

APOYO PSICOSOCIAL A NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES CON DISCAPACIDAD

ANTE LA CRISIS FRONTERIZA

1	2	3	4
COMPRENDER	COMUNICAR	ACOMPañAR	PARTICIPAR

Aportaciones complementarias

A la guía «Infancia y adolescencia frente a la crisis fronteriza». Adaptación desde la perspectiva de la discapacidad, la comunicación y la inclusión.

Una respuesta inclusiva parte de la persona concreta

Comprensión real · apoyos habituales · seguridad · vínculos · autonomía · continuidad cotidiana

APASCIDE-CEUTA

Punto de partida

Las recomendaciones generales de la guía son aplicables a niños, niñas y adolescentes, pero algunas requieren ajustes relacionados con la comprensión, la comunicación, la regulación emocional y el acceso a la información.

La aportación de APASCIDE

Complementar la guía desde una perspectiva inclusiva, atendiendo a la persona concreta y a sus apoyos habituales, sin asumir que la discapacidad implica por sí misma una mayor afectación psicológica.

1 ADAPTAR LA INFORMACIÓN A LA PERSONA

La edad cronológica no debe ser el único criterio. Deben considerarse comprensión, competencias comunicativas, capacidad de abstracción y necesidades sensoriales.

- Utilizar mensajes breves, concretos y coherentes.
- Comprobar qué ha entendido realmente la persona.
- Mantener sus apoyos habituales de comunicación: lengua de signos, pictogramas, SAAC, apoyos visuales u otros recursos.
- Repetir la información cuando sea necesario sin añadir continuamente nuevos elementos que aumenten la incertidumbre.

COMPRENDER

Qué necesita saber y qué puede comprender.

EXPRESAR

Disponer de un medio real para comunicar cómo lo vive.

CONTINUAR

Conservar seguridad, vínculos, autonomía y vida cotidiana.

Dar la información que la persona necesita y puede comprender en ese momento.

2 DETECTAR EL MALESTAR MÁS ALLÁ DE LAS PALABRAS

El miedo, la preocupación o la ansiedad no siempre se expresan verbalmente. La referencia principal debe ser el funcionamiento habitual de la persona.

POSIBLES CAMBIOS

- Irritabilidad o aislamiento.
- Sueño o alimentación.
- Mayor dependencia.
- Conductas repetitivas.
- Menor participación.
- Atención o necesidad reiterada de información.

LA PREGUNTA CLAVE

**¿Qué hacía antes
y qué hace ahora?**

Comparar con su propia línea de base.

3 REFORZAR LA PREVISIBILIDAD Y LAS RUTINAS

La continuidad cotidiana puede actuar como factor de protección y, en algunas personas, cumple además una importante función de regulación.

- Preservar horarios, actividades y personas de referencia siempre que sea posible.
- Anticipar qué va a cambiar, cuándo y qué ocurrirá después.
- Explicar también qué elementos de la vida cotidiana van a permanecer igual.
- Mantener los apoyos de anticipación que la persona ya utiliza.

ANTES	DURANTE	DESPUÉS
Anticipar el cambio	Mantener referentes	Explicar qué vuelve a la normalidad

«Hoy algunas cosas son diferentes, pero muchas otras siguen siendo iguales».

4 UTILIZAR UN LENGUAJE SERENO, NO ALARMISTA NI POLARIZADOR

Las palabras de las personas de referencia pueden aumentar o disminuir la percepción de amenaza. Cuando existen dificultades para interpretar el lenguaje figurado, contextualizar afirmaciones o valorar probabilidades, determinadas expresiones pueden entenderse literalmente.

EVITAR O CONTEXTUALIZAR

- «Nos han invadido».
- «Resistencia».
- «Defendernos».
- Enfrentamiento permanente entre grupos.
- Generalizaciones de «ellos» frente a «nosotros».

FAVORECER

- Explicar qué se sabe y qué no se sabe.
- Diferenciar hechos, interpretaciones y temores.
- Validar sin confirmar escenarios catastróficos.
- Evitar intenciones colectivas atribuidas a grupos.
- Reforzar seguridad, convivencia y confianza.

INFORMAR sin alarmar · EXPLICAR sin dramatizar · VALIDAR sin amplificar

5 REGULAR LA EXPOSICIÓN A INFORMACIÓN E IMÁGENES

- Evitar la repetición continua de vídeos o imágenes impactantes.
- Comprobar si distingue cuándo y dónde ocurrió una imagen o si está viendo repetidamente el mismo acontecimiento.
- Contextualizar la información y corregir interpretaciones erróneas sin sobreinformar.
- Recordar que conversaciones, mensajes reenviados y comentarios de otras personas también forman parte de la exposición.

INFORMACIÓN → INTERPRETACIÓN → EMOCIÓN

No basta con saber qué recibe: necesitamos saber qué significado le está dando.

6 EVITAR UN DOBLE ERROR DE INTERPRETACIÓN

La valoración del malestar exige conocer cómo funcionaba la persona antes de la crisis y centrarse en cambios significativos respecto a su propia línea de base.

1. PATOLOGIZAR LO HABITUAL

Una conducta repetitiva, una forma particular de comunicarse o una necesidad de apoyo puede formar parte del funcionamiento habitual. Su mera presencia no permite concluir que exista una reacción psicológica nueva.

¿Ya estaba presente o ha aumentado claramente?

2. ATRIBUIR EL CAMBIO A LA DISCAPACIDAD

Irritabilidad, aislamiento, alteraciones del sueño, rechazo de actividades o mayor dependencia pueden considerarse «parte de su discapacidad» cuando representan un cambio relevante y una posible forma de expresar malestar.

¿Qué ha cambiado y desde cuándo?

CAMBIO + INTENSIDAD + DURACIÓN + INTERFERENCIA + EVOLUCIÓN

7 GARANTIZAR ACCESIBILIDAD EMOCIONAL Y COMUNICATIVA

La disponibilidad para escuchar solo es útil si la persona dispone de un medio real para expresarse.

- Mantener los sistemas de comunicación que ya conoce y utiliza.
- Aceptar formas de expresión no verbales o alternativas al lenguaje oral.
- Ofrecer apoyos para identificar o elegir emociones cuando sean habituales.
- No forzar relatos sobre experiencias dolorosas.
- Evitar introducir precipitadamente sistemas nuevos en plena situación de estrés.

ESCUCHAR

COMPRENDER

EXPRESAR

8 PRESERVAR AUTONOMÍA Y PARTICIPACIÓN

Transmitir seguridad no debe convertirse en transmitir incapacidad. La preocupación puede aumentar innecesariamente la dependencia o retirar actividades que la persona realizaba con normalidad.

- Mantener responsabilidades y actividades habituales cuando las condiciones objetivas lo permitan.
- Ofrecer oportunidades reales de elección y participación.
- Ajustar apoyos sin sustituir automáticamente a la persona.
- Evitar restricciones basadas únicamente en el miedo de quienes la rodean.
- Revisar las medidas temporales para que no se conviertan en limitaciones permanentes.

APOYO



PARTICIPACIÓN



AUTONOMÍA

Proteger no significa hacer por la persona aquello que puede seguir haciendo con los apoyos adecuados.

9 INDIVIDUALIZAR ANTES QUE GENERALIZAR

No existe una única respuesta válida para «las personas con discapacidad».

Dos personas con el mismo diagnóstico pueden comprender, comunicar y afrontar una misma situación de formas muy diferentes. La adaptación debe partir de la persona concreta: capacidades, necesidades, apoyos habituales, forma de comunicación y contexto familiar.

SEGURIDAD

INFORMACIÓN

RUTINAS

VÍNCULOS

AUTONOMÍA

10

El aula puede ser uno de los principales espacios de seguridad y normalidad. Estas orientaciones concretan la aplicación educativa de los principios anteriores sin convertir al docente en profesional de la salud mental.

NORMALIDAD Mantener la actividad educativa ordinaria. Recuperar clases, tareas, descansos y relaciones entre iguales aporta continuidad.	COMPRENSIÓN Comprobar discretamente qué ha entendido sobre aquello que afecta a su actividad o seguridad.
OBSERVACIÓN Atención, participación, tareas, relación con compañeros, asistencia o búsqueda reiterada de referentes pueden mostrar cambios.	GRUPO Prevenir burlas, culpabilizaciones, generalizaciones sobre colectivos y situaciones de rechazo; favorecer matices y convivencia.
PERTENENCIA Las adaptaciones deben facilitar la participación en la actividad común, no convertirse en aislamiento.	COORDINACIÓN Tutoría, orientación, familia y profesionales pueden contrastar cambios y estrategias útiles, preservando la confidencialidad.
NO DIAGNOSTICAR El docente detecta y describe cambios respecto al funcionamiento habitual; no le corresponde establecer un diagnóstico.	EXPECTATIVAS Flexibilizar temporalmente algunas demandas no implica reducir automáticamente participación u oportunidades de aprendizaje.
PEDIR APOYO Intensidad, duración, interferencia y evolución orientan cuándo complementar la respuesta educativa ordinaria.	

El docente no necesita tener todas las respuestas. Necesita ofrecer un entorno comprensible, predecible y seguro; observar los cambios; facilitar la participación y saber cuándo solicitar apoyo.

11

La familia aporta una información especialmente valiosa porque conoce el funcionamiento cotidiano de la persona y puede observar aspectos que no aparecen en el centro educativo.

VIDA COTIDIANA

Conservar el clima cotidiano del hogar. La preocupación no debería hacer que comidas, conversaciones y momentos familiares giren permanentemente alrededor de la crisis.

OBSERVAR

Sueño, alimentación, aseo, salidas, separación de figuras familiares o actividades de ocio pueden revelar cambios.

SEÑALES NO VERBALES

Tono de voz, gestos, cambios de rutina o conversaciones entre otras personas pueden convertirse en señales de peligro.

LO QUE FUNCIONA

Comunicar qué personas, actividades, apoyos o estrategias ayudan a tranquilizar, organizar o facilitar la comunicación.

PEDIR ORIENTACIÓN

Solicitar ayuda si el cambio aumenta, persiste, interfiere significativamente en la vida cotidiana o evoluciona desfavorablemente.

REFERENCIA ESTABLE

Ante preguntas reiteradas, ofrecer respuestas coherentes desde las figuras habituales en lugar de numerosas versiones o rumores.

ESCUCHAR

Ante una preocupación poco realista, averiguar primero qué ha entendido, qué cree que puede ocurrir y de dónde procede esa interpretación.

COMPARTIR

Saber si una modificación aparece en varios contextos ayuda a valorar su importancia y evita interpretaciones precipitadas.

APOYAR SIN SUSTITUIR

Si puede seguir realizando una actividad con sus apoyos habituales, la crisis no debería llevar automáticamente a hacerla por ella.

Transmitir seguridad no significa prometer que nada difícil ocurrirá. Significa que la persona sabe que contará con apoyo, información comprensible y personas disponibles para acompañarla.