarque)



www.facebook.com/jesusjarque

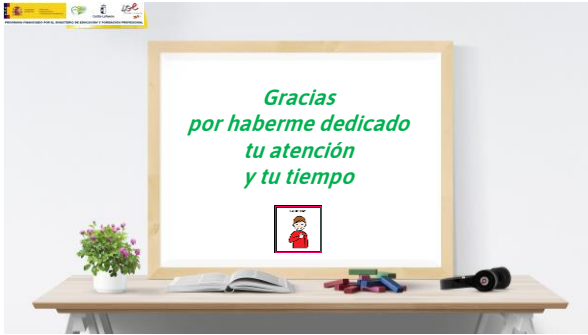


jesus.jarque@gmail.com

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pausas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCJM. www.jesusjarque.com 374

3 diapositivas para terminar...





GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL

Castilla-La Mancha

40e Castilla-La Mancha

PROGRAMA FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL

Problemas emocionales en la infancia y adolescencia

Pautas concretas de actuación para familias y profesorado

Servicio de Inclusión Educativa y convivencia

Jesús Jarque García
pedagogo y orientador educativo

14 y 16 de febrero de 2023

The slide features a photograph of a woman comforting a young girl who is looking down sadly. The text is overlaid on a teal background on the right side of the slide.