



MÁSTER UNIVERSITARIO EN FORMACIÓN DEL PROFESORADO DE SECUNDARIA,
BACHILLERATO, CICLOS, ESCUELAS DE IDIOMAS Y ENSEÑANZAS DEPORTIVAS

PREVENCIÓN E INTERVENCIÓN PARA REDUCIR LAS CONDUCTAS AUTOLÍTICAS A TRAVÉS DEL FOMENTO DE LA AUTOESTIMA

Presentado por:

INMACULADA PÉREZ ESPADAS

Dirigido por:

DIEGO NAVARRO MATEU

CURSO ACADÉMICO

2023/2024

Resumen

El siguiente trabajo se desarrolla en el ámbito educativo tras la realización de las prácticas del Master en el Centro Educativo Concertado Don Bosco en Granada. Tras la observación directa tanto del alumnado como de sus familias y las entrevistas con el equipo educativo se detecta la necesidad de crear un plan de prevención e intervención para reducir las conductas autolíticas a través de la mejora de la autoestima en las aulas. Se pretende dar cobertura a la falta de formación y adquirir conocimientos sobre indicadores de riesgo, conductas y actitudes derivadas de la problemática emergente entre los adolescentes sobre las conductas autolíticas. Además de sensibilizar y poder llevar a cabo el uso de herramientas y recursos necesarios para lidiar con dicha problemática. Por ello el papel de la educación es determinante en el acompañamiento del desarrollo del alumnado, en el abordaje de sus diferentes problemáticas y fomentar su salud mental. Por lo tanto, trabajar desde el fomento de la autoestima también promueve la adquisición de recursos y alternativas comportamentales ante situaciones de riesgo desde edades tempranas. Se llevará a cabo a lo largo del trabajo un área de intervención teórico y práctica en todas las sesiones y actividades del plan de intervención abarcando a toda la comunidad educativa fomentando la cooperación y seguridad, así como el establecimiento de un clima cálido y de apoyo. Es crucial el establecimiento de esta temática de trabajo en el ámbito educativo para poder lograr una mejora del bienestar del alumnado.

Palabras clave: Educación secundaria, Autolesiones, Conductas autolíticas, Metodologías activas, Proyecto de Intervención.

Abstract

The present work has been developed in the educational field after completing the internship for the Master's programme at Don Bosco state assisted private school in Granada. Through direct observation of both students and their families, and interviews with the educational team, the need to create a prevention and intervention plan to reduce self-harming behaviours by improving self-esteem in the classroom was identified. The aim of this plan is to address the lack of training and to gain knowledge about risk indicators, behaviours, and attitudes associated with the emerging problem of self-harm among teenagers. In addition, the goal is to raise awareness and implement the necessary tools and resources to deal with this issue. Therefore, the role of education is crucial in supporting students' development, addressing their various problems, and promoting their mental health. Thus, working on enhancing self-esteem also promotes the acquisition of resources and behavioral alternatives in risky situations from an early age. Throughout the work, a theoretical and practical intervention area will be developed in all the sessions together with activities from the intervention plan, involving the entire educational community to encourage cooperation and safety, as well as the establishment of a warm and supportive environment. Establishing this theme in the educational context is crucial to improving the well-being of the students.

Keywords: Secondary education, Self-harm, Self-harming behaviours, Active methodologies, Intervention Project

ÍNDICE DE CONTENIDO

Introducción	8 - 9
Justificación.	9 - 13
Objetivos.	13 - 14
Presentación De Capítulos	14 - 16
Metodología	16 - 18
Metodología del TFM	16
Metodología del Plan de Intervención.....	16 - 18
Desarrollo Del Trabajo	19 - 62
Marco Teórico	19 - 22
Marco Normativo Estatal y Específico de Andalucía	22 - 27
Contextualización del Centro Educativo	27 - 29
Análisis de la Realidad Escolar.....	30 - 31
Identificar posibles Ámbitos de Mejora.	31 - 33
Planificación de un Plan de intervención	33 - 62
Sesiones para el Alumnado de Tercero de ESO:	35 - 56
Sesiones para el Personal Docente:	56 - 60
Sesiones para las Familias del Alumnado de Tercero de ESO:	60 - 63
Evaluación	63 - 65
Conclusiones	65 - 67
Referencias	68 - 77
Anexos	78 - 118

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Primera sesión para el alumnado.....	35
Tabla 2: Segunda sesión para el alumnado.....	36
Tabla 3: Tercera sesión para el alumnado.....	37
Tabla 4: Cuarta sesión para el alumnado.....	38
Tabla 5: Quinta sesión para el alumnado.....	39
Tabla 6: Sexta sesión para el alumnado.....	40
Tabla 7: Séptima sesión para el alumnado	41
Tabla 8: Octava sesión para el alumnado	42
Tabla 9: Novena sesión para el alumnado	43
Tabla 10: Séptima sesión para el alumnado	44
Tabla 11: Séptima sesión para el alumnado	45
Tabla 12: Séptima sesión para el alumnado	45-46
Tabla 13: Séptima sesión para el alumnado	46-47
Tabla 14: Séptima sesión para el alumnado	47-48
Tabla 15: Séptima sesión para el alumnado	48-49
Tabla 16: Séptima sesión para el alumnado	49-50
Tabla 17: Séptima sesión para el alumnado	50-51
Tabla 18: Séptima sesión para el alumnado	51-52
Tabla 19: Séptima sesión para el alumnado	52-53
Tabla 20: Séptima sesión para el alumnado	53-54
Tabla 21: Séptima sesión para el alumnado	54-55
Tabla 22: Séptima sesión para el alumnado	55-56
Tabla 23: Primera sesión para el equipo educativo	56-57
Tabla 24: Segunda sesión para el equipo educativo	57-58
Tabla 25: Tercera sesión para el equipo educativo	58-59
Tabla 26: Cuarta sesión para el equipo educativo	59-60
Tabla 27: Primera sesión para las familias.....	60-61
Tabla 28: Segunda sesión para las familias.....	61-62
Tabla 29: Tercera sesión para las familias.....	62
Tabla 30: Cuarta sesión para las familias.....	63

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: Cronograma del plan de intervención.....	34
Figura 2: Cuestionario de autoevaluación.....	78-79
Figura 3: Cuestionario verdadero o falso.....	80-81
Figura 4: Registro anecdótico.....	82
Figura 5: Diario de campo.....	83
Figura 6: Ponencia segunda sesión para el alumnado.....	84
Figura 7: Brainstorming.....	86
Figura 8: Ponencia para la cuarta sesión del alumnado.....	87
Figura 9: Actividad 1 listado de adjetivos.....	90
Figura 10: Quiz conducta/emoción.....	91
Figura 11: Actividad 2 “Contra el acoso”.....	92
Figura 12: Ponencia novena sesión para el alumnado.....	93
Figura 13: Actividad 2 “Diario de pensamientos”.....	94
Figura 14: Ponencia décima sesión para el alumnado alumnado.....	95
Figura 15: Actividad 3 Guión.....	96
Figura 16: Ponencia duodécima sesión para el alumnado.....	97
Figura 17: Ponencia decimotercera sesión para el alumnado.....	98
Figura 18: Actividad 2 “Carta a mi yo adolescente”.....	99
Figura 19: Ponencia decimosexta sesión para el alumnado.....	101
Figura 20: Ponencia vigésima sesión para el alumnado.....	104
Figura 21: Cuestionario de satisfacción.....	105-106
Figura 22: Evaluación.....	107-108
Figura 23: Ponencia primera sesión para el equipo docente.....	109
Figura 24: Ponencia segunda sesión para el equipo docente.....	110
Figura 25: Ponencia segunda sesión para el equipo docente.....	111
Figura 26: Ponencia cuarta sesión para el equipo docente.....	112
Figura 27: Evaluación.....	113-115
Figura 28: Ponencia segunda sesión para la familia.....	117
Figura 29: Ponencia cuarta sesión para la familia.....	118

Introducción

A través del análisis realizado desde la observación realizada que ha tenido lugar en el Centro Educativo Salesianos San Juan Bosco Zaidín en Granada, se detecta la necesidad de un programa específico y detallado sobre la mejora de la autoestima y reducción de las conductas autolíticas.

Durante el desarrollo de las prácticas fueron varios los Protocolos escolares para la prevención de conductas suicidas o autolesiones del alumnado que se tuvieron que abrir en el Centro en relación a conductas de riesgo en los y las adolescentes. Por ello, se determina realizar un plan de intervención que se ajuste a las necesidades del alumnado y del Centro Educativo, así como a la importancia de sensibilizar y abordar una problemática de carácter social que repercute en el desarrollo de nuestro alumnado.

Las conductas autolesivas o autolesiones normalmente desencadenan en problemas de salud mental, es importante que en cuanto se detecten ciertos comportamientos de riesgo, se aborden de manera directa dotándolos de la importancia que requieren ya que son indicadores previos del posible desarrollo de conductas de riesgo.

Es por ello que, desde la educación, se deben abordar estos temas desde la prevención ya que el alumnado a menudo puede presentar estas conductas debido a la falta de habilidades a la hora de gestionar sus emociones ante algún problema, y en la adolescencia presentan cambios biológicos y psicosociales por lo que muchos de los problemas se manifiestan en las aulas.

La prevalencia de estas conductas se ha visto aumentada y detectada en el contexto educativo, esto ha motivado la implementación de protocolos y medidas preventivas, como el Protocolo recientemente aprobado en Andalucía. La vulnerabilidad emocional propia de la etapa de la adolescencia, combinada con factores sociales como la presión académica, el bullying y la influencia de las redes sociales, son aspectos que han contribuido al incremento de estas prácticas. Se sitúa por ello, la comprensión de las causas y los patrones de comportamiento subyacentes como la principal forma de prevenir y así poder desarrollar estrategias eficaces para ayudar al alumnado.

En estas líneas de trabajo, se intenta recalcar la importancia de la prevención en cuanto a conductas suicidas y/o autolesiones del alumnado perteneciente al Centro Educativo, por lo que se pretende explorar las causas que derivan en estos

comportamientos, las respuestas implementadas por el Centro Educativo y la buena praxis de los profesionales.

Por lo que, como se menciona anteriormente, y al presentar este trabajo como una posible solución a la problemática social, real y existente, que tiene lugar entre los y las adolescentes. Se pretende trabajar con los Objetivos de Desarrollo Sostenible de forma transversal.

En este caso concretamente, aunque se intentará seguir estrictamente los 17 Objetivos propuestos para la Agenda 2030 de la ONU, se hará especial mención en los objetivos que más se ajustan a estas líneas de TFM, siendo los objetivos, 3 “Salud y Bienestar”, 4 “Educación de calidad”.

Aunque siguiendo con los objetivos, se debe hacer alusión a otros dos, en este caso el 5 “Igualdad de Género” y al 10 “Reducción de las desigualdades”. Estos objetivos estarían de forma indirecta durante todas las sesiones propuestas.

Específicamente, estos objetivos, tienen la finalidad de abordar temas sociales que incumben a toda la sociedad mundial, por lo que, si desde las aulas se trabajan estos temas, el alumnado comienza a interiorizar ciertos hábitos saludables en cuanto su futuro, por lo que directamente se construye una sociedad más justa, inclusiva y equitativa (Montero, 2021).

Justificación

Entre las múltiples problemáticas a la que se enfrenta el sistema educativo y su alumnado en la actualidad se encuentra la presencia de ideaciones suicidas y conductas autolíticas. Dentro de los Centros Educativos el abordaje de dicha problemática se encuentra recogido en la Resolución conjunta del 17 de octubre de 2023 donde se regulan los protocolos de actuación de prevención del riesgo ante conductas suicidas o autolesiones del alumnado.

Las autolesiones son conductas auto infligidas de modo intencionado con la finalidad de hacerse daño físico y que no siempre implican ideas o intenciones suicidas. Las lesiones se atribuyen a un mecanismo de evitación emocional o alivio e incluso una forma de autocastigo (Vázquez et al., 2023). Este comportamiento causa cortes en la piel, siendo el más frecuente, mordeduras, quemaduras, rascado hasta dañarse o incluso golpearse. Pese

a que se deben distinguir de las conductas suicidas, esto no le resta importancia y deben ser abordadas de forma adecuada a través de una comunicación e información adecuada.

La presencia de autolesiones y conductas autolíticas en adolescentes se debe a una combinación de factores psicológicos y sociales. Las múltiples problemáticas derivadas de esta etapa tan crítica subrayan la importancia de llevar a cabo un trabajo preventivo desde el Departamento de Orientación para atender adecuadamente dicha problemática y abordar las necesidades del alumnado para poder reducir el número de estas, así como evitar que desemboquen en ideaciones suicidas.

La prevalencia de las autolesiones no suicidas ha aumentado, debido a la dificultad de los adolescentes para regular emociones intensas y negativas. Los jóvenes recurren a las autolesiones como un método para transformar su dolor emocional en dolor físico, lo que les proporciona un alivio temporal (Hidalgo, 2024).

La pandemia también ha jugado un papel significativo en el deterioro de la salud mental de los adolescentes. Los confinamientos, la incertidumbre y el aumento de las tensiones familiares generaron un incremento notable de síntomas depresivos y autolesiones. En España, por ejemplo, se observó un aumento del 180% en los casos de autolesiones en menores en el año 2020 en comparación con los dos años anteriores (Vázquez et al., 2023).

Aunque estos comportamientos no siempre se asocian con trastornos mentales graves, a pesar de la sintomatología relacionada con problemas como la depresión, la ansiedad y los trastornos alimentarios, es importante abordar estas conductas con cuidado para prevenir el desarrollo de patologías o intentos de suicidio (Gobierno de España, 2022). El Observatorio del Suicidio (2022) arroja un aumento del número de suicidios adolescentes, entre 15 y 19 años en 2022, con un total de 75 (44 chicos y 21 chicas) frente a los 53 suicidios (28 chicos y 25 chicas) en 2021. Esto convierte el suicidio en la segunda causa de muerte entre los 15 y los 29 años (Hill et al., 2021).

La adolescencia es una etapa de autoconocimiento, descubrimiento, exploración y, por tanto, de vulnerabilidad. Empiezan a forjar su identidad y a experimentar cambios físicos, emocionales, sociales, así como a plantearse metas o aspiraciones enfrentándose a una sociedad a veces confusa y desafiante para ellos. Las conductas autolíticas son complejas y tienen diferentes orígenes o factores desencadenantes. Las causas son múltiples, variables y se relacionan entre sí variando además según el ámbito cultural y socioeconómico. Sin embargo, se ha detectado una serie de factores comunes y

significativos. Entre estos se encuentra: haber estado expuestos a problemas familiares o ausencia de cuidadores, situaciones de riesgo, pérdida de uno mismo o despersonalización, problemas en la construcción de identidad, inseguridad, estado de ánimo depresivo, falta de autoestima, así como problemas de autocontrol o manejo de la rabia (Dörr et al., 2022).

Juega un papel determinante internet y las redes sociales, a pesar del beneficio del uso de las mismas como el establecimiento de relaciones, la ampliación de ocio y la rapidez de información, el uso de estas tiene un impacto significativo en la prevalencia de autolesiones. Uno de los factores clave y de riesgo es la continua exposición a vidas idealizadas que provocan en los adolescentes una comparación o a estándares de belleza irreales que les genera presión. Esto contribuye a una baja autoestima, sentimientos de inferioridad o deseos desajustados de la realidad que pueden desencadenar en conductas autolesivas para manejar el estrés y la ansiedad (Duarte -Tánori et al., 2023).

Además, a través de las redes sociales se ha normalizado y difundido entre los jóvenes las autolesiones online provocando un problema -poco estudiado pero creciente- ya que les permite reforzar dicho comportamiento entre ellos. Estas autolesiones online consisten en mostrar contenido humillante o dañino hacia uno mismo (ej. publicar fotos de las lesiones o publicar de manera anónima algo negativo sobre uno mismo). Las motivaciones principales para dicha exposición en redes son la necesidad de expresión, desahogo emocional y búsqueda de comprensión de los iguales. Si bien, también se encuentra la realización de esta conducta por imitación o moda (Gámez-Guadix et al., 2020). A su vez, esta problemática se encuentra íntimamente ligada a la pandemia, al uso excesivo de redes sociales derivada del momento de soledad y aislamiento, lo que incrementó la incidencia de autolesiones entre los jóvenes (UNICEF, 2021).

Por ello, en el siguiente trabajo se considera relevante el diseño de un plan de intervención dirigido al alumnado de (tercero de ESO) para promover la mejora de la autoestima y la prevención de las conductas autolíticas, para el bienestar emocional del alumnado y la adquisición de herramientas alternativas a las autolesiones ante el malestar emocional que experimentan. Para ello es importante poner el foco de atención en su autoconocimiento, en sus intereses, preocupaciones, emociones, además de explorar su entorno y las diferentes conductas que presentan.

El plan de intervención propuesto en este trabajo se basa en la idea de que la autoestima influye de forma directa en las conductas. Una baja autoestima se relaciona con un mayor riesgo de conductas autolíticas por varios factores:

1. Vulnerabilidad emocional: Las personas con baja autoestima experimentan emociones negativas como la desesperanza o depresión, siendo más vulnerables a exponerse a conductas autolíticas. Un estudio demuestra (Hink et al., 2024) que la baja autoestima está directamente relacionada con una mayor presencia de ideación suicida en adolescentes ante la gestión de angustia emocional.
2. Problemas de regulación emocional: La baja autoestima también se relaciona con problemas en la regulación emocional. La baja autoestima puede conducir a adoptar conductas autolesivas como un mecanismo para manejar y reducir emociones (Purwoko et al., 2022).
3. Autoconcepto negativo: Las personas con baja autoestima suelen tener percepción de ellos mismos negativos y por ende distorsionada, lo cual incrementa el riesgo de conductas autolesivas al presentar pensamientos rumiantes autocríticos (Vidal, 2023).

Por todo ello, una baja autoestima es un factor de riesgo reseñable en cuanto a conductas autolíticas debido a su influencia por lo que es fundamental reforzar la autoestima a través de una serie de actividades preventivas diseñadas específicamente para el alumnado de 3º de ESO para reducir el riesgo de conductas autolíticas.

No obstante, y siguiendo con los Objetivos de Desarrollo Sostenible creados por la ONU, para la Agenda 2030, se recalca la importancia de este Plan de Intervención, además de sustentarlo por varios de sus diecisiete objetivos, entre ellos la igualdad y dignidad de las personas, así como en el fomento de la vida a través del desarrollo sostenible y el respeto por el medio ambiente.)

Finalmente, como punto importante se encuentran los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), como menciona Naciones Unidas (2018), estos se fundamentan en la igualdad y dignidad de las personas, así como en el fomento de la vida a través del desarrollo sostenible y el respeto por el medio ambiente. Los ODS se encuentran inmersos en el currículo de educación dada la importancia de interiorizarse y trabajar en ellos desde los centros de educación (Montero, 2021). Hablamos de diecisiete objetivos de los cuales en dicha propuesta de intervención y de forma transversal se va a trabajar incidiendo sobre todo en los siguientes:

3. Salud y bienestar, 4. Educación de calidad, 5. Igualdad de género, 10. Reducción de las desigualdades y el 16. Paz, justicia e instituciones sólidas.

En resumen, el presente trabajo de fin de máster se justifica en la necesidad de ofrecer un programa de intervención especializado y adaptado a las nuevas realidades de nuestros adolescentes y en concreto a las necesidades del alumnado de 3º de ESO, que promueva la mejora de la autoestima, el desarrollo de herramientas que prevengan las conductas autolesivas. Este programa se fundamenta en la idea de que la autoestima es la base más sólida para el bienestar emocional y evitar conductas disfuncionales y dañinas hacia uno mismo ante situaciones estresantes o de malestar emocional.

Objetivos

Dentro de este apartado se pueden clasificar los objetivos académicos del Trabajo Fin de Máster y los objetivos del propio Plan de Intervención, abarcando desde los objetivos más generales hasta concluir con los específicos.

No obstante, todos estos objetivos reflejan una misma línea basada en la realización y consecución de los objetivos principales que tendrá como eje central la conducta autolítica.

Objetivo General del TFM:

- Desarrollar el Plan de Intervención en el centro San Juan Bosco

Objetivos Específicos:

- Elaborar una base conceptual que justifique la intervención.
- Diseñar una metodología rigurosa para implementar el Plan de Intervención y a posteriori una evaluación.
- Programar sesiones y actividades para alcanzar el objetivo principal del TFM.

Objetivos generales del Plan de Intervención:

- Diseñar un programa de prevención dirigido a los alumnos y alumnas de tercero de ESO sobre conductas autolíticas teniendo en cuenta los Objetivos de Desarrollo Sostenible.
- Concienciar sobre la efectividad de la intervención preventiva para reducir comportamientos autolesivos en los/las adolescentes.

Objetivos Específicos Del Plan De Intervención:

- Identificar posibles factores de riesgo entre los adolescentes que puedan derivar en conductas autolíticas.
- Fomentar la búsqueda de apoyo social para con este tema, además de propiciar una comunicación abierta sobre ello.
- Potenciar el fortalecimiento de la autoestima entre el alumnado a través de actividades cognitivas y conductuales.
- Promover el uso de técnicas y habilidades para mejorar a manejar situaciones de estrés entre los adolescentes.
- Sensibilizar a la comunidad educativa sobre las autolesiones, y la influencia negativa que pueden ejercer las redes sociales ante este tema.
- Desarrollar una guía de conducta para toda la comunidad educativa sobre la detección y el manejo ante conductas autolíticas en el alumnado.

Competencias

Las competencias clave que se buscan abordar en este Plan de Intervención, y que están en mayor consonancia con el enfoque del presente trabajo, son las siguientes:

- Competencia en comunicación lingüística.
Descriptores operativos: CCL1, CCL2, CCL3 y CCL5
- Competencia personal, social y de aprender a aprender.
Descriptores operativos: CPSAA1, CPSAA2, CPSAA3 Y CPSAA5
- Competencia ciudadana
Descriptores operativos: CC1, CC2, CC3 Y CC4
- Competencia en conciencia y expresión culturales
Descriptores operativos: CCEC3 Y CCEC4
- Competencia digital.
Descriptores operativos: CD1, CD2, CD3, CD4 Y CD5

Presentación De Capítulos

Este apartado tiene como finalidad la organización y descripción del TFM, con el propósito de abordar temas relevantes para implementar esta propuesta de manera que resulte lo más favorable posible para el alumnado.

Dentro de la introducción y justificación, se observa cómo se establece las conductas autolíticas como eje principal del trabajo desde la rigurosidad, y con la finalidad de fundamentar y clarificar la elección del tema elegido.

Siguiendo con los objetivos, se destacan los diferentes objetivos planteados tanto objetivos generales y específicos del trabajo en sí, como del propio plan de intervención, así mismo, se hace mención a las competencias que más se ajustan a las sesiones y actividades creadas.

Desde el marco normativo estatal y específico, se destaca el Gobierno de España y la Junta de Andalucía, además de seguir toda la legislación pertinente de educación, salud y bienestar. Por último, se menciona, que el marco legal estaría compuesto tanto por leyes estatales como autonómicas.

Por otro lado, se encuentra el marco teórico, dónde se localiza toda la base conceptual y científica en la que se fundamenta todo el Plan de Intervención.

No obstante, la contextualización del centro educativo San Juan Bosco, se va a centrar en la descripción del centro educativo desde varios enfoques, la ubicación y las instalaciones del mismo, el nivel sociocultural y económico de las familias que componen el centro, el claustro y el alumnado.

Análisis de la realidad escolar, dentro de este apartado a través de las posibilidades que ofrece el centro educativo, se contrastará si el plan de intervención es necesario.

Posibles mejoras en la intervención del centro, en este apartado se crearán líneas dónde se pretenderá abordar todas las cuestiones encontradas en el punto anterior. Por lo que, la realización de un análisis DAFO, ayudará a tener una visión más acertada de las diferentes debilidades, amenazas, fortalezas y oportunidades que tiene San Juan Bosco.

En el Plan de Intervención se recogerán todos los aspectos para abordar el tema elegido, en este caso las conductas autolíticas, mediante la realización de sesiones para toda la comunidad educativa, evaluaciones desde su inicio hasta su finalización, mediante técnicas e instrumentos diseñados especialmente para ello.

Las conclusiones recogen hallazgos y resultados, cierran el documento de forma coherente y ofrecen una reflexión sobre el trabajo efectuado. Además, se incluyen

recomendaciones, subrayan la importancia de los resultados, y sugieren posibles investigaciones futuras, facilitando a los lectores una comprensión clara del impacto y la relevancia del proyecto de manera concisa.

Metodología

A continuación, se clasificarán en los siguientes apartados las metodologías de la elaboración de estas líneas de trabajo.

Metodología del TFM

Tras una búsqueda intensiva de información en plataformas de bases de datos como Google Académico y Dialnet, entre otras. Se ha recopilado y analizado para poder ajustar la metodología a las necesidades del alumnado frente a la problemática de las conductas autolíticas y así poder abordarlas a través del presente plan de intervención.

Además, se ha precisado la consulta de la legislación y Observatorio del Suicidio (2022), donde conocer la prevalencia e indicadores de riesgo. La información de interés ha sido seleccionada en base a una antigüedad no superior a 5 años, por lo que el trabajo se encuentra basado y fundamentado con fuentes informativas recientes, datos actualizados y relevantes. La metodología desarrollada para la investigación se ha basado en el análisis de datos sobre las causas, tipología de manifestación y abordaje para sustentar la hipótesis de que la mejora de la autoestima tiene un impacto positivo en el desarrollo de conductas adaptativas por parte del alumnado.

Metodología del Plan de Intervención

La metodología empleada para la intervención se basa en un enfoque cualitativo, cooperativo y con perspectiva interpretativa. Es fundamental conseguir la interacción de todos los destinatarios para alcanzar un aprendizaje e interiorización de las herramientas a través de una participación activa. Esto, además, desembocará en la creación de una red social de apoyo reforzada por la comunicación activa y asertiva. El hecho de compartir ideas, opiniones y poder apoyarse entre iguales se facilita a través del aprendizaje conjunto y cooperativo, (Leiva et al., 2020).

La implicación activa sobre la temática y concienciación por parte del alumnado, así como de las familias y personal docente tendrá como finalidad conseguir una interiorización completa para poder hacer uso del aprendizaje en su vida cotidiana, no solo en el centro educativo.

Se recogerá información a través de la observación directa a lo largo de todo el proceso, así como a través de las verbalizaciones realizadas y registrar toda la información a través de los instrumentos necesarios para poder evaluar.

La metodología utilizada para la intervención se sustenta en una metodología con un enfoque cualitativo, activa, participativa e inclusiva, donde tenga lugar una implicación de todos los agentes implicados, manifestaciones, pensamientos y actuaciones de los mismos.

Dada la sociedad en la que se desarrolla el alumnado no se puede dejar a un lado en la propuesta de trabajo la necesidad de acercarse a sus intereses y para ello, se hace uso de una metodología de gamificación, para favorecer el aprendizaje desde el ocio. A través del aprendizaje basado en el juego se permite explorar diferentes capacidades del alumnado, favoreciendo el uso de la tecnología en los procesos de enseñanza (Moreno y Zabala, 2022).

En el desarrollo de las sesiones y actividades se va a trabajar apoyándonos en los siguientes modelos de orientación educativa: el modelo de servicios actuando por programas, modelo tecnológico, modelo educativo-constructivista y en ocasiones puntuales el modelo clínico o counseling.

Un enfoque cualitativo, es necesario para entender y comprender de una forma más efectiva percepciones, emociones y situaciones de los/las adolescentes en cuanto a conductas de riesgo o autolesiones, mientras que un enfoque participativo, es necesario para que los discentes sean los protagonistas del proceso de aprendizaje-enseñanza y al mismo tiempo de su propio desarrollo integral, no obstante, es importante que toda la comunidad educativa esté sensibilizada con el tema a tratar en estas líneas de TFM, con el fin de poder ofrecer recursos, ayudar y guiar al alumnado.

Se hace especial mención a la importancia de los modelos de orientación educativa en este apartado, en primer lugar, se hace referencia al modelo de servicio por programas, que mantiene un carácter preventivo, por lo que resulta idóneo para que los/las adolescentes no lleguen a desarrollar conductas autolíticas. Este modelo va estimado al grupo clase, por lo que es necesario que todos los agentes educativos se impliquen en ello.

Siguiendo con la prevención del alumnado ante el tema elegido, se propone el modelo educativo-constructivista, ideal para prevenir ante situaciones de conflictos entre los discentes. Una característica importante de este modelo, sería la idoneidad que tiene en cuanto al aprendizaje significativo, ya que mantiene la participación activa de los/las

alumnos/as, manteniendo a estos como protagonistas en cuanto al desarrollo de herramientas para una mejor gestión emocional.

En determinados momentos y de forma puntual, dada la problemática a trabajar y las necesidades del alumnado, se hará uso del modelo clínico o counseling para llevar a cabo una intervención directa e individual a través de la figura del orientador. El alumnado que presente indicadores de riesgo, se encuentre bajo apertura del protocolo o manifieste de forma abierta la necesidad de ayuda y apoyo, contará con dicha intervención fundamentada en la relación de apoyo y comunicación, para fomentar el desarrollo de los recursos personales y empoderamiento del alumnado.

Por otro lado, se ha llevado a cabo que la metodología tuviera un enfoque motivador, con el propósito de mantener al alumnado activo durante todo el proceso de enseñanza-aprendizaje, por lo cual hay factores determinantes como la innovación y la interacción, que pueden ser cruciales para que los/las adolescentes mantengan el interés y una participación activa en todas las sesiones.

Por tanto, se profundiza también en metodologías activas, con la finalidad de trabajar todos los conceptos de una forma más efectiva, dónde se pueda llegar al contenido de formas diversas. Esto da lugar a que se trabaje de forma constructiva, integrando conceptos y enriqueciendo los esquemas mentales que ya mantenían anteriormente los discentes, desarrollando de forma significativa el pensamiento crítico (Gutiérrez, 2021).

Para que todo esto tenga lugar, se hace mención a la metodología participativa, colaborativa y dialógica, que como bien se menciona con anterioridad, es crucial que el alumnado se muestre participativo e interesado con el tema y durante el desarrollo de las sesiones, además de mantener un lenguaje y una comunicación fluida, eficaz y asertiva para una mejor y mayor efectividad en cuanto al propio Plan de Intervención. Del mismo modo que es fundamental, que la comunidad educativa y las familias como agentes activos y constantes en su vida, se produzca dicha colaboración. A través de esta metodología se sitúa el proporcionar soluciones a las necesidades de todo un grupo y conjunto de forma común (Tekman Education, 2023).

Por último, se menciona la metodología global, que abarca varios enfoques, es decir, no se centra únicamente en un mismo tema, si no que abre la posibilidad de ramificar un tema en varios, en este caso, se abarca desde las autolesiones hasta temas como las emociones, el autocontrol, la autoestima, entre otros.

Desarrollo Del Trabajo

Este trabajo para su elaboración se ha fundamentado teóricamente en la consulta de documentos, información y revisión sistemática de artículos nacionales e internacionales. También se ha contemplado el marco legislativo sobre el que basar su implantación teniendo en cuenta la normativa en vigor.

El mayor peso de la investigación ha recaído en la revisión sistemática para poder aclarar y conceptualizar el concepto de autolisis frente a suicidio, así como los indicadores y diferentes abordajes en cuanto a su intervención de carácter preventivo.

Se ha contextualizado dentro de una realidad práctica según el Centro Educativo gracias a conocer el funcionamiento del Centro y el trabajo llevado a cabo por el Equipo de Orientación. De esta manera se diseña completamente adaptado a las características y necesidades detectadas desde el mismo. Para ello se parte de una contextualización previa del Centro Educativo para dar paso a un posterior análisis del mismo que continuará con la elaboración del proyecto de intervención. Finaliza con una visión futura de propuestas de mejora para adecuarse a nuevas situaciones.

Dicho proyecto se ha contemplado tras la realización de un análisis de la realidad del Instituto San Juan Don Bosco durante el desarrollo de las prácticas ante los 3 protocolos abiertos para la prevención del riesgo ante conductas suicidas o autolesiones. Tras diversas reuniones con el Orientador se concluyó la necesidad de establecer un programa de prevención ante dicha problemática, por lo que se ha llevado a cabo una exhaustiva investigación y revisión bibliográfica para crear una propuesta de intervención en función del alumnado, el Centro Educativo y la problemática a abordar.

Marco teórico

En la elaboración del marco teórico a continuación expuesto, se han establecido una serie de criterios de búsqueda de información. En primer lugar, se ha consultado información sustraída de bases de datos fiables y científicamente avaladas.

En el presente Trabajo de Final de Máster se habla de los siguientes términos: conductas autolíticas, prevención del suicidio, apoyo social y autoestima. Para poder entender la propuesta de intervención que se pretende llevar a cabo es fundamental

entender cómo se interrelacionan e influyen. Además, desgranando desde lo general a lo específico, se desarrollará el marco teórico referente a la situación en España.

Es importante, recalcar el compromiso que mantienen los Objetivos de Desarrollo Sostenible con la salud mental, resaltando el Objetivo 3 “Salud y Bienestar”, el propósito de la Agenda, no es otro, si no intentar erradicar problemas relacionados con la salud mental, como sería el caso de las autolesiones, entre otros (OMS, 2022).

Para ello es crucial dotar de acceso a los servicios de salud mental, así como a profesionales, con el fin de prevenir conductas autolesivas y/o suicidios. Es por ello, que la escuela es un sitio ideal para adquirir herramientas que permitan a los alumnos y alumnas una mejor gestión emocional. Dentro de la misma se da cabida no solo al alumnado, sino también al Equipo Educativo y a las familias para desarrollar una intervención integral. A través de la concienciación y sensibilización se intenta conseguir un cambio que se interiorice por parte de todos y fomente su implicación (Díaz et al., 2020).

El interés por las denominadas conductas autolíticas no suicidas no se inicia hasta el siglo XX donde además se llegaba a incluir el intento de suicidio dentro de las mismas. Esto es debido a la complejidad para definir y acotar los términos, lo que indica la importancia de delimitar y establecer diferencias con las autolesiones suicidas o conductas suicidas.

Se denominan conductas autolíticas aquella gama de comportamientos que van desde los pensamientos o ideaciones suicidas hasta los intentos de suicidio, incluyendo las autolesiones sin intención suicida. El Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5) realiza la distinción entre autolesiones no suicidas (ANS) y autolesiones o conductas suicidas. Las autolesiones no suicidas se tratan de actos deliberados de autoagresión cuya finalidad no es acabar con su vida, y las conductas suicidas incluyen tanto los pensamientos suicidas como los intentos de suicidio (APA, 2013).

Las investigaciones que han ido realizándose a lo largo del tiempo han ido constituyendo las autolesiones sin intención suicida como una entidad, diferenciándose de las autolesiones suicidas cuyo objetivo es acabar con la propia vida (Soto et al., 2021). De esta forma, las conductas autolíticas comprenden tanto las Autolesiones No Suicidas como las Autolesiones Suicidas. Ambas se tratan de autolesiones que se infringe a la persona, si bien, la diferencia se encuentra en la intención o finalidad del acto.

La intencionalidad de las autolesiones suicidas recae en el acto deliberado de quitarse la vida (OMS, 2019). Por otro lado, la intencionalidad en cuanto a las autolesiones no suicidas es afrontar y aliviar las emociones a través de la lesión física como forma de

expresión (Arrieta, 2020). Por ello, estas conductas se entienden a través del contexto en el que se producen y del dolor emocional que las precede. Se desarrollan a consecuencia de una situación o experiencia personal y la incapacidad de afrontamiento de la persona.

Las autolesiones son el resultado de un malestar emocional y por tanto, un problema relacionado con el bienestar y la salud mental. Es durante las primeras etapas del desarrollo y el periodo crítico de la adolescencia, que se produce el proceso de maduración a nivel biológico, psicológico y social. Cualquier acontecimiento o situación vivida durante este periodo puede condicionar, predisponer o ser un factor desencadenante de problemáticas a nivel de salud mental. Del mismo modo, que los factores de protección con los que cuenten o se les proporcione puede influir de forma positiva en su salud mental. Se determina así la importancia de abordar en etapas tempranas y de forma inmediata los problemas de salud mental, ya que el 70% de los trastornos mentales tienden a tener una etapa de inicio en el periodo infanto juvenil (Gobierno de España, 2022).

A la hora de poner el foco de atención en la prevención y detección temprana por parte de los diferentes profesionales del Equipo Educativo se debe conocer que las formas de expresión más utilizadas por los adolescentes son a través del corte, rascado de cicatrices y mordidas. Estas suelen ser más frecuentes en la zona de los antebrazos (Rojas, et al 2021). Estas autolesiones se relacionan directamente con una serie de dificultades interpersonales, pensamientos intrusivos negativos y problemas de gestión emocional. Se asocia a sintomatología ansioso-depresiva, sufrimiento, autocrítica o situaciones de estrés que desencadenan en la actuación autolesiva (Junta de Andalucía, 2023).

Según la Guía del Protocolo de actuación (Gobierno de España, 2022) para la prevención del riesgo ante conductas suicidas o autolesiones del alumnado, en España 10 personas se quitan la vida a diario. Anualmente las cifras ascienden a 3700 personas que se suicidan en nuestro país. Por ende, el suicidio se ha convertido en la principal causa de muerte no natural y por ello en un problema de salud pública. Nace de esta forma la necesidad de abordarlo a través de diferentes instituciones, teniendo como pilar fundamental la educación a través de los Centros Educativos desde la prevención, sensibilización e intervención (Junta de Andalucía, 2023).

Entre los contextos y entornos donde se desarrollan los adolescentes, los Centros Educativos es donde mayor tiempo pasan, convirtiéndose por ello en un entorno donde recae gran parte de la responsabilidad de su desarrollo global. Por ello, proporcionar desde los mismos reflexión y atención se ha convertido en una necesidad principal (Junta de Andalucía, 2023).

Para su abordaje, los centros educativos han desarrollado un espacio pautado y protocolizado donde dar respuesta a las situaciones de conductas autolesivas o riesgo de conducta suicida (Comunidad de Madrid, 2023). Sin embargo, desde el Centro Don Bosco se detecta la insuficiencia de recursos a la hora de cubrir las necesidades del alumnado y del propio Centro. Se plantea para ello la posibilidad de abordar dicha temática a través de la elaboración de un programa. Esto nace con el objetivo inicial de proporcionar a su alumnado un entorno de seguridad donde poder expresarse y proporcionar una fuente de información relevante, así como herramientas de cara a su gestión emocional.

A través de prácticas educativas enfocadas al bienestar emocional de los adolescentes, se puede llegar a trabajar de forma directa e indirecta temas como el tratado en las líneas de este TFM, las conductas autolesivas, es por ello, que desde la educación y por ende los centros educativos, se puede favorecer el bienestar emocional de los niños y las niñas, lo que provoca una mejora en el desarrollo integral del alumnado a nivel, social, educativo, emocional y/o profesional.

Contemplando la era digital en la que se encuentran inmersos nuestros adolescentes, es necesario que cualquier intervención que se aborde se encuentre ligada a su modo de comunicación y relación a través de la tecnología. Este nuevo estilo de vida digital, a pesar de los beneficios y la inmediatez que les proporciona, también ha sido desencadenante de nuevas problemáticas y situaciones a la que se han visto expuestos (Prendes et al. 2020). Se pone de relieve la aparición de nuevas adicciones, consumo abusivo de instrumentos digitales, nuevas formas de acoso como el ciberacoso y distorsiones de los pensamientos o realidades. Por ello, a través de la intervención se va a trabajar por dotar al alumnado de capacidad y habilidades para un uso responsable de la tecnología, elaborando actividades a través de ella.

Marco Normativo y Estatal y Específico de Andalucía

El siguiente TFM se guía a través de las leyes estatales y comunitarias de Educación. Por ello, se emplaza a desarrollar los diferentes aspectos relacionados con la propuesta en las siguientes líneas de trabajo. Es necesario contemplar dichas leyes, así como relacionarlas y enmarcarlas en un marco legislativo apropiado.

Por lo tanto, este apartado tendrá una organización manteniendo en primer lugar lo más conciso y por ende, la normativa estatal, en este caso, El Gobierno de España y

siguiendo por lo más específico, haciendo referencia a la normativa vigente de la Junta de Andalucía, por ser la comunidad de referencia para este Plan de Intervención.

Normativa vigente a nivel estatal:

- **Constitución Española**, BOE, número 311, 29 de diciembre de 1978.
- **Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo**, de Educación, BOE núm. 106, de 4 de mayo de 2006.
- **Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre**, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, BOE 340, de 30 de diciembre de 2020.
- **Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo**, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria.
- **Real Decreto Legislativo 1/2013, de 29 de noviembre**, por el que se aprueba el Texto Refundido de la Ley General de derechos de las personas con discapacidad y de su inclusión social.
- **Ley 6/2022, de 31 de marzo**, de modificación del Texto Refundido de la Ley General de derechos de las personas con discapacidad y de su inclusión social, aprobado por el Real Decreto Legislativo 1/2013, de 29 de noviembre, para establecer y regular la accesibilidad cognitiva y sus condiciones de exigencia y aplicación.
- **La Ley Orgánica 8/2021, de 4 de junio**, de protección integral a la infancia y la adolescencia frente a la violencia, es una ley española que tiene como objetivo proteger a los menores de edad de la violencia. La ley fue publicada en el Boletín Oficial del Estado (BOE) el 5 de junio de 2021.

Normativa vigente a nivel autonómico:

- **Ley 17/2007 de 10 de diciembre**, de Educación de Andalucía
- **Resolución de 13 de julio de 2023**, de la Dirección General de Ordenación, Inclusión, Participación y Evaluación Educativa, por la que se establece la organización y el funcionamiento del Programa de Bienestar Emocional en el

ámbito educativo en los centros docentes no universitarios sostenidos con fondos públicos dependientes de la Consejería de Desarrollo Educativo y Formación Profesional para el curso 2023/2024.

- **Resolución conjunta de 17 de octubre de 2023**, de la Consejería de Desarrollo Educativo y Formación Profesional, la Consejería de Salud y Consumo y la Consejería de Inclusión Social, Juventud, Familias e Igualdad, por la que se aprueba y se hace público el protocolo de actuación en los centros educativos andaluces sostenidos con fondos públicos para la prevención del riesgo ante conductas suicidas o autolesiones del alumnado.
- **Decreto 102/2023, de 9 de mayo**, por el que se establece la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía.
- **Orden de 30 de mayo de 2023**, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y a las diferencias individuales, se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y se determina el proceso de tránsito entre las diferentes etapas educativas.
- **Instrucción de 07 de diciembre de 2021**, de la Dirección General de Atención a la Diversidad, Participación y Convivencia Escolar, por la que se regula la composición y régimen de funcionamiento de las Comisiones Provinciales, así como de la coordinación del voluntariado en los centros de comunidades de aprendizaje.
- **Instrucción 18/2022 de 30 de junio de 2022**, de la Dirección General de Ordenación y Evaluación Educativa, por la que se determina el procedimiento para la concesión en Andalucía de los Premios Extraordinarios de Educación Secundaria Obligatoria correspondientes al curso escolar 2021/2022.
- **Decreto 327/2010, de 13 de julio**, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria.
- **Corrección de errores al Decreto 327/2010, de 13 de julio**, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria (IES).

- **Orden de 20 de agosto de 2010**, por la que se regula la organización y el funcionamiento de los Institutos de Educación Secundaria (IES), así como el horario de los centros, del alumnado y del profesorado.
- **Aclaraciones en torno al Reglamento Orgánico de los institutos de Educación Secundaria, aprobado por el DECRETO 327/2010, de 13 de julio, y a la Orden de 20 de agosto de 2010**, por la que se regula la Organización y Funcionamiento de los institutos de Educación Secundaria, así como el horario de los centros, del alumnado y del profesorado (actualización de 27 de julio de 2011).
- **Orden de 20 de agosto de 2010**, por la que se regula la organización y el funcionamiento de los institutos de educación secundaria, así como el horario de los centros, del alumnado y del profesorado.
- **Decreto 231/2021, de 5 de octubre**, por el que se establece el servicio complementario de apoyo y asistencia para alumnado con necesidades educativas especiales por parte del profesional técnico de integración social y de interpretación de lengua de signos española y se regulan las condiciones para su prestación, autorización y gestión.
- **Orden de 24 de octubre de 2023**, por la que se amplía y actualiza la autorización de determinadas enseñanzas en centros docentes públicos.
- **Orden de 28 de agosto de 2023**, por la que se renuevan los conciertos educativos de unidades de educación básica especial-apoyo a la integración con centros docentes privados para desarrollar Planes de Compensación Educativa durante el curso académico 2023/24.
- **Resolución de 05 de octubre de 2023**, de la Dirección General de Tecnologías Avanzadas y Transformación Educativa, por la que se convoca curso de actualización de competencias directivas sobre el desarrollo de la función directiva establecido en el artículo 1 del Real Decreto 894/2014, de 17 de octubre.
- **Instrucciones de 06 de octubre de 2021**, de la Dirección General de Atención a la Diversidad, Participación y Convivencia Escolar, por las que se establece el procedimiento para la autorización y el desarrollo de experiencias de escolarización combinada de alumnado con necesidades educativas especiales.

- **Instrucciones de 25 de enero de 2017**, de la Dirección General de Atención a la Diversidad, Participación y Equidad y de la Agencia Pública Andaluza de Educación por las que se regula el procedimiento para la dotación de recursos materiales específicos para el alumnado con necesidades educativas especiales asociadas a discapacidad escolarizados en centros sostenibles con fondos públicos en Andalucía.
- **Real Decreto 3/2018, de 12 de enero**, por el que se modifica el Real Decreto 275/2007, de 23 de febrero, por el que se crea el Observatorio Estatal de la Convivencia Escolar.
- **Orden de 28 de abril de 2015**, por la que se modifica la Orden de 20-06-2011 por la que se adoptan medidas para la promoción de la convivencia en los centros docentes sostenidos por fondos públicos y se regula el derecho a las familias a participar en el proceso educativo de sus hijos e hijas.
- **Orden de 11 de abril 2011**, por la que se regula la participación de los centros docentes en la Red Andaluza «Escuela: Espacio de Paz» y el procedimiento para solicitar reconocimiento como Centros Promotores De Convivencia Positiva (Convivencia).
- **Resolución de 28 de noviembre de 2022**, de la Dirección General de Ordenación, Inclusión, Participación y Evaluación Educativa, por la que se reconocen centros docentes pertenecientes a la Red Andaluza «Escuela: Espacio de Paz» como Centros Promotores de Convivencia Positiva (Convivencia), durante el curso 2021/2022.
- **Resolución de 14 de junio de 2022**, de la Dirección General de Atención a la Diversidad, Participación y Convivencia Escolar, de los centros reconocidos como “Comunidad de Aprendizaje”.
- **Instrucciones de 01 de julio de 2022**, de la Dirección General de Atención a la Diversidad, Participación y Convivencia Escolar relativa a la coordinación de bienestar y protección de la infancia y adolescencia en los centros docentes públicos de Andalucía.
- **Circular de 26 de enero de 2022**, de la Dirección General de Atención a la

Diversidad, Participación y Convivencia Escolar para el impulso de actuaciones en los centros docentes andaluces relativas al día escolar de la no violencia y la paz.

Contextualización del Centro Educativo

El centro educativo San Don Bosco perteneciente a Salesianos, se encuentra situado en el barrio del Zaidín, en la ciudad de Granada. Dicho barrio se encuentra situado al sur de la ciudad conviviendo en él una población muy heterogénea. El centro educativo cuenta con un número total de 512 alumnos y alumnas repartidos/as por sus diferentes aulas, siendo el número de alumnos un 64% del total y de alumnas un 46% del total.

El alumnado presente en el Centro Educativo pertenece a familias de contexto socio cultural y económico medio. Dada su localización y el barrio multicultural en el que se encuentra, hay un pequeño porcentaje de población inmigrante, el cual se encuentra integrado. En cuanto a la tipología familiar, se pueden encontrar desde el modelo de familia nuclear, monoparentales, reconstituidas, homoparental o separados.

Los pilares fundamentales del Centro Educativo se basan en:

1. Educar integralmente al alumnado favoreciendo el desarrollo de todas sus capacidades, implicándoles en un proyecto de crecimiento humano continuo y de compromiso con la sociedad.
2. Ofrecer acompañamiento cercano y continuado en todas las etapas del proceso formativo del alumnado.

El Centro Educativo se encuentra en un enclave privilegiado al encontrarse en el corazón del barrio del Zaidín con un fácil acceso tanto peatonal, automovilístico e interconectado con la red de transporte público. Además, dicho barrio se encuentra rodeado de diferentes recursos que enriquecen aún más al Centro Educativo. El Centro se divide en tres edificios conectados entre sí, cada edificio corresponde a un nivel educativo, sótano y las zonas comunes:

1. Edificio Educación Infantil: Cuenta con seis aulas adaptadas y acondicionadas para una intervención global del alumnado. Dispone de aula de usos múltiples, servicios en cada clase, zonas por centros intereses (entre las cuales se encuentran las zonas de juego, lectura, oficios, informática, trabajos...).

2. Edificio Educación Primaria: Se encuentra en la planta baja desde 1º a 3º curso, además de un aula de apoyo escolar, un aula de integración, servicios y un cuarto trastero. En la primera planta se encuentran los cursos de 4º a 6º curso, además del aula de audición y lenguaje. En esta misma planta disponen de un aula de informática. Dos escaleras en cada extremo y dos salidas-entradas. Además, en la zona que comunica ambos edificios en la segunda planta se encuentran los despachos de la jefa de estudios de E.S.O., sala de profesores. Además, hay dos aulas de 3º y 4º de diversificación.

3. Edificio Educación Secundaria Obligatoria y Postobligatoria: Entre los dos edificios (secundaria y postobligatoria) hay una escalera que los comunica. En la planta baja se encuentra un laboratorio de ciencias y un aula de 1º FPB de electricidad y electrónica. En la 1ª planta se encuentra Bachillerato. En esta misma planta se encuentra la biblioteca y videoteca del centro, un despacho para la jefatura de estudios, un aula de talleres para tecnología y robótica, un aula de plástica y dibujo y un aula de informática.

Entre la segunda y tercera planta se encuentran los ciclos formativos de las familias de administración y finanzas; imagen y sonido y electricidad y electrónica. Además, se encuentran los dos cursos de Formación Profesional Básica (FPB). En cada una de las plantas se dispone de un aula de informática adaptadas a las necesidades de los ciclos.

Por otro lado, el Centro educativo cuenta con un sótano donde se encuentran algunos talleres como el de tratamiento fotográfico, aula de música y sonido, aula de optativas, taller de domótica, taller de electricidad, aula de música para primaria, aulas de reuniones de grupos jóvenes: scouts, oratorio...Además, dispone de zonas comunes:

- Polideportivo cubierto, en el cual pueden interactuar tres grupos de forma simultánea gracias a unos separadores mecánicos
- Teatro
- Capilla e iglesia.
- Bar / comedor escolar.
- Patios de recreo. Dividido en cuatro zonas. El primer patio dispone de dos campos uno de balonmano y otro de baloncesto. El segundo patio dispone de dos pistas de fútbol sala y una de baloncesto. El tercer patio en la zona del teatro, en la cual se encuentra el local del centro juvenil. Un cuarto patio interior con columpio y pista de educación vial.

El centro educativo ofrece:

- Educación infantil
- Educación primaria: dos líneas por cada curso
- Educación secundaria obligatoria: dos líneas por cada curso
- Educación secundaria no obligatoria: Cuentan con dos modalidades de bachillerato: bachillerato de humanidades y ciencias sociales y bachillerato de Ciencias y tecnología.
- Aula de audición y lenguaje
- Ciclo de Formación Profesional Básica (FPB) de la especialidad de electricidad y electrónica
- Ciclos formativos de grado medio: Gestión Administrativa, Vídeo DJ e Instalaciones automáticas y electrotécnicas.
- Ciclos de grado superior: Administración y finanzas y Realización de Producción de Audiovisuales y espectáculos.

Se oferta una variedad de actividades extraescolares relacionadas con el deporte, arte e idiomas. Entre la oferta se encuentra: fútbol sala, tenis, iniciación a la pintura, baile moderno o teatro, entre otras.

El Equipo de Orientación se encuentra formado por el orientador, la especialista en pedagogía terapéutica y una monitora de apoyo-integración. El Equipo Educativo se compone de 26 profesores y profesoras. Al ser un centro concertado cuenta con un equipo pastoral compuesto de 3 subdirectores y el director del centro. Desde el Departamento de Orientación se da respuesta a las necesidades de más de 70 alumnos y alumnas, así como a sus familias, profesorado y realización de las evaluaciones y adaptaciones pertinentes.

Por otro lado, es importante considerar en su contextualización, que al encontrarse próximo tanto a un centro de protección de menores, como del GEC -grupo de convivencia educativo- perteneciente a justicia juvenil, hay un porcentaje reducido de alumnado en riesgo de exclusión social e incluso con problemas de conducta. Desde dichos recursos se confía en el Centro Educativo y en su atención personalizada y control del alumnado para el desarrollo integral de estos menores.

Análisis de la Realidad Escolar

El análisis de la realidad se realiza a través de la elaboración de un análisis DAFO al poder recoger desde esta información de una forma completa y a dividida en factores internos y externos.

Debilidades: Entre las debilidades detectadas en el centro educativo se encuentra una gran sobrecarga en el Departamento de Orientación. Por otro lado, es notable la ausencia de recursos tanto materiales, tecnológicos y de conocimiento de las TIC a nivel de los profesionales del centro. Esto también es fruto de la ausencia de rotaciones en cuanto al profesorado lo que hace que la mayoría de sus docentes sean de elevada edad y mantengan una baja implicación en la mejora de sus competencias. Relacionado también con el personal docente, hay una falta de conocimiento sobre las conductas autolíticas y sobre cómo detectar factores de riesgo o abordar la problemática.

Como debilidad se detectan los continuos cambios, adaptaciones, crecimiento, formación y retos en los que se ven implicados los diferentes centros educativos, presentando una capacidad económica limitada para ello. Desde el departamento de orientación, los materiales en su mayoría eran copias o creación propia, algo que ya supone una amenaza frente a centros educativos que pueden hacer frente a la compra de material original, actualizado y adecuado a las características de los alumnos.

Otra debilidad es la falta de actuaciones de sensibilización tanto para el alumnado, como para las familias en cuanto a la temática que se aborda en el TFM. Por ello, es una amenaza la falta de estrategias, recursos y concienciación para detectar y reducir la incidencia de la aparición de conductas autolíticas. Así como conseguir que esta sensibilización provenga también desde los núcleos familiares.

Una de las debilidades que más me ha llamado la atención es la dificultad para llevar a cabo los diferentes protocolos -sobre todo el de acoso y el de autolesiones- en parte por el alto ratio al que tiene que hacer frente cada docente y el propio orientador.

Amenazas: Los continuos cambios en la política educativa y la legislación impiden que se asimilen y consoliden los principios fundamentales de las mismas. A su vez, estas modificaciones generan una sensación de incertidumbre en el alumnado.

Por otro lado, la burocracia que se encuentra por parte de la administración para la realización de cualquier trámite resulta complicado y frustrante para el alumnado y las familias.

Fortalezas: En primer lugar, como fortaleza destaca el vínculo que existe entre las familias y el equipo docente, en gran parte debido a la estabilización de los profesores en el mismo y la larga continuidad. Esto a su vez permite un seguimiento más individualizado de los menores y un conocimiento más exhaustivo para un posterior desarrollo y mejora del aprendizaje. La localización cerca del centro, rodeado de todo tipo de recursos y con medios de transporte públicos para hacer más fácil su acceso.

Cabe destacar como fortaleza la formación que desde el centro educativo se imparte a sus docentes, así como al equipo orientador, donde son frecuentes la asistencia a charlas de expertos, seminarios, cursos... También destaca el aprovechamiento del espacio y del tiempo, ofreciendo una amplia variedad de actividades extra tanto para el alumnado, profesorado como para las familias. Esto hace que destaque por su atractivo a la hora de solicitar un centro educativo.

Oportunidades: Entre las oportunidades, el barrio del Zaidín destaca por su amplio número de recursos en la zona, asociaciones, ONG, centros especializados, así como otros centros educativos. Por ello, se desarrollan con frecuencia jornadas de puertas abiertas de los mismos, así como colaboraciones. Esto puede ser un factor de potencial desarrollo para todo el alumnado del centro para intercambiar y ampliar experiencias.

Don Bosco cuenta con jornada de convivencia entre su equipo docente de los diferentes centros educativos de Andalucía por lo que los profesionales se pueden nutrir de las experiencias de otros docentes, así como realizar intercambios de información y mejoras para su experiencia docente.

Finalmente, destaca como oportunidad la plataforma creada por los docentes del centro educativo donde intercambian recursos.

Identificar posibles Ámbitos de Mejora

Durante la realización del periodo de prácticas, la observación, las entrevistas mantenidas con el orientador y diferentes profesionales del equipo educativo, además de la revisión de los documentos de centro, Plan de Acción Tutorial, Plan Anual de Dirección, Proyecto Educativo de Centro, Reglamento de Régimen Interno, Plan Curricular de Etapa, Plan General Anual, la normativa vigente estatal y autónoma, además de la memoria final del centro se recoge información pertinente para detectar necesidades y por tanto, áreas de mejora.

El principal ámbito de mejora es dotar al orientador de un apoyo con otra figura profesional para poder reducir la carga de trabajo, este apoyo debe venir dado por otro orientador. De esta forma se podrán abordar más necesidades, así como aspectos específicos como las intervenciones relacionadas con la prevención sin tener que establecer un orden de prioridades.

Además, tras la consulta de la documentación pertinente del centro educativo y el DAFO realizado, se determinan otra serie de mejoras como son el fomento del trabajo cooperativo y colaborativo entre el profesorado y el departamento de orientación. Sobre todo, para fomentar la comunicación y que sea más fácil detectar las necesidades, así como a través de la misma dotar al profesorado de herramientas para las problemáticas a abordar.

Es fundamental ampliar la formación en cuanto a temas relevantes, de actualidad y que reflejan el día a día de nuestros adolescentes. Entre estos temas se encuentra la igualdad, orientación laboral, resolución de conflictos, habilidades sociales y también la prevención de las conductas autolíticas, así como otros problemas derivados del estrés o ansiedad. Por ello es importante ofrecer una formación especializada al Equipo Docente y también al Departamento de Orientación. Así como formación para el desarrollo de metodologías y estrategias para la atención a la diversidad, conociendo las diferentes formas de apoyo y adaptaciones.

Dada la existencia de un blog del centro educativo, se debe impulsar el uso de este así como fomentar el acceso a la misma de las familias y el alumnado. A pesar de que es conocido por todos, una actualización más continuada, selección de temas de interés y divulgación de la misma como canal digital donde obtener información accesible para todos. A través de esta se puede crear un espacio formativo para uso de las familias y los docentes, así como un espacio de dudas para el alumnado. De esta forma se puede acceder a esta información a demanda de cada uno, pudiendo recuperar la misma en función de las necesidades. Para poder fomentar este recurso es imprescindible la mejora del uso de la tecnología y el conocimiento de las TIC. Este recurso a su vez, supone la creación de canales de comunicación entre familia-escuela, de forma abierta y directa, con el fin de intercambiar información de manera eficiente en pro a la ayuda directa al alumnado y por ende a su máximo desarrollo integral.

Utilizar las tutorías como un espacio más activo donde trabajar las inquietudes del alumnado. Para ello se deben generar espacios de comunicación, seguridad y ayuda para que sean ellos mismos quienes determinen e indiquen las necesidades reales que presentan. A través de esta, teniendo en cuenta el área de interés del TFM, se puede desarrollar un espacio donde fomentar la autoestima, autoconocimiento, desarrollo personal, adquisición de estrategias para afrontar situaciones de estrés, manejo de la ansiedad de forma que se trabaje transversalmente la prevención de las conductas autolíticas al favorecer el desarrollo de herramientas de afrontamiento. Para lo descrito con anterioridad se establece como propuesta un Plan de prevención e intervención a través de diferentes talleres. A través de los talleres se crea un espacio donde compartir y un espacio de colaboración donde puedan intercambiar intereses, preocupaciones o ideas de una forma natural y distendida, sin que se sientan analizados o evaluados.

Planificación de un Plan de intervención

A la hora de planificar la intervención, se han tenido en cuenta los tres ejes que se consideran imprescindibles para una intervención eficaz y general. Por ello, se ha enfocado dividido en tres bloques que son: alumnado, equipo educativo y familia. Las sesiones desarrolladas para cada bloque se relacionan en base a un objetivo común, adaptadas y buscando la complementariedad entre todas ellas.

El nivel de respuesta del Plan propuesto es nivel II dado que los destinatarios son el grupo clase, integrando la propuesta en el Plan de acción tutorial, y la línea de estrategia que persigue este Plan es la de igualdad, convivencia y bienestar emocional, por lo que se recogerá en el PIC del centro educativo.

Para que las sesiones puedan llevarse a cabo de forma óptima e implicando a los diferentes agentes como son el equipo educativo y familias. Se mantendrá una información e intercambio directo con los mismos. En cuanto al equipo educativo, se concretará con ellos las horas en las que realizarlo, haciendo coincidir estas con las horas correspondientes a tutoría. En el caso de las familias, se realizarán varias propuestas para llevarlo a cabo en la temporalidad que a más familias les sea posible asistir, pudiendo proporcionar la información posteriormente a través de diferentes documentos a quienes no les sea posible. Se tendrá en cuenta en todo momento la protección de datos y para ello serán firmadas las autorizaciones pertinentes para la implementación de dicho programa.

Cabe destacar que para algunas de las sesiones propuestas se contará con profesionales especializados ajenos al Centro, siendo organizado esto con anterioridad y buscando la colaboración altruista de los mismos.

La temporalización se llevará a cabo las mismas a lo largo de todo el curso escolar, entre septiembre y mayo, manteniendo siete sesiones en primer trimestre, ocho sesiones en el segundo trimestre y siete más en el último trimestre en cuanto al alumnado. Estas tendrán lugar los jueves. Por otro lado las sesiones destinadas a las familias serán cuatro, impartidas a lo largo del curso escolar, teniendo una primera sesión en el primer trimestre, dos sesiones en el segundo trimestre y la última sesión será realizada en el último trimestre. En cuanto a los docentes del centro escolar, se realizan también cuatro sesiones impartidas con la misma frecuencia que a las familias.

Figura 1.

Cronograma del Plan de Intervención



Nota. Elaboración propia.

Sesiones para el alumnado

Tabla 1.

Primera sesión para el alumnado.

Sesión 1	Evaluación inicial
<p>Objetivo: Evaluar al alumnado sobre las autolesiones, y la influencia negativa que pueden ejercer las redes sociales ante este tema.</p> <p>Descripción de la actividad: Se realizarán autoevaluaciones para ver el grado de consciencia que mantiene el alumnado sobre el tema a tratar.</p> <p>Esta sesión comenzará ofreciendo al alumnado la realización de un cuestionario de autoevaluación (Anexo I) con preguntas relacionadas con las emociones, conductas suicidas y/o autolesivas, dónde el alumnado partirá a realizarlas con los conocimientos que han ido adquiriendo a lo largo de su vida, sin tener ninguna sesión inicial anterior, con el fin de realizar una autoevaluación para saber desde dónde partir.</p> <p>Por otro lado, se realizará un test de verdadero y falso (Anexo II), este test tendrá mitos sobre el tema a tratar, y se podrá sacar información de los estudiantes para ver que saben realmente sobre ello.</p> <p>Recursos: Cuestionarios, test, bolígrafo y aula.</p> <p>Duración: Tiempo aproximado de 1 hora.</p> <p>Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).</p> <p>Competencias clave y descriptores: CC1, CC2, CC3, CC4, CPSAA1, CPSAA2, CPSAA3, CPSAA4 y CPSAA5.</p>	

Nota. Tabla realizada para organizar la primera sesión del alumnado. Elaboración propia.

Tabla 2.

Segunda sesión para el alumnado.

Sesión 2	Presentación
<p>Objetivo: Sensibilizar al alumnado sobre las autolesiones, y la influencia negativa que pueden ejercer las redes sociales ante este tema.</p> <p>Descripción de la actividad: Se comenzará con una breve presentación de la realización de los diferentes talleres que se van a llevar a cabo, así como de los profesionales que van a impartirlo.</p> <p>Actividad 1: Se inicia con la presentación apoyada de un Power Point (Anexo V) donde se realizará una introducción a las conductas autolíticas, así como se presentarán las diferencias principales entre conductas autolíticas no suicidas y conductas autolíticas suicidas.</p> <p>Actividad 2: Se realizará a través de diferentes dispositivos digitales (ordenador, tablet) una búsqueda de información sobre las conductas autolíticas no suicidas, para que el alumnado seleccione información al respecto que considere relevante para la realización de la posterior actividad.</p> <p>Actividad 3: Se finalizará la sesión con una puesta común y charla debate entre los alumnos sobre la información que han recabado, impresiones y opiniones. Además, se solventarán posibles dudas al respecto.</p> <p>Recursos: Pantalla digital, presentación Power Point, ordenador o tablet, aula e internet.</p> <p>Duración: Tiempo aproximado de una hora.</p> <p>Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).</p> <p>Competencias clave y descriptores: CC1, CC2, CC3, CC4, CPSAA1, CPSAA2, CPSAA3, CPSAA4, CPSAA5 y CCL1.</p>	

Nota. Tabla realizada para organizar la segunda sesión del alumnado. Elaboración propia.

Tabla 3.

Tercera sesión para el alumnado.

Sesión 3	Corto y búsqueda de ayuda
<p>Objetivo: Promover el uso de técnicas y habilidades para mejorar a manejar situaciones de estrés entre los adolescentes.</p> <p>Descripción de la actividad: Se comenzará la sesión realizando un breve resumen de lo trabajado en la sesión anterior.</p> <p>Actividad 1: Se visualizará a través de YouTube un corto relacionado con los problemas de los adolescentes y la temática que se está trabajando (Anexo VI). Se debatirá posteriormente tras la visualización intercambiando opiniones.</p> <p>Actividad 2: Se buscará a través de diferentes plataformas servicios de ayuda, asociaciones o recursos a los que poder acudir o remitirse para obtener ayuda en caso necesario.</p> <p>Actividad 3: Se finalizará la sesión con una puesta en común sobre los diferentes recursos encontrados, valorando la importancia de estos. Se creará también un espacio donde resolver dudas sobre lo visto en el video anterior y las plataformas encontradas. Como tarea pendiente para la próxima sesión, se le propone al alumnado que realice un intercambio de esta información con su familia para poner en común impresiones en la próxima sesión.</p> <p>Recursos: Plataforma YouTube, aula, internet, pizarra digital y ordenadores o Tablet.</p> <p>Duración: Tiempo aproximado de una hora.</p> <p>Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).</p> <p>Competencias clave y descriptores: CD1, CD2, CD3, CC1, CC2, CC3, CC4, CPSAA1, CPSAA2, CPSAA3, CPSAA4 y CPSAA5.</p>	

Nota. Tabla realizada para organizar la tercera sesión del alumnado. Elaboración propia.

Tabla 4.

Cuarta sesión para el alumnado.

Sesión 4	Brainstorming y factores de riesgo y protección
<p>Objetivo: Identificar posibles factores de riesgo entre los adolescentes que puedan derivar en conductas autolíticas.</p> <p>Descripción de la actividad: Se comenzará la sesión realizando una breve puesta en común de la interacción con su familia.</p> <p>Actividad 1: Se realizará una lluvia de ideas a través de la herramienta Miro (Anexo VII) en la que el alumnado deberá aportar sus ideas sobre los orígenes, rasgos de personalidad o factores de vulnerabilidad que consideren que son un rasgo de incidencia para desarrollar conductas autolíticas no suicidas.</p> <p>Actividad 2: Se llevará a cabo la desmitificación de las ideas que el alumnado haya aportado en la actividad anterior y la validación de las ideas que aporten y sean correctas.</p> <p>Actividad 3: Se continuará la sesión con la explicación de los factores de riesgo relacionados con el desarrollo de dichas conductas, así como de los factores protectores que las previenen a través de una presentación (Anexo VIII). Como tarea pendiente para la próxima sesión, se le propone al alumnado que realice un listado de los factores protectores con los que ellos cuentan.</p> <p>Se finaliza la sesión realizando un Kahoot (Anexo IX) sobre lo aprendido durante la sesión.</p> <p>Recursos: Plataforma Miro, internet, ordenadores o tabletas, pizarra digital, aula.</p> <p>Duración: Tiempo aproximado de una hora.</p> <p>Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).</p> <p>Competencias clave y descriptores: CD1, CD2, CD3, CC1, CC2, CC3, CC4 y CPSAA2.</p>	

Nota. Tabla realizada para organizar la cuarta sesión del alumnado. Elaboración propia.

Tabla 5.

Quinta sesión para el alumnado.

Sesión 5	¿Qué es la autoestima?
<p>Objetivo: Potenciar el fortalecimiento de la autoestima entre el alumnado a través de actividades cognitivas y conductuales.</p> <p>Descripción de la actividad: Se comenzará la sesión realizando una breve puesta en común de los listados de factores protectores que la mayoría presentan.</p> <p>Actividad 1: Se realizará una puesta en común de lo que consideran que engloba el concepto autoestima. Tras esto se proporcionará una definición acorde y construida entre las aportaciones del alumnado y ampliadas por el profesional. Se intentará simplificar en una frase que posteriormente decorará la pared de clase.</p> <p>Actividad 2: Se llevará a cabo la visualización de dos videos de YouTube sobre la autoestima (Anexo X) y posteriormente se debatirá y compartirá opiniones entre todos sobre lo visualizado.</p> <p>Actividad 3: Se finalizará la sesión con la realización conjunta de varios murales por grupo donde aparezca la frase seleccionada en la actividad 1 sobre la definición de autoestima.</p> <p>Recursos: Aula, internet, pizarra electrónica, plataforma YouTube, cartulina, tijeras, pegamentos y rotuladores.</p> <p>Duración: Tiempo aproximado de una hora.</p> <p>Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).</p> <p>Competencias clave y descriptores: CD2, CC1, CC2 y CC3, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA4, CCEC3 y CCEC4.</p>	

Nota. Tabla realizada para organizar la quinta sesión del alumnado. Elaboración propia.

Tabla 6.

Sexta sesión para el alumnado.

Sesión 6	El yo ideal
<p>Objetivo: Potenciar el fortalecimiento de la autoestima entre el alumnado a través de actividades cognitivas y conductuales.</p> <p>Descripción de la actividad:</p> <p>Actividad 1: Se distribuirá la clase en pequeños grupos de 4 alumnos y alumnas a los que se les distribuirá un listado de adjetivos calificativos (Anexo XI). Cada grupo deberá configurar “la personalidad sana”, es decir, seleccionar los adjetivos que consideren que define un “yo ideal”, también podrán añadir otros que no aparezcan en la lista. Después cada grupo expondrá el suyo y se escribirán en la pizarra los que más se repitan.</p> <p>Actividad 2: Se visualizarán en la pizarra digital una serie de situaciones en las que aparece un conflicto (entre compañeros de clase, entre amigos y entre familia). Tras esto, se realizará el juego “¿Y tú qué harías?” (Anexo XII) de forma conjunta por el alumnado. Se concluirá reflexionando sobre posibles soluciones y las consecuencias de lo mismo. Para ello deberán hacer uso de habilidades en resolución de conflictos, comunicativas y gestión emocional ante los problemas.</p> <p>Recursos: Aula, folios, bolígrafos, pizarra digital e internet.</p> <p>Duración: Tiempo aproximado de una hora.</p> <p>Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).</p> <p>Competencias clave y descriptores: CD2, CC1, CC2 y CC3, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA4, CCEC3 y CCEC4.</p>	

Nota. Tabla realizada para organizar la sexta sesión del alumnado. Elaboración propia.

Tabla 7.

Séptima sesión para el alumnado.

Sesión 7	Charla del Cuerpo Nacional de Policía
<p>Objetivo: Fomentar la búsqueda de apoyo social para con este tema, además de propiciar una comunicación abierta sobre ello.</p> <p>Descripción de la actividad: Se comenzará la sesión realizando un breve resumen conjunto sobre lo trabajado en la sesión anterior.</p> <p>Actividad 1: Tendrá lugar una charla-coloquio a cargo del Cuerpo Nacional de Policía sobre la convivencia escolar. A través de la misma se trabajará la importancia de la convivencia, los valores de respeto, igualdad y el buen trato. A su vez se intercambiará información sobre las cifras de acoso escolar, ciberbullying y las consecuencias de dichos delitos.</p> <p>Actividad 2: Se continuará la charla tendrá lugar una actividad grupal a través del juego “Contra el acoso” (Anexo XIII) para consolidar lo aprendido.</p> <p>Actividad 3: Se finalizará con un debate, intercambio de información y solventar las dudas del alumnado que serán respondidas por los profesionales de la charla.</p> <p>Recursos: Profesionales del Cuerpo Nacional de Policía, aula o salón de actos, internet y pizarra digital.</p> <p>Duración: Tiempo aproximado de una hora.</p> <p>Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).</p> <p>Competencias clave y descriptores: CC1, CC2, CC3, CC4, CPSAA2, CPSAA3, CPSAA4 y CCL1.</p>	

Nota. Tabla realizada para organizar la séptima sesión del alumnado. Elaboración propia.

Tabla 8.

Octava sesión para el alumnado.

Sesión 8	Charla de la psicóloga de la USMI
<p>Objetivo: Sensibilizar a la comunidad educativa sobre las autolesiones, y la influencia negativa que pueden ejercer las redes sociales ante este tema.</p> <p>Descripción de la actividad: Se comenzará la sesión realizando un breve resumen de lo trabajado hasta ahora.</p> <p>Actividad 1: Tendrá lugar una charla a cargo de la psicóloga de la USMI del Hospital Virgen de las Nieves de Granada, compañera de la carrera que la realizará de forma gratuita. En esta se les hablará del impacto psicológico de las conductas autolíticas no suicidas, orígenes, factores de desarrollo y su experiencia personal como profesional.</p> <p>Actividad 2: Se continuará con la narración de la experiencia personal de Laura Sánchez que durante su adolescencia presentó problemas de gestión emocional y autolesiones, realizando la misma de forma gratuita al ser antigua alumna del centro.</p> <p>Actividad 3: Se finalizará la sesión con la resolución de dudas y puesta en común de las impresiones y sensaciones que les ha suscitado al alumnado.</p> <p>Recursos: Pizarra digital, internet y salón de actos o aula.</p> <p>Duración: Tiempo aproximado de una hora.</p> <p>Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).</p> <p>Competencias clave y descriptores: CC1, CC2, CC3, CC4, CPSAA2, CPSAA3, CPSAA4 y CCL1.</p>	

Nota. Tabla realizada para organizar la octava sesión del alumnado. Elaboración propia.

Tabla 9.

Novena sesión para el alumnado.

Sesión 9	Evaluación
<p>Objetivo: Promover el uso de técnicas y habilidades para mejorar a manejar situaciones de estrés entre los adolescentes.</p> <p>Descripción de la actividad:</p> <p>Actividad 1: Se hablará sobre la expresión emocional y la importancia de la misma de forma que el alumnado tome conciencia de la importancia de poder contar con soporte y ventilación emocional ante los diferentes sucesos de su día a día a través de una presentación (Anexo XIV). Tras ello se debatirá sobre quiénes son sus personas de apoyo y su patrón a la hora de expresar lo que les acontece.</p> <p>Actividad 2: Se continuará con la creación de un “Diario de pensamientos” a través de Genially (Anexo XV). En dicho diario cada alumno y alumna podrá expresar qué tal le ha ido el día, cómo se siente y sus preocupaciones. Además, esto podrá compartirlo con el compañero que seleccione e incluso con el profesional que imparte la sesión.</p> <p>Actividad 3: Se finalizará la sesión introduciendo en un buzón de clase de forma individual un papel donde cada uno exprese cómo se siente, qué le preocupa o alguna temática que considere importante para trabajar.</p> <p>Recursos: Pizarra electrónica, internet, aula, folios y bolígrafos</p> <p>Duración: Tiempo aproximado de una hora.</p> <p>Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).</p> <p>Competencias clave y descriptores: CD2, CD3, CCL1, CC1, CC2, CC3, CC4, CPSAA1 y CPSAA3.</p>	

Nota. Tabla realizada para organizar la novena sesión del alumnado. Elaboración propia.

Tabla 10.

Décima sesión para el alumnado.

Sesión 10	Mejorando la autoestima
<p>Objetivo: Potenciar el fortalecimiento de la autoestima entre el alumnado a través de actividades cognitivas y conductuales.</p> <p>Descripción de la actividad: Se iniciará la sesión hablando y compartiendo sobre el estado emocional que presentan en el día.</p> <p>Actividad 1: Se expondrá la importancia de los mensajes positivos hacia uno mismo a través de una presentación (Anexo XVI) y la influencia de esto en la mejora de la autoestima. Analizaremos en conjunto cómo se hablan a ellos mismos.</p> <p>Actividad 2: Se continuará con la dinámica “tu mejor amigo o amiga”. Los alumnos se colocarán formando un círculo y en medio del mismo se colocará una silla. De forma ordenada y de uno en uno se sentarán en dicha silla. Los compañeros tendrán que decirle una frase o palabra positiva, situando a esa persona como si fuera “su mejor amigo o amiga” para reforzar su autoestima.</p> <p>Actividad 3: Se finalizará la sesión con la elaboración de un guion en el que cada se presente a ellos mismos. Como tarea para casa, tendrán que elaborar un video de una duración de 2 minutos máximo presentación siguiendo el guion elaborado (Anexo XVII). En dicha presentación deben resaltar sus aspectos más positivos y fortalezas.</p> <p>Recursos: Aula, folios y bolígrafos.</p> <p>Duración: Tiempo aproximado de una hora.</p> <p>Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).</p> <p>Competencias clave y descriptores: CC2, CC3, CC4, CCL1, CPSAA1 y CPSAA3.</p>	

Nota. Tabla realizada para organizar la décima sesión del alumnado. Elaboración propia.

Tabla 11.

Undécima sesión para el alumnado.

Sesión 11	Videos de presentación
<p>Objetivo: Potenciar el fortalecimiento de la autoestima entre el alumnado a través de actividades cognitivas y conductuales.</p> <p>Descripción de la actividad:</p> <p>Actividad 1: Tendrá lugar la visualización de 10 vídeos seleccionados al azar de los realizados por los alumnos sobre sus presentaciones tal y como se indicó en la sesión anterior. Se les pedirá a los alumnos y alumnas que observen y detecten los puntos fuertes que sus compañeros destacan, así como la forma de presentarse. Tras ello se realizará una puesta en común sobre los visualizados, ellos podrán añadir más cualidades o fortalezas que consideren que dichos alumnos presentan y no han incluido.</p> <p>Recursos: Aula, Plataforma de YouTube, internet y pizarra digital.</p> <p>Duración: Tiempo aproximado de una hora.</p> <p>Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).</p> <p>Competencias clave y descriptores: CC2, CC3, CC4, CCL1, CPSAA1 y CPSAA3.</p>	

Nota. Tabla realizada para organizar la undécima sesión del alumnado. Elaboración propia.

Tabla 12.

Duodécima sesión para el alumnado.

Sesión 12	Búsqueda de detectives
<p>Objetivo: Potenciar el fortalecimiento de la autoestima entre el alumnado a través de actividades cognitivas y conductuales.</p> <p>Descripción de la actividad:</p> <p>Se iniciará la sesión realizando una ronda rápida en la que cada uno de los alumnos y alumnas expresan una cualidad positiva suya.</p>	

Actividad 1: Se llevará a cabo la actividad “Los Detectives” (Anexo XVIII), a través de las diferentes redes sociales, plataformas y web, por parejas realizarán la búsqueda de personajes, perfiles o personalidades con las que se sientan identificados en algún aspecto que para ellos sea importante.

Actividad 2: Se continuará con la puesta en común de la personalidad o celebridad seleccionada exponiendo qué resaltan del mismo, qué valoran, admirar o reconocen como valioso.

Recursos: Aula, pizarra electrónica e internet.

Duración: Tiempo aproximado de una hora.

Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).

Competencias clave y descriptores: CD1, CD2, CC2, CC3, CC4, CCL1, CPSAA1 y CPSAA3.

Nota. Tabla realizada para organizar la duodécima sesión del alumnado. Elaboración propia.

Tabla 13.

Decimotercera sesión para el alumnado.

Sesión 13	¿Cómo nos comunicamos?
<p>Objetivo: Promover el uso de técnicas y habilidades para mejorar a manejar situaciones de estrés entre los adolescentes.</p> <p>Descripción de la actividad:</p> <p>Actividad 1: Se realiza una presentación apoyada por un Power Point (Anexo XIX) para trabajar y adquirir los conceptos de habilidades sociales y habilidades comunicativas, así como la importancia de las mismas a la hora de relacionarnos. Se va a destacar cómo se interconexionan con las relaciones sociales y la importancia de las mismas como red de apoyo en el día a día.</p>	

Actividad 2: Por pequeños grupos se realizará una dinámica de role playing. A cada grupo se le asignará una situación a representar. Una vez finalizada la representación el resto de compañeros deberá indicar qué tipo de comunicación se ha llevado a cabo, qué habilidades se deben mejorar en la situación o potenciar para un desarrollo de una mejor comunicación y facilitación de las relaciones sociales.

Actividad 3: Los alumnos deberán reflexionar como actividad para casa sobre su estilo comunicativo, habilidades sociales y forma de relacionarse.

Recursos: Presentación Power Point, Internet, Aula y Pizarra digital.

Duración: Tiempo aproximado de una hora.

Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).

Competencias clave y descriptores: CC2, CC3, CC4, CCL1, CPSAA1 y CPSAA3.

Nota. Tabla realizada para organizar la decimotercera sesión del alumnado. Elaboración propia.

Tabla 14.

Decimocuarta sesión para el alumnado.

Sesión 14	Aprender a superarse
<p>Objetivo: Promover el uso de técnicas y habilidades para mejorar a manejar situaciones de estrés entre los adolescentes.</p>	
<p>Descripción de la actividad:</p>	
<p>Actividad 1: El alumnado pondrá en común la actividad enviada para casa en la sesión anterior. Los alumnos y alumnas deberán exponer sus reflexiones sobre su estilo comunicativo, habilidades sociales y forma de relacionarse.</p>	
<p>Actividad 2: Se procede a la lectura de una carta de superación de un antiguo alumno del centro que también sufrió autolesiones y se dirige en dicha "Carta a su yo</p>	

adolescente” (Anexo XX). Tras su lectura se procede a un debate común sobre lo que se expresa en la misma y lo que detectan como reseñable.

Actividad 3: Se les pide que cada uno de forma individual elabore una carta que luego no será leída, sino que va dirigida a ellos mismos. En esta carta se deben imaginar a ellos mismos como adultos y hablar sobre cómo será su vida, que estarán haciendo, aficiones... En caso de no finalizar la misma, continuarán con su elaboración en casa.

Recursos: Aula, Carta, Folios y Bolígrafos.

Duración: Tiempo aproximado de una hora.

Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).

Competencias clave y descriptores: CD1, CD2, CC2, CC3, CC4, CCL1, CCL2, CPSAA1 y CPSAA3.

Nota. Tabla realizada para organizar la decimoquinta sesión del alumnado. Elaboración propia.

Tabla 15.

Decimoquinta sesión para el alumnado.

Sesión 15	El trivial de las emociones
<p>Objetivo: Fomentar la búsqueda de apoyo social para con este tema, además de propiciar una comunicación abierta sobre ello.</p> <p>Descripción de la actividad:</p> <p>Actividad 1: Se presentarán una serie de diferentes emociones de forma que se puedan conocer, reconocer e identificar por parte del alumnado, así como asociar a diferentes situaciones.</p> <p>Actividad 2: Se continuará con la participación del alumnado en un “Trivial de las emociones” (Anexo XXI) donde a través de las diferentes situaciones presentadas deberán detectar la emoción experimentada.</p>	

Recursos: Presentación Power Point, internet, aula, pizarra digital y trivial virtual.

Duración: Tiempo aproximado de una hora.

Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).

Competencias clave y descriptores: CCL1, CC1, CC2 y CC3, CPSAA1 y CPSAA3.

Nota. Tabla realizada para organizar la decimoquinta sesión del alumnado. Elaboración propia.

Tabla 16.

Decimosexta sesión para el alumnado.

Sesión 16	Vamos a relajarnos
<p>Objetivo: Promover el uso de técnicas y habilidades para mejorar a manejar situaciones de estrés entre los adolescentes.</p>	
<p>Descripción de la actividad: Se comenzará con una breve presentación del taller y de las técnicas a presentar.</p>	
<p>Actividad 1: Se realizará una presentación sobre el concepto ansiedad, lo que significa y la magnitud de la misma (Anexo XXII). Además, se hablará de la sintomatología de la misma a nivel cognitivo, conductual y fisiológico para una mejor identificación de la misma. También se presentarán diferentes técnicas de relajación que posteriormente se llevará a cabo su entrenamiento para adquisición como herramienta de gestión emocional ante situaciones que consideren desbordantes.</p>	
<p>Actividad 2: Se presenta la primera técnica de relajación consistente en la respiración diafragmática. De forma inicial se realiza la presentación a nivel teórico de su realización para proceder a su enseñanza a nivel práctico a través de la visualización de la técnica y posterior repetición por parte del alumnado.</p>	
<p>Actividad 3: Se presenta la técnica de relajación en imaginación realizando su aplicación práctica. Se pide a los alumnos que adquieran una posición cómoda y cierren los ojos</p>	

mientras se acompaña la actividad con música relajante. Se realizan indicaciones de visualización e imaginación para que profundicen en la relajación.

Finalmente, se les propone la realización en casa de la combinación de ambas técnicas.

Recursos: Aula espaciosa o gimnasio, esterillas de goma o colchonetas.

Duración: Tiempo aproximado de una hora.

Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).

Competencias clave y descriptores: CC1, CPSAA1 y CPSAA2.

Nota. Tabla realizada para organizar la decimosexta sesión del alumnado. Elaboración propia.

Tabla 17.

Decimoséptima sesión para el alumnado.

Sesión 17	Roles de género y publicidad
<p>Objetivo: Potenciar el fortalecimiento de la autoestima entre el alumnado a través de actividades cognitivas y conductuales.</p> <p>Descripción de la actividad: Se inicia la sesión realizando una ronda de preguntas sobre si han puesto en práctica la relajación aprendida. Tras esto se continúa con la presentación de las diferentes actividades por parte de la persona que las imparte.</p> <p>Actividad 1: Se realiza la visualización de diferentes imágenes y spots publicitarios en los que se presenta una clara diferenciación en la representación de hombres y mujeres (Anexo XXIII). En estos se representa como la figura femenina queda relegada a un plano físico, con unas exigencias delimitadas y la figura masculina es censurada a nivel emocional. De este modo se procede a reflexionar cómo quedan representados los diferentes roles de género que se les asigna y cómo la presión social de cumplirlos puede llevar a auto exigencias por parte de los adolescentes que influya de manera negativa en su salud mental.</p>	

Actividad 2: Se completa la actividad con un debate-coloquio en el que el alumnado reflexione sobre lo visualizado y presentado, así como intercambien ideas y resuelvan dudas.

Se finaliza la sesión proponiendo que para casa realicen una búsqueda de canciones, videos, imágenes o cualquier otro documento donde encuentren dichas desigualdades o exigencias a nivel social.

Recursos: Aula, internet y pizarra digital.

Duración: Tiempo aproximado de una hora.

Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).

Competencias clave y descriptores: CD2, CC1, CC2, CC3, CC4, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA4 y CCL1.

Nota. Tabla realizada para organizar la decimoséptima sesión del alumnado. Elaboración propia.

Tabla 18.

Decimoctava sesión para el alumnado.

Sesión 18	Hablemos de autoestima
<p>Objetivo: Potenciar el fortalecimiento de la autoestima entre el alumnado a través de actividades cognitivas y conductuales.</p> <p>Descripción de la actividad: Se inicia la sesión compartiendo el material seleccionado por el alumnado en referencia a las desigualdades presentadas en la anterior sesión. Tras esto se continúa con la presentación de la ponente con la que se va a contar a lo largo de la sesión.</p> <p>Actividad 1: A cargo de Arancha Serrano, psicóloga clínica especializada en población infanto-juvenil, tendrá lugar una charla sobre la autoestima y el impacto de las redes sociales. La psicóloga explicará cómo se forma la autoestima, factores influyentes y cómo</p>	

la representación de la realidad a través de las redes sociales puede influir de manera negativa en la misma.

Actividad 2: Se procederá tras la charla a establecer un coloquio en el que la profesional realizará una serie de preguntas al alumnado interaccionando de forma directa con ellos. Los diferentes alumnos y alumnas también realizarán preguntas y podrán aclarar dudas aprovechando este espacio.

Recursos: Aula y pizarra digital.

Duración: Tiempo aproximado de una hora.

Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).

Competencias clave y descriptores: CCL1, CCL2, CC1, CC2, CC3, CC4, CPSAA1, CPSAA2 y CPSAA3.

Nota. Tabla realizada para organizar la decimoctava sesión del alumnado. Elaboración propia.

Tabla 19.

Decimonovena sesión para el alumnado.

Sesión 19	Pompas y piedras
<p>Objetivo: Potenciar el fortalecimiento de la autoestima entre el alumnado a través de actividades cognitivas y conductuales.</p> <p>Descripción de la actividad: Se comenzará con una breve descripción de las actividades a desarrollar en el taller.</p> <p>Actividad 1: Se realizará la lectura de la historia sobre el lenguaje positivo, “la mochila invisible” (Anexo XXIV). Narración que a pesar de estar dirigida a un público más infantil deja una reflexión para todos los públicos sobre lanzar pompas (verbalizaciones positivas) y no piedras (verbalizaciones negativas). Tras su realización se reflexiona acerca del mensaje y sobre su importancia</p>	

Actividad 2: A cada alumno y alumna se le proporcionará una ilustración en la que aparezcan 4 pompas determinando cada una de ellas para una persona que consideren importante en su vida. Dentro de cada pompa deberán escribir un mensaje positivo hacia ella. Para elaboración en casa y en colaboración con su familia, se les proporcionará otra ilustración en la que aparezca solo una pompa (Anexo XXIV) que los representará a ellos mismos. Deben entregarla a su familia para que sea esta la que escriba en ella un mensaje positivo.

Recursos: Aula, folio con las pompas, cuento.

Duración: Tiempo aproximado de una hora.

Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).

Competencias clave y descriptores: CCL1, CCL2, CC1, CC2, CC3, CC4, CCEC3, CPSAA1, CPSAA2 y CPSAA3.

Nota. Tabla realizada para organizar la decimonovena sesión del alumnado. Elaboración propia.

Tabla 20.

Vigésima sesión para el alumnado.

Sesión 20	Lucha por la igualdad
<p>Objetivo: Fomentar la búsqueda de apoyo social para con este tema, además de propiciar una comunicación abierta sobre ello.</p> <p>Descripción de la actividad: Se inicia la sesión intercambiando de forma conjunta algunos de los mensajes expresados por su familia en las pompas proporcionadas en la sesión anterior. Tras esto se presentan las diferentes actividades a realizar en la sesión.</p> <p>Actividad 1: Se presentarán una serie de noticias y personajes de renombre del ámbito deportivo, científico, artístico... (Anexo XXV). En relación a esto se hablará sobre la diferencia en cuanto a reconocimientos, visibilización o incluso salario.</p>	

Actividad 2: A cargo de María Pérez, medallista olímpica nacida en Granada se establecerá una charla reflexiva en la que contará su propia experiencia en el deporte, logros, desigualdades vividas y afrontamiento de las diferentes dificultades. Hará también hincapié en la capacidad de superación y gestionar situaciones de mucha tensión.

Actividad 3: Se finalizará con el intercambio de preguntas del alumnado a María.

Recursos: Aula,

Duración: Tiempo aproximado de una hora.

Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).

Competencias clave y descriptores: CCL1, CCL2, CC1, CC2, CC3, CC4, CPSAA1, CPSAA2 y CPSAA3.

Nota. Tabla realizada para organizar la vigésima sesión del alumnado. Elaboración propia.

Tabla 21.

Vigesimoprimera sesión para el alumnado.

Sesión 21	3,2,1, creando
<p>Objetivo: Fomentar la búsqueda de apoyo social para con este tema, además de propiciar una comunicación abierta sobre ello.</p> <p>Descripción de la actividad: Se presenta la realización del corto que van a llevar a cabo los alumnos y el procedimiento del mismo.</p> <p>Actividad 1: se realiza una lluvia de ideas utilizando la pizarra tradicional para ir anotando. Las ideas deben girar en torno al eje de la temática que en este caso es el apoyo social, de forma que quede patente el mensaje de la importancia de contar con figuras de apoyo dentro del centro educativo, fuera del mismo y en el ámbito familiar.</p> <p>Actividad 2: Una vez arrojada la lluvia de ideas, se seleccionarán entre todas las ideas principales para la elaboración del corto. Tras esto se procederá a la elaboración de un</p>	

pequeño guion en el que deben intervenir todos tanto en su elaboración, como en la aparición del mismo ya sea como actores principales, secundarios o figurantes.

La grabación del mismo tendrá lugar en la última sesión del programa junto a la evaluación.

Recursos: Aula espaciosa o salón de actos, pizarra, folios y bolígrafos.

Duración: Tiempo aproximado de una hora.

Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).

Competencias clave y descriptores: CCEC2, CCEC3, CCE4, CD3, CC2, CC3, CC4, CPSAA2, CPSAA3, CPSAA4, CPSAA5 Y CCL1.

Nota. Tabla realizada para organizar la vigesimoprimera sesión del alumnado. Elaboración propia.

Tabla 22.

Vigesimosegunda sesión para el alumnado.

Sesión 22	Evaluación final
<p>Objetivo: Evaluar al alumnado sobre las autolesiones, y la influencia negativa que pueden ejercer las redes sociales ante este tema.</p> <p>Descripción de la actividad:</p> <p>Se realizará el cuestionario de autoevaluación (Anexo I) para ver el grado de consciencia que ha adquirido el alumnado durante todas las sesiones sobre el tema a tratar tras implementar el plan.</p> <p>Esta sesión comenzará ofreciendo al alumnado la realización de un cuestionario con preguntas relacionadas con el tema tratado durante todas las sesiones, dónde el alumnado partirá a realizarlas con los conocimientos que han ido adquiriendo a lo largo del desarrollo del plan con el fin de realizar una autoevaluación para conocer la adquisición de habilidades.</p>	

Por otro lado, se volverá a realizar un test de verdadero y falso (Anexo II), este test tendrá mitos sobre el tema a tratar, y se podrá sacar información de los estudiantes sobre qué conocimientos han adquirido. Se finalizará realizando el cuestionario de satisfacción (XXVI).

Recursos: Cuestionarios, test, bolígrafo y aula.

Duración: Tiempo aproximado de 1 hora.

Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).

Competencias clave y descriptores: CC1, CC2, CC3, CC4, CPSAA1, CPSAA2, CPSAA3, CPSAA4 y CPSAA5.

Nota. Tabla realizada para organizar la vigesimosegunda sesión del alumnado. Elaboración propia.

Sesiones para el Equipo Educativo:

Tabla 23.

Primera sesión para el equipo docente.

Sesión 1	Evaluación inicial y presentación
<p>Objetivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificar posibles factores de riesgo entre los adolescentes que puedan derivar en conductas autolíticas. - Sensibilizar a la comunidad educativa sobre las autolesiones, y la influencia negativa que pueden ejercer las redes sociales ante este tema. <p>Descripción de la actividad:</p> <p>Se realizará la evaluación inicial (Anexo XXVII) a través de un cuestionario dando lugar luego a la presentación de los 4 talleres que compondrán el plan para el equipo docente, así como los profesionales que lo van a impartir.</p> <p>Actividad 1: Se comenzará la primera actividad con una breve presentación y charla de Ana Pastora, psicóloga y educadora social y experta en población adolescente. Durante</p>	

la charla proporcionar al profesorado información sobre qué son las conductas autolíticas y la identificación de señales tempranas.

Actividad 2: Se planteará casos ficticios y situaciones para analizar el comportamiento, lenguaje corporal, cambios de ánimo o actitudes que puedan ser indicadores de riesgo. A su vez, se señalarán indicadores o factores de riesgo a través de una presentación (Anexo XXVIII) como pueden ser problemas familiares, situaciones de acoso escolar, entre otros.

Duración: Aproximadamente 1 hora.

Recursos: Pizarra digital y aula.

Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).

Nota. Tabla realizada para organizar la primera sesión del equipo docente. Elaboración propia.

Tabla 24.

Segunda sesión para el equipo docente.

Sesión 2	Creando espacio
<p>Objetivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Potenciar el fortalecimiento de la autoestima entre el alumnado a través de actividades cognitivas y conductuales. - Promover el uso de técnicas y habilidades para mejorar a manejar situaciones de estrés entre los adolescentes. <p>Descripción de la actividad:</p> <p>Desde el departamento de Orientación, la figura del orientador realizará el taller relacionado con la autoestima en adolescentes.</p> <p>Actividad 1: Se pretende crear un ambiente seguro donde el equipo educativo pueda expresar sus dudas al respecto y a través de una charla-presentación sobre “El fomento de la autoestima” (Anexo XXIX). De este modo adquirir conciencia sobre la importancia</p>	

de enfatizar esto Se pondrá el foco de atención en la mejora de la autoestima y la gestión emocional.

Actividad 2: Los profesores reciben formación sobre “Dinámicas de clase y estrategias positivas que mejoren la cohesión grupal” (Anexo XXX) y reduzcan los factores de riesgo.

Duración: Aproximadamente 1 hora.

Recursos: Pizarra digital y aula.

Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).

Nota. Tabla realizada para organizar la segunda sesión del equipo docente. Elaboración propia.

Tabla 25.

Tercera sesión para el equipo docente.

Sesión 3	Compartiendo experiencias
<p>Objetivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar a la comunidad educativa sobre las autolesiones, y la influencia negativa que pueden ejercer las redes sociales ante este tema. - Desarrollar una guía de conducta para toda la comunidad educativa sobre la detección y el manejo ante conductas autolíticas en el alumnado <p>Descripción de la actividad:</p> <p>Se realiza una presentación sobre la charla enfocada a la sensibilización y la persona que explica de primera mano su experiencia.</p> <p>Actividad 1: Se invita a una ex-alumna del centro que durante su periodo de adolescencia sufrió conductas autolíticas para compartir sus experiencias. Tras su exposición el profesorado puede hacer preguntas, profundizar en cómo pueden intervenir para ayudar y entender la perspectiva de forma directa.</p>	

Duración: Aproximadamente 1 hora.

Recursos: Pizarra digital y aula.

Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).

Nota. Tabla realizada para organizar la tercera sesión del equipo docente. Elaboración propia.

Tabla 26.

Cuarta sesión para el equipo docente.

Sesión 4	Evaluación final y role-playing
<p>Objetivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fomentar la búsqueda de apoyo social para con este tema, además de propiciar una comunicación abierta sobre ello. - Promover el uso de técnicas y habilidades para mejorar a manejar situaciones de estrés entre los adolescentes. <p>Descripción de la actividad:</p> <p>Al inicio de la sesión, se realizará la evaluación final repitiendo la evaluación del inicio (Anexo XXVII) y encuesta de satisfacción (Anexo XXVI).</p> <p>Actividad 1: Mediante una puesta en común y brainstorming se expondrán las diferentes problemáticas a las que se enfrentan los adolescentes, así como sus preocupaciones e intereses para empatizar con ellos. Tras esto a través de la técnica de role-playing, los profesores practican cómo relacionarse y dialogar con un adolescente que presente señales de alarma ante posible presencia de autolesiones. En dicha dinámica los docentes deben mostrar cómo manejar la situación, aplicando técnicas de escucha activa, empatía, y orientándolos a recursos de apoyo.</p> <p>Actividad 2: Se explicará y dotará de un documento donde se recojan los diferentes recursos de apoyo (Anexo XXXI), así como guías en las que poder consultar.</p> <p>Duración: Aproximadamente 1 hora.</p>	

Recursos: Pizarra digital y aula.

Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).

Nota. Tabla realizada para organizar la cuarta sesión del equipo docente. Elaboración propia.

Sesiones para las familias:

Tabla 27.

Primera sesión para las familias.

Sesión 1	Evaluación inicial y charla
<p>Objetivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificar posibles factores de riesgo entre los adolescentes que puedan derivar en conductas autolíticas. - Sensibilizar a la comunidad educativa sobre las autolesiones, y la influencia negativa que pueden ejercer las redes sociales ante este tema. <p>Descripción de la actividad:</p> <p>Se llevará a cabo una evaluación inicial (Anexo XXXII) y presentación de los 4 talleres que compondrán el plan para las familias, así como los profesionales que lo van a impartir.</p> <p>Actividad 1: Se comenzará con una breve presentación y charla de Ana Pastora, psicóloga y educadora social y experta en población adolescente. Durante la charla proporcionar información a las familias sobre qué son las conductas autolíticas, sus posibles causas y cómo pueden los padres reconocer las señales de alerta. Posteriormente se da espacio para preguntas y respuestas por parte de las familias.</p> <p>Actividad 2: Se realizará una actividad a través de Kahoot (Anexo XXIII) sobre afirmaciones para determinar si son verdaderas o falsas relacionadas con la temática.</p>	

Duración: Aproximadamente 1 hora.

Recursos: Pizarra digital, aula e internet.

Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).

Nota. Tabla realizada para organizar la primera sesión de las familias. Elaboración propia.

Tabla 28.

Segunda sesión para las familias.

Sesión 2	Comunicación y role-playing
<p>Objetivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Promover el uso de técnicas y habilidades para mejorar a manejar situaciones de estrés entre los adolescentes. - Desarrollar una guía de conducta para toda la comunidad educativa sobre la detección y el manejo ante conductas autolíticas en el alumnado <p>Descripción de la actividad:</p> <p>Actividad 1: Se realizará una exposición sobre los “Diferentes estilos comunicativos” (Anexo XXXIV) para conocer las diferentes formas de abordar.</p> <p>Actividad 2: Se explicará a los padres cómo abordar y dar respaldo a las emociones de sus hijos e hijas, así como a dar respuesta a las expresiones de los mismos. Para ello se va a utilizar el role playing donde exponer situaciones y entrenar en la forma de respuestas. A través de estas dinámicas de role-playing, los padres practicarán el abordaje de las emociones negativas de sus hijos. Esto se realizará a través de la escucha activa y la creación de un entorno de confianza donde el adolescente pueda expresarse sin miedo.</p> <p>Duración: Aproximadamente 1 hora.</p>	

Recursos: Pizarra digital y aula.

Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).

Nota. Tabla realizada para organizar la segunda sesión de las familias. Elaboración propia.

Tabla 29.

Tercera sesión para las familias.

Sesión 3	Escuchar y compartir experiencias
<p>Objetivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fomentar la búsqueda de apoyo social para con este tema, además de propiciar una comunicación abierta sobre ello. - Desarrollar una guía de conducta para toda la comunidad educativa sobre la detección y el manejo ante conductas autolíticas en el alumnado <p>Descripción de la actividad:</p> <p>Actividad 1: Tendrá lugar una charla realizada por una ex alumna del centro educativo que durante su adolescencia llevó a cabo conductas autolíticas. A través de esta charla se dará lugar a crear un espacio donde compartir vivencias y experiencias de modo que las familias puedan aprender de esto. Tras esto se realizarán preguntas que surjan.</p> <p>Actividad 2: Se proporcionarán recursos a través de la figura del orientador para comprender, gestionar y manejar las emociones difíciles que los padres enfrentan.</p> <p>Duración: Aproximadamente 1 hora.</p> <p>Recursos: Pizarra digital y aula.</p> <p>Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).</p>	

Nota. Tabla realizada para organizar la tercera sesión de las familias. Elaboración propia.

Tabla 30.*Cuarta sesión para las familias.*

Sesión 4	Evaluación final y técnicas de regulación
<p>Objetivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Potenciar el fortalecimiento de la autoestima entre el alumnado a través de actividades cognitivas y conductuales. - Promover el uso de técnicas y habilidades para mejorar a manejar situaciones de estrés entre los adolescentes. <p>Descripción de la actividad:</p> <p>Actividad 1: Se llevará a cabo un taller práctico donde aprender técnicas de gestión del estrés y autorregulación emocional para evitar respuestas impulsivas ante situaciones difíciles (Anexo XXXV). Se presentan ejercicios de mindfulness, respiración profunda, y técnicas de autocuidado para que los padres puedan desarrollar estas estrategias e integrarlas en su vida diaria.</p> <p>Actividad 2: Se finalizará realizando la auto evaluación para poder establecer comparativa de los conocimientos adquiridos (Anexo XXXII) y encuesta de satisfacción (Anexo XXVI)</p> <p>Duración: Aproximadamente 1 hora.</p> <p>Recursos: Pizarra digital y aula.</p> <p>Evaluación: Observación directa, registro anecdótico (Anexo III) y diario de campo (Anexo IV).</p>	

Nota. Tabla realizada para organizar la cuarta sesión de las familias. Elaboración propia.

Evaluación del Plan de Intervención

A la hora de evaluar el plan de intervención se ha tenido en cuenta la evaluación del alumnado, del equipo docente y las familias, así como del propio plan. Esta evaluación se

ha llevado a cabo de forma integral al comprender la importancia de todos los agentes implicados en el desarrollo de la enseñanza-aprendizaje.

La evaluación se va a realizar de forma integral y continuada obteniendo información inicial, de todo el proceso y al finalizar de cada una de las sesiones. La información recopilada se relaciona con el desarrollo de la misma, la adquisición de los objetivos, las necesidades de mejora y la influencia sobre todo en el alumnado.

La evaluación del alumnado, equipo educativo, familiar y del propio plan se realizará de forma sistemática a través de la observación sistemática como técnica principal para recopilar información relevante. Esta información será en su mayoría cualitativa, aunque también cuantitativa que posteriormente será registrada a través de instrumentos de evaluación.

Se propone como herramientas de evaluación:

- *Evaluación inicial:*
 - Alumnado: Cuestionario inicial
 - Equipo docente: Cuestionario inicial
 - Familias: Cuestionario inicial
- *Evaluación continuada:*
 - Alumnado: registro anecdótico y diario de campo
 - Equipo docente: diario de campo
 - Familias: diario de campo
- *Evaluación final:*
 - Alumnado: Cuestionario inicial y escala de valoración
 - Equipo docente: Cuestionario inicial y escala de valoración
 - Familias: Cuestionario inicial y entrevista final a través de interrogatorio

Se enmarca la evaluación de una forma clara y sistemática permitiendo registrar en función de lo que se pretende evaluar. La observación para el registro anecdótico y diario de campo se llevará a cabo en función de las áreas y categorías determinadas previamente para evaluar.

Al iniciar la implementación del plan como se ha determinado arriba indicado se hará una evaluación inicial para conocer los conocimientos e inquietudes de las que partimos. El cuestionario de evaluación inicial se repetirá al finalizar para poder establecer una

comparativa objetiva y los conceptos y habilidades adquiridas. Durante la implementación del mismo, se recogerá información que se irá evaluando y analizando la información recogida de cada sesión.

En cuanto a la escala de valoración empleada se evaluará en función a una serie de ítems cuya valoración se encontrará entre el 0 (nada) y el 5 (mucho) pudiendo añadir una valoración personal y debilidades o fortalezas.

Finalmente, la familia dispondrá de un espacio a través de la técnica de interrogatorio donde poder establecer una valoración de la satisfacción o mejoras necesarias del mismo. Los datos recopilados cumplirán además una doble función, siendo también una fuente de información y feedback para el equipo docente y las propias familias beneficiando la información y la implicación familia-docencia.

Conclusiones, Limitaciones y Prospectiva de futuro

La prevención en conductas autolíticas como se ha podido investigar y comprobar es un tema importante a abordar para el alumnado, al observar que es una necesidad además detectada por el equipo educativo para dar respuesta a las necesidades debido a las problemáticas a las que se han estado enfrentando a lo largo del curso escolar anterior y presente. Por ello se concluye de forma positiva la elaboración de un plan de prevención al haber detectado también de primera mano esta necesidad durante el periodo de prácticas.

El presente Trabajo de Fin de Máster es una propuesta con un enfoque innovador al incluir el uso de la tecnología, competencias digitales, gamificación, uso de las redes sociales para motivar al alumnado y que ellos sean capaces de sentirse identificados con las temáticas a trabajar. Además, cuenta con un enfoque teórico-práctico de forma que les proporcione un conocimiento y además una adquisición de herramientas que poder poner en práctica, así como un empoderamiento y mejora de la autoestima.

El marco teórico se ha establecido a través de la búsqueda de información, analizar datos y la lectura de artículos, guías y diferentes documentos relacionados con educación, salud mental y adolescencia. Se ha contemplado además la normativa vigente a nivel estatal y autonómico por lo que se considera el primer objetivo del trabajo como abordado de forma positiva.

A nivel de metodologías se recoge la observación como forma de análisis de la realidad y se implementan las actividades y sesiones a través de digitalización haciendo la propuesta innovadora y atractiva de forma satisfactoria. En cuanto a la evaluación, esta se ha llevado a cabo en tres momentos diferenciados como son el inicio, durante y final a través de distintos instrumentos que han permitido recoger datos a través del alumnado, equipo docente y familia, así como propuestas de los mismos.

A nivel de objetivo general y específicos del plan, estos se han llevado a cabo de una forma satisfactoria al cumplir con la finalidad de cada una de las sesiones de forma que sirvan de acompañamiento al alumnado, docentes y familias abarcando desde su inicio los Objetivos de Desarrollo Sostenible. De esta forma se ha creado una red de conexión en cuanto a la información proporcionada y herramientas siendo complementarias entre ellas para un abordaje completo. Desde el Departamento de orientación se ha intentado recolectar información relevante y necesaria para propuestas de mejora en un futuro.

Una vez diseñado el plan se concluye:

Abordar las problemáticas actuales del alumnado desde una perspectiva integral y poniendo el foco de atención en empatizar con la realidad de nuestros adolescentes es importante para lograr una implicación real de todos los agentes de manera efectiva sobre la temática del plan de intervención.

Por ello, se crea un plan de intervención enfocado en la mejora de la autoestima, la gestión emocional y la dotación de herramientas alternativas a las conductas autolíticas con la finalidad de adquirir habilidades que puedan llevar a cabo tanto dentro como fuera del aula y a lo largo de su desarrollo. Además, que esto permita una implicación de los distintos agentes que forman su contexto de vida. La creación del mismo se realiza teniendo en cuenta las estrategias marcadas por la política autonómica, estatal y europea.

Además, de forma transversal se ha incluido la importancia de fomentar la igualdad de género dentro del plan. Para ello, se han utilizado actividades relacionadas con el fomento de la igualdad, el conocimiento de las desigualdades aún presentes y la coeducación entre otras. Por lo que se concluye positivamente la interrelación entre el Plan de Intervención con temas sociales de gran importancia en la actualidad.

En cuanto al resto de objetivos propuestos como específicos dentro del plan se encuentran abordados en las diferentes sesiones donde se establecen actividades que abordan el conocimiento, expresión emocional, gestión, habilidades sociales y comunicativas, resolución de conflictos y fortalecimiento de las competencias personales,

así como de la autoestima. Todo ello a través de la colaboración, cooperación y trabajo en equipo para un fomento y mejora de las relaciones sociales entre iguales.

Por otro lado, debe tenerse en cuenta que para un abordaje completo y que abarque las necesidades reales, es crucial la continua formación de los docentes en cuanto a temas sociales de gran índole, como sería el caso de las conductas suicidas o autolesivas. Además, de la implicación y atención por parte de la familia como principal foco de información y detección de los distintos factores de riesgo o indicadores para realizar una intervención primaria.

A nivel de limitaciones:

La primera limitación es la imposibilidad de haber podido llevar a cabo el plan en el centro educativo por cuestiones de temporalidad. A pesar de ello, el resultado del planteamiento y elaboración del plan y sus objetivos se concluye como positivo.

Se detecta como limitación la apertura, implicación y asistencia de las familias, así como el extrapolar lo adquirido a su vida diaria. Siendo entre estas limitaciones reseñable las dificultades de comunicación entre familia-hijos y familia-escuela. Lo primero por los ritmos acelerados de las familias actualmente que dificultan la realización de actividades juntas, mantener conversaciones con escucha activa, intercambiar problemáticas y crear un clima de calidad y apoyo a través de la confianza y expresión emocional. En cuanto a la escuela, las dificultades provienen de la falta de tiempo para establecer una comunicación o rapport continuo y eficaz, así como el establecimiento de prioridades, siendo en algunos casos más académicos basado en rendimiento que personales.

Por otro lado, a nivel familiar también se puede encontrar una limitación en cuanto a la cultura y crianza del alumnado, pudiendo mostrar estigmatización por parte de la familia sobre la temática, así como de los profesionales que intervienen (psicólogos) durante el desarrollo del plan.

Por parte del alumnado, se puede encontrar la limitación proveniente de las expectativas sobre el plan. Además, al tratarse de una temática complicada para ellos y con cuestiones de introspección y expresión emocional, es posible generar una barrera defensiva ante la apertura a la misma.

Como última limitación, se aborda el propio impacto del Plan de Intervención en el centro educativo, lo que es complejo, ya que para obtener resultados reales y ver la eficacia se necesitaría más tiempo, y no sólo un curso académico.

Referencias

Aclaraciones en torno al Reglamento Orgánico de los institutos de Educación Secundaria, aprobado por el DECRETO 327/2010, de 13 de julio, y a la Orden de 20 de agosto de 2010, por la que se regula la Organización y Funcionamiento de los institutos de Educación Secundaria, así como el horario de los centros, del alumnado y del profesorado (actualización de 27 de julio de 2011).

American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)*.

American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)*.

Arrieta, S. (2020). Revisión bibliográfica narrativa sobre la autolesión no suicida [Trabajo de Fin de Grado, Universidad Complutense de Madrid].

Circular de 26 de enero de 2022, de la Dirección General de Atención a la Diversidad, Participación y Convivencia Escolar para el impulso de actuaciones en los centros docentes andaluces relativas al día escolar de la no violencia y la paz.

Comunidad de Madrid. (2022). Prevención del riesgo de conducta suicida y autolesiones del alumnado. 3-29. [PROTOCOLO PRE CON AUTOLESIVA](#) (consaludmental.org)

Constitución Española, BOE, número 311, 29 de diciembre de 1978.

Corrección de errores al Decreto 327/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria (IES).

Decreto 102/2023, de 9 de mayo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía.

Decreto 231/2021 de 5 de octubre, por el que se establece el servicio complementario de apoyo y asistencia para alumnado con necesidades educativas especiales por parte del profesional técnico de integración social y de interpretación de lengua de signos española y se regulan las condiciones para su prestación, autorización y gestión.

Decreto 327/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria

Díaz, D. et al. (2020). Importancia de la familia: Un análisis de la realidad a partir de datos estadísticos. *Horizonte de la Ciencia*, 10(18), 1-13.

<https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2020.18.407>

Dörr et al. (2022). Autolesiones en adolescentes, manifestación del malestar subjetivo en la sociedad actual. *Psicopatología fenomenología contemporánea*, 11(2), 25-40.

<https://doi.org/10.37067/rpfc.v11i2.1118>

Duarte - Tánori et al. (2023). Apego a los padres, a los iguales y adicción a internet en la relación entre depresión y autolesión en adolescentes mexicanos. *Revista de*

Psicopatología y Psicología Clínica, 28(1), 39-50. <https://doi.org/10.5944/rppc.31795>

Gámez-Guadix et al. (2020). Autolesiones online entre adolescentes españoles: análisis de la prevalencia y de las motivaciones. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 7(1), 9-15. <https://doi.org/10.21134/rpcna.2020.07.1.1>

Gobierno de España. (2022). Estrategia de Salud Mental del Sistema Nacional de Salud Período 2022-2026. 11-83.

[Ministerio Sanidad Estrategia Salud Mental SNS 2022 2026.pdf](#)

Gobierno de España. (2022). Evaluación y manejo clínico de las autolesiones en la adolescencia: protocolo basado en la evidencia. 5-156. [Evaluación y manejo clínico de las autolesiones en la adolescencia: protocolo basado en la evidencia \(quiasalud.es\)](#)

Gutiérrez Borda, A. E. (2021). Metodología activa como estrategia didáctica en el desarrollo del pensamiento crítico. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 5(5), 8538-8558. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i5.939

Gutiérrez, A. (2021). Metodología activa como estrategia didáctica en el desarrollo del pensamiento crítico. *Ciencia Latina Revista Multidisciplinar*, 5(5), 8538-8558.

Hidalgo, F. (2024). Autolesiones en la adolescencia: ¿Por qué ocurren y cómo podemos ayudar? *Avanza Psicólogos*. [Autolesiones en adolescentes: entenderlas para ayudar \(avanzapsicologos.com\)](#)

Hill, R. M. et al. (2021). Suicide Ideation and Attempts in a Pediatric Emergency Department Before and During COVID-19. *Pediatrics, official journal of the American academy of pediatrics*, 147(3), 1-6. <https://doi.org/10.1542/peds.2020-029280>

Hink et al. (2024). Adolescent Suicide—Understanding Unique Risks and Opportunities for Trauma Centers to Recognize, Intervene, and Prevent a Leading Cause of Death. *PubMed Central*, 8(2), 41-53. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i5.939

Instrucción 18/2022 de 30 de junio de 2022, de la Dirección General de Ordenación y Evaluación Educativa, por la que se determina el procedimiento para la concesión en Andalucía de los Premios Extraordinarios de Educación Secundaria Obligatoria correspondientes al curso escolar 2021/2022.

Instrucción de 07 de diciembre de 2021, de la Dirección General de Atención a la Diversidad, Participación y Convivencia Escolar, por la que se regula la composición y régimen de funcionamiento de las Comisiones Provinciales, así como de la coordinación del voluntariado en los centros de comunidades de aprendizaje.

Instrucciones de 01 de julio de 2022, de la Dirección General de Atención a la Diversidad, Participación y Convivencia Escolar relativa a la coordinación de bienestar y protección de la infancia y adolescencia en los centros docentes públicos de Andalucía.

Instrucciones de 06 de octubre de 2021, de la Dirección General de Atención a la Diversidad, Participación y Convivencia Escolar, por las que se establece el procedimiento para la autorización y el desarrollo de experiencias de escolarización combinada de alumnado con necesidades educativas especiales.

Instrucciones de 25 de enero de 2017, de la Dirección General de Atención a la Diversidad, Participación y Equidad y de la Agencia Pública Andaluza de Educación por las que se regula el procedimiento para la dotación de recursos materiales específicos para el alumnado con necesidades educativas especiales asociadas a discapacidad escolarizados en centros sostenibles con fondos públicos en Andalucía. Junta de Andalucía (2021).

Junta de Andalucía. (2023). Guía para la prevención del riesgo de conductas suicidas y autolesiones del alumnado. 3-41. [Guía del Protocolo de actuación para la prevención del riesgo ante conductas suicidas o autolesiones del alumnado](https://www.juntadeandalucia.es/guia-del-protocolo-de-actuacion-para-la-prevencion-del-riesgo-ante-conductas-suicidas-o-autolesiones-del-alumnado) ([juntadeandalucia.es](https://www.juntadeandalucia.es))

La Ley Orgánica 8/2021, de 4 de junio, de protección integral a la infancia y la adolescencia frente a la violencia, es una ley española que tiene como objetivo proteger a los menores de edad de la violencia. La ley fue publicada en el Boletín Oficial del Estado (BOE) el 5 de junio de 2021.

Leiva, K. A., et al. (2020). Aprendizaje colaborativo en línea y aprendizaje autónomo en la educación a distancia. *Revista Científica, Cultura, Comunicación y Desarrollo*, 5(3), 95-100.

Ley 17/2007 de 10 de diciembre, de Educación de Andalucía (LEA).

Ley 6/2022, de 31 de marzo, de modificación del Texto Refundido de la Ley General de derechos de las personas con discapacidad y de su inclusión social, aprobado por el Real Decreto Legislativo 1/2013, de 29 de noviembre, para establecer y regular la accesibilidad cognitiva y sus condiciones de exigencia y aplicación.

Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, BOE núm. 106, de 4 de mayo de 2006.

Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, BOE 340, de 30 de diciembre de 2020.

Montero, M.D. (2021). Educación, Gobierno Abierto y progreso: los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) en el ámbito educativo. Una visión crítica de la LOMLOE. *Revista de Educación y derecho* 23, 1-26. <https://doi.org/10.1344/REYD2021.23.34443>

Moreno, J y Zabala, S.A. (2022). Efecto sobre la motivación y el rendimiento académico al aplicar aprendizaje basado en juegos en la enseñanza de las redes definidas por software. *Formación Universitaria* 15(4), 81-94. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062022000400081>

Observatorio del Suicidio. (22 de septiembre de 2022). *EL INE REVISAL AL ALZA EL NÚMERO DE SUICIDIOS EN 2022: 130 MÁS*. Observatorio del Suicidio. [Observatorio del Suicidio en España 2022 \(datos definitivos diciembre 2023\) - Prevención del suicidio.](https://www.fsme.es/) ([fsme.es](https://www.fsme.es/))

Orden de 11 de abril 2011, por la que se regula la participación de los centros docentes en la Red Andaluza «Escuela: Espacio de Paz» y el procedimiento para solicitar reconocimiento como Centros Promotores De Convivencia Positiva (Convivencia).

Orden de 20 de agosto de 2010, por la que se regula la organización y el funcionamiento de los institutos de educación secundaria, así como el horario de los centros, del alumnado y del profesorado.

Orden de 20 de agosto de 2010, por la que se regula la organización y el funcionamiento de los Institutos de Educación Secundaria (IES), así como el horario de los centros, del alumnado y del profesorado.

Orden de 24 de octubre de 2023, por la que se amplía y actualiza la autorización de determinadas enseñanzas en centros docentes públicos.

Orden de 28 de abril de 2015, por la que se modifica la Orden de 20-06-2011 por la que se adoptan medidas para la promoción de la convivencia en los centros docentes sostenidos por fondos públicos y se regula el derecho a las familias a participar en el proceso educativo de sus hijos e hijas.

Orden de 28 de agosto de 2023, por la que se renuevan los conciertos educativos de unidades de educación básica especial-apoyo a la integración con centros docentes privados para desarrollar Planes de Compensación Educativa durante el curso académico 2023/24.

Orden de 30 de mayo de 2023, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y a las diferencias individuales, se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y se determina el proceso de tránsito entre las diferentes etapas educativas.

Organización Mundial de la Salud. (2019). *Suicide worldwide in 2019: Global health estimates*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240026643>

Organización Mundial de la Salud. (2022). *World mental health report: Transforming mental health for all*. Geneva: World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338>

Page, M., Peters, K., & Hetrick, S. (2022). Low self-esteem and adolescent suicide: Understanding the connections. *Journal of Adolescent Health, 70*(5), 845-852. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2022.01.010>

Prendes et al. (2020). Igualdad de género y TIC en contextos educativos formales: Una revisión sistemática. *Revista Científica de Educomunicación* 28(63), 9-20.

<https://doi.org/10.3916/C63-2020-01>

Purwoko et al. (2022). Low Self-Esteem, Coping Stress, Emotional Regulation, and Coping Stress Significantly Increase Self-Injury in Students. *Revista de Psicología del deporte*, 31(2), 285-296.

Real Decreto - Ley de 6/2019 de 1 de marzo, de medidas urgentes para la garantía de la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres en el empleo y la ocupación.

Real Decreto 3/2018 de 12 de enero, por el que se modifica el Real Decreto 275/2007, de 23 de febrero, por el que se crea el Observatorio Estatal de la Convivencia Escolar.

Real Decreto Legislativo 1/2013, de 29 de noviembre, por el que se aprueba el Texto Refundido de la Ley General de derechos de las personas con discapacidad y de su inclusión social.

Resolución conjunta de 17 de octubre de 2023, de la Consejería de Desarrollo Educativo y Formación Profesional, la Consejería de Salud y Consumo y la Consejería de Inclusión Social, Juventud, Familias e Igualdad, por la que se aprueba y se hace público el protocolo de actuación en los centros educativos andaluces sostenidos con fondos públicos para la prevención del riesgo ante conductas suicidas o autolesiones del alumnado.

Resolución de 05 de octubre de 2023, de la Dirección General de Tecnologías Avanzadas y Transformación Educativa, por la que se convoca curso de actualización de

competencias directivas sobre el desarrollo de la función directiva establecido en el artículo 1 del Real Decreto 894/2014, de 17 de octubre.

Resolución de 13 de julio de 2023, de la Dirección General de Ordenación, Inclusión, Participación y Evaluación Educativa, por la que se establece la organización y el funcionamiento del Programa de Bienestar Emocional en el ámbito educativo en los centros docentes no universitarios sostenidos con fondos públicos dependientes de la Consejería de Desarrollo Educativo y Formación Profesional para el curso 2023/2024.

Resolución de 14 de junio de 2022, de la Dirección General de Atención a la Diversidad, Participación y Convivencia Escolar, de los centros reconocidos como “Comunidad de Aprendizaje”.

Resolución de 28 de noviembre de 2022, de la Dirección General de Ordenación, Inclusión, Participación y Evaluación Educativa, por la que se reconocen centros docentes pertenecientes a la Red Andaluza «Escuela: Espacio de Paz» como Centros Promotores de Convivencia Positiva (Convivencia), durante el curso 2021/2022.

Rojas, A., et al. (2021). El Otro y la dinámica de la fantasía en la autolesión cutánea. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 12(1), 179–202.
<https://doi.org/10.17533/udea.rp.v12n1a09>

Soto, A. G., et al. (2021). Intervenciones para la prevención del suicidio en adolescentes y jóvenes. Revisión sistemática. *Revista Eugenio Espejo*, 15(3), 145-161.
<https://doi.org/10.37135/ee.04.12.13>

Tekman Education. (2023). Metodologías activas en el aula. Recuperado de <https://www.tekmaneducation.com/>

UNICEF. (2021). Salud mental de los adolescentes y redes sociales. *UNICEF*.

<https://www.unicef.org>

Vázquez et al. (2023). Autolesiones y conducta suicida en niños y adolescentes. Lo que la pandemia nos ha desvelado. *Anales de Pediatría*, 98(3), 204-212.

Vidal, J. (2023). Self-criticism, self-compassion and depression: investigating the mediating role of emotional overproduction and perseveration of negative emotions using structural equation modeling [Tesis de Doctorado, Universitat Jaume I]. Repositori Universitat Jaume I - Universitat Jaume I.

Anexo I

Figura 2.*Cuestionario de auto evaluación*

Cuestionario Inicial

Responda de forma sincera teniendo en cuenta que la evaluación no implica nada a nivel académico.

¿Qué entiendes por "conducta suicida"?

Texto de respuesta larga

¿Crees que las personas que se autolesionan o piensan en suicidarse están locas? Justifica tu respuesta.

Texto de respuesta larga

¿Por qué crees que una persona podría llegar a pensar en hacerse daño o quitarse la vida?

Texto de respuesta larga

¿Conoces a alguien que se haya autolesionado o haya tenido pensamientos suicidas?

Texto de respuesta larga

¿Qué crees que se puede hacer para ayudar a una persona que está pasando por una situación así?

Texto de respuesta larga

¿Dónde podrías buscar ayuda si tú o alguien que conoces está teniendo pensamientos suicidas o autolesivos?

Texto de respuesta larga

¿Has recibido alguna información sobre este tema en el colegio o en otro lugar? Si la respuesta es afirmativa, escribe dónde y cómo.

Texto de respuesta larga

⋮

¿Crees que es importante hablar abiertamente sobre las conductas suicidas y autolesivas?

Texto de respuesta larga

¿Crees que has aprendido sobre este tema? ¿Te ha resultado importante y de interés?

Texto de respuesta larga

Nota. Instrumento de auto evaluación para el alumnado. Elaboración propia.

Anexo II

Figura 3.*Cuestionario verdadero o falso*

Verdadero o Falso

Elige la respuesta que creas correcta.

Las personas que se autolesionan quieren llamar la atención.

Verdadero

Falso

Solo las personas con trastornos mentales piensan en suicidarse.

Verdadero

Falso

Hablar sobre el suicidio puede hacer que alguien quiera hacerlo.

Verdadero

Falso

Las personas que se suicidan están locas.

- Verdadero
- Falso

La autolesión es una forma de pedir ayuda.

- Verdadero
- Falso

Una vez que alguien ha intentado suicidarse, lo volverá a hacer.

- Verdadero
- Falso

Las personas que se autolesionan disfrutan del dolor.

- Verdadero
- Falso

Nota. Instrumento de auto evaluación para el alumnado. Elaboración propia.

Anexo III

Figura 4.

Registro anecdótico

REGISTRO ANECDÓTICO		
ALUMNO(a):	FECHA	
LUGAR:	HORA:	
ACTIVIDAD/ÁREA :		
DESCRIPCIÓN DE LO OBSERVADO	INTERPRETACIÓN DE LO OBSERVADO	FIRMA

Nota. Instrumento de recogida de información para la evaluación. Elaboración propia.

Anexo IV

Figura 5.*Diario de campo*

DIARIO DE CAMPO. Observación de la vida en el aula.		
Nombre del observador		
Fecha:		
Lugar:		
Tema:		
Objetivo:		
EJES TEMÁTICOS	DESCRIPCIÓN	REFLEXIÓN
RUBRO 1		
1a. Características del grupo.		
1b. Estrategias de trabajo.		
1c. Desarrollo de la clase		
2. Comunicación de los alumnos.		
3. Atención de situaciones imprevistas y/o conflictos en el aula.		
4a. Planeación didáctica.		
4b. Trabajo con el grupo.		

Nota. Instrumento de recogida de información para la evaluación. Elaboración propia

Anexo V

Figura 6.

Ponencia segunda sesión para el alumnado.

PRESENTACIÓN

LAS CONDUCTAS AUTOLÍTICAS

INMA PÉREZ ESPADAS

PRESENTACIÓN INICIAL

DIFERENCIAS ENTRE CONDUCTAS AUTOLÍTICAS NO SUICIDAS Y CONDUCTAS SUICIDAS

INMA PEREZ ESPADAS

CONDUCTAS AUTOLÍTICAS NO SUICIDAS	CONDUCTAS AUTOLÍTICAS SUICIDAS
<p>Acto de autolesionarse a propósito para afrontar los estados emocionales de ira, desesperación o angustia.</p> <p>Su intención es pedir ayuda y aliviar su malestar,</p>	<p>Los gestos suicidas son un conjunto de acciones o pensamientos orientados a causar la propia muerte de manera deliberada y se relacionan con ideas crónicas de desesperanza.</p>

Nota. PowerPoint segunda sesión para el alumnado. Elaboración propia.

Anexo VI

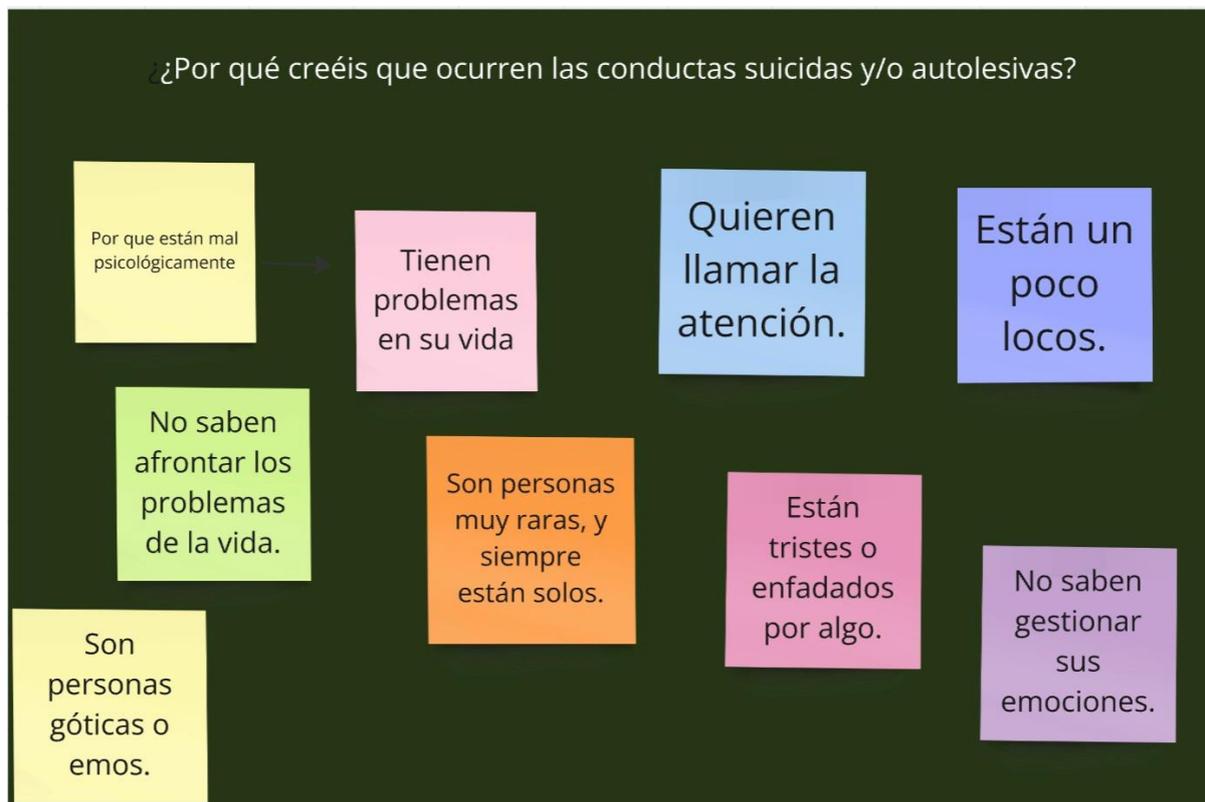
Enlace al video sobre la problemática de los adolescentes. Video para la tercera sesión del alumnado:

<https://www.youtube.com/watch?v=TMC7uFvJtyg>

Anexo VII

Figura 7.

Brainstorming a través de la aplicación Miro para la cuarta sesión del alumnado



Notas. Lluvia de ideas a través de Miro. Elaboración propia.

Anexo VIII

Figura 8.

Ponencia para la cuarta sesión para el alumnado.



Nota. PowerPoint cuarta sesión para el alumnado. Elaboración propia.

Anexo IX

Enlace al Kahoot para la actividad 3 para la cuarta sesión para el alumnado.

<https://create.kahoot.it/share/enter-kahoot-title/b5c2e9ef-c3bd-448f-899a-60560877ea28>

Anexo X

Enlace a los videos para la quinta sesión del alumnado. La autoestima.

https://www.youtube.com/watch?v=F_qGR7Qgj7I&ab_channel=PepFilmmaker

https://www.youtube.com/watch?v=zChNJE9svPs&ab_channel=LauraL%C3%B3pezGarc%C3%ADa

Anexo XXI

Figura 9.*Actividad 1. Listado de adjetivos*

Triste	Entretenido	Comprometido
Optimista	Humilde	Confiado
Rígido	Extrovertido	Débil
Sociable	Obsesivo	Dominante
Inteligente	Pensativo	Rápido
Eficiente	Entusiasta	Capaz
Espontánea	Paciente	Confiable
Ambiciosa	Tolerante	Servicial
Tolerante	Complicado	Simpático
Estable	Expresivo	Valiente
Controlado	Perceptivo	Distraído
Descontrolado	Complicado	Frío
Sentimental	Confiado	Realista
Mandona	Entusiasta	Dependiente
Manipulador	Persistente	Depresivo
Inquieto	Honesto	Agresivo
Emotivo	Cuidadoso	Considerado
Activo	Torpe	Alegre
Envidioso	Maniático	Cooperador
Intolerante	Persuasivo	Idealista
Organizado	Cuidadoso	Sencillo
Fuerte	Mañoso	Voluntarioso
Ordenado	Desordenado	Creativo
Soberbio	Amistoso	Habilidoso
Emprendedor	Informal	Controlador
Afectuoso	Auténtico	Trabajador
Talentoso	Inútil	Prudente
Reservado	Ansioso	Sano
Talentoso	Acelerado	Independiente

Nota. Adjetivos actividad “Listado de adjetivos.”. Elaboración propia.

Anexo XXII

Enlace al juego-quiz para la actividad “¿Y tú qué harías?” para la sexta sesión para el alumnado.

<https://view.genially.com/66f2f59df2962f39b7216eb1/interactive-content-quiz-conducta-emocion>

Figura 10.

Quiz Conducta-emoción. Actividad 2 “¿Y tú qué harías?”

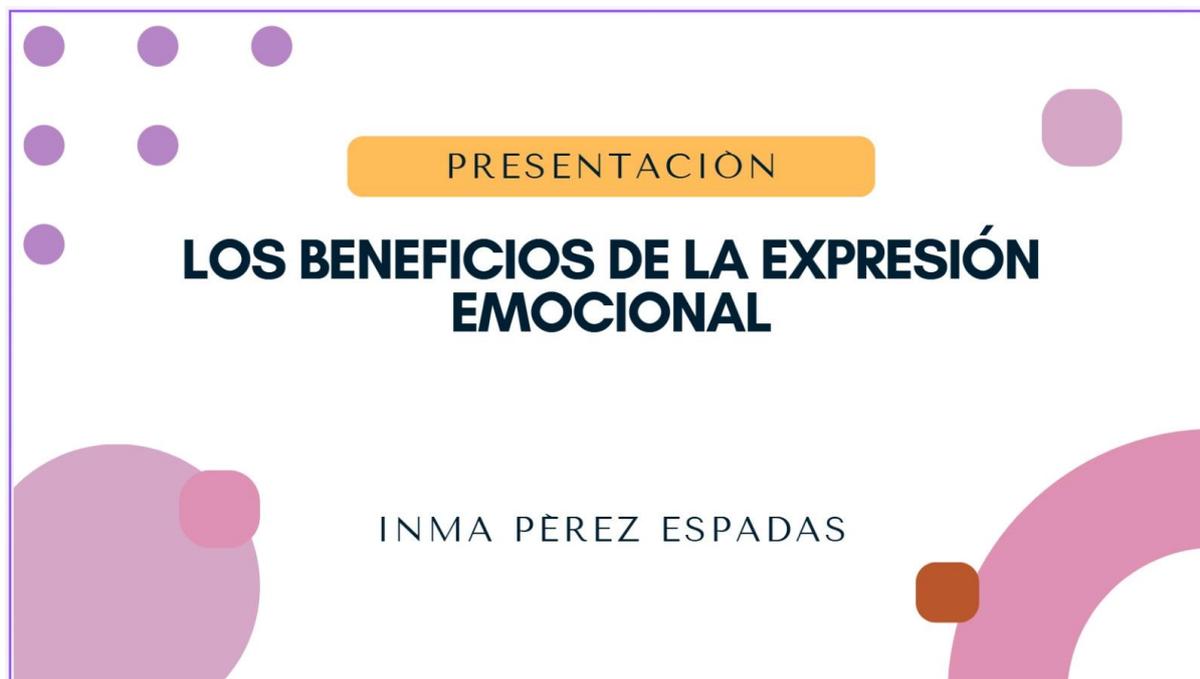


Notas. Quiz para la actividad “¿Y tú qué harías?” a través de Genially. Elaboración propia.

Anexo XIV

Figura 12.

Ponencia novena sesión para el alumnado.



Nota. PowerPoint octava sesión para el alumnado. Elaboración propia.

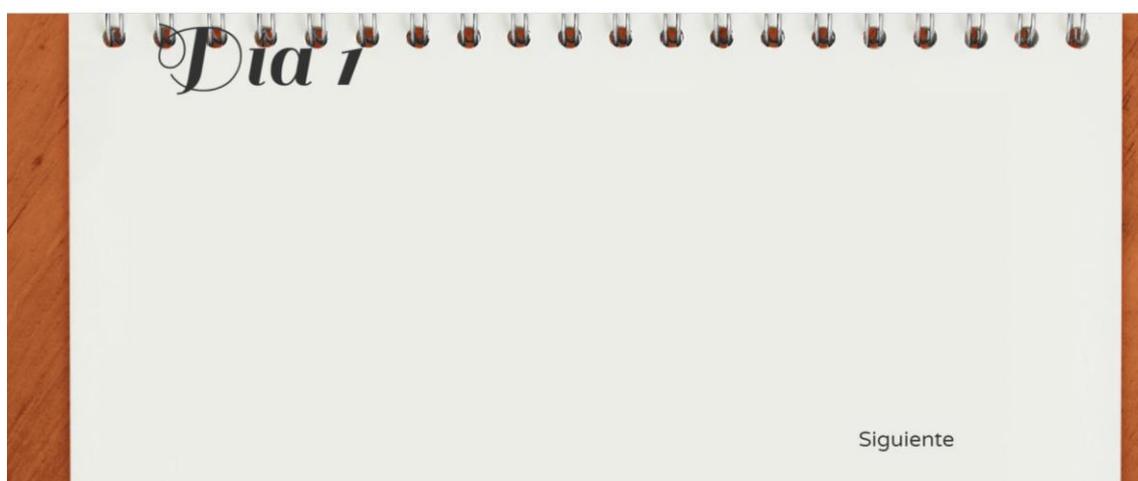
Anexo XV

Enlace de la actividad 2 de la novena sesión:

<https://view.genially.com/66f7b82a8897e29f2b68eed4/interactive-content-diario-de-pensamientos>

Figura 13.

Actividad 2. Diario de pensamientos



Notas. Diario para la actividad "Diario de pensamientos" a través de Genially.
Elaboración propia.

Anexo XVI

Figura 14.

Ponencia décima sesión para el alumnado.

PRESENTACIÓN

FOMENTAR AUTOESTIMA

INMA PÉREZ ESPADAS

IMPORTANCIA DE LOS MENSAJES POSITIVOS

Genera ánimo y motivación	Nos hace sentir más felices y seguros
Ayuda a descubrirnos y conocernos	Ayuda a la reflexión para tomar buenas decisiones
Permite conocer nuestras emociones	Fomenta la autoestima

Nota. PowerPoint décima sesión para el alumnado. Elaboración propia.

Anexo XVII

Enlace de la actividad 3 de la décima sesión para el alumnado:

<https://view.genially.com/66f7c5c3b6305cd7a7d6ce29/interactive-content-tarjeta-asi-soy-yo>

Figura 15.

Actividad 3. Guion

The image shows an interactive digital card titled "ASÍ SOY YO" with the subtitle "NOMBRE Y APELLIDO". The card is designed for a student to fill out. It features a purple textured background with a photo of a person taking a picture in a field. The card is divided into several sections:

- SOBRE MÍ**: A large white text area for a self-description, with a green plus icon at the bottom right.
- CLASE**: A pink box with a white input field.
- AÑOS**: A red box with a white input field.
- CUMPLEAÑOS**: An orange box with a white input field.
- OTRO DATO**: A blue box with a white input field.
- FAVORITOS**: A green section with four white input fields, each with a green eye icon to its right:
 - Aficiones
 - Un defecto o algo a mejorar
 - Un sueño por cumplir
 - Asignatura favorita

The Genially logo is visible in the bottom left corner.

Notas. Guion para la actividad "Guion: Así soy yo" a través de Genially. Elaboración propia.

Anexo XVIII

Figura 16.

Ponencia duodécima sesión para el alumnado.



Nota. PowerPoint duodécima sesión para el alumnado actividad 1 “Los detectives”.
Elaboración propia.

Anexo XIX

Figura 17.

Ponencia decimotercera sesión para el alumnado.



RESUMEN DE CONTENIDOS



Nota. PowerPoint decimotercera sesión para el alumnado. Elaboración propia.

Anexo XX

Figura 18.*Actividad 2. Carta a mi yo adolescente*

Esta es la carta que quisiera poder escribirte:

En este momento estamos en lucha. Lo necesito. **Necesito esta pelea.** No puedo explicarte las razones porque ni yo me entendía y a veces no sabía cómo explicarme. Pero necesito esta pelea. **Necesito enfadarme ante muchas cosas ahora y necesito que entiendas que esto pasará. Necesito que sobrevivas a que te odie y que me odies a mí.** Necesito esta pelea, aunque tampoco te guste. A veces no importa el motivo: por la hora de volver a casa, por no haber hecho una tarea, mi habitación desordenada, salir, quedarme, irme, amigos...No importa. **Necesito pelear con mis padres, adultos, profesores y conmigo.**

En realidad, necesito saber que alguien sostiene el otro extremo de la cuerda. Aferrarme con fuerza, mientras encuentro los de apoyo en este nuevo mundo. Cuando era más **pequeño solía saber quién era, quiénes eran los demás, quiénes eran mi familia.** Pero en este momento no. En este momento **estoy buscando mis límites y poniendo a prueba el mundo.** Sé que parece que ya no soy el niño o la niña dulce que fui, pero sigue estando dentro de mí.

Necesito que me quieran, que sigan cuidando de mi incluso incluso cuando parece que no. Parece que todo me da igual, pero no es así. No me gusta ser rechazado y etiquetado como el malo. Da la impresión de que en esta edad solo nos interesan los amigos y evidentemente estos son muy importantes. Aun así, no podemos olvidarnos de la familia, ellos siempre van a estar ahí. Debemos cuidar también nuestras amistades. Es importante reunir un equipo de apoyo, gente que nos aporte cosas positivas. Alejarnos de quién habla de nosotros a las espaldas, quien nos intenta manipular o que hagamos cosas con las que no estamos cómodos.

En esta pelea que estamos atravesando tenemos que aprender a escucharnos a nosotros mismos, a equivocarnos, a fracasar e incluso a decepcionar a otros. También aprenderemos a pedir perdón, ayuda y a buscar soluciones.

Y esta lucha en particular terminará. Como cualquier tormenta, estallará. Y lo olvidaré y tú también. Y quizá luego volverá. Nosotros podemos y tenemos gente que nos lo hará más fácil. **Necesitaré esto una y otra vez durante unos años.**

Por favor, pídele a tu red de apoyo que agarre al otro extremo de la cuerda. Así sabré que **estás haciendo el trabajo más importante que alguien podría estar haciendo por mí en este momento.**

Con amor, tu adolescente

Nota. Carta actividad “Carta a mi yo adolescente”. Elaboración propia.

Anexo XXI

Enlace al juego “Trivial de las emociones” para la decimoquinta sesión para el alumnado:

<https://view.genially.com/66f05e0267758736056d9df6/interactive-content-quiz-trivial-ii-de-las-emociones>

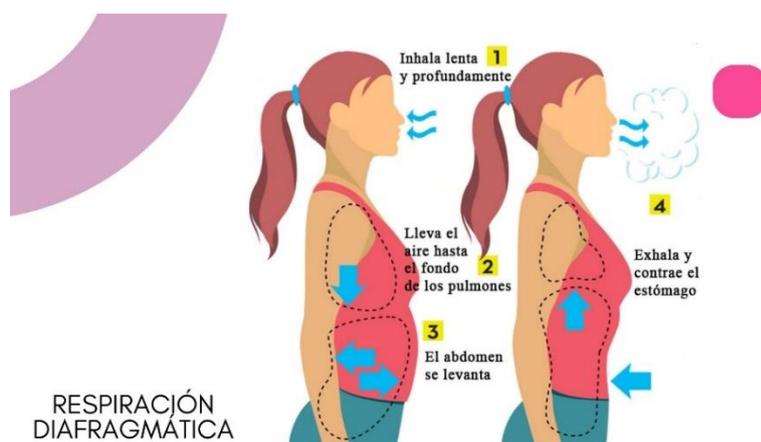
Anexo XXII

Figura 19.

Ponencia decimosexta sesión para el alumnado.



RESUMEN DE CONTENIDOS



Nota. PowerPoint decimosexta sesión para el alumnado. Elaboración propia.

Anexo XXII

Enlace a los videos para juego la decimoséptima sesión para el alumnado:

[Aquaservice - Repartidor \(youtube.com\)](#)

[PUB & BRAND CONTENT || Jean-Paul Gaultier \(youtube.com\)](#)

[Estereotipos y prejuicios en publicidades antiguas \(youtube.com\)](#)

[Anuncio machista Svenson - a tiempo de llamar \(youtube.com\)](#)

[Dove | 20 años de Belleza Real \(youtube.com\)](#)

[A prueba de mujeres \(youtube.com\)](#)

Anexo XXIII

Enlace del cuento para la historia “la mochila invisible” para la decimonovena sesión para el alumnado:

<https://blogsaverroes.juntadeandalucia.es/ceipsanfernandobornos/files/2023/10/La-mochila-invisible.pdf>

Anexo XXIII

Figura 20.

Ponencia vigésima sesión para el alumnado.



Nota. PowerPoint vigésima sesión para el alumnado. Elaboración propia.

Anexo XXVI

Figura 21.*Cuestionario de satisfacción*

Cuestionario de Satisfacción

Descripción del formulario

¿Consideras que los materiales proporcionados (cuestionario, test, etc.) son adecuados?

Sí, completamente

En general, sí

Necesitarían algunas adaptaciones

No son adecuados

¿La información proporcionada te parece clara y fácil de entender?

Sí, muy clara

En general, clara

Un poco confusa

No es clara

⋮

¿Crees que estos materiales te serán útiles para abordar el tema de las conductas suicidas y autolesivas en el aula?

Sí, definitivamente

Probablemente

No estoy seguro/a

No, no me serán útiles

¿Qué aspectos de los materiales te han parecido más útiles?

Texto de respuesta larga

¿Qué aspectos crees que se podrían mejorar?

Texto de respuesta larga

¿Te gustaría que te proporcione más materiales sobre algún tema en particular relacionado con la salud mental adolescente?

Sí, me gustaría

No, por el momento

Nota. Instrumento de valoración de satisfacción. Elaboración propia.

Anexo XXVII

Figura 22.*Evaluación*

Autolesiones	
Evaluación inicial	
¿Se encuentra familiarizado/a con el término conductas <u>autolíticas</u> ?	Texto de respuesta corta
¿Ha recibido formación específica sobre factores de riesgo en conductas <u>autolíticas</u> en estudiantes?	Texto de respuesta corta
¿Cuáles son, en su opinión, las señales de advertencia más comunes de conductas <u>autolíticas</u> en jóvenes?	Texto de respuesta corta
¿Cómo aborda usted el tema de la salud mental en su aula?	Texto de respuesta corta

¿Ha tenido alguna experiencia previa con estudiantes que hayan mostrado conductas autolíticas?
¿Se siente preparado/a para manejar la situación?

Texto de respuesta corta
.....

¿Qué recursos o apoyos considera que son necesarios para ayudar a los estudiantes que puedan estar en riesgo?

Texto de respuesta corta
.....

¿Cómo se siente al hablar con los estudiantes sobre sus emociones y problemas personales?

Texto de respuesta corta
.....

¿Qué papel cree que juega la comunicación con los padres en la identificación y manejo de conductas autolíticas?

Texto de respuesta corta
.....

¿Está al tanto de los protocolos de su centro educativo para abordar situaciones de riesgo relacionadas con la salud mental?

Texto de respuesta corta
.....

¿Qué estrategias utiliza para fomentar un ambiente seguro y de apoyo emocional en su aula?

Texto de respuesta corta
.....

Nota. Instrumento de auto evaluación para el equipo docente. Elaboración propia.

Anexo XXVIII

Figura 23.

Ponencia primera sesión para el equipo docente.

Autolesiones

➔ FACTORES DE RIESGO

- Ser mujer
- Colectivo LGBTQ+
- Tener amigos que se autolesionan
- Haber sufrido abusos en la infancia
- Consumir alcohol o drogas
- Presentar problemas de salud mental
- Dificultades en las relaciones sociales
- Presentar baja autoestima
- Tener problemas familiares
- Presentar dificultades emocionales

➔ SEÑALES DE ALARMA

- Presentar lesiones
- Llevar ropa ancha o ir muy tapada a temperatura inapropiada
- Pasar mucho tiempo solo o encerrado en cuarto, baño...
- Búsquedas relacionadas
- Encontrar material cortante
- Hablar sobre desesperanza, sentirse atrapado o bloqueado
- Cambio de personalidad, carácter o ánimo
- Bajada del rendimiento escolar
- Pérdida de contacto con familiares o amigos

Nota. PowerPoint primera sesión para el equipo docente. Elaboración propia.

Anexo XXIX

Figura 24.

Ponencia segunda sesión para el equipo docente.



Nota. PowerPoint segunda sesión para el equipo docente. Elaboración propia.

Anexo XXX

Figura 25.

Ponencia segunda sesión para el equipo docente.



Nota. PowerPoint segunda sesión para el equipo docente. Elaboración propia.

Anexo XXXI

Figura 26.

Ponencia cuarta sesión para el equipo docente.



Nota. PowerPoint cuarta sesión para el equipo docente. Elaboración propia.

Anexo XXXII

Figura 27.*Evaluación*

Autolesiones

VERDADERO O FALSO

Si mi hijo/a se autolesiona, es porque quiere llamar la atención.

- Verdadero
- Falso
-

Hablar sobre la autolesión con mi hijo/a puede empeorar las cosas

- Verdadero
- Falso
-

La autolesión es un signo de debilidad.

- Verdadero
- Falso

Solo los adolescentes con problemas mentales se autolesionan

- Verdadero
- Falso

La autolesión es una elección

- Verdadero
- Falso

Puedo prevenir que mi hijo/a se autolesione si lo vigilo de cerca

- Verdadero
- Falso

La autolesión es una fase por la que pasan muchos adolescentes.

- Verdadero
- Falso

La terapia es una parte importante del tratamiento para las conductas autolíticas

- Verdadero

La terapia es una parte importante del tratamiento para las conductas autolíticas

Verdadero

Falso

Los medicamentos pueden ayudar a controlar los impulsos de autolesionarse.

Verdadero

Falso

Si mi hijo/a deja de autolesionarse, significa que ya no tiene problemas

Verdadero

Falso

Nota. Instrumento de auto evaluación para las familias. Elaboración propia.

Anexo XXXIII

Enlace al Kahoot para la actividad 2 de la segunda sesión para las familias:

<https://create.kahoot.it/share/kahoot-para-las-familias/53aa4a3f-b3ae-4688-99fb-429b7d8bcf3d>

Anexo XXXIV

Figura 28.

Ponencia segunda sesión para familias.



Nota. PowerPoint segunda sesión para las familias. Elaboración propia.

Anexo XXXV

Figura 28.

Ponencia cuarta sesión para familias.



Nota. PowerPoint cuarta sesión para las familias. Elaboración propia.

