



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

Ministerio de Educación y Formación Profesional

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



PROGRAMA FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL



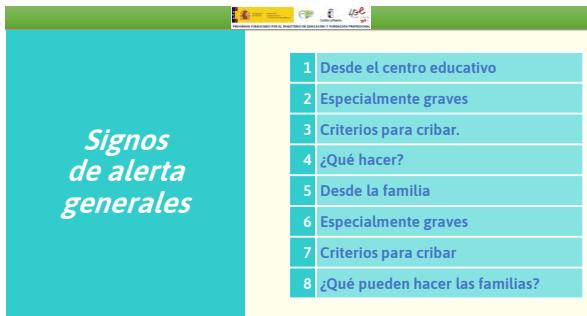
Signos de alerta generales

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



- 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.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 interesarse 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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.com

12

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.

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.

Signos de alerta generales - Centro educativo 3/3

- Explosiones de ira desproporcionada.
- Hipérresponsabilidad.
- 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.

Signos de alerta centro educativo especialmente graves

Se producen autolesiones.

**Ideación suicida:
expresiones,
dibujos mensajes sobre muerte.**

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.

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.

Signos de alerta en el centro educativo

Cuestionario signos de alerta profesorado

Educación Infantil
Educación Primaria
Educación Secundaria

Signos de alerta generales

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 JCCM www.jesusjarque.com

20

Signos de alerta en el centro educativo

Signos de alerta generales

¿Qué hacer?

Ante la duda...

**Consultar
Comunicar**

- Orientador
- Familia

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 JCCM www.jesusjarque.com

22

Signos de alerta en el centro educativo

Signos de alerta generales

¡No hacer!

Junio

Viernes

30

Sesión de evaluación final

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 JCCM www.jesusjarque.com

24

Signos de alerta en el centro educativo

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

Signos de alerta generales



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 JCCM www.jesusjarque.com 25

Signos de alerta en el centro educativo

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 JCCM www.jesusjarque.com 26

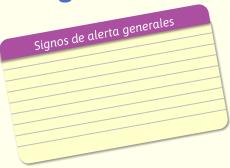
Signos de alerta en el centro educativo

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 JCCM www.jesusjarque.com 27

Signos de alerta en el centro educativo

Signos de alerta generales

Criterios para cribar los signos de alerta

- Duración en el tiempo
- Intensidad

- 2 - 3 semanas.



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

Signos de alerta en el centro educativo

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 JCCM www.jesusjarque.com 29

Signos de alerta en el centro educativo

Signos de alerta generales

Afectación funcionamiento

Ejemplos

- 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 JCCM www.jesusjarque.com 30

Signos de alerta en el centro educativo  **Signos de alerta generales**

Criterios para cribar los signos de alerta



- 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 JCCM www.jesusjarque.com

31

Signos de alerta en el centro educativo  **Signos de alerta generales**

Malestar significativo

Ejemplos

- Malestias estomacales.
- Dolor de cabeza.
- Sensación de mareo.
- Nauseas frecuentes.
- Se interrumpe la regla.
- Contracturas.
- Urticaria.
- Ganas de llorar.
- Congoa.
- 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 JCCM www.jesusjarque.com

32

Signos de alerta en el centro educativo  **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 JCCM www.jesusjarque.com

33

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.jesusjarque.com

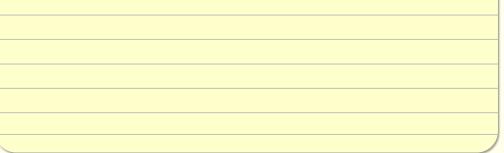
34



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 JCCM www.jesusjarque.com

35

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. Páginas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.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. Páginas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.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. Páginas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.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. Páginas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

40

Signos de alerta familia  **Signos de alerta generales**

Signos de alerta generales familia

Se le ve triste, decaido o decaída.

Dejan de interesarse 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. Páginas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.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. Páginas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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, "pellás".**
- Toma dinero sin permiso.**

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

54

Signos de alerta familia  **Signos de alerta generales**

Criterios para cribar los signos de alerta



- 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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.com

57

Signos de alerta familia  **Signos de alerta generales**

Cuándo consultar

Relacionado con el colegio - IES

Centro Educ.	El tutor o tutora conoce al alumno
<ul style="list-style-type: none"> • Tutor o tutora • Orientador 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 JCCM www.jesusjarque.com

58

Signos de alerta familia  **Signos de alerta generales**

Cuándo consultar

Sanitario	Signos de alerta familia especialmente graves
<ul style="list-style-type: none"> • Pediatra • Psicólogo 	<ul style="list-style-type: none"> • Se producen autolesiones. • Ideación suicida: pensamientos y comentarios sobre la muerte. • Consumo de sustancias. • Conductas de riesgo. • Conducta sexual impulsiva. • Otras conductas que llaman 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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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

Curso: Problemas emocionales en la Infancia y adolescencia. Pautas concretas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

GOE
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. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

Actuaciones desde orientación

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

69

Actuaciones desde orientación

Algunas situaciones de la orientación

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

70

Actuaciones desde orientación

Algunas situaciones de la orientación

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

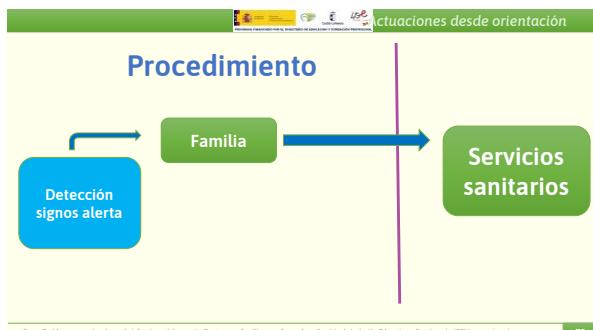
71

Actuaciones desde orientación

El peligro de la orientación

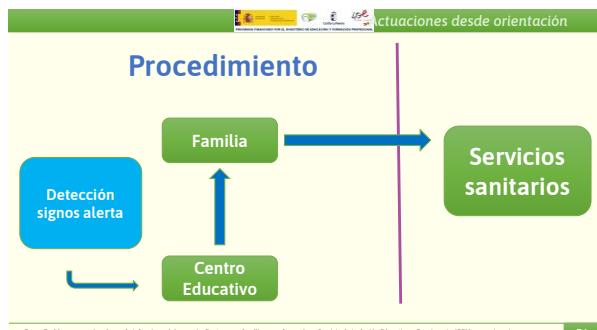
Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

72



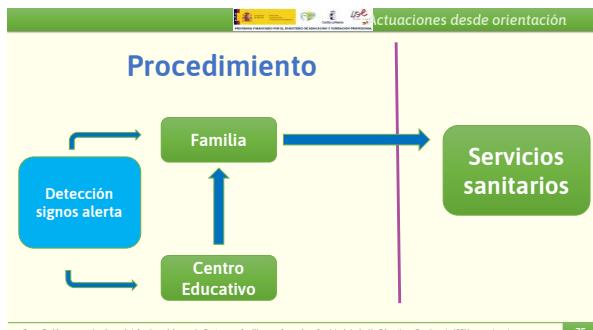
Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

73



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

74



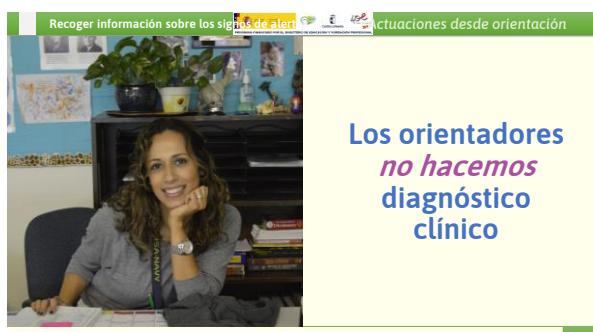
Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

75



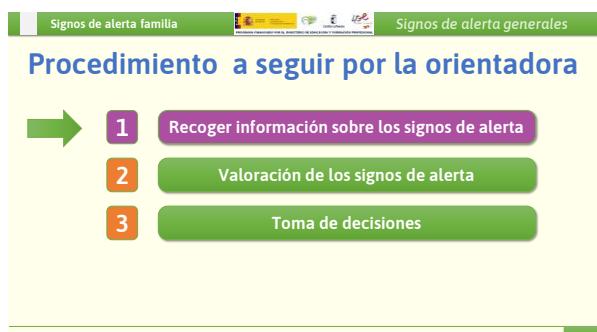
Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

76



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

77



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

78

Recoger información sobre los signos de alerta  Actuaciones desde orientación

1 Recoger información sobre los signos de alerta

Recoger información más exhaustiva

Tutora

Familia

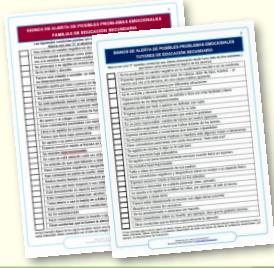


Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 79

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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.com 81

Recoger información sobre los signos de alerta  Actuaciones desde orientación

1 Recoger información sobre los signos de alerta

Entrevistas

Información más detallada

Cuestionarios



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

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.

Cuestionarios para alumnado

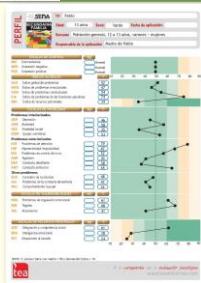
The image shows three separate questionnaires. The first two are titled 'CÓMO ME SIENTO' and have sub-titles 'Cuestionario para el alumnado' and 'Cuestionario para el alumnado docente' respectively. The third document is titled 'Lista de problemas personales' and has a sub-section 'Listado de problemas'.

**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**

2 Valoración de los signos de alerta**Uso de instrumentos estandarizados**

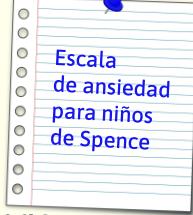
3 a 18 años

Ejemplo perfil SENA

Otros instrumentos estandarizados



7 a 15 años



8 a 15 años

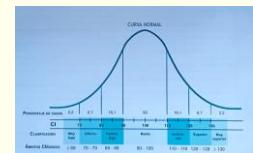
Otros instrumentos estandarizados



Cuestionario de cribado para personas con discapacidad intelectual

Si se superan las puntuaciones de corte

¿Cómo valorar los signos de alerta?



Presencia de signos de alerta



¿Cómo valorar los signos de alerta?

Presencia de síntomas compatibles

¿Cómo valorar los signos de alerta?



Valoración de los signos de alerta

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 JCCM www.jesusjarque.com

97

Valoración de los signos de alerta

Malestar significativo

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

98

Valoración de los signos de alerta

¿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 JCCM www.jesusjarque.com

99

Toma de decisiones

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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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

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 hiposexualización.
- Agresión grave a otros.
- El niño o niña pide ayuda.
- Consumo o tráfico de sustancias.
- Otras conductas que alarman especialmente.
- Otras conductas que supongan un cambio drástico grave.

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.

105

Toma de decisiones

Actuaciones desde orientación

Elaborar un informe

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

106

Toma de decisiones

Actuaciones desde orientación

Ejemplo 1

INFORME PARA LA FAMILIA PARA PROFESIONALES DEL ÁMBITO SOCIOSANITARIO

Nombre: XXXXXX P. NACIMIENTO: XXXXX Edad: 11 AÑOS

Centro: XXXXX FECHA DE REALIZACIÓN: XXXXX S. PRIMARIA

A. MOTIVOS DEL INFORME Y PROTECCIÓN DE DATOS

El informe se emite a fin de informar a la familia de los signos de alerta detectados desde el centro de atención sociosanitaria y las estrategias de actuación y referencias para la elaboración. Para la elaboración se ha recogido información del profesorado, de la familia y de la propia alumna, a través de entrevistas y cuestionarios.

B. CONSIDERACIONES INICIALES

Se trata de una alumna que hasta ahora mostraba un comportamiento adecuado en el colegio y un rendimiento escolar óptimo. Sin embargo, en las últimas tres semanas hemos observado cambios en su comportamiento:

- La alumna ha experimentado un cambio importante en su rendimiento académico; ha dejado de presentar sus deberes y trabajos escolares, algo que no sucedía con anterioridad. Se observa una caída en sus calificaciones y en el autoinforme que muestra distracción y ausencia.
- La alumna informa de sentirse más triste, tener modestas estimaciones frecuentes y dificultades para dormir.
- La familia refiere que le cuesta concentrarse para estudiar, está más triste y menos comunicativa. La madre refiere que ha experimentado el deseo de dejar de asistir al conservatorio, que era una de sus actividades preferidas.
- No refiere ideas suicidas ni relacionadas con la muerte.

107

Toma de decisiones

Actuaciones desde orientación

Ejemplo

INFORME PARA LA FAMILIA PARA PROFESIONALES DEL ÁMBITO SOCIOSANITARIO

Nombre: XXXXXX P. NACIMIENTO: XXXXX Edad: 11 AÑOS

Centro: XXXXX FECHA DE REALIZACIÓN: XXXXX S. PRIMARIA

A. MOTIVOS DEL INFORME Y PROTECCIÓN DE DATOS

El informe se emite a fin de informar a la familia de los signos de alerta que se han identificado para lo contrario con los servicios sanitarios y a sugerir las decisiones que consideran oportunas. Para la elaboración se ha recogido información del profesorado, de la familia y de la propia alumna, a través de entrevistas y cuestionarios.

b) La familia ha apuntado lo siguiente como motivos:

- La alumna ha experimentado un cambio importante en su rendimiento académico; ha dejado de presentar sus deberes y trabajos escolares, algo que no sucedía con anterioridad. Se observa una caída en sus calificaciones y en el autoinforme que muestra distracción y ausencia.
- La alumna informa de sentirse más triste, tener modestas estimaciones frecuentes y dificultades para dormir.
- La familia refiere que le cuesta concentrarse para estudiar, está más triste y menos comunicativa. La madre refiere que ha experimentado el deseo de dejar de asistir al conservatorio, que era una de sus actividades preferidas.
- No refiere ideas suicidas ni relacionadas con la muerte.

B. CONSIDERACIONES DE LA EXPERIENCIA

El presente informe de alerta que sugieren algún tipo de desajuste emocional no debe ser tomado como una evaluación diagnóstica, sino como una sugerencia para la intervención.

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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.com

112

Toma de decisiones

Actuaciones desde orientación

Factors protectores

¡Up!

↓

¡Down!

Factores de riesgo

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

113

Toma de decisiones

Actuaciones desde orientación

b Pautas de actuación

Pautas para el centro educativo	
1 Acoso Escolar 0.0	9 Formación del profesorado
2 Fomentar 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 JCCM www.jesusjarque.com

114

Toma de decisiones

b Pautas de actuación

Actuaciones desde orientación

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 JCCM www.jesusjarque.com 115

Toma de decisiones

b Pautas de actuación

Actuaciones desde orientación

Pautas para las familias

1 Establece un vínculo seguro	9 Ser ejemplo positivo
2 Legítima 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 JCCM www.jesusjarque.com 116

Toma de decisiones

b Pautas de actuación

Actuaciones desde orientación

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 JCCM www.jesusjarque.com 117

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 JCCM www.jesusjarque.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

Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas concretas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 119

GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL

Universidad emocional

Castilla-La Mancha

4GE

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. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 120

                                      <img alt="Logo of the Regional Government of Mur

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 Convivencia JCCM www.jesusjarque.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 Convivencia JCCM www.jesusjarque.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. Deceptionar 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 Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 129

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 JCCM www.jesusjarque.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 Convivencia JCCM www.jesusjarque.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 Convivencia JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.com

133

Orientaciones para niños y adolescentes

Preocupación

Escribir

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

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

134

Orientaciones para niños y adolescentes

Preocupación

“Lista de preocupaciones”

1. Seleccionar todo lo que le preocupe.
2. De cada columna elegir max. de 5.
3. Elegir una de cada columna.
4. 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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.com

136

Orientaciones para niños y adolescentes

Preocupación

Frente a preocupaciones concretas

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

138

Orientaciones para niños y adolescentes. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesusjarque.com

Preocupación

La lista de soluciones	
¿Qué me preocupa?	Tener suspensos

139

Orientaciones para niños y adolescentes. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesusjarque.com

Preocupación

La lista de soluciones	
¿Qué me preocupa?	Tener suspensos
	<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

140

Orientaciones para niños y adolescentes. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesusjarque.com

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
	<ul style="list-style-type: none"> • Hacer todos los días los deberes • Estar atento en clase • Estudiar las lecciones

141

Orientaciones para niños y adolescentes. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesusjarque.com

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
	<ul style="list-style-type: none"> • Hacer todos los días los deberes • Estar atento en clase • Estudiar las lecciones
Elijo algunas cosas que voy a hacer	<ul style="list-style-type: none"> • Hoy mismo empiezo y me hago un horario de trabajo.

142

Orientaciones para niños y adolescentes. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM. www.jesusjarque.com

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.

143



Orientaciones para niños y adolescentes. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM

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 JCCM www.jesusjarque.com

145

Orientaciones para niños y adolescentes. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM

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 JCCM www.jesusjarque.com

146

Orientaciones para niños y adolescentes. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM

Preocupación

Técnicas de relajación

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

147

Orientaciones para niños y adolescentes. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM

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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.com

149

Orientaciones para niños y adolescentes. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM

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 JCCM www.jesusjarque.com

150



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 JCCM www.jesusjarque.com

151

Orientaciones para las familias **Preocupación**

Pautas para las familias	
1 Establece un vínculo seguro	9 Ser ejemplo positivo
2 Legítima 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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.com

153

No angustiarlos innecesariamente



Orientaciones para las familias **Preocupación**

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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.com

157

Orientaciones para las familias | Preocupación

Practicar la relajación



Elle Sou - #5 El bostón de poca. Tránsito y arena como una rana

El botón de pause: <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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.com

160



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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.com

163

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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.com

165

Preocupación

Orientaciones para el centro educativo



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 JCCM www.jesusjarque.com

166

Orientaciones para el centro educativo



Preocupación

Enseñar a relajarse



RELACION DE LA NUBE
www.norailnestar.com

Serie de relajación para Niños: LA NUBE

YouTube Instagram Facebook

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

167

Preocupación

Orientaciones para el centro educativo



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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.com

169

Orientaciones para el centro educativo

Preocupación

Taller on line
Caja naranja ilimitada
¿Cómo afrontar tus preocupaciones?
Para niños, niñas y adolescentes
8 años en adelante
A través de lecciones en video
Realizado a tu ritmo
www.jesusjarque.com

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

171

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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 Convivencia JCCM www.jesusjarque.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 Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

176

En qué consiste

Ansiedad generalizada

Miedo o preocupación excesiva

Respuesta anticipatoria

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

177

En qué consiste

Ansiedad generalizada

Miedo o preocupación excesiva

Respuesta anticipatoria

Mantenida en el tiempo 6 meses

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

180

En qué consiste

Ansiedad generalizada

- Miedo o preocupación excesiva.
- Amenaza futura.
- Respuesta anticipatoria.
- Mantenidas 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.jesusjarque.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.jesusjarque.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.jesusjarque.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.jesusjarque.com

184

En qué consiste

Ansiedad generalizada

Diferencia

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

185

En qué consiste

Ansiedad generalizada

Diferencia

Preocupación	Ansiedad
--------------	----------

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

186

                         <img alt="Logo of the University of Castilla-La Mancha" data-bbox="1

                              <img alt="Logo of the Regional Government of Murcia" data-bbox="9970 125 10020

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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.com 201

 **facilitar una narrativa**



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 JCCM www.jesusjarque.com 203

Orientaciones para la familia  Ansiedad generalizada



Focaliza el problema y ayúdale a encontrar soluciones

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

Usa estrategias de anticipación



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

205

Mantener una rutina

	14-15	15-16	16-17	17-18	18-19	19-20	20-21	21-22
Lunes	comida libre	Tiempo libre	Fútbol Estudio	Merienda Estudio	Jugar Estudio	Baño Cena	T.L. Cama	
Martes	comida libre	Tiempo libre	Parque Estudio	Merienda Estudio	Jugar Estudio	Baño Cena	T.L. Cama	
Mércoles	comida libre	Tiempo libre	Fútbol Estudio	Merienda Estudio	Jugar Estudio	Baño Cena	T.L. Cama	
Jueves	comida libre	Tiempo libre	Parque Estudio	Merienda Estudio	Jugar Estudio	Baño Cena	T.L. Cama	
Viernes	comida libre	Tiempo libre	Fútbol Estudio	Merienda Estudio	Jugar Estudio	Baño Cena	T.L. Cama	
Sábado	comida	Tiempo libre						
Domingo	De 11 a 12.30 Estudio						Baño Cena	T.L. Cama

Encuentra más materiales en www.jesusjarque.com

206

Evita:
Cavilar
Embotellar



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

207

Ayúdale a redefinir los pensamientos



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

208

Practica la relajación



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

209

Vida saludable



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

 Orientaciones para el centro educativo

Ansiedad generalizada

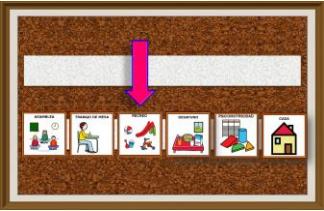


Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 214

 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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.com 223

Ideas clave

Miedos habituales

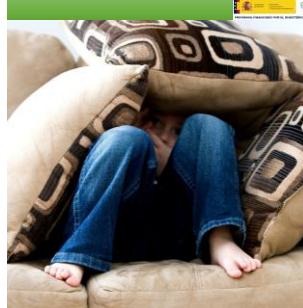
Miedos frecuentes según edad

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 Cantabro de Salud. Pág. 35.

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

Ideas clave sobre el miedo en la infancia

Miedos habituales

- 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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.com 228

Diferencia

Miedo

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

Diferencia

Miedo

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

Fobia

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

Signos de alerta 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

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.

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.

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.



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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.com

238



**A tu hijo:
atender,
comprender,
apoyar**

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



**A tu hijo:
atender,
comprender,
apoyar**

**Ofrecer
información**

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



Aproximaciones sucesivas

ones 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 JCCM www.jesusjarque.com

242

¿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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.com

246



Miedos habituales

Miedo a los globos

¿Qué miedos vamos a ver?

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 JCCM www.jesusjarque.com

247



Miedos habituales

Miedo a la oscuridad

- Frecuente de 2 a 5 años.
- Miedo a dormir con la luz apagada.
- Miedo a dormir solo.
- Diferenciar realidad-fantasía.
- 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 Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

248



Miedo a la oscuridad

Miedos habituales

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 Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

249



Miedo a la oscuridad

Miedos habituales

Pautas de actuación para la familia

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

250



Miedo a la oscuridad

Miedos habituales

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 Convivencia JCCM www.jesusjarque.com

251



Miedo a la oscuridad

Miedos habituales

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 Convivencia JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.com 256

Miedo a la oscuridad Miedos habituales

¿Cuándo derivar al especialista?

- 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 JCCM www.jesusjarque.com 257

Miedo a la oscuridad Miedos habituales

Miedo a los globos

Miedo a la oscuridad

Miedo a los animales

Exámenes

¿Qué miedos vamos a ver?

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

**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.

**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 vídeo 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.



Miedos habituales

¿Qué miedos vamos a ver?

Miedo a los globos

Miedo a la oscuridad

Miedo a los animales

Exámenes



Miedo a los exámenes

Miedos habituales

Previo al examen

Durante el examen

Miedo intenso e incontrolable



Miedo a los exámenes

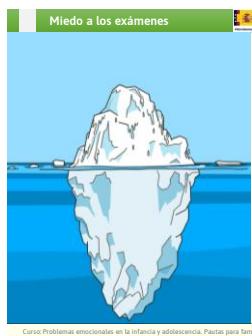
Miedos habituales

Manifestaciones

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



Miedo a los exámenes Miedos habituales

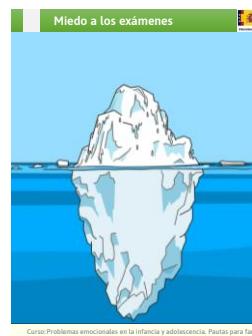


Factores asociados

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

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 265

Miedo a los exámenes Miedos habituales

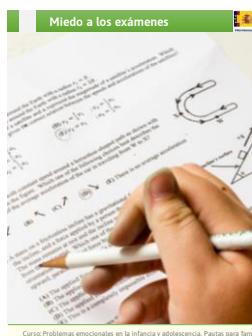


Factores asociados

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

Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 266

Miedo a los exámenes Miedos habituales

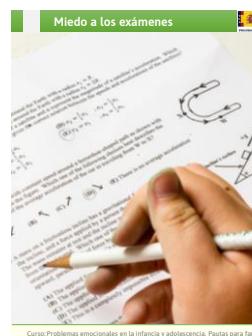


Medidas de intervención

- 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. Pautas para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 267

Miedo a los exámenes Miedos habituales

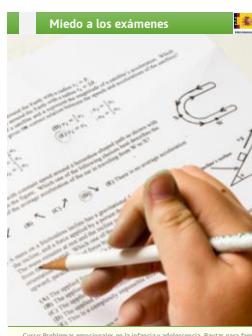


Medidas con el alumno

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

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

Miedo a los exámenes Miedos habituales



Adaptar los exámenes al alumnado con dificultades

¿Cómo adaptar los exámenes si los evaluación el alumnado que lo necesita?

Introducción

Los exámenes son un momento de estrés en el que se evalúan los conocimientos adquiridos por el alumnado. A veces, el miedo a la evaluación es tan grande que impide que el alumnado desarrolle su máximo potencial. Es importante que los padres y profesores comprendan las necesidades individuales de cada niño o niña para poder adaptar los exámenes a sus necesidades.

Objetivos

Este documento tiene como objetivo proporcionar ideas y estrategias para adaptar los exámenes a los alumnos con dificultades de aprendizaje, como el trastorno del déficit de atención e hiperactividad (TDAH), el síndrome de Asperger, el autismo, entre otros. Se presentan estrategias para facilitar la realización de los exámenes y promover la autoestima y el bienestar emocional del alumnado.

Contenido

- Introducción
- Objetivos
- Estrategias para adaptar los exámenes
- Conclusiones

Este documento es una guía práctica para los padres y profesores que quieren garantizar que todos los niños y niñas tengan la oportunidad de demostrar sus conocimientos y habilidades de manera efectiva.

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

Miedos habituales

Miedo a los globos

Miedo a la oscuridad

Miedo a los animales

Exámenes



¿Qué miedos vamos a ver?

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

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 JCCM www.jesusjarque.com 273

Miedos habituales

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 JCCM www.jesusjarque.com 274

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 JCCM www.jesusjarque.com 275

Ansiedad por separación

En qué consiste

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



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

281

Ansiedad por separación

En qué consiste

Signos de alerta

Factores asociados

Pautas de intervención

Cuándo derivar al especialista

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 JCCM www.jesusjarqua.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 JCCM www.jesusjarque.com

283

Pautas de intervención

Ansiedad por separación

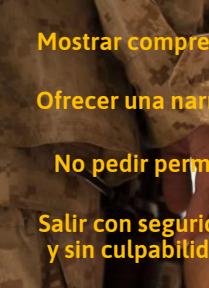
L	M	Mi	J	V	S	D

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

284

Pautas de intervención

Ansiedad por separación



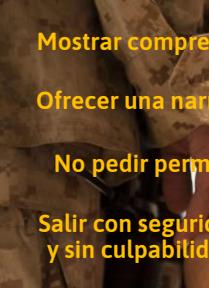
- Mostrar comprensión**
- Ofrecer una narrativa**
- No pedir permiso**
- Salir con seguridad y sin culpabilidad**

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

Pautas de intervención  Ansiedad por separación 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 JCCM www.jesusjarque.com 292

Pautas de intervención  Ansiedad por separación 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 JCCM www.jesusjarque.com 293

Pautas de intervención  Ansiedad por separación 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 JCCM www.jesusjarque.com 294

En qué consiste

Mutismo selectivo

<https://youtu.be/OqFinBjH8gk>

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

296

Factores asociados

Mutismo selectivo

Factores asociados

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

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

Factores asociados

Mutismo selectivo

Factores asociados

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

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

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.

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

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 JCCM www.jesusjarque.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.jesusjarque.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.jesusjarque.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.jesusjarque.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.jesusjarque.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.jesusjarque.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.jesusjarque.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. Guías para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.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. Guías para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 308

¿Cuándo derivar al especialista? 

Mutismo selectivo



Curso Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Guías para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 309

iones para algunos problemas 

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. Guías para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 310

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. Guías para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 311

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»

Unicamente el 4% de los adolescentes con depresión reciben ayuda, indican desde la Fundación ANAR

15/02/2020-07:44 hores Por JESÚS GONZÁLEZ



El 15% de los adolescentes españoles presentan síntomas de depresión, según un estudio de UNICEF-RETIRADAS

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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.com

317

Sintomas

Depresión

Trastornos depresivos en la infancia

Trastorno depresivo mayor
Trastorno depresivo persistente (Distimia)
Trastorno de desregulación 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 JCCM www.jesusjarque.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.

Soluciones para algunos problemas

Depresión

Síntomas

Signos de alerta

Pautas de intervención



Qué hacer



Familias:

- consultar colegio o IES.
- Pediatra.
- Gabinete privado.

Colegio: comentar al responsable.

Orientador: valorar S. Alerta.

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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.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 JCCM www.jesusjarque.com

332

Pautas de intervención

Depresión



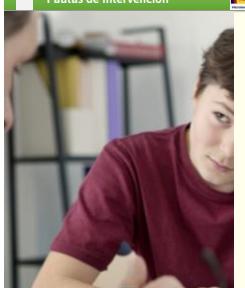
Seguir las indicaciones clínicas

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

334

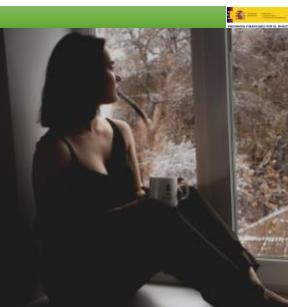
Pautas de intervención

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 JCCM www.jesusjarque.com

335

Pautas de intervención

Depresión

Ansiedad generalizada

Miedos habituales

Ansiedad por separación

Mutismo selectivo

Depresión

Riesgo de suicidio

Problemas emocionales

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

341

Ideas clave Riesgo de suicidio

Conducta suicida

- Conducta lesiva y autoinflingida 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 JCCM www.jesusjarque.com

342



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."



Riesgo de suicidio

Ideas clave

Factores de riesgo

Signos de alerta

Valoración

Pautas de intervención

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.

Factores de riesgo personales

- Ausencia o perdida 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.

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.

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.

Síntomas 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 insoprible.
- 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 tristeza 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 Adolescentes

Adaptado por la Autoridad de Convivencia del Departamento de Educación a partir de los siguientes:

- Guía de evaluación de riesgo de suicidio en adolescentes (G-SSRS), de Posner, K., Hsu, C., Yen, C., et al., 2009.
- Escala de riesgo de suicidio en niños y adolescentes de la Universidad de la Florida, de Aguirre, M., Cela A., Wahler, M., Muñoz, S., Vélez, M., et al., 2006.

En el anexo adjunto esta guía deberá ser utilizada por el orientador u orientadora de centros.

En el anexo también esta guía puede ser utilizada por padres y familiares interesados en su uso.

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

Diferencia cognitivo-emocional
Derivar el último contacto
Válida del 20 de junio de 2010

Posner, K.; Brett, B.; Lauer, C.; Gould, M.; Hsu, C.; Brown, G.; Fisher, P.; Zlotow, J.; Burke, A.; Ospina, M.; Munoz, J.

Guía de responsabilidad
Este anexo debe ser usado por personas que tienen una dependencia para informarlos. Los integrantes de la Escuela Católica de Valencia se comprometen a cumplir con las normas establecidas en la legislación vigente y a respetar la dignidad de la persona de acuerdo con el criterio de la persona que autorizó la guía.

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.

Consejos para algunos problemas

Riesgo de suicidio

Ideas clave

Factores de riesgo

Signos de alerta

Valoración

Pautas de intervención

Factores de protección

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

Factores de protección

- 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.



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.



- 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.



Medidas con alumnado de riesgo

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

Algunos recursos



Pautas de intervención Riesgo de suicidio

024

LLAMA A LA VIDA
024
Riesgo de suicidio

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

Pautas de intervención Riesgo de suicidio

Teléfono de la esperanza

Prevención del suicidio

Si tienes ideas suicidas, no estás solo! **¡LLÁMANOS!**
ÁREA DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO
911 385 385

- Le preocupa que piensa en suicidarse: "resisto no quiero morir" o "librarme de un problema dolor emocional"
- Le persona que piensa en suicidarse actúa de forma extraña: "verbales": hace comentarios negativos sobre su vida o sobre las personas que le rodean; "no verbales": tiene cambios bruscos de conducta, pueras, apatía, somnolencia, sueños perturbados, ansiedad, pesadillas, ataques de pánico, etc.
- Qué hacer: si conoces a alguien que tiene ideas suicidas, escúchale, no le des sol, muestra empatía, procura ayudarle a que se sienta mejor, pero no lo hagas todo tú, déjale que busque su propia solución.
- Qué NO hacer: si alguien te cuenta que tiene ideas suicidas, no le des sol, muestra empatía, procura ayudarle a que se sienta mejor, pero no lo hagas todo tú, déjale que busque su propia solución.

717 003 717

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

Pautas 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.jesusjarque.com 363

Pautas 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 JCCM www.jesusjarque.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
Instituto Cervantes
Castilla-La Mancha 4GE
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

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

Algunas propuestas

Programas de cribado de problemas emocionales

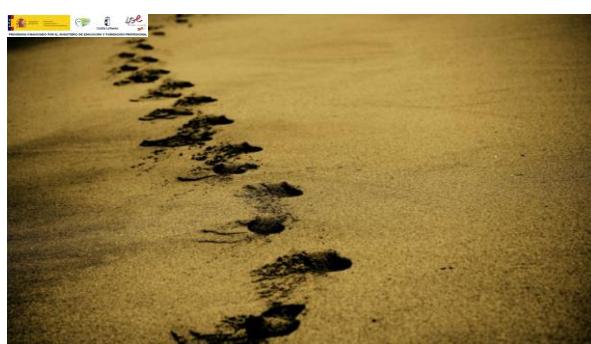
Curso: Problemas emocionales en la infancia y adolescencia. Guías para familias y profesorado. Servicio de Inclusión Educativa y Convivencia JCCM www.jesusjarque.com 373

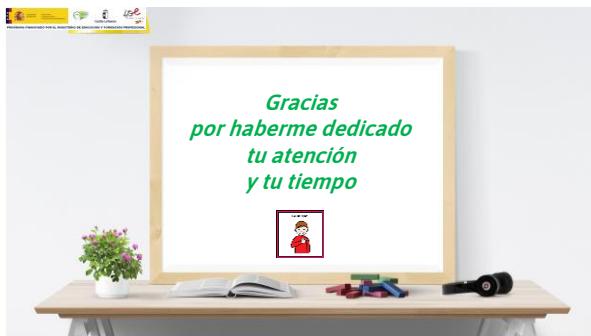
Seguimos en contacto

Jesús Jarque García
Página personal
www.jesusjarque.com

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

3 diapositivas para terminar...





GOBIERNO DE ESPAÑA MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL
Instituto de la Infancia y la Adolescencia
Castilla-La Mancha
4GE
Castilla-La Mancha

PROGRAMA FINANCIADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL

A woman comforting a child who is crying.

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