



Childhood Anxiety

La Ansiedad en Los Niños



Evelying Cohen, AMFT 135454

Evelyng Cohen, AMFT 135454

- **Bilingüe-Bicultural-Biracial**
- **Terapia narrativa**
- **Bajo la supervisión de
Jenica McKeown LCSW
(#62086)**
- Bilingual-Bicultural-Biracial.
- Practices narrative therapy.
- Under the supervision of
Claudia Rios, LMFT (#97264)



Presented by:



Anxiety Disorders: A Group of Mental Disorders

Trastornos de Ansiedad - Grupo de Síntomas y Causas



Anxiety disorders are a group of mental illnesses that cause constant and overwhelming fear.

La ansiedad es un estado caracterizado por una sensación de inquietud o tensión ante la anticipación de un peligro.

Types: Generalized Anxiety Disorder, Panic Disorder, Phobia-related disorders (specific phobias, social anxiety disorder, agoraphobia, separation anxiety disorder, selective mutism).



Tipos: Trastorno de ansiedad generalizada, Trastorno de pánico, Trastorno Obsesivo-Compulsivo, Trastorno por Estrés Postraumático (TEPT), Fobia social y otros tipos de fobias.



Group Activity

Actividad en grupo

Understanding Anxiety

Entendiendo la Ansiedad



Stage 1. Feeling anxious and wanting to deal with it.

Stage 2. Attempting to avoid the situation.

Stage 3. Feeling a temporary sense of relief

Stage 4. Returning to a state of heightened anxiety.

Etapa 1. Sintiendo el Miedo.

Etapa 2. Evitación.

Etapa 3. Alivio moment.

Etapa 4. Preocupación.

Each individual experiences anxiety differently
Cada persona vive su ansiedad de forma diferente



Uncover Meaning In Life Transitions

Descubre el sentido de transiciones en la vida



- Exploring the stories behind change
 - Creating distance from the problem
 - Identifying preferred narratives
 - Building meaning from experiences
 - Supporting long-term growth
-
- Explorando las historias detrás del cambio
 - Creando distancia del problema.
 - El poder de las historias preferidas
 - Creando sentido de las historias
 - Apoyando el crecimiento a largo plazo



Art Activity: Part 2

Actividad: Parte 2

Reactivity
Reaccionando

Unique Outcomes

Respuestas Unicas

Recognizing Positive
Well-Being

Reconociendo el
buen vivir



THANK YOU!-GRACIAS!



- evelyn@wellmamasounseling.com
- 858-252-4810

www.wellmamasounseling.com

info@wellmamasounseling.com

IG @wellmamas.counseling

858-683-3793

2831 Camino Del Rio South SD 92108