

EMO Child

RESULTADOS DE PANELES DE EXPERTOS

PRIMERA OLEADA – 17/01/2024

FINANCIA



**GENERALITAT
VALENCIANA**

Conselleria de Educació,
Universitats y Empleo

DIRIGE

aitana
research

MH centro de
investigación
de la infancia

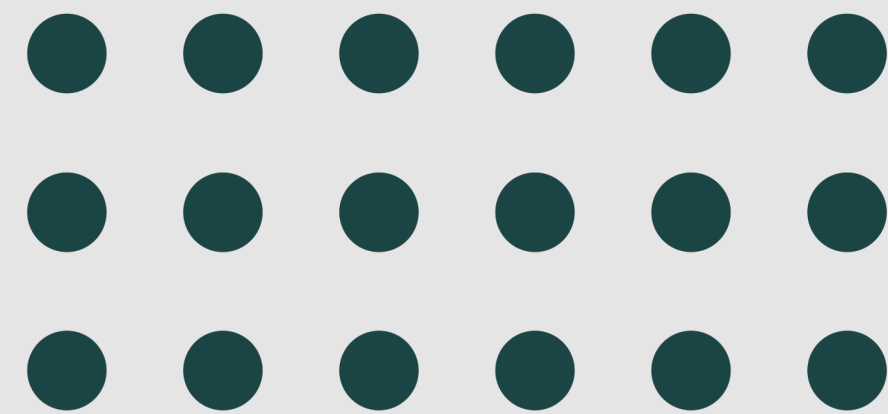
MH UNIVERSITAT
Miguel Hernández



ÍNDICE

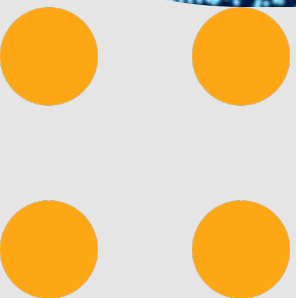
- Objetivo
- Metodología
- Planificación
- Resultados preliminares
- Información de contacto

RESULTADOS PRELIMINARES
(17/01/2024)



OBJETIVO

- Evaluar los conocimientos, inquietudes y opiniones sobre salud mental con niños, adolescentes, padres y psicólogos infanto-juveniles privados y de Unidades de Salud Mental Infanto-Juvenil y profesionales de la Educación



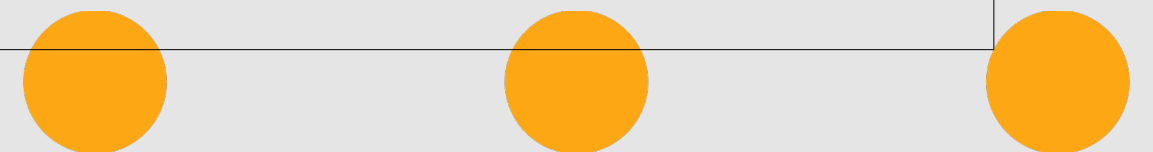
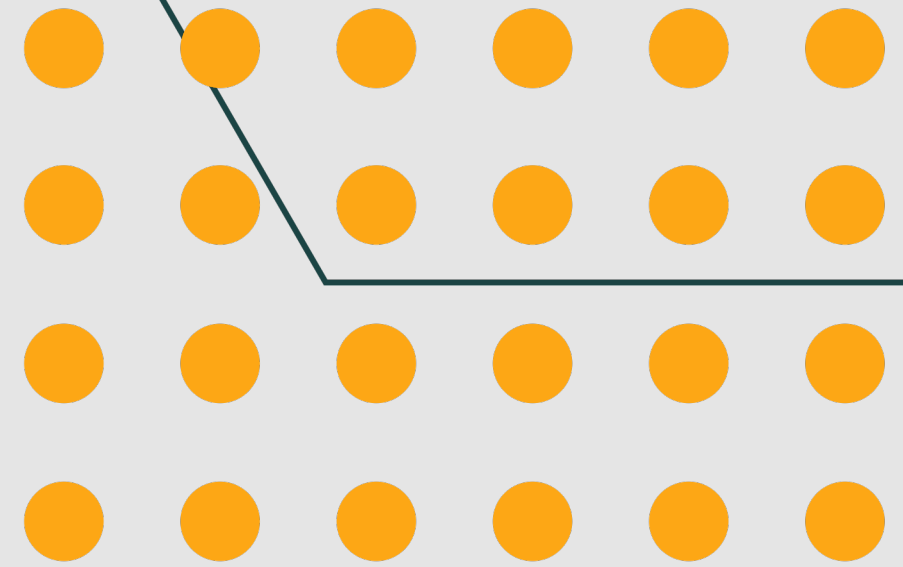
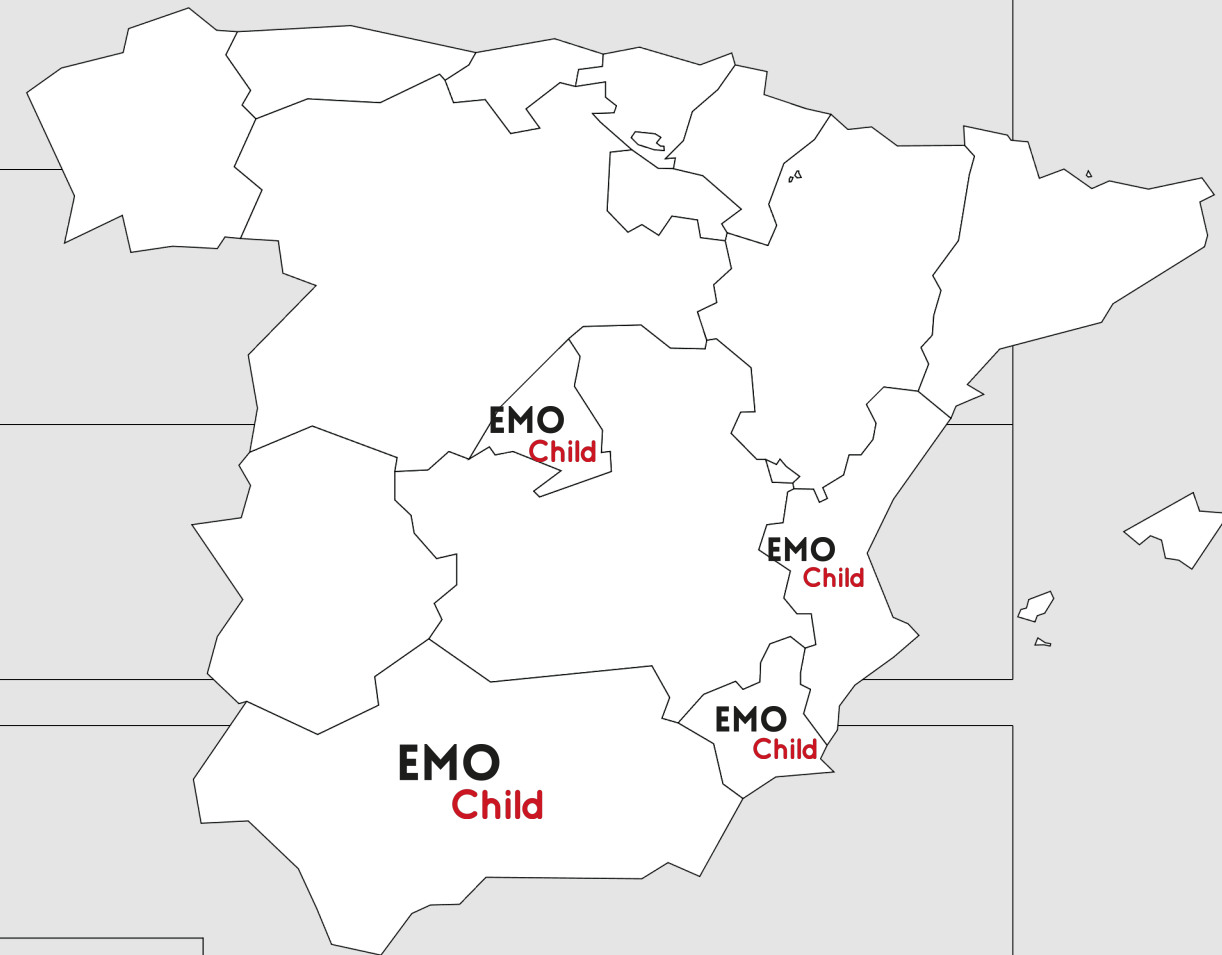
METODOLOGÍA

PANELES DE EXPERTOS (8-10 miembros/grupo)



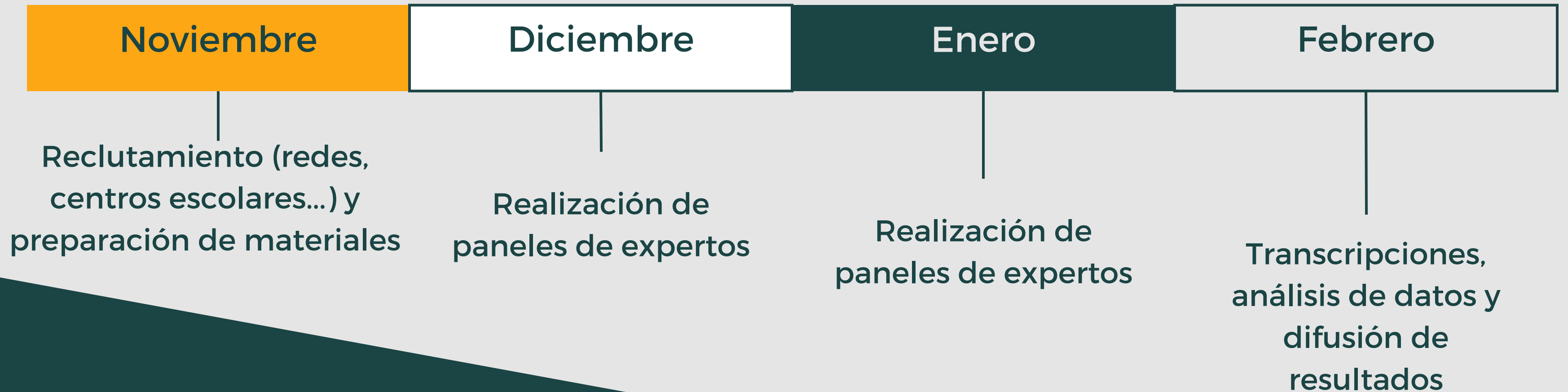
20 grupos focales / año

4	NIÑOS (8-11)	
4	PADRES DE NIÑOS	
4	ADOLESCENTES (12-16)	
4	PADRES DE ADOLESCENTES	
4	PROFESIONALES	



PLANIFICACIÓN

PANELES DE EXPERTOS



RESULTADOS



PANELES DE EXPERTOS



RESULTADOS PRELIMINARES

1/4	NIÑOS (8-11)	N = 9 (55,6% niñas / Edad media = 10,56 (DT = 1.01)
1/4	PADRES DE NIÑOS	N = 6 (83,3% mujeres/ Edad media = 49,33 (DT = 5,92)
1/4	ADOLESCENTES (12-16)	N = 10 (70% mujeres/ Edad media = 13,70 (DT = 1,41)
1/4	PADRES DE ADOLESCENTES	N = 8 (100% mujeres / Edad media = 45,75 (DT = 4,26)
3/4	PROFESIONALES DE SALUD MENTAL Y EDUCACIÓN	N = 26 (84,6% mujeres / Edad media = 41,08 (DT = 10,53) / Años de experiencia = 12,24 (DT = 9,05)

N = 59

79,9% mujeres

NIÑOS

Quieren saber más sobre salud mental y aprender a ayudar a otros

Ir al psicólogo es un tema tabú (da vergüenza)

Inicio temprano en las redes sociales (desde los 7 años), aunque saben que el control parental es necesario

Las autolesiones están romantizadas. En redes sociales “se vende” como un método de alivio de ansiedad

Saben que el psicólogo es una figura que ayuda a salir de una dificultad

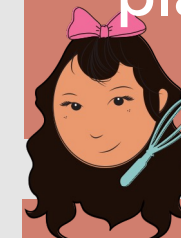


(...) Un psicólogo es alguien que sabe mucho de ayudar a las personas. Tú vas a donde esté tu psicólogo y tú le puedes contar lo que sea porque él te lo va a guardar (secreto). Y te va a decir lo que puedes hacer(...) para que te pueda ayudar.”

“Yo creo que con la influencia de las redes sociales (...) se sabe algo. Pero no mucho. Yo creo que a lo mejor con charlas en clase o quizás alguna sesión en clase.”

“Sobre todo en Internet, la gente lo romantiza mucho. He visto gente que hasta lo presume. No he conocido a nadie (que se autolesione), pero yo creo que es por un círculo vicioso que lo haces una vez, como que te despejas y luego vuelves a buscar ese placer y se vuelve un círculo. Y lo vuelves a hacer y otra vez...”

“Si estoy con la Tablet, me pongo a ver Youtube o TikToks. Y también con la play y (...) a jugar al [Fortnite](#) (videojuego)”



“Yo lo que uso es TikTok. Me la (cuenta) hice en la cuarentena (7 años)”



“Yo creo que la gente en general lo tiene como un tabú que no suele hablar de eso por vergüenza. O quizás porque se sienten incómodos y no quieren que nadie lo sepa”.

“A mí sí me lo (tiempo en Internet) controla porque a veces me paso. (...) Hay peligros en Internet también... Por esto mismo, mis padres también revisan lo que hago en Internet por cualquier cosa, pero voy teniendo mi privacidad en las conversaciones y eso”.

PADRES DE NIÑOS

Preocupaciones parentales: adicciones, ansiedad, falta de fuerza de voluntad, competitividad, falta de amor propio, el rechazo, violencia, suicidio y autolesiones

Miedo a que marginen a sus hijos por no tener/estar en redes sociales

Motivos de atención psicológica: soledad, falta de cariño, gestión de emociones y autoconocimiento.
+ Dificultades en acceso

Dificultades psicológicas: frustración, presión escolar, problemas de autoestima y tecnología

Recomiendan reducir la competitividad y fomentar aptitudes y enseñar técnicas



“A mí lo que más me preocupa es la educación en la competitividad. En esta exigencia tan tan, tan atroz. En la no enseñanza en el amor propio.”



“Van al psicólogo más por la soledad, sobre todo la soledad, por la ausencia de cariño en el hogar, en la familia en sí, porque últimamente ya casi nadie se habla con nadie, están todos embobados.”



“...ante tanto material y tantos conceptos y tanta presión que siento que hay en las escuelas.. (...) Hay mucha presión y lo que siento en mi hija con 9 años (...) Se ve mucha frustración a la hora de tanto trabajo, tantas cosas para hacer que prefiere hacerlo y no comprenderlo.”

“Yo no he hecho uso, pero conozco otros casos y es una cita, otra a los 3 meses, 4, un año y medicación. Hay mucha medicación.”

“Es un poco quitar la rivalidad de la competitividad y fomentar a cada uno lo que tiene.”

“Hay unos ratos que juega con un amigo a no sé si es el [Stefan Strandberg](#), no sé si lo sé bien. Un juego de eso que se conectan los dos y juegan los dos unas partidas. (...) Le gusta ver cómo hay youtubers que juegan a ese juegos.”

“(mis hijos) tiene TikTok con mi cuenta, pero controlado (...). Sé que ven, que no ven, cuánto tiempo lo ven (...). Hay que estar muy pendiente en esas redes sociales. Es más, luego en el chat, (...), hay que revisarlo todo.”

ADOLESCENTES

Riesgos percibidos en las RRSS:
contenido ofensivo, problemas de autoestima,
ciberacoso, adicción y peligros físicos

Variabilidad en el control parental del uso
del móvil e internet

Actitud positiva hacia recibir ayuda
psicológica, pero existen barreras económicas
y relacionadas con que sus padres tienen que
saberlo

Proponen acciones de educación emocional,
asistencia psicológica en el contexto educativo y
educación parental

“Si no fuese por las redes sociales, mucha gente no tendría tantos problemas de autoestima como tienen, porque hay muchas cosas que ven en un vídeo y ya se empiezan a fijar en su propio cuerpo.”



“Yo tuve Family Link [aplicación de control parental] y después me lo quitaron porque confían en mí.”

“A mí no me tienen ni hora, ni me miran el tiempo, ni me lo revisan, ni nada.”

“Yo creo que es necesaria (ayuda psicológica) para todas las personas porque por muy bien que estés, a lo mejor tienes ese puntillo que está mal y que no lo sabes hasta que lo hablas”.



“Si ven algo en las redes sociales, lo pueden llegar a repetir, porque hay muchos casos del Knock Out Challenge, de intentar desmayarte. (reto viral).”



“Yo creo que siendo empáticos todos con todos, escuchando a las personas y tal, creo que puede ayudar mucho (...).”



“La educación emocional, porque hay veces que nosotros pensamos “tengo miedo a llorar en público”, a expresar nuestros sentimientos o dejar que los demás nos vean así. Hay gente que piensa que eso les hace más débiles y yo creo que es importante que los demás sepan que tú eres normal, porque eso es ser persona”.

PADRES DE ADOLESCENTES

Refieren en sus hijos/as problemas de baja tolerancia a la frustración y necesidad de **inmediatez**

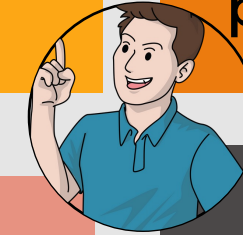
Preocupación por no saber detectar conductas suicidas o el acoso escolar

Necesitan más información sobre salud mental e intervenciones en habilidades parentales

Identifican problemas derivados del uso de redes sociales y TIC: idealización, forma de afrontamiento, dificultad en habilidades de lectoescritura

Necesidad de recursos de asistencia psicológica y educación socioemocional en el entorno educativo

“No saben aburrirse, ni nosotros tampoco les hemos dado la oportunidad de aburrirse, porque siempre les tenemos ocupados desde que se levantan hasta que se acuestan.”



“Yo no me siento ni preparada, ni capacitada en caso de que mi hija se autolesionara. Te preparas para que a tu hijo le acosen (...) pero tú no te planteas “¿y si es mi hija la que acosa?”

“Yo tengo claro que no hay información (sobre salud mental). Y también tengo claro que un psicólogo en un colegio o en un instituto vendría bien (...). Y un profesional que te gestione (...). Es verdad que luego dices “¿por qué chilla [mi hijo/a]?”



“[referente a las redes sociales] (deben) vender también un mundo real, un mundo en el que hay problemas. No podemos pretender que vivamos todos los días felices. Que vean que esos niños también estudian, también se enfadan con sus padres, etc.”

“Que a nosotras no nos han enseñado a gestionar emociones. Yo por lo menos he aprendido a base de darme tortazos y aun así considero que no las sé gestionar bien.”



“Es muy importante para la vida, porque puedes sacar dieces, pero luego llegar a un trabajo y no saber desenvolverte, no saber hablar con tu jefe, no tener autocontrol, o no tener empatía (...). Tienen que prevenir e invertir dinero en psicólogos, en psicopedagogos.”

PROFESIONALES

Cambio en las demandas en los últimos años (casos poliproblemáticos)

Más concienciación tras la pandemia

De 8 a 11 años: problemas de aprendizaje, TDAH, problemas emocionales y conductuales. Miedos nocturnos, enuresis y encopresis. TOC de contaminación

De 12 a 16 años: problemas de autoestima, soledad e incompreensión en casa, bajo rendimiento escolar y absentismo, problemas de adaptación y en las relaciones sociales, ansiedad (ante exámenes, al rechazo...),

“(...) es difícil encontrar esos problemas tan puros, un trastorno tan concreto, ya sea a nivel emocional o conductual. Esa categoría del DSM que este niño cumple con todos los síntomas, sino que encontramos niños, poliproblemáticos, ...”



“Hay muchos problemas de apego (...) bien muy ansioso o bien evitativo (...) Les cuesta mucho establecer vínculos y eso luego se ven las relaciones de amistad, de pareja, ...”



“Creo que es soledad lo que más sienten los adolescentes. Soledad y falta de cariño.”

“Los nenes no son escuchados principalmente en sus casas (...) Necesitan ser escuchados.”

(...) tienen baja tolerancia al malestar porque no saben pasarlo mal, no han aprendido a pasarlo mal. Necesitan una recompensa inmediata.”



“Después de la pandemia, (la demanda) está más focalizada en aspectos emocionales del niño: está nervioso, está somatizando, le duele la cabeza, no duerme... o también a nivel conductual de muy poca tolerancia a la frustración, de conductas muy explosivas que desestabilizan completamente a la familia y los colegios.”

En común:

- Baja tolerancia a la frustración
- Problemas de apego
- Soledad

PROFESIONALES

Dificultades: baja implicación paterna, patología familiar, altas expectativas y búsqueda de responsabilidad externa a los problemas

Evitación de los problemas

Internet y redes sociales: las dos caras de una moneda

Más autolesiones y no estamos preparados



“(...) les digo a los padres: esto no es un taller, a mí no me traes al niño para que te lo arregle. Le pido que entre conmigo (a consulta) y me dice: Ay no, es que el horario es perfecto para ir a comprar.”

“Hay una evitación en general. Se evita ver el problema (...) No pasa nada, ya resolverán (los conflictos sociales), ya dejará de portarse mal.”



“(...) la sociedad de la inmediatez también va con esto (...) el malestar, lo tolero mal y una forma de dejar de sentir malestar es sentir dolor físico.”



“(...) Quieren que el niño gestione sus emociones, y ellos (los padres) no lo hacen.” (...) “

“(peligro) incluso el acceso a Internet controlado (...), buscando ejercicios de matemáticas (...) y le llega un banner con una escena de porno.”



“Gracias a las redes está habiendo educación a nivel psicológico (...) están viendo cómo gestionar las emociones si tengo ansiedad,... Identifican mejor cuando necesitan ayuda y piden ayuda.”

PROFESIONALES

En Educación se cuenta con recursos para casos de autolesiones y suicidio, aunque no se les da difusión

Los canales de derivación a los servicios públicos de salud mental, y la salud mental en general, están desbordados

Propuestas para mejorar la salud menal

“Desde el año pasado, Conselleria creó “Som imprescindibles”, que es un programa que ayuda tanto a detectar (que es interesante porque salen bastantes que piensas que no lo son) alumnos con autolesiones o con ideación suicida, y también para intervenir.”



“Están desbordados. Los pacientes se cogen solo gravísimos y al resto les cosen un poco las autolesiones que se han hecho y los mandan para casa.”



“hacer intervenciones (...) preventivas, donde poder desarrollar ciertas habilidades en niños y adolescentes.”

“Otra opción concreta es fomentar en el centro desde el equipo directivo que se metan en los recursos REICO” [...]. Es una acción que serviría para trabajar la salud mental y no se está usando, porque muchos tutores no saben que existe ese banco de recursos.”



“(...) Tomar medidas para que haya más psicólogos infanto juveniles especializados, y no solo PIRes.”



“(Son necesarias) asignaturas de autonomía de la vida.”

CONTACTO

EMAIL

emochild@umh.es

WEB

proyectoemochild.org

