



I. E. RODRIGO CORREA PALACIO

Aprobada por Resolución 16218 de noviembre 27 de 2002
DANE 105001006483 - NIT 811031045-6

Actividades de apoyo

Código PAC-13-01

Fecha: enero 19 de 2024

Versión: 03

Página 1 de 3



ACTIVIDADES DE APOYO - SEGUNDO PERIODO

| | |
|---|------------------------|
| Área: ÉTICA | Grado: GRADO 11 |
| Docente: Nestor Albeiro Cataño Cordoba | |

Indicadores de desempeño

Realizar ejercicios de escritura creativa alrededor de las creencias y actitudes frente al conflicto y la dinámica del mismo.

Actividades para desarrollar

Con base al marco teórico y al ejemplo de cuento tradicional con evidencia de posibles afectaciones emocionales, elegir un nuevo cuento y redactar cómo se pueden relacionar posibles problemas emocionales.

Marco teórico (*)

Problemas emocionales

Los problemas emocionales son alteraciones en la regulación emocional que afectan el bienestar mental y físico de una persona. En adolescentes, estos problemas son especialmente críticos debido a la etapa de desarrollo en la que se encuentran, caracterizada por cambios físicos, psicológicos y sociales significativos. Entre los problemas emocionales más prevalentes en esta población se encuentran la ansiedad, la depresión y la ideación suicida (Espada et al., 2021).

La ansiedad se define como una sensación intensa y persistente de miedo o preocupación ante situaciones cotidianas. En adolescentes, las características más comunes incluyen nerviosismo constante, inquietud, dificultad para concentrarse, problemas para dormir y síntomas físicos como palpitaciones, sudoración y temblores, destacando las somatizaciones. Las consecuencias de la ansiedad no tratada pueden incluir bajo rendimiento académico, aislamiento social y un mayor riesgo de desarrollar otros problemas de salud mental (Herskovic & Matamala, 2020).

La depresión en adolescentes se caracteriza por una tristeza profunda y persistente, pérdida de interés en actividades que antes se disfrutaban, cambios en el apetito y el sueño, fatiga, sentimientos de inutilidad o culpa y, en casos graves, pensamientos de muerte o suicidio. La depresión puede afectar significativamente el rendimiento académico y las relaciones sociales del



I. E. RODRIGO CORREA PALACIO

Aprobada por Resolución 16218 de noviembre 27 de 2002
DANE 105001006483 - NIT 811031045-6

Actividades de apoyo

Código PAC-13-01

Fecha: enero 19 de 2024

Versión: 03

Página 2 de 3



adolescente, llevando a un deterioro general de su calidad de vida. Si no se trata, la depresión puede tener consecuencias a largo plazo, incluyendo un mayor riesgo de recaídas en la edad adulta (Bermúdez, 2018).

La ideación suicida se refiere a pensamientos recurrentes sobre acabar con la propia vida. En adolescentes, estos pensamientos pueden surgir como resultado de una combinación de factores como la presión académica, problemas familiares, acoso escolar, trastornos mentales como la depresión y la ansiedad, y situaciones traumáticas. La ideación suicida es una señal de alerta crítica que requiere intervención inmediata para prevenir intentos de suicidio y proporcionar el apoyo necesario al adolescente (Larraquibel et al., 2020).

(*) Tomado de: "Aula emocionarte": propuesta de un programa de arteterapia y musicoterapia para prevenir y mitigar los problemas emocionales en educación secundaria obligatoria.

Ejemplo de cuento tradicional con evidencia de posibles afectaciones emocionales

En la historia de "Caperucita Roja", una niña debe atravesar el bosque para llevar comida a su abuela enferma. A lo largo del camino, se encuentra con el lobo, quien la engaña y, finalmente, ataca tanto a la abuela como a Caperucita. Sin embargo, en versiones más modernas del cuento, un cazador las rescata a tiempo.

Problemas Emocionales Evidenciados:

Ansiedad:

Caperucita Roja y la Inseguridad en el Bosque: Caperucita experimenta una fuerte sensación de ansiedad mientras camina sola por el bosque. Este espacio desconocido y amenazante representa las preocupaciones y miedos que muchas veces enfrentan los adolescentes en su vida diaria. El lobo simboliza esa fuente constante de estrés que los adolescentes a menudo encuentran en situaciones cotidianas, como la presión académica o social. El nerviosismo de Caperucita, la inquietud al enfrentarse al lobo y su confusión en el camino reflejan los síntomas de ansiedad que muchos jóvenes viven: la sensación de estar perdidos o sin control en situaciones importantes.

Depresión:



I. E. RODRIGO CORREA PALACIO

Aprobada por Resolución 16218 de noviembre 27 de 2002
DANE 105001006483 - NIT 811031045-6

Actividades de apoyo

Código PAC-13-01

Fecha: enero 19 de 2024

Versión: 03

Página 3 de 3



La Abuela y el Aislamiento: La abuela, que vive sola en el bosque, puede representar a alguien que está atrapado en la depresión. Se siente aislada y apartada de la sociedad, esperando que alguien la visite. Los cambios en su estilo de vida y la falta de energía simbolizan la pérdida de interés y la fatiga que son comunes en personas que luchan con la depresión. Este aislamiento y soledad también pueden reflejar cómo los adolescentes se sienten desconectados del mundo que los rodea.

Ideación Suicida:

El Lobo como Metáfora de la Ideación Suicida: El lobo en el cuento puede simbolizar los pensamientos destructivos y la amenaza constante de peligro que representa la ideación suicida. Cuando Caperucita y la abuela son devoradas por el lobo, esto puede interpretarse como la sensación de desesperanza extrema, donde los personajes sienten que no hay escapatoria. En esta versión del cuento, la intervención del cazador simboliza la importancia de la ayuda externa y el apoyo necesario para enfrentar esos pensamientos oscuros. Es un recordatorio de que, aunque el peligro esté presente, siempre hay alguien que puede intervenir para salvarnos.