



# Problemas conductuales y emocionales en la infancia y la adolescencia

Los principales elementos con los que el niño nace son aquellos asociados a su sistema nervioso y temperamento, sobre los cuales actúa el ambiente en forma de educación, tanto en el hogar como en la escuela.

DOI: pym.i365.y2016.008



Victoria  
del Barrio



Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED)  
vbarrio@psi.uned.es



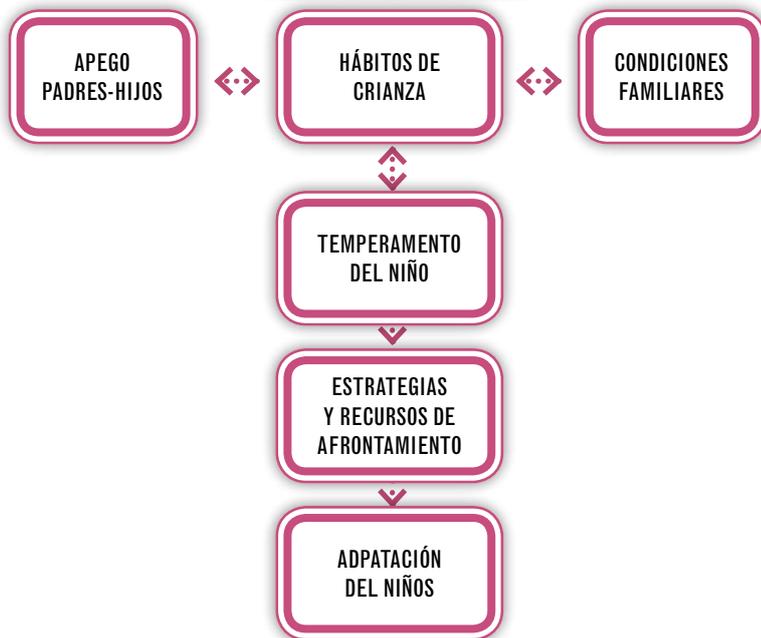
Miguel Á.  
Carrasco



Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED)  
macarrasco@psi.uned.es



Figura 1. Factores intervinientes en la adaptación del niño



Casi todos los adultos piensan que los niños no tienen problemas, que los verdaderos problemas son que se pierda el trabajo, que tu mujer o tu marido te engañe, que el dinero no llegue para terminar el mes, etcétera. Si un hijo le cuenta a su padre que un amigo no quiere jugar con él, que ha perdido un juguete o que debajo de su cama hay un monstruo, en el mejor de los casos, el padre se sonríe y le da unas palmaditas de consuelo, pero en el fondo piensa que son tonterías, “cosas de niños”. Desgraciadamente no lo son, los niños vivencian esos acontecimientos como tragedias que les hacen sufrir mucho, cada uno tiene problemas con el tamaño con el que los percibe y un monstruo bajo la cama es tan amenazante o más para el niño como una bajada de bolsa pueda serlo para sus padres.

Por todo ello, es esencial saber con precisión qué les pasa a los niños y cuánto les afecta lo que les pasa. Esto se logra, naturalmente, con una buena observación o evaluación. Pero es importante conocer las distintas perspectivas, no sólo la del propio niño, sino la de los padres y los maestros, para poder ponderar la visión de cada cual y construir el puzzle completo. Esto permitirá un mejor manejo de la situación teniendo en cuenta todos los ingredientes que están interviniendo en ella y, como se dice técnicamente, desde una perspectiva multidimensional (Figura 1).

Consistentemente se sabe que los niños y los adultos difieren en la cuantificación de los problemas. Los padres y los maestros tienden a percibir, como es lógico, más fácilmente los problemas de conducta exteriorizados, ya que se ven, llaman la atención y son molestos. Sin embargo por lo que respecta a problemas afectivos más interiorizados son los niños los que informan con mayor precisión y esto es perfectamente coherente, ya que estos trastornos tienen síntomas ocultos a la observación y pueden pasar desapercibidos a los otros. Es sorprendente que cuando un niño o un adolescente se suicida (en la mayor parte de los casos debido a una depresión grave) los padres y los maestros no habían percibido el problema y se convierte para todos en una amarga sorpresa.

### ¿Qué problemas emocionales pueden presentar los niños? Tipos y frecuencias

Como ya hemos apuntado, los problemas en el mundo infantojuvenil se pueden clasificar en cuatro grandes géneros: problemas de conducta, problemas emocionales, problemas de nivel intelectual y desarrollo, y psicosis. En el primer caso, están los trastornos de conducta, oposición desafiante, TDAH (trastorno con déficit de atención con hiperactividad) y socialización, que suponen un 10-15% de la población infantojuvenil. En el segundo, se engloban los trastornos de ansiedad y depresión (10-21%); en el tercero, los retrasos mentales y trastornos del desarrollo (que oscilan entre 1-2%) y en el cuarto, las psicosis (1%).

La mayor parte de los trastornos, aunque no todos, se incrementan con la edad y la etapa más prevalente es la adolescencia, en donde se agudizan todos ellos. Muchos problemas aparecen desde el nacimiento, como el retraso mental, el autismo o el TDAH, y otros van apareciendo en distintas etapas de la vida como la depresión, la ansiedad o los problemas de alimentación. La mayor parte de los trastornos tienen también distintas prevalencias en relación con el sexo. Los varones tienen mayor pro-

**Figura 2. Estructuras implicadas en respuestas a la adaptación**


clividad a desarrollar trastornos de conducta, TDAH, autismo o psicosis, mientras que las mujeres sufren con mayor frecuencia depresión, ansiedad o trastornos de alimentación.

Los trastornos exteriorizados más prevalentes en los niños pequeños son los de baja intensidad y en la población en general, pero si hablamos de trastornos propiamente dichos, en la adolescencia se da con mayor prevalencia e intensidad.

En general, estos trastornos, cuando son graves, tienen una incidencia parecida en todos los contextos, pero en su forma leve existen importantes diferencias transculturales.

### ¿Qué factores intervienen en su aparición?

La meta de la ciencia consiste en estudiar los fenómenos, averiguar sus causas y generar un sistema de actuación que permita controlarlos. Como decía Compton: "Saber para prever y prever para poder". Cuando los acontecimientos atañen al hombre, como puede ser el caso de la medicina, la sociología y la psicología, se ha sustituido, en la mayor parte de los casos, el concepto causa por el de factores de riesgo ya que, en este caso, hay una pluralidad de elementos que coadyuvan a la aparición de un determinado acontecimiento, como ocurre en el caso de la mayor parte de los trastornos psicológicos. Curiosamente un mismo acontecimiento puede desencadenar trastornos diametralmente opuestos, como por ejemplo, la hostilidad paterna puede ocasionar depresión o trastornos de conducta en los hijos. ¿Cómo puede ocurrir esto? Precisamente porque la conducta humana tiene muchos ingredientes que reaccionan de distinta manera al interactuar con los otros (Figura 2)

El ingrediente primero y esencial es la dotación genética de la que se compone el cuerpo de cada cual que, en último término, es un sistema de facilitación de respuestas, pero esa se da ante estímulos que provienen en su mayor parte del mundo circundante. En resumen, estamos ante la vieja dialéctica de *natura*

vs *nurtura*. Los niños se alimentan con aquello que les proporciona el ambiente, pero éste no puede dar cualquier tipo de nutriente, debe proporcionar sólo aquel que el organismo puede procesar. Hay alimentos fácilmente procesables y, por el contrario, otros que producen una desorganización.

Esto mismo que ocurre en la alimentación física acontece en la asimilación psicológica, cada niño tiene unas características biológicas que facilitan un tipo de reacciones. El ambiente ha de ajustarse a ellas, si se pretende lograr la adaptación armoniosa del niño al mundo, "el ajuste", éste es el término que una y otra vez hace referencia a la armonía entre el niño y su ambiente. Por ejemplo, si a un niño temperamentalmente introvertido (*natura*) se le somete a una estimulación excesiva (*nurtura*) puede llegar a desarrollar ansiedad, porque no puede atender y procesar esa excesiva estimulación, pero un niño extrovertido, por el contrario, se sentirá como pez en el agua. Hay que atender a cómo es el sujeto para poder escoger el modo más ajustado de su educación.

Los principales elementos con los que el niño nace son aquellos asociados a su sistema nervioso y temperamento, sobre los cuales actúa el ambiente en forma de educación, tanto en el hogar como en la escuela, y en ambos contextos se ayuda o



**Tabla 1. Principales indicadores de desajuste psicológico en niños y adolescentes para la identificación de problemas conductuales y emocionales**

Familia		
Funcionales	Conductual emocionales	Interpersonales
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pesadillas, insomnio, terrores nocturnos.</li> <li>• Falta de apetito o sobreingesta.</li> <li>• Micciones incontroladas.</li> <li>• Negativa a realizar tareas y participar en actividades.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausencia de juego y actividades lúdicas.</li> <li>• Tristeza, ensimismamiento, apatía, irritabilidad.</li> <li>• Miedos frecuentes.</li> <li>• Reacciones de ansiedad.</li> <li>• Preocupaciones excesivas.</li> <li>• Negativa a separarse de los padres.</li> <li>• Negativa a ir al colegio o actividades fuera de casa.</li> <li>• Dolor de barriga, dolor de cabeza, cansancio injustificado, vómitos recurrentes.</li> <li>• Autolesiones.</li> <li>• Frecuentes cambios de humor.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desobediencia, negativismo y conductas desafiantes a padres.</li> <li>• Agresión, insultos, amenazas a los hermanos.</li> <li>• Discusiones y riñas frecuentes.</li> </ul>
Escuela		
Funcionales	Conductual emocionales	Interpersonales
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Falta de persistencia y competencia en la tarea.</li> <li>• Excesivas interrupciones.</li> <li>• Dificultad para permanecer sentado.</li> <li>• No respeta turnos, se muestra impaciente.</li> <li>• No sigue la clase.</li> <li>• Bajo rendimiento escolar.</li> <li>• Inactividad, desinterés por las tareas.</li> <li>• Realiza las actividades sin energía, sin ganas.</li> <li>• Pierde lápices y objetos.</li> <li>• No cuida su material de clase y objetos personales.</li> <li>• Negativa a realizar tareas y participar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausencia de juego y actividades lúdicas.</li> <li>• Tristeza, ensimismamiento, apatía, irritabilidad.</li> <li>• Baja autoeficacia .</li> <li>• Explosiones de ira o enfado.</li> <li>• Aislamiento, retraimiento.</li> <li>• Ansiedad o bloqueos a los exámenes.</li> <li>• Ansiedad al hablar en clase.</li> <li>• Excesiva vergüenza y timidez.</li> <li>• Negativa a permanecer en el colegio.</li> <li>• Dolor de barriga, dolor de cabeza, cansancio injustificado, vómitos recurrentes.</li> <li>• Consumo de drogas.</li> <li>• Hiperactividad.</li> <li>• Problemas de atención.</li> <li>• Pellas, absentismo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desobediencia, negativismo y conductas desafiantes a profesores.</li> <li>• Negativa a participar en grupo.</li> <li>• Ausencia de amigos.</li> <li>• Acoso a otros compañeros.</li> <li>• Rechazo y/o aislamiento de los compañeros</li> <li>• Agresión, intimidación, amenazas, insultos a los compañeros.</li> <li>• Discusiones frecuentes.</li> <li>• Robar, mentir.</li> </ul>

no al niño a aprovechar sus experiencias para aprender a afrontar la vida. De esta manera, se les hace más o menos eficaces y se les dota o no de recursos a la hora de manejar los problemas, ya sean éstos de carácter emocional, social, conductual o de rendimiento. Además, también se puede precisar cuáles son los recursos adecuados para alcanzar una conducta adaptada.

Todo ello convierte la evaluación en un elemento fundamental, ya que permite no sólo localizar el problema y su dimensión; sino que también dibuja el perfil de capacidades de cada caso para poder asentar en ellos la recuperación. En ocasiones, como es el caso que nos ocupa, se puede también fundar la prevención, puesto que la vulnerabilidad es también uno de los factores evaluables. Y esto se lleva a cabo en los dos ambientes inmediatos que rodean al niño más precozmente, la familia y la escuela y que trataremos a continuación.

### ¿Cuáles son sus principales manifestaciones en la familia y la escuela?

Cuando la vida emocional de los niños está alterada, inmediatamente su funcionamiento se resiente en aquellos contextos esenciales en los que emplean la mayor parte de su tiempo: la familia y la escuela. En ambos contextos podríamos identificar tres áreas principales de afectación: funcional, conductual emocional e interpersonal (Tabla 1).

En el contexto familiar, el área funcional se puede evidenciar tanto en la afectación de los hábitos fisiológicos y el autocuidado como en las actividades cotidianas de ocio. Los niños pueden perder la capacidad de disfrutar, y dejan de participar en actividades, bien lúdicas o de participación familiar. Las reacciones emocionales y conductuales pueden ser de carácter más interiorizado (p.ej., tristeza,



## ACTIVIDADES DE AULA

- Entrenar conductas que incrementen la prosocialidad de los niños: escuchar al otro, formular preguntas, dar las gracias, formular quejas, presentar a las personas, pedir ayuda, pedir permiso, compartir, ayudar a los otros, defender a los amigos, defender los derechos propios y ajenos. Una buena forma de implementar estos comportamientos, además de la instrucción es mediante juegos de dramatización: preparar pequeñas escenas o *gaps* guionados (i.e., anuncios, escenas de personajes) en los que se incluyan estas habilidades por grupos y grabarlos en videos. Preparar una pequeña obra de teatro que incluya estas habilidades.
- Promover conductas de desactivación emocional. Dedicar unos minutos en el día (i.e., a la vuelta del descanso) para practicar, respiraciones lentas o estiramientos para relajar un grupo muscular determinado.
- Proponer lecturas y redacciones sobre emociones (i.e., miedo, vergüenza, tristeza). Discutir y hablar sobre la descripción de la emoción, causas, motivos, consecuencias...
- Establecer un panel de normas y sanciones consensuadas y negociadas en asamblea relativas a la relación con los compañeros, el profesor y el colegio (i.e, aula, material, espacios comunes).
- Crear un buzón anónimo donde poder enviar alabanzas, quejas o denuncias sobre los compañeros o la clase.
- Proponer actividades grupales y juegos cooperativos para instruir sobre habilidades y valores interpersonales.
- Utilizar un sistema de premios para comportamientos prosociales y buena conducta.
- Realizar cineforums (visionado y debate de películas) sobre contenidos emocionales y de problemática infantil.
- Establecer un rincón para pensar en el que realizar un tiempo de reflexión y en el que cumplimentar fichas de resolución de conflictos (definir el problema, buscar alternativas y posibles soluciones, establecer un compromiso de cambio).

ansiedad); o de carácter más exteriorizado (p.ej., agresión). Además, es posible que aparezcan frecuentes quejas físicas. Por último y a veces como respuesta a lo anterior, las interacciones con los miembros de la familia se ven afectadas. Aumentan las interacciones hostiles entre padres e hijos y los conflictos con los hermanos (p.ej., rivalidad, celos).

En la escuela, la afectación del área funcional se manifestará principalmente en el rendimiento académico y la percepción de su competencia y autoeficacia académica. El niño desajustado poseerá dificultades para seguir la clase, atender las explicaciones o terminar las tareas, lo que redundará en la no consecución de los objetivos de aprendizaje programados. En la parte conductual emocional, las manifestaciones en la escuela serán principalmente exteriorizadas (p.ej., llamadas de atención), no obstante las conductas interiorizadas (p.ej., aislamiento, desinterés) pueden ser claramente patentes. A nivel interpersonal, es en el contexto escolar en el que de manera más obvia pueden identificarse los problemas de relación con los compañeros, así como con una figura externa de autoridad, como es el maestro o la maestra.

# SENA

I. Fernández-Pinto • P. Santamaría • F. Sánchez-Sánchez • M. Á. Carrasco • V. del Barrio

Sistema de Evaluación de Niños y Adolescentes

de 3 a 18 años

Novedad

+ info



El sistema más completo para la **evaluación** de los **problemas de conducta y emocionales**

**Ansiedad**

Retraso en el desarrollo

Inteligencia emocional

Problemas de conducta

Hiperactividad

Atención

Depresión

Autoestima

Aislamiento

Problemas con los compañeros

Conducta alimentaria

Rigidez

Consumo de sustancias



Evaluación y Corrección online



9 modelos diferentes de cuestionarios

25 minutos de aplicación



A la vanguardia de la evaluación psicológica  
[www.teaediciones.com](http://www.teaediciones.com)



## CAMINANDO JUNTOS

Padres y madres deberían establecer pautas de relación que estimulen la comunicación entre padres e hijos y promuevan un clima familiar positivo: de juego diario (1-20 minutos), Juego del hijo con padre y madre por separado y/o juntos, dejar que niño escoja el tipo de juego, promover la concentración en el juego (evitar distracciones, no atender al móvil etcétera). Si el niño quiere jugar solo, estar presente comentando su actividad. Evitar dar órdenes al niño en el período de juego, si el niño comienza a hacer cosas inconvenientes alejarse o abandonar el lugar diciendo que se continuará cuando se tranquilice, procurar hablar todos los días de las cosas que han sucedido en la escuela, conocer e invitar a los amigos de los hijos para integrarlos, dar pocas órdenes, sólo las imprescindibles, pero que se cumplan seriamente, estar atentos a alabar sus aciertos y a corregir sus errores, procurar fomentar la propia iniciativa, enseñar a atender a las necesidades de los otros. Cuidar la satisfacción y el equilibrio emocional como padres y adultos. Estar atentos a los indicadores emocionales y funcionales del niño para buscar ayuda profesional en caso necesario.

### ¿Qué evaluar y cómo evaluar estos problemas?

La evaluación de los problemas emocionales en los niños incluye la constatación de la presencia de síntomas e indicadores antes mencionados, pero además requiere evaluar la gravedad y el conjunto de factores de riesgo asociados que puedan dar cuenta del origen o mantenimiento de estas dificultades: desarrollo evolutivo, temperamento o personalidad, reactividad y capacidad de regulación, autoconcepto y autoestima, funcionamiento intelectual, rendimiento académico o la presencia de psicopatología. La alerta debe activarse cuando la presencia de estos indicadores sea lo suficientemente frecuente, intensa o duradera como para producir un malestar subjetivo en el niño y/o interferir en su funcionamiento cotidiano dentro del contexto familiar, escolar o comunitario. Todo ello debe explorarse en relación con los diferentes contextos en los que el niño se desenvuelve (familia, escuela, comunidad) y las variables de riesgo que en cada uno de ellos puedan acontecer.

Para realizar la evaluación de estos problemas se necesitan herramientas de más o menos complejidad en función del nivel técnico de quien las utilice. La más básica y accesible es la observación espontánea. Existen también instrumentos sistematizados más complejos y con mayor precisión que incluyen registros de observación, entrevistas estructuradas, cuestionarios o escalas de puntuación.

De especial importancia son los instrumentos multidimensionales de cribado o despistaje como el SENA, *Sistema de evaluación de niños y adolescentes de reciente publicación* (TEA Ediciones, 2015) o el TAMAI, *Test autoevaluativo multifactorial de adaptación infantil* (TEA Ediciones, 1990-2015) que permiten identificar los diferentes indicadores de cada uno de los trastornos conductuales o emocionales, y facilitar una puntuación de gravedad o significación que alertaría para una evaluación más pormenorizada.

### ¿Cómo prevenir los problemas emocionales y conductuales en los niños?

La mejor manera de prevenir los problemas psicológicos es conocerlos lo más precozmente posible y preparar al niño para que sus condiciones personales le fortalezcan emocionalmente a fin de controlar aquellos factores de riesgo del contexto que aumentan la probabilidad de que aparezcan desajustes.

Las condiciones personales que favorecen la fortaleza emocional del niño requieren promover e instaurar competencias en diferentes áreas:

- Afrontamiento. Instaurar estrategias de afrontamiento adecuado de las dificultades: manejo activo del problema mediante estrategias de resolución de problemas, valoración adecuada y equilibrada de los problemas, control de la evitación.
- Autorregulación. Promover la autorregulación emocional: aprender a controlar los impulsos, controlar la atención y desarrollar estrategias de reducción de la activación y el malestar. Entrenar y promover la fuerza de voluntad (empeño para perseguir una meta) y el esfuerzo sostenido o la persistencia para la consecución de metas y el alcance de logros. Resistir la frustración y saber esperar la gratificación.
- Autovaloración. Promover la autonomía, la percepción de autoeficacia y autoestima.



- Pensamiento adaptativo. Aprender a pensar en positivo y de forma adaptativa sobre uno mismo (p.ej., valorar lo positivo), sobre su pasado (p.ej., reconocer las experiencias positivas) y sobre el futuro (p.ej., promover expectativas ajustadas y positivas).
- Competencia interpersonal. Instaurar habilidades interpersonales competentes y eficaces.
- Competencia emocional. Aprender a identificar, conocer y comprender las emociones y manejarlas eficazmente. Las condiciones ambientales externas al niño que favorecen un desarrollo psicológico equilibrado, ajustado y saludable incluyen, al menos:
  - Estilo educativo familiar y escolar adecuado. Promover un estilo educativo autoritario que combina de forma equilibrada el amor y el control. Establecer reglas y límites mediante estrategias de inducción y control positivo desde el cariño, el afecto y la comunicación positiva. Evitar el autoritarismo, la sobreprotección, la permisividad y la negligencia.
  - Clima positivo. Favorecer un contexto amoroso, empático, colaborador, pacífico, que evite la hostilidad y maneje el conflicto sin violencia. Un ambiente responsivo a las necesidades de los niños y atento a sus peticiones. Un contexto que sepa poner y mantener límites y reglas de forma consistente y razonada.



- Integración. Promover la participación en grupos de compañeros y amigos, actividades colaborativas y comportamientos prosociales. Atender al posible rechazo o aislamiento del grupo.
- Ocio. Instaurar aficiones, actividades lúdicas y placenteras.
- Salud psicológica de los educadores. Padres y profesores deben cuidar su salud, promover su bienestar emocional, regular sus niveles de estrés y ansiedad, entrenar sus habilidades emocionales e interpersonales, buscar apoyo social y equilibrio personal •



## PARA SABER MÁS

BOSTICK, R. (2015). Triple P - Positive Parenting Program. Recuperado de [www.triplep.net](http://www.triplep.net)

CARRASCO, M. A. Y DEL BARRIO, V. (2013). *Guía de evaluación y tratamiento psicológicos en el contexto clínico*. Madrid: Torres

DEL BARRIO, V. (2015). *Emociones infantiles*. Madrid: Síntesis.

DEL BARRIO Y CARRASCO, M. A. (2014). *Depresión Infantil y adolescente*. Madrid: Síntesis.



## HEMOS HABLADO DE

**Problemas emocionales; conductuales; niños y adolescentes; evaluación; prevención en el contexto escolar y familiar.**

Este artículo fue solicitado por PADRES y MAESTROS en septiembre de 2015, revisado y aceptado en enero de 2016.