

TRABAJO DE FIN DE MÁSTER

CURSO ACADÉMICO

2021-2022



PLAN DE ACCIÓN TUTORIAL

(4º EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA)

Titulación de Postgrado: Máster en Universitario en Profesor de Educación Secundaria y Bachillerato

Autor: Gonzalo Fernández de Mera González

Director: Jorge Torres Sánchez

Modalidad: TFM de Orientación Educativa

Fecha de presentación: 9 de junio de 2021

AGRADECIMIENTOS

Antes de introducir mi tema de trabajo, me gustaría expresar mi gratitud hacia todos aquellos que me han acompañado durante la realización de mi carrera y mi grado, por haberme dado soporte y la motivación necesaria para alcanzar mi desarrollo profesional.

Del mismo modo quería agradecer a la Universidad Pontificia de Comillas por brindarme la oportunidad de terminar mis estudios en su centro, en CantoBlanco, y por haberme proporcionado un centro de prácticas que lo único que ha hecho ha sido reafirmarme en mi labor.

También querría agradecer a mi tutor de TFM, Jorge Torres Sánchez, por haberme orientado en la realización de este proyecto y brindarme toda la ayuda posible para completar este proyecto personal.

- La orientación educativa es el primer paso para que podamos levantarnos aunque nos hayamos caído. Si algo nos frena, tendamos la mano para que el alumno/a se levante.

Resumen

El suicidio y las conductas autolesivas son una epidemia global que vienen afectando a todas las personas, independientemente de grupo social, estatus, edad, sexo y posicionamiento geográfico. En este trabajo se ha realizado un Plan de Acción Tutorial centrado en el curso de 4º de la ESO en un colegio de Madrid, España, considerando los cambios físicos, psicológicos y sociales a los que se enfrenta este grupo ante el cambio de ciclo y cómo éstos repercuten sobre el desarrollo cognitivo y emocional del alumnado. El interés que ha surgido para la creación de este proyecto se centra principalmente en la necesidad de un protocolo de actuación frente a la situación pandémica vivida en los últimos años, como consecuencia del SARS-CoV-2, el cual ha obligado a cambiar las dinámicas no solamente para el alumnado, sino que también ha afectado significativamente a todos los elementos que forman parte del centro de estudios, familias e instituciones que median entre ellos. Las repercusiones a nivel emocional han derivado en la proliferación de este tipo de conductas y por ende en la preocupación de la salud física y bienestar psicológico, así como en el desarrollo madurativo, de los alumnos y alumnas de todas las edades que se encuentren en edad escolar. Partiendo de esta base se pretende establecer un plan de prevención e identificación temprano, que permita introducir en el mismo panorama a las familias, docentes, equipo de orientación escolar, departamento de Dirección y, evidentemente, al propio alumnado.

Palabras Clave: Adolescentes, emociones, suicidio, autolesivo, pandemia, plan acción tutorial, colegio, docentes, equipo de orientación, comunicación

Abstract

Suicide and self-injurious behaviors are a global epidemic that have been affecting all people, regardless of social group, status, age, sex and geographic position. In this work, a Tutorial Action Plan has been carried out focused on the 4th stage of ESO in a school in Madrid, Spain, considering the physical, psychological and social changes that this group faces before the change of stage and how these affect cognitive and emotional development of students. The interest that has arisen for the creation of this project focuses mainly on the need for an action protocol in the face of the pandemic situation experienced in recent years, as a consequence of SARS-CoV-2, which has forced changes in the dynamics not only for the students, but it has also significantly affected all the elements that are part of the study center, families and institutions that mediate between them. The repercussions at an emotional level

have resulted in the proliferation of this type of behavior and therefore in the concern for physical health and psychological well-being, as well as in the maturational development, of students of all ages who are of legal age. school. Starting from this basis, the aim is to establish a prevention and early identification plan, which allows families, teachers, the school counselor team, the Management department and, obviously, the students themselves to be included in the same scenario.

Keywords: Adolescents, emotions, suicide, self-harm, pandemic, tutorial action plan, school, teachers, school counselor, communication

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	6
2. NORMATIVA ACTUAL	8
3. PLAN DE ACCIÓN TUTORIAL	10
4. CENTRO EDUCATIVO	12
5. IDENTIDAD, PRINCIPIOS Y VALORES	14
6. PLAN DE ACCIÓN TUTORIAL	17
Objetivos	17
Tabla 1	18
Equipo profesional	20
Metodología	22
Actividades	23
Tabla 2	25
Tabla 3	29
Fases	38
Recursos	40
Tabla 4: Recursos necesarios	40
Evaluación	41
Hoja de registro	41
Tutorías Aisladas	42
7. REFLEXIÓN PERSONAL	42
8. ASERCIONES FINALES	46
9. BIBLIOGRAFÍA	48
10. ANEXOS	52
ANEXO I: Escala Paykel de Suicidio	52
ANEXO II: Soy yo, son los demás	52
ANEXO III: ¿Adivina quién viene del colegio esta noche? I	55
ANEXO IV: ¿Adivina quién viene del colegio esta noche? II	56
ANEXO V: Escala Likert de Valoración tras cada prueba	58
ANEXO VI: Hoja de registro	59

1. INTRODUCCIÓN

La situación pandémica que ha llegado como consecuencia del SARS-CoV-2 ha afectado a todos los niveles de la sociedad, derivando en la proliferación de trastornos mentales a raíz del aislamiento, el miedo y el afrontamiento a la pérdida y el duelo de manera temprana. Como consecuencia de ello, el número de suicidios o de conductas autolesivas ha aumentado en detrimento de la calidad de vida y, en nuestro caso, de la calidad educativa que podemos asegurar dentro del centro de estudios, tal y como ha expuesto estudios recientes de José Luis Ayuso-Mateos en 2022, cuyos resultados se han publicado en la Revista de Psiquiatría y Salud Mental del grupo CIBER.

Mi experiencia y la oportunidad que me ha brindado el centro me ha permitido participar en varios proyectos de identificación y prevención del suicidio a nivel de todo el territorio español. Como consecuencia de ello me ha surgido un gran interés en apoyar y crear programas para intervenir sobre esta pandemia global publicada por la OMS en 1969, que afecta entre seis y catorce personas cercanas, desde familia a amistades (Jordan&Mcintosh 2011), número que ha aumentado en el grupo de edad seleccionado, los adolescentes.

Para la elaboración de este proyecto se ha pretendido crear un Plan de Acción Tutorial (PAT), en base a lo dispuesto por la La Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, donde se prevé una educación individualizada que mire por las necesidades individuales y colectivas que pueden surgir dentro del entorno académico, siendo responsabilidad del equipo de Orientación Educativa del centro, la propuesta de creación de dicho programa y que éste sea aprobado por el departamento de Dirección del propio centro de estudios.

La gran mayoría de programas que se han creado y los que han demostrado más éxito se han centrado en la detección de factores de riesgo y prevención de aparición de conductas (Hirsch, Chang y Rabon, 2018), basándose en la reducción de factores que generan dichas acciones.

Tomando en cuenta este objetivo, he planteado un PAT que se centrará no solo en la identificación de elementos que puedan notificar de la actual o futura presencia de conductas suicidas o autolesivas dentro del aula, abordando para ello elementos sociales, de rendimiento académico, estatus socioeconómico, presencia de Trastornos Mentales, aspectos madurativos propios de la edad, presencia y/o consumo de tóxicos

así como perspectivas futuras del alumnado, sino que también se va a ahondar en las redes comunicativas que se pueden dar con los distintos grupos implicados en la educación del centro, así como de grupos externos de expertos, con el fin de ampliar esta red de intercambio y manejo de la información, mejorar la formación de todos y cada uno de sus miembros y dar un mejor recurso de actuación frente a los casos identificados.

Dentro del PAT se ha optado por el curso de 4º de la ESO (15-16 años), aunque las bases del mismo sería aplicables al resto de cursos de Educación Secundaria Obligatoria (ESO) y Bachillerato, ya que se ha considerado ese grupo como especialmente significativo teniendo en cuenta el gran cambio de etapa que supone para los estudiantes, tanto a nivel madurativo, hay cambios fisiológicos, hormonales, físicos y psicológicos, así como sociales. Pero uno de los aspectos que más caracteriza a esta etapa es la salida y elección profesional.

La Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre establece el currículum de elección de materias/tipo de ESO así como el tipo de salidas que se proponen para el alumnado una vez terminado el curso: FP o Bachillerato.

Para dotar de mayor número de recursos, se pretenderá mejorar el panorama escolar, así como dar bases a la creación de futuros recursos y opciones formativas. He aquí que se planteen los siguiente objetivos específicos a conseguir con la creación de este PAT:

- Detectar y prevenir la aparición de conductas suicidas y/o autolesivas que puedan surgir en el centro escolar.
- Formar a docentes, equipo de Orientación Escolar, departamento de Dirección, alumnado y familias en protocolos asociados.
- Establecer un vínculo comunicativo que permita establecer un intercambio de información bidireccional entre todos los elementos relacionados al centro de estudios.
- Ofrecer apoyo a los alumnos/as que precisen de cualquier recurso, interno o externo al centro y garantizar su integridad personal.
- Orientar a nivel vocacional y ofrecer salidas al alumnado.
- Garantizar el bienestar físico, psicológico y educativo de todos sus miembros.

2. NORMATIVA ACTUAL

El 30 de Diciembre de 2020, la Jefatura del Estado publicó oficialmente la nueva ley que derogaría la previa Ley Orgánica 2/2006 del 3 de mayo de Educación, implementando así con carácter oficial la nueva Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, de Modificación de Ley Orgánica 2/2006 o LOMLOE, donde se hace referencia a los derechos y recursos que se quiere dar en las áreas educativas sobre los grupos e individuos en calidad de su bienestar y desarrollo dentro del marco educativo.

Este trabajo toma la base de esta Ley Orgánica que pretende dar salida y solución a toda forma de malestar o problemática que pueda comprometer la integridad física y emocional del alumnado, a pesar de que algunas de sus medidas no serán implantadas hasta hasta 2023, según lo dictaminado en la LOMLOE 3/2020, según manifiestan los puntos añadidos en el Boletín Oficial del Estado (BOE).

Como la base de este trabajo es la realización de un Plan de Acción Tutorial(PAT) sobre la etapa escolar de 4º de ESO, debemos tomar en consideración las circunstancias cercanas que van a sostener dicho proyecto y tomar conciencia del panorama contextual al que irá dirigido. Tal y como se ha mencionado anteriormente, este plan va orientado al establecimiento de un PAT en base al incremento de casos como resultado de la Pandemia por COVID-19. El Gobierno ha movilizado un Plan de Acción sobre Salud Mental y Covid (2021-2024), ante la perspectiva de los dos primeros años de confinamiento y los resultados en cuanto al aumento de casos relacionados con salud mental e ideación suicida, según los datos arrojados por el Instituto Nacional de Estadística (INE) entre 2019 y 2020, que pusieron en primera plana esta pandemia, más invisible, silenciosa y más dañina, que lleva siendo un tema recurrente, desde que la Organización Mundial de la Salud (OMS) catalogó su incidencia y lleva emitiendo programas para su prevención y trato en todos los ámbitos, desde su detección, o más bien, consideración como problema, en 1969 hasta el mismo 2022.

Este plan se apoya en las medidas planteadas a raíz de lo expuesto y de los recursos proporcionados por el Gobierno de España, en coalición con las medidas y protocolos de actuación generados a nivel europeo por la OMS, que facilitaron la puesta en vigor de Ley Orgánica 8/2021, de 4 de junio, de protección integral a la infancia y la adolescencia frente a la violencia, donde se vincula el derecho y deber de cuidar por la integridad física ante situaciones de violencia.

Toda acción dirigida, ya sea propia o ajena, es considerada como acto violento, por eso las autolesiones vienen recogidas en el BOE, nº 134, de 5 de junio de 2021, como parte de los daños que pueden realizarse en estas etapas y que deben tomarse como objeto de trabajo para generar protocolos de actuación, tanto de prevención primaria, secundaria y terciaria, interviniendo para ello sobre distintos Ministerios siempre y cuando puedan proporcionar recursos de apoyo y búsqueda de opciones ante la problemática expuesta, ya sean los de Sanidad, Educación, Justicia, etcétera, así como Cuerpos y Fuerzas de Seguridad.

Como medida paralela, surge el Real Decreto 211/2022, de 22 de marzo, el cual centró su preocupación sobre el cuidado, y especialmente sobre todo ciudadano español que vea su bienestar e integridad física comprometida con la situación vivida por el Síndrome respiratorio agudo grave (SARS) en los últimos años.

Relegado este proyecto a la Cruz Roja, se pretenden generar medidas que apoyen la detección primaria de casos autolesivos y que predisponen a la conducta suicida y los factores que la rodean, así como dotar de más recursos a la población afectada, su entorno y las causas que generan su aparición en distintas edades. Parte de este PAT se cimentará en esa necesidad de detección temprana que acusa el riesgo de aparición y ocurrencia de conductas suicidas a edades cortas, concretamente en la adolescencia y el periodo escolar/madurativo que tiene lugar en 4º de la ESO.

Dada la complejidad de los efectos vividos por el estado de la pandemia, se pretende utilizar para este trabajo los recursos dispuestos por las distintas autonomías así como de los diversos planes de trabajo sobre la salud mental y detección de conductas autolesivas/suicidas que ha integrado la Jefatura del Estado en sus itinerarios formativos de docentes, orientadores y alumnos, sin dejar de lado familias/tutor/es, tal y como hemos dispuesto anteriormente, con el fin de crear un plan que se acomode a las exigencias de una población que no solo sufre grandes cambios por la etapa de desarrollo en la que se encuentra, sino que también sufre un cambio social/personal como consecuencia de distintos panoramas que afectan al bienestar y a la salud, con incidencias más elevadas de depresión y ansiedad según expone el Instituto Nacional de Estadística en 2021, llegando a registrarse un incremento del 43,20% de los casos detectados como consecuencia de la pandemia.

No solamente hay una necesidad de crear programas que refuercen los sistemas que operan sobre este tipo de conductas, sino que nos apoyaremos en instituciones avaladas por el Gobierno en cuanto al trato de esta problemática

mundial, fruto de lo cual ha surgido la Resolución de 9 de diciembre de 2021, donde se coopera con la Cruz Roja para intervenir telemáticamente y dotar de servicio de apoyo y registro tanto de lesiones como de testimonios.

Estos datos no arrojan más que información necesaria para la elaboración de este PAT ante la necesidad instrumental de crear un servicio de apoyo que, sustentando por una red de apoyo entre autonomías y avalado por la Jefatura del Estado, permita crear un plan de detección y trabajo sobre las conductas autolesivas/suicidas.

3. PLAN DE ACCIÓN TUTORIAL

Estas medidas y adaptaciones de la legislación española se emplean con el fin de crear un modelo de Plan de Acción Tutorial adaptado correctamente al contexto del alumno, el docente y de las familias y/o tutore/s que interaccionan con el alumnado.

Un PAT se realiza con el fin de mejorar el bienestar del alumno/a y mejorar e incrementar los niveles de desarrollo, así como prevenir la aparición de conductas desadaptativas que pueden repercutir sobre el rendimiento y las posibilidades a las que pueden acceder los estudiantes.

Con este propósito, se estableció en la Orden ECD/1361/2015, de 3 de julio, publicado en el BOE, la necesidad evaluativa por periodos de las condiciones asociadas a las etapas de secundaria y bachillerato, en cuanto a la gestión de recursos y colaboración con otras entidades que regulan las condiciones educativas y favorecen o influyen en los criterios de evaluación y gestión del material educativo.

Con este fin se establece que el PAT que se va a realizar para este proyecto de escuela, desde su implementación en 2015, debe gestionar el orden y carácter complejo de los materiales por etapas, organizándose así y validando todo proceso de adaptación curricular con el equipo psicopedagógico del centro, incluyendo en este recurso a docentes, departamento de orientación escolar y dirección. Así, del mismo modo, deberá ser validado por las administraciones autonómicas que imparten y regulan los contenidos de cada orden del BOE según las exigencias de la Jefatura del Estado.

Valiéndonos de lo expuesto en la Orden ECD/1361/2015, deberemos considerar lo que nos atañe y expone, y es la capacidad para atender de manera individual las necesidades educativas de cada alumno/a y brindar todo el apoyo y

recursos para que se cumpla el requisito de acceso educativo a toda persona dentro del Estado Español.

Si bien, consideramos que todo estudiante que lo requiera merece la adaptación de los contenidos para que pueda alcanzar el nivel de desarrollo básico exigido por la Comunidad Autónoma, en nuestro caso la Comunidad Autónoma de Madrid, según lo dispuesto en La Ley Orgánica 2/2006, sin que esto suponga la extinción o restricción de contenidos mínimos exigidos para su superación. Por ello, debemos cumplir criterios mínimos respecto a los materiales y etapas propuestas y colaborar con los docentes y demás miembros propuestos por la Ley de Gestión del Ministerio de Educación.

En esta misma Ley se expone la necesidad de colaborar y configurar correctamente, así como poner de manifiesto la relevancia durante el proceso de adaptación curricular, de la toma de decisiones por parte del equipo de orientación educativa, considerándose como un recurso de atención individualizada junto con la acción tutorial y la orientación profesional.

Se establece que todo plan de adaptación curricular debe contemplar los contenidos básicos para continuar el desarrollo y acoplarse a las distintas etapas académicas, tal y como establece el artículo 121 de la Ley Orgánica 2/2006, con el fin de crear y aumentar la calidad de la enseñanza impartida, así como considerar todos los aspectos que puedan suponer un elemento adverso hacia la realización de la misma, de ahí que se pida la participación en el proceso de elementos que prioricen y contribuyan a mejorar la calidad educativa y reducir el fracaso escolar y el absentismo, siempre entre los límites que respeten una evaluación correcta e igualdad de oportunidades para todos sus alumnos/as.

Este PAT está vinculado a un protocolo de actuación sobre la gestión emocional y su relación con los intentos autolesivos/suicidas del alumnado. Dado que hemos hablado de rendimiento escolar deberemos señalar que para este proceso se ha considerado como causa vinculante al propio rendimiento la necesidad de intervenir sobre las prioridades psicológicas de los estudiantes para poder predecir la conducta autolesiva/suicida, ya que no solo es causa sino consecuencia el contexto académico, del marco que se está pretendiendo abordar.

Por ello, tal y como se contempla en la Orden ECD/1361/2015, consideraremos todos los elementos conjuntos del centro y sistema educativo para generar una mejor intervención, ya que es uno de los requisitos que se marcan en el

Artículo 16 de esta misma Orden, donde se solicita la colaboración con tutores, docentes, equipos de orientación y familias.

El seguimiento ha de hacerse en base a la capacidad del centro y los recursos, pero el proyecto que planteamos con este trabajo se apoya en la resolución preventiva hacia estos círculos que quedan asociados al marco del estudiante. Efectivamente, el seguimiento del caso se llevará a cabo por el equipo de orientación educativa, pues es así como queda dispuesto según la Jefatura del estado, y éste se hará de manera continuada para no perder experiencia evaluativa de los procesos que puedan comprometer al alumno/a en cuestión. Será colaborativo con los tutores y docentes del centro pues son aquellos que tendrán un acceso más próximo al estudiante y pueden ofrecer una perspectiva académica y contextual que el equipo de orientación no encuentre con las entrevistas, seguido de la familia, quienes también son partícipes e interesados del estado de desarrollo y emocional del sujeto.

La detección de las conductas autolesivas/autolíticas es, en la mayoría de los casos, una amenaza fantasma, está ahí para todos pero no se puede observar a simple vista. Es por ello que los protocolos gestionados por la Comunidad de Madrid en base a las publicaciones oficiales por parte del BOE sobre decretos educativos y gestión de recursos tutoriales acercará las herramientas para la creación de este proyecto.

4. CENTRO EDUCATIVO

El centro que se ha seleccionado para la realización de este Plan de Acción Tutorial se encuentra situado en la zona de Serrano, perteneciente al barrio de Salamanca. Pertenece al municipio de Madrid, dentro de las misma provincia y Comunidad Autónoma.

La proximidad de vías de acceso tanto por vía pública como por vía privada han permitido el establecimiento de un centro escolar de carácter concertado y semi-privado en determinadas modalidades. dada la disposición de medios de comunicación y multitud de vías de acceso podemos concluir que el centro se halla en una posición muy propicia para que acudan familias de todas las zonas de Madrid.

Se considera concertado desde las etapas de Educación Primaria, que abarca desde los 6 a los 12 años, y Educación Secundaria Obligatoria (ESO), que iría desde los 12 a los 16 años. Respecto a la modalidad privada se extiende desde los cursos de Infantil, de 3 a 6 años, y Bachillerato, que finaliza la etapa escolar entre los 16 y los 18 años. No tiene opción de Formación Profesional Básica (FPB) pero colabora con

otros centros para la salida de alumnos que quieran optar por esta vía en la ESO. Tampoco tiene a su disposición guardería por la reducción del espacio disponible, teniendo en cuenta que se localiza en la zona céntrica de la comunidad y es más difícil extender su área educativa.

Su construcción se ha hecho sobre la base de un edificio histórico y cuenta con tres clases por cursos académico, de la A a la C, distribuidos en 5 plantas, estando cada curso en orden ascendente, situándose en los pisos inferiores los alumnos de menor edad y de modo creciente así hasta el quinto piso donde se localizan los dos cursos de bachillerato.

La posición geográfica que ocupa le confiere un carácter socioeconómico medio-alto, pero se reconoce el recurso de acceso en áreas concertadas así que el perfil promedio de las familias que se encuentran en el colegio puede oscilar, aunque se espera que solo por proximidad a la zona donde se localiza se prevé un perfil medio-alto general.

Dada la distribución física del propio centro se entiende que no cuenta con grandes áreas para el uso recreativo de los alumnos, a pesar de ello, cuenta con un patio interior de relativo espacio donde se van turnando las distintas etapas académicas para su uso responsable y más tras las restricciones de la pandemia. No cuenta con muchos pabellones para realizar actividades, pero sí que cuenta con las instalaciones básicas para suplir las distintas necesidades educativas, ya sea biblioteca, comedor, enfermería, despachos para la realización de tutorías y para el ejercicio del departamento de orientación, área de gimnasia, aula de informática, etc.

Se prevé un uso de los elementos muy concurrido pero dispuesto teniendo en cuenta los recursos materiales y económicos a los que tiene acceso el centro, por lo que está al tanto de pruebas y test a aplicar, elementos educativos que puedan suponer una mejora en la enseñanza y revisión tecnológica de todos los dispositivos y materiales. Además es viable la opción de contar con profesionales externos que puedan suponer una mejora para la calidad educativa del centro.

Además de ello cuenta con la preocupación y revisión constante por parte de los equipos y dirección del colegio para llevar un seguimiento particular de cada alumno/a en función de sus necesidades y acondicionarlo para llevar a cabo una mejora en la calidad educativa y evitar así el fracaso escolar, siendo uno de los centros educativos que se antepone por encima de todo al fracaso escolar y al abandono y absentismo estudiantil.

Así mismo, cuenta con un equipo de orientación escolar compuesto por tres especialistas, uno por cada una de las áreas educativas: Infantil, Primaria y ESO-Bachillerato. Éstos se encuentran perfectamente comunicados con la Dirección del centro y hay una comunicación activa y constante con los padres respecto al estado y opciones que tienen cada uno de los estudiantes, proporcionando así todo tipo de recursos.

Esta educación personal y especializada, con multitud de recursos y profesionales disponibles, hace que las familias y/o tutores consideren todas las ventajas que ofrece esta institución para que sus hijos/as acudan y realicen en consecuencia su formación y su especialización en dicho centro.

En el siguiente apartado, se va a explorar el conjunto de valores que se van a impartir en el centro y las ideas básicas formativas que tiene como objetivo la institución donde vamos a llevar a cabo nuestro PAT.

5. IDENTIDAD, PRINCIPIOS Y VALORES

Teniendo en cuenta la perspectiva tan abierta y colaborativa entre sus partes, el centro tiene como idea básica una relación horizontal entre los elementos que se encuentran relacionados e implicados a la docencia y el bienestar de sus alumnos. He ahí la razón de distribuir en áreas al equipo de orientación para dotar de un mayor cuidado y detalle y poder transmitir y comunicarse con los alumnos, docentes, centro, familia y demás profesionales implicados.

Una comunicación activa y sin obstáculos para poder comunicar todo con total libertad y que todos sus elementos se sientan partícipes del proceso académico. Si algún elemento falla, todos fallan en consecuencia por lo que la perspectiva del centro es la de la creación de una gran familia que vea por el futuro y salud de sus alumnos: cuerpo sano-mente sana.

A modo de carta de presentación, el centro se describe con los siguientes atributos: Abierto, bilingüe (aunque de carácter trilingüe en primaria), atención y cuidado individualizado, Marianista, adaptado y en evolución constante de sus materiales y contenidos.

El centro educativo es, como hemos mencionado, de corte Marianista, iniciando su inmersión en el contexto educativo en España, por primera vez, en San Sebastián en 1887, de la mano de Guillermo José Chaminade, fundador, desde donde se extendió y proliferaron sus escuelas hacia otras provincias como Jerez, Zaragoza,

Madrid, Valencia, etc. Este rápido movimiento se pudo llevar a cabo por las perspectivas que ya, inicialmente poseía el centro sobre sus estudiantes, a la hora de llevar una educación social real y cercana, además de portar como estandarte un estilo psicopedagógico abierto a nuevos horizontes.

Todos los centros que son Marianistas en España persiguen que todos sus alumnos/as se formen bajo una perspectiva religiosa centrada en el encuentro con Jesús de Nazaret y que con ello se lleve a cabo una mejora en la realización personal e ideológica de cada uno, libertad para impartir cada materia y cada asignatura desde la perspectiva docente que más convenga al alumnado, generando un crecimiento personal de hombres y mujeres por igual y por último tomar en consideración que los docentes y profesionales que trabajan en el centro lo hacen para un bien mayor, la educación de las nuevas generaciones y, desde luego, la de ellos mismos, pues todo proceso educativo es constante en el área educativa para todos.

Todos estos valores tienen el objetivo de que la persona crezca con una educación bien adaptada y desarrollada, en valores personales e ideológicos que le permitan ser justos y bondadosos, así como competentes el día de mañana. La premisa y final de la educación es la formación de individuos aptos que cumplan sus objetivos personales y que sean valerosos miembros de la sociedad.

Toda instrucción viene avalada por la propia dirección del Ministerio de Educación y el carácter bilingüista que le confiere a esta organización marianista se encuentra a disposición del colectivo de escuelas católicas de Madrid que recogen su formación y deben su carácter oficial al Programa BEDA, que sigue el currículum y estructura del modelo de Cambridge British School, dando opciones a sus alumnos de continuar con su proceso de formación, tanto en tiempo escolar como en jornada de vacaciones, proporcionando numerosas opciones de intercambio entre escuelas e instituciones pertenecientes al mismo colectivo de escuelas católicas.

Además de ello y gracias al programa de creación de un entorno que propicie una educación particular y dedicada, el centro cuenta con aulas arcoiris en sus etapas tempranas para mejorar la inclusión temprana, así como diversos apoyos, PT's y profesionales tanto internos como externos que mejoran la adaptación al centro de alumnos con necesidades físicas, cognitivas o emocionales diferentes.

Es por ello, que uno de los valores principales de este centro gira en torno a la idea de este concepto de atención individualizada y que contribuye a crear un entorno

de confianza, desarrollo y de salud y bienestar, tanto a nivel individual como a nivel grupal.

Y esta visión es posible gracias a la posición que ocupa y a los recursos de los que dispone, llevando así el mensaje no solo unificador con las familias, docentes y alumnos, sino que pone a recurso de alcance, la viabilidad de invertir en materiales, TIC's, formación, dinámicas para todos y cada uno de los integrantes del centro, etc. Todo ello con el fin de crear una enseñanza bilateral, creativa y cooperativa, donde unos aprenden de otros y donde cada alumno deja huella de su recorrido, y cada docente aprende del contexto cambiante al que tiene que habituarse a compartir.

Todo ello se lleva a cabo con la intención de preparar al alumno/a, para que pueda tener un desarrollo pleno y que pueda desarrollarse correctamente hacia su vida como ser social, que sea capaz de cuidarse de sí mismo, de su formación, de su salud y de su capacidad para adaptarse a los cambios, de ahí el interés de este centro por integrar e innovar en TIC's y demás recursos que van evolucionando conforme pasan los años y surgen nuevos modos de ver y percibir la realidad.

Uno de los mayores exponentes de esta teoría no solo se encuentra en el uso de tablets o pizarras electrónicas, sino en el ejercicio de los propios docentes y equipo de orientación. Cuenta con uno de los pocos sistemas de control y medición de la memoria del trabajo y de la recepción estimular, así como de control de la estimulación y de la atención sostenida para valorar índices de hiperactividad, detección estimular y gestión de recursos, con el fin de adaptar mejor el currículum del alumno, el programa AULA, de realidad virtual, pensado para todas las edades académicas y que cuenta con elevados índices de fiabilidad y validez interna.

Del mismo modo, se crea un ambiente que favorece la inclusión y la diversidad, ya no solo por la propia instrumentación del centro, sino por estar acoplados a los recursos exigidos por la LOMCE y la LOMLOE posteriormente, donde se recoge a la adaptación curricular de los ACNEE y ACNEAE, es decir, Alumnos con NEcesidades Educativas Especiales y aquellos que presenten Trastorno de Espectro Autista.

Con toda esta instrumentación, formación y equipos el centro pretende detectar tempranamente cualquier tipo de conducta que pueda suponer un problema a corto largo plazo para la formación, salud, bienestar emocional o integración , de todos sus alumnos, lo cual convierte a esta institución educativa en el lugar idóneo

para realizar un PAT de atención temprana en la detección de conducta autolesiva/suicida y de emociones que predisponen su aparición.

El trato cercano que propone el centro como valor y pilar central, la confianza y el amplio abanico de recursos que prestan, muestran la preocupación que tiene para combatir este tipo de situaciones y por darles solución, por encima de ser el alumno/a número uno, quiere que la persona se sienta a gusto con lo que se es.

Con todo ello, se crea un currículum de deberes y labores que realiza el centro sobre sus alumnos/as, docentes y familias:

- Acompañar al alumnado en toda necesidad emocional, física, educativa y/u orientativa que requiera de la participación de cualquier miembro del equipo docente y/o, si es viable, de profesionales externos.
- Trabajar con los familiares y/o tutores legales para que acoplen mejor los planes y modelos de actuación, evitando así que se pierda la experiencia educativa.
- Dotar de recursos formativos a todos los miembros que integran y componen el centro de estudios, véase equipo de orientación escolar, docentes, Dirección así como apoyos y especialistas internos.
- Integrar la visión del centro al alumnado y a la familia.
- Apoyar y fomentar la integración social y la adaptación a nuevos recursos sociales.

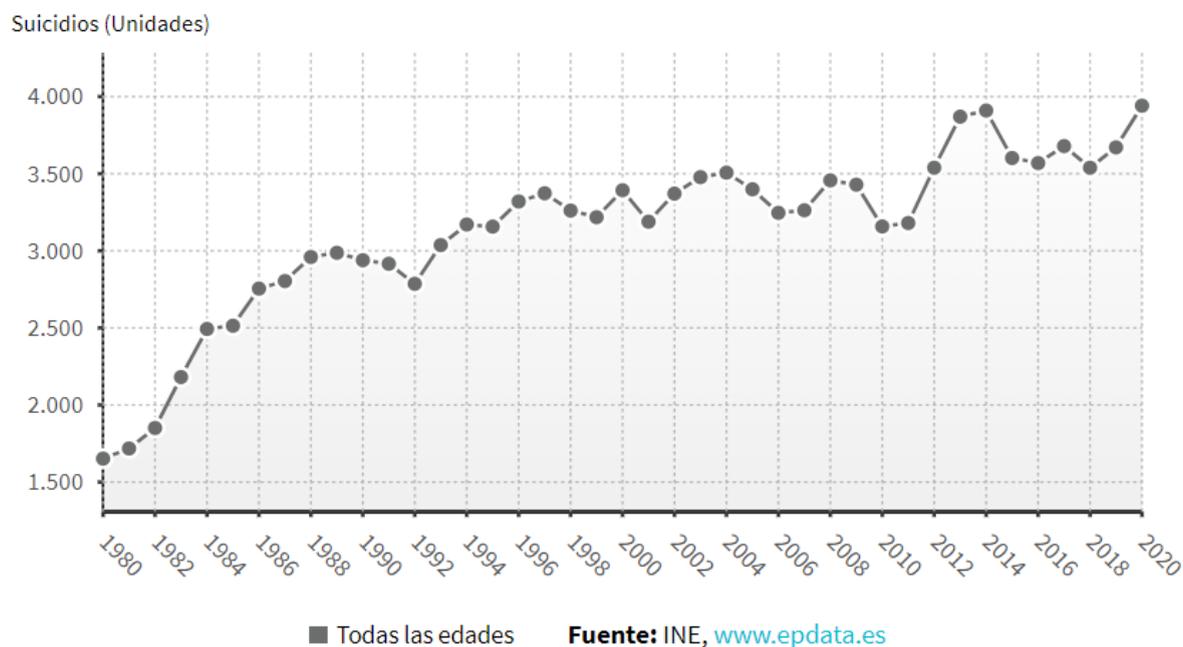
6. PLAN DE ACCIÓN TUTORIAL

Objetivos

Las conductas autolesivas y/o con ideación suicida han tenido gran incidencia en la población española desde el inicio de sus registros como estadístico significativo entre los años 1980 y 2020, aunque lleva en consideración por parte de la Organización Mundial de la Salud (OMS) desde 1969 donde se le catalogó de epidemia global y se tomaron vías de actuación primaria para su detección temprana y la guía a través de distintos protocolos para intervenir sobre su identificación y actuación en base a las conductas realizadas.

Tabla 1

Número de suicidios ocurridos en España entre 1980 y 2020



Como consecuencia de este incremento de casos (Ver Tabla 1) y las repercusiones tanto físicas como emocionales que ha tenido la incidencia en el alumnado, durante la situación pandémica han proliferado el número de conductas suicidas/autolíticas notificadas en población de entre 10 a 19 años, tal y como han ido refiriendo varios autores como Noelia Navarro en 2017, quien hasta entonces había catalogado dicha población como de riesgo teniendo en cuenta todos los agentes y cambios que surgen con la población de dicho rango de edad. No son solo los cambios fisiológicos sino que también hay factores emocionales y socioeconómicos que influyen directamente sobre la aparición de sintomatología de carácter suicida, por lo que centraremos el interés en los recursos que se puedan observar dentro del desarrollo del curso académico.

Como consecuencia a dicha exposición de elementos y factores de riesgo, así como el cambio que tiene lugar en momentos de desarrollo madurativo, las consecuencias a corto y largo plazo que tienen sobre la persona y sobre todo con la comorbilidad de otros trastornos psicológicos, tanto desarrollados como derivados de la aparición de dichas conductas como motivados por las presencia previa de las mismas. (Arató et al., 1988, Barraclough et al., 1974, Dorpat y Ripley, 1960, Rich et al., 1988)

La población que nos atañe es la del alumnado perteneciente a los cursos de 4º de la ESO, tal y como hemos indicado anteriormente, pero el PAT no solo va dirigido hacia la población que vivencia la experiencia autolesiva/suicida, sino que es una condición que daña de igual forma a su entorno y contexto, por lo que las medidas de este proyecto tendrán como objetivo tanto al alumnado como a los docentes y familias/tutores legales.

¿Qué se pretende buscar en cada grupo específico?

Objetivos y modelos para proceder con los alumnos:

- Desarrollar pautas que permitan la identificación tanto de conductas autolíticas propias como ajenas dentro y fuera del entorno educativo.
- Crear un clima en el aula que permita y fomente la comunicación y el bienestar, evitando así que el alumnado lo perciba como un entorno hostil y más como un grupo de confort y confianza. Para ello dotar de herramientas que permitan la habilitación de una comunicación bidireccional entre centro y alumnado, garantizando tanto el anonimato como la integridad del alumnado que lo solicite.
- Introducir valores de respeto a la vida y al daño que genera tanto la persona que realiza la conducta autolítica, tanto para ella como para el resto, desde la perspectiva y creencias cristianas, sin que eso se traduzca en la culpabilización por la realización de dichos actos, sino más para la concienciación del acto en sí y de las consecuencias del mismo.
- Fomentar la creación de un entorno educativo donde se cuiden los aspectos psicológicos, emocionales, sociales, físicos, morales, económicos/de recurso familiar y espirituales.
- Introducir técnicas a los alumnos/as que permitan la actuación sobre las propias conductas de manera temprana.
- Dotar de recursos internos y externos de apoyo al que el alumnado pueda acudir para solicitar ayuda y apoyo.
- Valorar el rendimiento escolar para la identificación temprana de conductas que puedan suponer un riesgo o que estén motivando la ideación suicida.
- Intervenir sobre actos o situaciones que puedan derivar o motivar la aparición de actos autolesivos/autolíticos, tales como bullying, trastornos psicológicos, trastornos alimenticios, conductas disruptivas, comportamientos poco habituales, separación del grupo/aislamiento, consumo de tóxicos, cambio de

residencia y/o centro de estudios, pérdida de estatus social e identificación de problemáticas familiares y/o con terceros ajenos al centro.

Objetivos y modelos para proceder con los docentes:

- Crear un entorno de comunicación abierto entre centro educativo/equipo de orientación educativa y docentes para comunicar situaciones de riesgo y desarrollo de conductas atípicas.
- Fomentar la comunicación entre familias, docentes y centro, ofreciendo vías de intercambio de mensajes entre ellos.
- Formar protocolos de detección y notificación de conductas autolíticas/autolesivas.
- Comunicar al equipo docente de casos que requieran de atención especial y de necesidades específicas para mejorar su adhesión al aula.
- Ser capaz de crear un entorno en el aula que fomente la participación y el cuidado personal.

Objetivos y modelos para proceder con las familias:

- Hacer que las familias/tutores se integren en las actividades del centro y participen activamente en la vida de los estudiantes.
- Generar vías comunicativas entre centro/equipo de orientación y docentes.
- Dotar de recursos a los que poder acudir para crear apoyos y ayudas en función de las necesidades específicas de cada caso.
- Formar en protocolos de actuación fuera del aula y de control de situaciones de riesgo.

Equipo profesional

Con el fin de aplicar correctamente este PAT contra las acciones y conductas autolíticas/autolesivas es necesario crear un entorno donde todos los elementos asociados al centro educativo se coordinen y cooperen de un modo adecuado y coherente para generar una mayor resolución del proyecto y crear un mejor ambiente en el colegio.

Con este fin, será necesario tener en cuenta al equipo de orientación educativa, los docentes del centro, el equipo de Dirección, las familias y los propios alumnos, así como

apoyos externos que puedan llevar a cabo enlaces con el centro con el fin de mejorar los programas propuestos.

El propio PAT será `propuesto y supervisado por el **equipo de orientación educativa**, formado por cada uno de los orientadores/as de cada etapa/curso del centro más los apoyos solicitados hacia para llevar a cabo la gestión de un modo más eficaz y contratados de manera externa al centro, quienes supervisarán la ejecución del mismo, su aplicación por etapas y quienes llevarán a cabo la comunicación con el resto de elementos y trabajando paralelamente con el **tutor** de cada curso para tomar medidas de cuidado y modificación de los planes, así como consulta directa de la adhesión del programa para la implementación de posibles cambios a introducir en el aula.

Una vez planteado el PAT éste deberá ser aprobado por el **Departamento de Dirección** del colegio, quienes deberán dar el visto bueno y lo plantean dentro de las medidas formativas y del plan de actuación y formación del centro. dada la consideración del PAT éste tomará en cuenta la posición y labor que ocupa el **equipo de docentes** que obrarán en cada una de las distintas etapas escolares, desde Infantil a Bachillerato, integrando cada uno de los procesos formativos aplicaciones dentro del aula, así como ser uno de los principales focos de detección de conductas y actitudes que puedan indicar una autolesión o el desarrollo de una en sí. Además de ello podrán sugerir cambios y mejoras al propio programa según lo dispongan las necesidades que surjan durante el periodo escolar.

El **tutor** del curso será del mismo modo una figura muy importante que habrá que considerar, ya que será éste quien establezca relaciones comunicativas entre los resultados y actitudes dentro del aula hacia las familias y viceversa. Del mismo modo recogerá toda la información que puedan proporcionarle los docentes, alumnos, equipo de orientación y Departamento de Dirección para coordinar los protocolos de acción y modificar los calendarios de actuación.

Las familias/tutores legales deben estar inmersos en el propio proceso para continuar con la aplicación del PAT e incrementar los resultados obtenidos así como obtener devolución de información de la actuación del menor respecto dentro del hogar y con círculos sociales externos al centro. Del mismo modo se pretende que la comunicación entre ambos sea lo suficientemente efectiva como para indicar, por parte de este elemento, de situaciones y necesidades que puedan mejorar la calidad y bienestar del alumnado dentro y fuera del aula.

Por último se pretende integrar al propio **alumnado**, ya que parte de la formación irá dirigida a formarse en la detección de casos de manera temprana y en la propiocepción de características que puedan perjudicar la integridad del mismo. Se establece así un sistema de

alumnos capitanes o “gatekeepers”, quienes serán seleccionados por el equipo de orientación educativa y el tutor, con el fin de reportar conductas de peligro o predisposición a ellas que escapen al ojo dentro del colegio. (Soto-Sanz et al., 2019)

Metodología

Con la realización y puesta en marcha de este plan de acción tutorial, en el curso de 4º de la ESO, se pretende crear un entorno en el que se priorice el bienestar individual y grupal, en lo referente a la violencia generada por las conductas autolíticas/autolesivas, tras el agravante de la situación pandémica generado por el SARS-COV-2, con el fin de detectar y generar un modelo de prevención primaria, y, en caso de estar lográndose la conducta o que ésta lleve tiempo implementada en el alumno/a en cuestión, generar vías de apoyo y recuperación que no perjudiquen a su integridad física, emocional y psicológica, así como a su desarrollo volitivo y comprometa su rendimiento y aprendizaje académico. (Gould, Díaz y Vargas, 2020; Ramírez-Ortín et al., 2020)

Teniendo en cuenta que la gran mayoría del proyecto y trabajo realizado se centrará en la detección de la conducta, se hará una revisión teórica y formativa sobre las emociones asociadas a la propia conducta en sí. Dada la alta comorbilidad entre trastornos psicológicos que afectan al ánimo, uno de los principales pilares del proyecto será la implementación de un sistema de identificación de síntomas característicos que se encuentren asociados a trastornos por depresión y ansiedad, ya que éstos proliferan en etapas de aumento de la tensión y estrés, tal y como ocurrió en el tiempo gestionado durante el confinamiento. El mantenimiento y la prolongación de una situación que afecta no solo física, sino también psicológicamente a la persona, deriva en la aparición de emociones secundarias que, a su vez, alteran los modos de funcionamiento biológicos y alteran la composición química del cerebro cuando ésta se prolonga en el tiempo. Un ejemplo de ello sería la aparición, tras el desarrollo de un período de estrés sostenido, de sentimientos de tristeza y culpa, derivando en ansiedad o depresión, favoreciendo la aparición de conductas nocivas para el sujeto.

(Rodríguez-Esparza, Barraza-Barraza, Salazar-Ibarra, & Vargas-Pasaye, 2019)

La detección será pues, el centro de nuestro proyecto y afectará a todos los miembros del equipo descritos anteriormente, con el fin de aumentar el círculo de vigilia y cuidado, incrementando así las probabilidades de detectar tempranamente y actuar contra las conductas suicidas.

Por otro lado, la selección del curso académico de 4º de la ESO para la aplicación temprana de este plan de actuación, amplía también un marco contextual especial que somete a los estudiantes del mismo a una tensión extra, y sería la elección de una salida académica orientada hacia la Formación Profesional y/o de selección de itinerario educativo de ciencias y letras, con selección de asignaturas y futura incorporación hacia Bachillerato con el propósito de realizar la Evaluación para el Acceso a la Universidad (EVAU). Se entiende que todo este proceso de cambio resultará en un cúmulo emocional que puede derivar en conductas de riesgo para los alumnos/as. (Rodríguez-Esparza, Barraza-Barraza, Salazar-Ibarra, & Vargas-Pasaye, 2019)

El propósito de este PAT será el de encaminar vías de detección y actuación frente a indicativos de la aparición de conducta lesiva/suicida, que permitan generar un entorno de bienestar tanto a nivel individual como grupal y que mejoren la capacidad y ejercicio docente, derivando en una mejor experiencia educativa y, por ende, en un incremento del desarrollo personal a todos los niveles, ya no solo mirar por la integridad física del alumnado, sino también por los factores psicológicos, emocionales así como socioeconómicos, que derivan en la construcción de la persona como tal. Será de vital importancia la revisión y colaboración con el resto de miembros del equipo, que pueden ir aportando información que resulte de interés para mejorar el propio programa durante la ejecución del mismo y aumentar las probabilidades de recuperar el bienestar de cada estudiante afectado, sin olvidar el desarrollo profesional que supondrá para todos los demás miembros del equipo. Tampoco se puede desestimar la influencia y acción de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC's), que son un gran detector de los estados anímicos, tal y como sostienen los estudios de Merino en 2019, por lo que la acción colaborativa ha de extenderse para dar un mayor recurso de apoyo.

Actividades

El conjunto de actividades incluidas dentro del programa irán destinadas principalmente a la intervención y detección de sintomatología suicida, así como al cuidado personal y a la toma de conciencia de las acciones realizadas consideradas como nocivas para la persona y cómo ésto repercute tanto en él/ella, como en el resto del contexto que lo rodea.

Tomando esto en cuenta, la base del trabajo se centrará sobre el **aprender a cuidarse**, y tomar conciencia del amplio abanico de daños que reportan este tipo de conductas sobre la persona en cuestión.

Dado que la base del proyecto es la detección, otro de los grandes puntos que se intentan conseguir con la aplicación es la de favorecer la **creación de un entorno de bienestar**, un espacio de convivencia que potencia el desarrollo personal en todos sus aspectos.

Cuando una persona se encuentra inmersa en un estado en el que realiza conductas autolesivas o suicidas tiende a retraerse y a apartarse en cierto modo del contexto que le rodea, de la realidad, así que la toma de conciencia es más complicada al no identificarse como sujeto a una condición nociva, por lo que prestar apoyo será más complicado, y uno de los objetivos a cumplir será que la institución escolar y sus miembros se **formen y detecten**, para que los alumnos puedan acudir y ser atendidos en pos de mejorar su desarrollo y condiciones especiales.

Todo el proyecto se cimenta en unas bases de intercambio de recursos entre equipo de orientación escolar, Dirección del centro, docentes, familias y alumnos, por lo que será imperativo **crear un vínculo comunicativo** entre todos sus elementos que fomente la participación y el cuidado de otros, al fin de crear un contexto de desarrollo individual y colectivo, que favorezca el crecimiento de todos sus elementos.

Actualmente, aunque el panorama es desalentador ya que el número de casos va en incremento y nos encontramos ante una amenaza invisible, es decir, es muy difícil determinar su extensión real así como las causas y consecuencias, del propio acto, no hay actualmente un programa oficial que cuente con implementación en las escuelas de España, sino que más bien son directrices sobre cómo dirigir la intervención para dar un recurso de solución más acertado y amplio, por lo que el conjunto de actividades se centrará más en el conocimiento del propio concepto de autolesión y suicidio como tal para luego poder adentrarse en la especificación y marco que encierra a todo panorama así como posibles recursos de apoyo que se pueden ofrecer para afrontar la situación. (Obando et al., 2018; Sánchez-Teruel et al., 2018; Silva et al., 2017)

Para ello y con el fin de acoplar un mejor programa a las escuelas, nos apoyaremos para la realización del conjunto de actividades en las distintas etapas del curso académico, en aquellos propuestos por la Unión Europea y avalados por la OMS (2022), que guían sobre la acción en las escuelas frente a esta epidemia global. (Ver tabla 2)

Tabla 2

Programas principales de intervención sobre conductas suicidas dentro del ámbito escolar

Programa	Tipo de programa	Objetivo	Población	Resultados
LIFE	Prevención temprana/primaria	Mejorar la sensibilización, financiación, vigilancia y evaluación de los factores de riesgo.	Escolares	Aumento de los recursos y mejorar de la prevención primaria.
EUREGENAS	Prevención Primaria, secundaria y terciaria	Intervenir a nivel preventivo, detección y posterior actuación.	Escolares	Mejora de los programas escolares ante la actuación de casos de conductas suicidas/autolesivas.
Surviving the Teens	Prevención secundaria y terciaria.	Intervención con alumnos/as hospitalizados.	Escolares	Intervenir y dar soporte sobre casos que presentan un cuadro clínico/hospitalario actual.
Adolescents Depression Awareness	Prevención primaria.	Dar pautas de identificación a todo el marco	Escolares y familia/tutores legales	Concienciar a los alumnos, docentes y a los

Program (ADAP)		socioeducativo.		familiares.
Signs of Suicide (S.O.S)	Prevención primaria y secundaria	Dar pautas sobre psicoeducación a todo el marco educativo.	Escolares y docentes,	Conseguir identificar señales autolesivas/suici das.
Care, Assess, Respond, Empower (CARE)	Prevención primaria	Concienciación	Escolares	Tomar contacto con los factores de riesgo, causas y consecuencias.
TeenScreen	Prevención primaria, secundaria y terciaria.	Señalar posibles casos e intervenir sobre ellos de manera clínica.	Escolares	Identificación y derivación a centros de salud mental
National Youth Suicide Prevention Strategy	Prevención primaria.	Reducir conductas o pensamientos suicidas.	Escolares	Minimizar la aparición de conductas e ideación suicida.
Gatekeepers	Prevención primaria	Nombrar alumnos “vigilantes” para la identificación dentro y fuera del aula.	Escolares	Detectar tempranamente para su posterior intervención.

Source of Strength	Prevención primaria y secundaria.	Controlar y detectar a través de alumnos líderes conductas suicidas.	Escolares	Detectar tempranamente para su posterior intervención.
Saving and Empowering Young Lives in Europe (SEYLE)	Prevención primaria, secundaria y terciaria.	Trabajo conjunto de alumnos gatekeepers y profesionales externos para realizar un screening así como actuación sobre casos de conductas suicidas/autolíticas.	Escolares	Tener presencia en el aula y contar con ojos expertos que permitan dar pautas y mejorar el bienestar en el aula.
Programa de Prevención del Suicidio en Finlandia	Prevención primaria.	Identificar causas y consecuencias.	Escolares	Implementar programas y protocolos de actuación a nivel estatal para intervenir sobre todo el territorio.
European Alliance Against Depression	Prevención primaria y secundaria.	Actuar sobre sintomatología propia de conductas de	Escolares	Implementar programas y reducir significativame

(EAAD)

riesgo.

nte estados
psicológicos
que aumentan la
incidencia de
conductas
suicidas.

Tal y como se puede observar en la Tabla 2, todos los protocolos y programas actuales han puesto de manifiesto que la intervención que ha de realizarse sobre los casos de conductas suicidas y/o autolesivas se centran en la identificación temprana para, a partir de ahí elaborar planes de contención que puedan frenar la aparición de este tipo de ideación o, en caso de estar produciéndose, de generar vías para que tanto la persona que lo sufre como el entorno puedan intervenir para reducir el impacto del mismo.

La búsqueda e identificación de los factores de riesgo será, en definitiva, la base del plan de acción tutorial, extendiendo su recurso al alumnado, docentes, equipo de orientación educativa, Dirección tutores y familias. (Obando et al., 2018; Sánchez-Teruel et al., 2018; Silva et al., 2017)

Tomando esta premisa de intervención y actuación de protocolo, introduciremos nuestro plan de actividades en un plan de tres trimestres, es decir, un año de curso académico, donde realizaremos un seguimiento continuo durante todo el curso con una valoración final de resultados para ver con qué éxito se ha adherido el programa. Para ello y tomando en cuenta que cada trimestre se compone de entre 11-13 semanas, ya que hay que descontar pausas por vacaciones y jornadas de exámenes, se propone un plan de actuación por cada uno de los trimestres de 10 sesiones. El trabajo realizado se llevará a cabo por el equipo de orientación escolar en colaboración y ajuste con el Departamento de Dirección, quién firmará y aprobará el plan de estudios para después presentarlo ante la junta del AMPA, formalizando su implementación en el curso académico. El seguimiento y evolución dentro del aula se llevarán a cabo de la mano entre tutores y docentes de cada asignatura, pues habrá dinámicas compartidas que promueven la formación de todos ellos y el seguimiento de casos que

puedan incurrir en este tipo de conductas, para valorar la presencia percibida dentro del aula al final de curso.

Con este planteamiento, se deja constancia en la Tabla 3 de la respuesta académica que se da para organizar el plan de sesiones que se pretende seguir durante el curso de 4º de la ESO. Aunque el PAT no es incompatible con el resto de etapas educativas, se han centrado gran parte de los contenidos y actividades en los cambios propios que están afectando en este momento particular.

Tabla 3

Programa del plan de actividades: “Te ves, te escuchamos, te ayudamos”.

1º TRIMESTRE	2º TRIMESTRE	3º TRIMESTRE
1ª SESIÓN: Presentación del programa “El enemigo invisible” y del equipo encargado de llevarlo a cabo.	11ª SESIÓN: Acogimiento postvacacional. Presentación de las propuestas y modificaciones que se puedan hacer al programa por parte de docentes, alumnado y familias.	21ª SESIÓN: Acogimiento postvacacional. Presentación de las propuestas y modificaciones que se puedan hacer al programa por parte de docentes, alumnado y familias.
2ª SESIÓN: ¿Cuánto me conocen, cuánto me conozco y a cuántos conozco? Sociograma.	12ª SESIÓN: Programa de refuerzo del autoconcepto y de la autoestima: “Soy yo, son los demás”. Parte I	22ª SESIÓN: Visualización de la película: Las ventajas de ser un marginado/The Perks of Being a Wallflower.
3ª SESIÓN: Presentación de las conductas autolesivas y/o suicidas. Definición, diferenciación y clasificación.	13ª SESIÓN: Programa de refuerzo del autoconcepto y de la autoestima: “Soy yo, son los demás”. Parte II	23ª SESIÓN: Factores de riesgo. Parte III

4ª SESIÓN: Elección de Gatekeepers.	14ª SESIÓN: Dinámica de trabajo en el entorno familiar: ¿Adivina quién viene del colegio esta noche?	24ª SESIÓN: Factores de riesgo. Parte IV
5ª SESIÓN: Factores de riesgo. Parte I	15ª SESIÓN: Recogida de información de la dinámica: ¿Adivina quién viene del colegio esta noche?	25ª SESIÓN: Presentación de recursos sociales.
6ª SESIÓN: Factores de protección	16ª SESIÓN: Factores de riesgo. Parte II	26ª SESIÓN: Orientación profesional. FP y Bachillerato.
7ª SESIÓN: Casos, incidencia y panorama actual.	17ª SESIÓN: Mindfulness. ¿Qué es y cómo puede ayudarte?	27ª SESIÓN: Orientación profesional. FP y Bachillerato.
8ª SESIÓN: Escala Paykel de Suicidio.	18ª SESIÓN: Dinámica: “Más que tu profesor, un apoyo”.	28ª SESIÓN: Escala Paykel de Suicidio.
9ª SESIÓN: Dinámica: “¿Y si mi amigo/a necesita ayuda?”.	19ª SESIÓN: Escala Paykel de Suicidio.	29ª SESIÓN: Discusión en clase sobre lo aprendido.
10ª SESIÓN: Entrega de Notas, preparación para las vacaciones de Navidad y devolución de informes por parte de docentes y gatekeepers.	20ª SESIÓN: Entrega de Notas, preparación para las vacaciones de Primavera y devolución de informes por parte de docentes y gatekeepers.	30ª SESIÓN: Entrega de Notas, preparación para las vacaciones de Verano y el cambio de ciclo. Devolución de informes por parte de docentes y gatekeepers. Se cierra el curso académico.

--	--	--

Antes de pasar a implementar y explicar el Plan de Acción Tutorial en el curso de 4º de la ESO, el plan ha de ser planteado y aprobado por la Dirección del centro de estudios y presentado al AMPA para que sean conscientes de la formación a la que se va a someter a los alumnos/as, distintas pruebas de evaluación psicológica, así como dinámicas participativas que en algunos casos se extenderán al hogar, todas ellas de carácter anónimo. Acto seguido se pasará a solicitar la firma de la participación en el proyecto, el cual puede ser abandonado en cualquier momento por parte de las familias y/o tutores legales.

Todas las actividades, exceptuando aquellas que requieren participación externa de las familias, se llevarán a cabo en tiempo escolar, preferiblemente en el horario de tutoría o según proceda si la actividad exige o facilita su implementación con el contenido de otra asignatura.

Con esta introducción se pretende dar la bienvenida al inicio del curso a todos los integrantes, ya sean estudiantes, docentes, equipo de orientación educativa o familias/tutores legales, con el fin de favorecer la adhesión al programa y tener una visión más próxima de esta pandemia global y del panorama y percepción de bienestar, tanto individual como grupal, dentro del aula.

¿Cuánto me conocen, cuánto me conozco y a cuántos conozco?

Primera actividad realizada al inicio del curso. Preferentemente a finales de septiembre, cuando ya han pasado unas semanas desde la incorporación académica tras las vacaciones de verano y han podido establecerse en el curso académico y recuperar el ritmo de las clases.

Se pretende con la realización de esta dinámica estructurar un sociograma que permita ver al equipo de orientación y, confirmado por la visión del tutor y de los docentes, ver qué alumnos se encuentran en riesgo de exclusión social, quienes cuentan con el apoyo de más compañeros, quién recibe la peor y mejor valoración de clase, casos intermedios que no destaquen, etc, todo con el fin de generar un perfil general del comportamiento social dentro del aula. Este se realizará a través de una aplicación mediada por tablet u ordenador, proporcionada por el centro.

Una vez que el resto de clases ha contestado a todas las cuestiones se procederá a una debate grupal en el que, primero, se exponga la necesidad de tener apoyos grupales. Segundo

se pedirá a nivel individual que expongan si es viable superar un problema de manera individual o si más bien no lo harías por vergüenza a reconocer dicho problema.

Tras el debate se procederá a evaluar los resultados y se contrastará la información de dichos cuestionarios con los datos proporcionados por el equipo docente y tutor/es.

El objetivo de esta actividad y que sea la primera en realizarse, es establecer un contexto social dentro del aula que permita la identificación temprana de casos que supongan un riesgo o que puedan indicar la presencia de conductas suicidas/autolesivas. Además de ello, permite tomar conciencia del carácter volitivo durante el curso de cada uno de los casos para poder intervenir de ser necesario y tomar conciencia del registro de casos que presentan un perfil social discriminatorio, así como ver el clima y actitud de la clase a nivel general.

Presentación de las conductas autolesivas y/o suicidas. Definición, diferenciación y clasificación.

Varios autores se han posicionado en la necesidad de una clasificación de las conductas suicidas y autolesivas, pero a la vez incluirlas dentro del mismo marco, es decir, de tomarlas como toda conducta que tiene la intención de infligir un daño a la persona para acabar con su vida, tales como Interian en 2018 y Posner en 2014.

La necesidad de este protocolo en concreto es crear conciencia de lo que es realmente autolesionarse y, aunque a priori no parezca una acción que comprometa seriamente la vida de la persona, éstas toman conciencia propia y van evolucionando con el tiempo, hasta el punto que lo que parece un simple golpe en la pared para descargar la ira, tristeza o frustración, puede llevar a la persona en un futuro a ampliar el espectro de daño y recurrir a acciones que realmente comprometan su integridad física, emocional, social y psicológica.

Partiendo de esta explicación, se pretende crear un programa donde se exponga la siguiente clasificación:

Conductas Suicidas

- Suicidio Consumado
- Intento de suicidio
- Actos preparatorios hacia una conducta suicida inminente
- Ideación suicida

Conductas Autolesivas no Suicidas:

- Autolesiones sin intención de suicidio

- Otras autolesiones no deliberadas
- Eventos potencialmente suicidas o indeterminados
- Intento de suicidio interrumpido
- Intento de suicidio abortado
- Identificación de actos con potencial de riesgo

Previamente explicada esta división y ejemplificado (Calvete et al., 2015), se intentará que los alumnos obtengan una perspectiva más amplia de lo que significa cada uno de los conceptos, la diferencia entre los mismos y el alcance del daño que se puede generar, tanto a ellos mismos como a terceros, del uso de estas conductas.

La intención es la de crear una primera toma de contacto con este problema actual y cómo las TIC's pueden afectar también a la proliferación de conductas dañinas para las personas. Concienciar de la temática del PAT "El Enemigo invisible" para que sirva de punto de partida tanto para los conocedores al término como a aquellos que no lo conocían. Esconder este recurso sólo dificulta su trato en etapas posteriores y disminuye el número de apoyos y ayudas que se pueden presentar para crear un estado de bienestar.

Elección de Gatekeepers.

Parte del éxito del programa se debe al amplio cuidado que se tiene desde todos los ojos posibles, tanto dentro como fuera del aula. Es un programa basado en la identificación de conductas y agentes emocionales/psicológicos que predisponen la aparición de esta pandemia. Se plantea el uso y nombramiento de dos figuras, a ser posible de ambos sexos, dentro de los alumnos/as de cada clase del curso de 4º de la ESO, con el fin de establecer dos alumnos líderes o vigilantes que puedan, con una mirada discreta, velar por los agentes anteriormente mencionados y ser reportados cuando lleguen a preocupación o a una visibilidad suficiente como para poder intervenir.

El objetivo es mantener una escucha activa de la visión que, como adultos, no alcanzamos a entender formando parte del equipo de orientación escolar, docentes y/o tutores, además de fomentar conciencia temprana en los estudiantes por el cuidado, apoyo y bienestar del clima de clase y, por ende, de sus otros contextos sociales a los que se enfrentan y de los que más tarde formarán parte.

Es una opción cuyo resultado permite ampliar la conciencia emocional por los demás, por uno mismo, así como mejorar aspectos asociados a inteligencia emocional y percepción del contexto próximo.

Escala Paykel de Suicidio.

Como consecuencia del elevado número de casos registrados en la población de distintas edades, así como de los picos en los que se ha demostrado el aumento del número de casos como consecuencia de la pandemia, la OMS ha hecho un llamamiento para mejorar la sensibilización e identificación de casos con esta tipología.

Siendo su validez corroborada en el contexto español (Fonseca-Pedrero et al., 2018), el uso de la Escala Paykel de Suicidio (ANEXO I) es de especial importancia en el momento temprano en el que se plantea durante las sesiones expuestas anteriormente, con el fin de crear un recurso de identificación temprana, así como de comparativa volitiva de la conducta de los estudiantes, de ahí que se pretenda realizar al menos una vez durante cada trimestre.

Aun cuando es de carácter anónimo, es necesario especificar que se pretende generar más una visión global del clima y ambiente de la clase, antes que señalar casos particulares que puedan sentirse cohibidos por su exposición.

El resto de las sesiones donde se aplica esta escala irán acompañadas de videos formativos sobre los riesgos y la concienciación, así como la necesidad de detectar este tipo de casos.

Soy yo, son los demás

Programa de desarrollo del autoconcepto así como de la inteligencia emocional del usuario. Se pretende conseguir con esta sesión formativa ampliar la capacidad del alumnado para percibir condiciones asociadas a la propiocepción y la de los otros.

Durante la sesión se pasará una Escala LIKERT conocida como Inventario de Autoconcepto en el Medio Escolar (IAME), elaborado por GARCÍA en 1995.

Gracias a esta escala se pretende dar un mejor apoyo hacia las siguientes partes de la autoestima personal:

- Apartado físico
- Apartado emocional
- Apartado académico/intelectual/formativo
- Apartado sobre inteligencia emocional y posicionamiento del otro
- Apartado de valoración panorama general

Una vez realizado el cuestionario se procederá a compartir aspectos que pueden beneficiar nuestro cuidado personal y tener un mejor concepto y perspectiva de los demás, para ello se propondrá una actividad donde se administrarán parejas aleatorias dentro de cada

clase, con la intención de que sus integrantes no tengan un contacto estrecho dentro del aula.

Una vez organizadas las parejas cada uno de sus integrantes escribirá en una hoja diseñada por el equipo de orientación, que se entregará previamente al tutor de la clase, cuyo contenido tendrá preguntas sobre uno mismo y sobre su pareja. Las preguntas serán genéricas pero que muestren cierto grado de conocimiento personal sobre el otro/a.

Algunos de los ejemplos planteados para la actividad y su elaboración son los siguientes, aunque la hoja proporcionada se mostrará en el ANEXO II:

¿Cuál es tu color favorito? ¿Y el de tu compañero/a?

¿Qué te gusta hacer en tu tiempo libre? ¿Y a tu compañero/a?

¿Qué es lo que más te molesta de clase? ¿Y a tu compañero/a?

¿Tienes hermanos/as? ¿Tiene tu compañero/a?

¿Qué te gustaría hacer cuando termines tus estudios? ¿sabrías decir lo mismo de tu compañero/a?

¿Qué es lo que mejor se te da? ¿Y lo peor?

¿Qué cambiarías de ti si quisieras/pudieras modificar algún aspecto personal?

Estos son algunos ejemplos pero es labor del equipo de orientación elaborar un inventario de preguntas, al menos entre 5-10, para que, una vez respondidas, compartir con la pareja con el fin de ver cuántas preguntas tienen en común y cuánto conocen del otro, dejando ver la perspectiva del conocimiento del uno, del otro, y cómo ambas visiones se manifiestan, cómo son percibidas por los demás y qué ventajas y conflictos pueden surgir del mismo.

Esta actividad se realizará en dos sesiones debido al extenso trabajo a realizar con todos los alumnos más la adición del IAME.

¿Adivina quién viene del colegio esta noche?

Esta dinámica tiene una parte de trabajo para el alumno/a dentro de clase y otra para las familias/tutores legales de los mismos, de manera aislada y sin que se comparta información.

La parte de trabajo en el aula con los estudiantes se llevará a cabo en el aula de informática, donde se procederá a rellenar un cuestionario (ANEXO III) en el que se preguntará sobre aspectos de perspectiva laboral, ambiciones, gustos, problemas o dificultades emocionales y su percepción respecto al resto de compañeros/as.

La otra parte de la actividad se enviará por correo a las familias/tutores legales que tenga el alumno/a en cuestión, procurando y especificando en las instrucciones que se

respondan sin tener contacto o ayuda para responder a las cuestiones.

El objetivo es que el equipo de orientación contraste las respuestas de ambos formularios para ver qué perspectiva tiene el alumno/a de sí mismo, cómo cree que se le percibe en casa y compararlo con la visión de la familia/tutores legales, permitiendo ver qué partes del apartado emocional, aspiraciones, aspecto físico y social son visibilizados en ambos grupos y hasta qué punto se comparten estas visiones, mostrando el aspecto comunicativo que hay en el hogar y dar pautas a aquellos que no tengan un marco relacional claro y abierto. Las pautas de mejora (ANEXO IV) se mandarán de manera general a todas las familias/tutores legales, para impedir generar sentimientos de culpa y posibles conflictos con la institución y los estudiantes.

Las ventajas de ser un marginado/The Perks of Being a Wallflower.

Esta sesión se centrará en el visionado de la película “Las ventajas de ser un marginado/The Perks of Being a Wallflower”, la cual muestra un contexto de adolescentes entre 15-16 años, mismo grupo de trabajo esperado en alumnos de 4º de la ESO, donde se ve un caso cercano de conducta autolítica. La película enseña cómo afrontarlo así como las repercusiones, tanto para la persona como para el contexto que lo rodea.

Tras el visionado se procederá a un debate donde se comenten los principales aspectos de la película, opiniones del alumnado y se solicitarán medidas de toma de conciencia que ellos harían si ésto les ocurriese a ellos o a amigos cercanos.

Factores de riesgo

Gracias a los estudios y estadísticos realizados por Shaffer (1974), se pudo comprobar que las edades comprendidas entre 10 y 16 años se encuentran en riesgo de desarrollo de conductas suicidas, por lo que se elaboró un complejo estudio sobre los factores de riesgo que pueden derivar en la aparición de las mismas.

Las sesiones denominadas como “Factores de riesgo” están pensadas para formar, tanto a docentes como alumnos, de los distintos agentes que pueden comprometer el apartado emocional, social y físico del sujeto y provocar daños en los mismos. La realización de estas actividades deberá estar mediada por grupos externos al centro especializados en las causas y consecuencias de la realización y/o exposición a dichos factores, con el fin de tomar una perspectiva más amplia y personal.

Con este fin se pretende elaborar un calendario donde se exponen cada uno de los factores de riesgo, con definiciones, ejemplos y salidas/apoyos a los que los alumnos/as

pueden recurrir para abordar cada uno de ellos:

Factores de riesgo I: Disfunción del contexto familiar

Factores de riesgo II: Trastornos Mentales (Ansiedad, Depresión y problemas alimenticios), problemas de conducta y conductas disruptivas

Factores de riesgo III: Bullying y aislamiento social

Factores de riesgo IV: Consumo de tóxicos y riesgo del exceso

Factores de protección

El objetivo de esta actividad es la de crear dos puntos de actuación. El primero de dotar recursos individuales para garantizar la salud y bienestar a nivel individual del alumnado y otro apartado dirigido a las familias/tutores legales, donde se exponen medidas que pueden prevenir la aparición de las conductas suicidas/autolesivas o al menos el acceso a materiales y herramientas que puedan suscitar su realización y mantenimiento prolongado en el tiempo.

Orientación profesional. FP y Bachillerato.

Para aliviar la carga presente en esta etapa escolar, se procederá durante dos sesiones a orientar en todas las opciones que tienen los alumnos/as y se prestará dicha información a las familias para que sean conscientes del cambio y de las alternativas y tiempos disponibles.

En conjunto con el Departamento de Dirección se proveerá una visita a AULA y a centros de FP para generar una perspectiva más próxima de las opciones de las manos de expertos que puedan asesorar en las salidas profesionales que están disponibles. Éstas se harán fuera del calendario de sesiones previstas y se considerará como una salida formativa.

Discusión final de las sesiones

En esta sesión se abrirá un debate de todo lo aprendido en cada una de las sesiones, solicitando a los alumnos/as que participen en una dinámica grupal donde, formando grupos de 4-5 miembros deberán tomar uno de los temas expuestos y realizar un programa de cómo mejorar el panorama en clase y apoyar a los alumnos que lo necesiten. El tutor deberá supervisar cada uno de los grupos y dar directrices en caso de no tener recursos accesibles, previamente dispuestos por el equipo de orientación escolar.

Una vez los grupos han organizado su temática y plan de elaboración, se procederá a una exposición del mismo. Tras esto, se hará una votación individual de los temas propuestos, donde no se permitirá el voto por el grupo propio.

Con esta dinámica se pretende no solo consolidar los conceptos vistos durante todo el

curso, sino también valorar a qué dinámicas han prestado más atención y cuáles han resultado en mejor acogimiento para realizar modificaciones al propio programa.

Sesiones de cierre

Al finalizar cada trimestre se realizará el correspondiente cierre vacacional, donde se procederá a recoger la información de los gatekeepers(alumnos vigilantes), docentes y tutores, así como los respectivos comentarios que consideren las familias/tutores legales de los alumnos, para realizar modificaciones al propio calendario de sesiones de ser necesario, incluyendo la eliminación, añadido o modificación de los contenidos, así como de casos que puedan entrar en conducta de riesgo o que actualmente están llevando y que comprometan su integridad física, social, psicológica o madurativa/académica.

Esta valoración la llevará a cabo el departamento de Orientación educativa del centro y pondrá los medios y recursos para detectar y ponerse en contacto de manera íntima con los alumnos/as implicados y de manera individualizada.

El último cierre del programa, durante la sesión 30, finalizará con un informe conjunto de docentes y tutores sobre las condiciones del aula y perspectiva de cambio que han podido apreciar, así como una valoración que se solicitará a las familias/tutores legales, sobre la percepción del ambiente escolar y la situación particular del menor a cargo, con el fin de contrastar la información procedente de los distintos focos. En caso de que se perciba falta de cohesión, durante el desarrollo del curso, se comunicarán las distintas partes para informar sobre posibles anomalías y conductas que puedan generar esta disonancia, todo ello para mejorar la comunicación y el apoyo prestado.

Fases

El Plan de Acción Tutorial, “Te ves, te escuchamos, te ayudamos”, se estructura en base a 6 fases, dos por cada trimestre de 4º de la ESO, tomando como duración del programa completo todo el periodo del curso académico, desde septiembre hasta junio, y estructurando en todo momento según la planificación y horario del centro escolar. De las dos fases que componen cada trimestre, una tratará sobre la recepción/bienvenida al curso académico y/o reincorporación tras el periodo vacacional y la segunda parte será de recopilación de resultados y evaluación de la adhesión del programa planteado.

La primera y segunda fase se localizan en el primer trimestre. La primera fase como tal consiste en dar la bienvenida al nuevo ciclo académico y poner en contacto al equipo

docente, Orientación Educativa y Dirección con las familias/tutores legales, informando de la opción formativa que se va a implementar este nuevo curso. Tras haberse asignado cada tutor a cada clase, aquellos dispuestos a entrar en el programa formativo deberán firmar una solicitud por escrito en la que se autoriza la aplicación de test evaluativos y a seguir un informe evaluativo de cada uno de los alumnos/as durante el curso académico con el fin de poder detectar tempranamente condiciones que supongan un riesgo para el bienestar del alumno y que se encuadren dentro del perfil de conductas autolesivas/suicidas.

Cualquier aspecto que se perciba dentro del entorno educativo será notificado a las familias y, de ser necesario, derivado/a al centro de salud para su intervención inmediata en el área correspondiente.

Durante esta primera fase se expondrá el calendario de actividades así como un breve resumen de cada una de ellas. Del mismo modo se procederá a explicar la necesidad educativa de dotar de este ciclo formativo en 4º de la ESO, debido al cambio del ciclo que los alumnos van a experimentar este curso y la predicción de conductas de riesgo que pueden surgir a raíz de factores de riesgo. Paralelo a ello se dotará de recursos internos y externos de apoyo de los cuales se beneficiará tanto el alumnado como el centro de estudios y las familias/tutores legales. El proyecto será manejado por el equipo de Orientación Escolar en colaboración con los tutores y docentes.

La segunda fase del primer trimestre es evaluativa y de recogida de información sobre el desarrollo de las dinámicas y casos dentro del aula.

La tercera y cuarta fase se localizan en el segundo trimestre, iniciándose tras la reincorporación de las vacaciones de Navidad. Las fases 5 y 6 seguirán el mismo planteamiento una vez hayan finalizado las vacaciones de primavera.

La fase 3, así como será la fase 5, serán de presentación tras la reincorporación postvacacional y presentación del plan propuesto para el trimestre que inicia.

La fase 4 tendrá el mismo objetivo que la fase 2, así como la 6, con la diferencia de que ésta última finalice el ciclo y pone de manifiesto los resultados obtenidos, tanto de percepción a nivel de equipo como a nivel evaluativo. En base a los resultados obtenidos se trabajará con el departamento de Dirección la adhesión del programa a estudiantes, docentes y familias/tutores legales.

Recursos

Con el fin de realizar correctamente las dinámicas que se han dispuesto en el plan de actividades, necesitaremos contar con recursos materiales y humanos, tanto propios del centro como externos al mismo.

Gran parte del proyecto tiene lugar en horario de clases y por tanto los recursos humanos con los que contaremos serán los siguientes: Equipo de Orientación Escolar, Departamento de Dirección, docentes, equipo de PT's y apoyos externos al centro.

Ya que varias actividades están pensadas para dar información sobre factores de riesgo sobre las conductas que predisponen la aparición de este tipo de actos, se contará con profesionales ajenos al propio centro que impartan charlas donde se profundice en los distintos campos de prevención, así como los profesionales a los que se acuda cuando se visite el centro AULA y de información sobre FP en cuestiones de salidas laborales y orientación profesional.

Respecto a los recursos físicos, se dispondrán de todos los elementos físicos existentes en el aula y en el centro, tales como material escolar (véase rotuladores, bolígrafos, lápices, papel, cartulinas, sillas, mesas, pizarra, etc), plantillas de evaluación sobre pruebas psicopedagógicas, nuevos recursos TIC's como tablets y ordenadores, así como medios de transporte (autocares) para poder realizar visitas a los centros externos propuestos.

Tabla 4: Recursos necesarios

Recursos Humanos	Recursos Materiales
Equipo de Orientación Escolar Departamento de Dirección Docentes, Equipo de PT's Apoyos externos al centro	Material escolar Plantillas de evaluación sobre pruebas psicopedagógicas TIC's Medios de transporte

Evaluación

Se plantean varios modelos de evaluación durante la realización del proyecto, con el fin de asegurar los resultados del programa y generar un proceso de detección de casos fiable en base a las características que presenta el alumnado de 4º de la ESO.

Para garantizar dichos resultados, tras cada sesión se recogerá un informe evaluativo en escala LIKERT(ANEXO V) destinado tanto para los alumnos como para el docente y/o tutor/a a cargo, más allá de las posibles pruebas psicopedagógicas realizadas.

Además de ello, con el fin de generar una visión más amplia, al finalizar cada trimestre se recibirá el informe de los alumnos gatekeepers (vigilantes) donde se comunicará al equipo de Orientación Educativa los posibles casos o conductas de riesgo. Así mismo, se solicitará la misma información a tutores y docentes de cada materia y clase de 4º de la ESO para contrastar los datos.

Como uno de los objetivos del PAT es la creación de un sistema de comunicación activa entre centro y familias/tutores/legales, más allá de las pruebas que se solicitarán a aquellos que formen parte del proyecto, al finalizar cada trimestre se pedirá una valoración vía correo electrónico, donde se solicitará aspectos a mejorar, percepción del hijo/a/s o sugerencias. Esta devolución de información se solicitará del mismo modo a los docentes y estudiantes pero al iniciar el nuevo periodo ciclo postvacacional, durante las fases 3 y 5.

Los recursos evaluativos y que con mayor frecuencia se analizarán serán los sociogramas y la Escala Paykel de suicidio.

Hoja de registro

El Departamento de Orientación Educativa llevará a cabo un registro en el que, se solicitará al tutor o docente que esté a cargo de la actividad, a evaluar el comportamiento, rendimiento y actitud respecto a las dinámicas que se han realizado en clase.

Dicha hoja de registro (ANEXO VI) evaluará comportamiento, nivel de atención y atención sostenida, interacción social, así como un espacio para aportaciones extras durante la sesión.

Servirá como contraste ante los resultados obtenidos en el resto de pruebas y así ayuda al seguimiento y posible modificación en base a la intensidad de las sesiones y el contenido de las mismas.

Tutorías Aisladas

Una vez iniciado el PAT, el Departamento de Orientación escolar deberá llevar a cabo tutorías aisladas, que garanticen y aseguren la integridad y el anonimato del alumnos/as que vayan presentando cuadros diagnósticos que puedan indicar signos de tendencias suicidas/autolíticas.

Es muy importante conservar este espacio para que el estudiante no se vea presionado ni forzado a exponerse o que sea descubierto, por lo que habrá que mantener un espacio entre lo que el alumno debe contarnos y lo que quiere mostrarnos realmente. El objetivo es crear un espacio de confianza fuera del aula, fuera del círculo familiar, fuera del espacio docente, donde pueda contar al orientador/a ciertas dificultades que hemos podido ver en los resultados de las pruebas ante la preocupación de posibles daños que puedan generarse, tanto a nivel emocional, como físico, social y educativo.

El contenido de estas tutorías será registrado en la plataforma de TUTORÍAS correspondiente al centro de estudios donde nos encontremos. De ser necesario, ante la previsión de conductas que perjudiquen moderada o gravemente la integridad del alumno/a, se notificará a las familias/tutores legales y al recurso que competa con el fin de salvaguardar el bienestar del mismo.

7. REFLEXIÓN PERSONAL

Para la realización de este proyecto, con el fin de crear un Plan de Acción Tutorial, se ha revisado la pandemia global que viene afectando a la sociedad desde hace tantos años, el suicidio. Definido como tal por la OMS en 1969 este problema viene posicionándose como una de las mayores causas de mortalidad actuales y desde su establecimiento como acto pandémico en 1969, y teniendo una tasa de prevalencia elevada en todo tipo de culturas y sociedades, el suicidio y las conductas autolesivas han supuesto un foco de problemáticas, no solo para la persona que comete el acto y finaliza con su vida sino o que se daña con dicha intención, sino que repercute sobre el entorno que lo rodea.

Tomando en cuenta este marco social que viene desarrollando e identificándose con mayor frecuencia, así como su incidencia en las distintas etapas de desarrollo, encontramos un panorama que aumenta el número de casos en el periodo entre 10 y 19 años de edad, tal y como muestran los datos proporcionados según los registros del Instituto Nacional de Estadística (INE), se han ampliado desde la presencia del COVID- SARS-19.

Tomando en cuenta las condiciones del confinamiento y cómo ha repercutido sobre la población adolescente, se ha desarrollado un panorama donde el estado psicológico y físico se ha visto comprometido y alterado, proliferando la presencia de conductas suicidas/autolesivas. Es por ello que para la realización de este trabajo se ha seleccionado a los estudiantes que se encuentran en 4º de la ESO, ya que no solamente las propias condiciones contextuales han afectado sobre su conducta y rendimiento, sino que, más allá de los cambios propios de la etapa madurativa en la que se encuentran, es decir, todos los aspectos típicos fisiológicos, hormonales, además de ello se une a una etapa de elección y cambio, donde pasan de ser simples alumnos a tener que tomar parte en la elección de su futuro, teniendo que decidir entre FP o Bachillerato e incluso el abandono formativo ante la indecisión o falta de orientación profesional y laboral. He aquí la importancia de esta labor, ya que ante el aumento de factores de riesgo que surgen en el marco del adolescente, se ha notificado un aumento del número de casos en los últimos tres años.

Mi experiencia personal y mi labor como parte de un proyecto en el centro de prácticas que me proporcionó la Universidad Pontificia de Comillas, a través de la red de colegios marianistas de España, me ha permitido tomar conciencia de esta situación y ver los escasos recursos con los que cuenta el sector educativo para paliar esta situación.

No hay normativa ni planes más allá de los propuestos para detectar de manera temprana, factores de riesgo que aumentan la incidencia de casos y el conocimiento de distintos modos de acceso a materiales y modos de llevar a cabo la conducta, así como la identificación de factores de protección y la potenciación de los mismos para prevenir la aparición de dichas conductas nocivas y fomentar el desarrollo y formación de los elementos implicados en el sistema educativo.

Por lo tanto se ha tomado, como base de la elaboración del Plan de Acción Tutorial, la creación de un sistema que se centre en dicha identificación temprana, es decir, un programa de prevención primaria dirigido, no solamente a docentes, equipo de orientación y departamento de Dirección, sino que tanto alumnos como familias, participen en el proceso y se amplíe la capacidad de acción y colaboración con el fin de garantizar la implementación de estas medidas, con la consiguiente reducción del número de casos afectados y así dotar de recurso de apoyo temprano. (Irrarázaval, Martínez, Behn y Martínez, 2017)

Establecido este perfil de trabajo, también se ha optado por crear planes que se centran en la comunicación activa entre docentes, equipo de orientación y familias. Uno de los principales problemas que presentan este tipo de conductas es su propiedad como invisibles. La manifestación de las autolesiones es, en gran parte, no visible o se realiza en

lugares discretos para que no sea identificable su presencia, los cambios emocionales y/o psicológicos en gran parte no son tampoco medibles ya que se atribuyen a cambios “propios de la edad”, al ser ésta una caracterizada por diversos cambios hormonales y madurativos.

Es por ello que ampliar este PAT hacia un programa donde todos se vean implicados pretende crear un sistema de conciencia colectiva para apoyar el recurso e intervención sobre dichos casos. Así mismo, y con los cambios generados por los avances en TIC's y su acceso a una corta edad, se pretende tener mayor conciencia del estado del alumno/a en redes sociales y la aparición de síntomas indicativos de la conducta en sí. (Merino, 2019)

Al principio de la elaboración del trabajo se ha establecido cuáles serán los principales objetivos a tratar en el centro y hacia las familias, dando especial relevancia a la necesidad orientadora, especialmente aquella orientada hacia las posibilidades de formación y desarrollo futuras del alumnado. (Fonseca-Pedrero, 2018; Pérez-Álvarez, 2018)

Con ello además se deja hueco a futuras investigaciones y ampliación de opciones para intervenir sobre las conductas suicidas/autolesivas, una vez estas se están desarrollando, es decir, incorporar parte del tratamiento e intervención también dentro del contexto escolar, o al menos, intentar coordinar las distintas partes que componen el contexto educativo. Además se puede ampliar hacia líneas sobre nuevas tecnologías y apoyo de recursos de acceso que aseguren en mayor grado la intimidad y permita a los alumnos/as acceder sin estar sometidos a presión física social.

Uno de los aspectos que más ha aportado a nivel personal es la creación de dinámicas participativas que impliquen a familias, docentes y alumnos a partes iguales en la formación de acción temprana, punto que ha seguido una línea orientada hacia los límites de la acción curricular disponible en el aula.

Todo este proyecto busca crear un aula en el que se vela por el bienestar, tanto individual como grupal, de todos sus elementos asociados y permitir seguir el ciclo formativo de tanto alumnos, así como docentes y familias, en pos de limitar el acceso a ideación que comprometa dicha integridad física y/o emocional, creando y estableciendo elementos comunicativos donde prevalezca la confianza y el apoyo, así como asegurar el anonimato, asesorando del mismo modo hacia perspectivas futuras que satisfagan las necesidades reales del alumnado. (Fonseca-Pedrero, 2018; Pérez-Álvarez, 2018)

Llevar la responsabilidad al alumnado permite acercarse hacia un desarrollo de los conceptos de inteligencia emocional y de responsabilidad y cuidado hacia otros, valores que imperan en el tipo de institución en la que nos encontramos. La participación del profesorado y/o tutor del curso en las dinámicas junto con los alumnos/as se hace en base a la creencia de

que un acercamiento y desarrollo paralelo de las actividades puede crear un vínculo más estrechos entre ellos, lo suficiente como para que docentes identifiquen cambios menos perceptibles, a través de un mejor entendimiento, tanto del contexto como de la personalidad de sus estudiantes, así como a través de la formación recibida durante las mismas sesiones.

La familia es un elemento considerado como unido y a la vez separado de la educación. Cuando hablamos de escuela, relegamos en ésta la responsabilidad legal, pero no la afectiva. Los padres/madres o tutores legales han de tomar conciencia de todos los círculos por los que se mueve su/s hijo/a/s, y éstos escapan de la mirada al ser variados, ladinos o varían según el contexto y las circunstancias, más aún teniendo en cuenta la influencia de las TIC's (Merino, 2019), y aunque se especifica que se respeta la intimidad de los perfiles de cada uno de los alumnos/as, es menester que los adultos dispongan de herramientas identificativas de estas conductas de riesgo que escapan a ojos inexpertos y velen por aquellos que pueden evitar la incidencia de conductas problema en los adolescentes. (Irrarázaval, Martínez, Behn y Martínez, 2017)

No hay que olvidar que la pandemia asociada al COVID ha aumentado o hecho más visible los trastornos mentales, muchos de los cuales vienen asociados a la presencia de actos de naturaleza suicida (Apter, 1995), por lo que será responsabilidad del equipo de Orientación Educativa, responder adecuadamente y crear un antecedente de trabajo con los docentes, alumnos y familias por igual.

Por último, uno de los apartados que se proponen y que puede contribuir más a la lucha contra el suicidio y autolesiones, es la labor del equipo de Orientación Educativa, ante la solicitud al resto de participantes sobre aspectos asociados a las dinámicas, feedback sobre el contenido, casos identificados o posibles situaciones de riesgo en el aula, así como contrastar esta información con aquella procedente de docentes/tutores y familiares, con el fin de crear un perfil de respuesta más efectivo y acoplar las medidas necesarias para garantizar el bienestar y el desarrollo de esta población en curso de formación y desarrollo.

Para finalizar, solamente mencionar que este trabajo me ha permitido entrar y conseguir las herramientas necesarias para abordar un panorama que, aunque de un modo u otro casi todos vivimos de cerca y más trabajar con una población tan vulnerable como lo son los adolescentes, permite ver una realidad escondida que parece que nos esforzamos en ocultar, el suicidio. En boca de otros son palabras que parecen tener más peso y casi ni se nombra por el miedo a aceptar una realidad dañina, pero presente en todos los contextos y panoramas mundiales. No hay vacuna para esta pandemia, no hay pastillas que te alivien los síntomas, pero hay profesionales que pueden intervenir, hay mucho que podemos hacer y

ahora más que nunca se está tomando conciencia de la gravedad de la situación. La cura para esta pandemia no es una mascarilla, sino quitarse esa venda de los ojos y poder ver el panorama actual, colaborar con los profesionales que realmente pueden generar un cambio: psicólogos, psiquiatras, orientadores escolares, etc. Cada uno puede apoyar desde su especialidad y poner su ojo crítico, por eso la perspectiva de este trabajo es la de orientar, hacia un recurso comunicativo entre todos para que deje de ser invisible y aparezca en la sociedad pero con el fin de erradicarlo. Formemos para crear un estado de bienestar, un estado donde todos puedan desarrollarse y formarse sin impedimentos físicos y psicológicos. Este es el motivo de la creación de este trabajo y la motivación que me ocupa como profesional del campo de la educación.

8. ASERCIONES FINALES

- Necesidad de crear un Plan de Acción Tutorial que incluya a familias, docentes, tutores, equipo de Orientación Educativa y departamento de Dirección.
- Búsqueda de opciones y salidas profesionales que permitan al alumnado la continuación satisfactoria de su formación. Procurando que el papel del mismo sea más activo y participativo.
- Salvaguardar la integridad física y psicológica del alumnado, dotando de recursos que faciliten su solicitud y garanticen un entorno de confort y confianza, reforzando así el rol y papel del equipo de orientación.
- Con la realización de este proyecto se pretende conseguir autonomía en cada alumno/a para que éstos puedan desarrollarse plenamente en la sociedad y cumplir con un proceso de desarrollo personal y formativo constante.
- Cuando hablamos de contexto educativo debemos incluir por igual a docentes, alumnos, Dirección, equipo de Orientación Educativa y familias/tutores legales, hacerles a todos partícipes para tener una visión conjunta, paralela y colaborativa.
- Mantener información constante será de especial relevancia para hacer las modificaciones pertinentes a las sesiones propuestas y generar alternativas ante las exigencias de una población que se encuentra en constante cambio.
- La comunicación entre el centro, los estudiantes y las familias/tutores legales deberá ser horizontal y no generar escalones que dificulten el acceso a formación e intercambio de recursos que puedan ser relevantes para la identificación y prevención del suicidio.

- Aunque es una acción invisible en muchos casos, debemos seguir manteniendo el anonimato del alumnado para mantener el clima de confianza en el centro y así permitir un recurso colaborativo del alumno hacia el resto de elementos.
- La incorporación de gatekeepers (alumnos vigilantes) es importante para ver tanto los resultados de la formación de prevención e identificación en el alumnado como para tener una visión más cercana en el aula.
- Generar más recursos de inteligencia emocional y de toma de responsabilidad y conciencia colectiva.
- La acción tutorial por parte del equipo de orientación irá dirigida hacia el cuidado del bienestar físico y emocional, así como hacia la búsqueda de opciones sobre salidas formativas y/o laborales.
- Las TIC's tienen una presencia cada vez mayor, no sólo como parte de la interacción social sino también como parte de las herramientas que se pueden usar dentro del aula para incrementar los recursos formativos y la detección de casos mediante pruebas y elementos interactivos.
- Una vez finalizado el curso, incorporar la evaluación de docentes, alumnos y familias, con el fin de tomar constancia volitiva de los estudiantes y comparar con la percepción, tanto en el hogar como en el entorno escolar, y abrazar nuevas alternativas que se puedan implementar dentro del aula.

9. BIBLIOGRAFÍA

- de la Torre-Luque, A., Pemau, A., Perez-Sola, V., & Ayuso-Mateos, J. L. (2022). Suicide mortality in Spain in 2020: The impact of the COVID-19 pandemic. *Revista de psiquiatría y salud mental*.
- Docavo Barrenechea-Moxó, A. (2022). ¿ Quién soy?¿ Quién/qué quiero ser?: una propuesta dentro del Plan de acción tutorial para la orientación vocacional en base a la propia identidad. Destinado a la Etapa de Bachillerato.
- Fonseca-Pedrero, Eduardo y Pérez de Albéniz, Alicia. (2020). Evaluación de la conducta suicida en adolescentes: sobre la escala de suicidio de Paykel. *Documentos del psicólogo* , 41 (2), 106-115. Epub 2 de agosto de 2021.
<https://dx.doi.org/10.23923/pap.psicol2020.2928>
- Fonseca-Pedrero, E., & Pérez de Albéniz, A. (2020). Evaluación de la conducta suicida en adolescentes: A propósito de la escala Paykel de suicidio. *Papeles del psicólogo*, 41(2), 106-115.
- García, A., & Cabezas, M. J. (1998). Programa para la mejora de la autoestima y de las habilidades sociales. *Consejería de Educación y Juventud (eds.), Premios Joaquín Sama*, 19-199.
- Genol, M. Á. A., & Guido, J. I. (2020). La brecha socioeducativa derivada del Covid-19: posibles abordajes desde el marco de la justicia social. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (México)*, 50, 173-194.
- Giménez, M. B., & Rubio, M. D. M. (1997). *Plan de acción tutorial en educación secundaria: elaboración, desarrollo y materiales* (Vol. 31). Narcea Ediciones.
- Goñi-Sarriés, A., & López-Goñi, J. J. (2020, April). Tendencias temporales de suicidio en niños, adolescentes y jóvenes. In *Anales del Sistema Sanitario de Navarra* (Vol. 43, No. 1, pp. 109-111). Gobierno de Navarra. Departamento de Salud.

- Jerónimo, M. A., Piñar, S., Samos, P., González, A. M., Bellsolà, M., Sabaté, A., ... & Córcoles, D. (2021). Intentos e ideas de suicidio durante la pandemia por COVID-19 en comparación con los años previos. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental*.
- Larraguibel, M., González, P., Martínez, V., & Valenzuela, R. (2000). Factores de riesgo de la conducta suicida en niños y adolescentes. *Revista chilena de pediatría*, 71(3), 183-191.
- Larraguibel Q., Marcela, González M., Patricia, Martínez N., Vania, & Valenzuela G., Ricardo. (2000). Factores de riesgo de la conducta suicida en niños y adolescentes. *Revista chilena de pediatría*, 71(3), 183-191.
<https://dx.doi.org/10.4067/S0370-41062000000300002>
- Lazo De La Vega Lizarraga, A. C. (2021). Nivel de ansiedad y depresión debido al confinamiento por COVID 19 en adolescentes del 4º año de secundaria del colegio Nuestra Señora de Fátima.
- La salud mental en la pandemia. Boletín Informativo del Instituto Nacional de Estadística. INE. (2021) Recuperado de:
https://www.ine.es/ss/Satellite?L=es_ES&c=INECifrasINE_C&cid=1259953225445&p=1254735116567&pagename=ProductosYServicios%2FINECifrasINE_C%2FPYSDetalleCifrasINE
- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. (2020). Boletín Oficial del Estado, 340, de 30 de diciembre de 2020, 122868 a 122953. <https://www.boe.es/eli/es/lo/2020/12/29/3>
- Ley Orgánica 8/2021, de 4 de junio, de protección integral a la infancia y la adolescencia frente a la violencia. (2021). Boletín Oficial del Estado, 134, de 5 de junio de 2021, 68657 a 68730. <https://www.boe.es/eli/es/lo/2021/06/04/8>
- Lozano, D. P. B. Plan de Acción Tutorial.
https://www.tutoria.unam.mx/sites/default/files/2021-12/PAT_Psicolog%C3%ADa_2022.pdf

- Mosquera, L. (2016). Conducta suicida en la infancia: Una revisión crítica. *Revista de Psicología Clínica con niños y adolescentes*, 3(1), 9-18.
- Muries Muñoz, J. (2020). *Diseño de un programa de Educación Emocional dentro del Plan de Acción Tutorial para mejorar la convivencia en primero de Educación Primaria* (Master's thesis).
- Navarro-Gómez, N. (2017). El suicidio en jóvenes en España: cifras y posibles causas. Análisis de los últimos datos disponibles. *Clínica y Salud*, 28(1), 25-31.
- Organización Mundial de la Salud. (17 de junio de 2021). Suicidio.
<https://www.infosalus.com/actualidad/noticia-numero-suicidios-espana-crecio-forma-abrupta-despues-confinamiento-20220223131044.html>
- Orden ECD/1361/2015, de 3 de julio, por la que se establece el currículo de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato para el ámbito de gestión del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, y se regula su implantación, así como la evaluación continua y determinados aspectos organizativos de las etapas. (2015). Boletín Oficial del Estado, 163, de 9 de julio de 2015, 56936 a 56962.
<https://www.boe.es/eli/es/o/2015/07/03/ecd1361>
- Orden EFP/279/2022, de 4 de abril, por la que se regulan la evaluación y la promoción en la Educación Primaria, así como la evaluación, la promoción y la titulación en la Educación Secundaria Obligatoria, el Bachillerato y la Formación Profesional en el ámbito de gestión del Ministerio de Educación y Formación Profesional. (2022). Boletín Oficial del Estado, 84, de 8 de abril de 2022.
<https://www.boe.es/eli/es/o/2022/04/04/efp279/con>
- Pedreira-Massa, J. L. (2019). Conductas suicidas en la adolescencia: Una guía práctica para la intervención y la prevención. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 24(3), 217-237.

Real Decreto 211/2022, de 22 de marzo, por el que se regula la concesión directa de una subvención a la Cruz Roja Española para la prevención, detección precoz y atención a personas con riesgo de conducta suicida. (2022). Boletín Oficial del Estado, 70, de 23 de marzo de 2022, 37491 a 37498. <https://www.boe.es/eli/es/rd/2022/03/22/211>

Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19. (2020). Boletín Oficial del Estado, 67, de 14 de marzo de 2020, 25390 a 25400. <https://www.boe.es/eli/es/rd/2020/03/14/463>

Resolución de 9 de diciembre de 2021, de la Secretaría de Estado de Telecomunicaciones e Infraestructuras Digitales, por la que se atribuye el número 024 al servicio de línea de ayuda a las personas con riesgo de conducta suicida. (2021). Boletín Oficial del Estado, 303, de 20 de diciembre de 2021, 155867 a 155869. [https://www.boe.es/eli/es/res/2021/12/09/\(4\)](https://www.boe.es/eli/es/res/2021/12/09/(4))

Rodríguez-Esparza, Luz Judith, Barraza-Barraza, Diana, Salazar-Ibarra, Jesús, & Vargas-Pasaye, Rafael G.. (2021). Metodología de Análisis de Emociones para Identificar Riesgo de Cometer Suicidio Generado por el COVID-19. *Revista Lasallista de Investigación*, 18(2), 105-124. Epub March 14, 2022. <https://doi.org/10.22507/rli.v18n2a9>

Val, A., & Míguez, M. C. (2021). La prevención de la conducta suicida en adolescentes en el ámbito escolar: una revisión sistemática. *Terapia psicológica*, 39(1), 145-162.

Vega, D. J. L. Asociación de Profesionales en Prevención y Postvención del Suicidio.

10. ANEXOS

ANEXO I: *Escala Paykel de Suicidio*

Sesión: 8,19,28 (1ª, 2ª y 3ª Evaluación)

Objetivos:

- Aplicar una escala de valoración de conductas y riesgo suicida en adolescentes.
- Obtener una visión del panorama educativo.
- Aplicación en distintas etapas del curso académico, al menos una vez por trimestre, para obtener un modelo comparativo e identificar tanto posibles casos de riesgo como de recuperación de alumnos que presenten tendencia suicida/autolesiva.
- Durante las sesiones, una vez contestado el cuestionario facilitado por el equipo de orientación, ahondar en conceptos referentes al suicidio y conductas autolesivas, dando amplia definición y opciones que tienen tanto dentro como fuera del aula al que acudir para recibir apoyo.
- Al finalizar el tercer trimestre se hará una evaluación comparativa, por parte del equipo de orientación educativa, sobre la evolución de cada alumno de 4º de la ESO.

ANEXO II: *Soy yo, son los demás*

Sesión: 12 y 13 (2ª Evaluación)

Objetivos:

- Desarrollar el concepto de inteligencia emocional en el alumnado e importancia de su uso y desarrollo asociado al desarrollo de conductas del “día a día”.
- Reconocer emociones propias y ajenas, así como estados paralelos derivados de la percepción de estados anímicos y psicológicos que puedan predisponer ciertas actitudes.
- Ser capaz de identificar estados que predicen la aparición de conductas suicidas/autolíticas.
- Implicar y acercar parejas de alumnos en clase que tengan poca o estrecha

relación para mejorar el clima en el aula.

Actividad:

La dinámica se realizará en dos sesiones, ya que dado el contenido y exposición de los contenidos tomará la primera sesión entera y parte de la segunda. La segunda sesión será evaluativa con el fin de valorar los resultados:

1ª Sesión:

- Presentación de la actividad que se va a realizar en las dos sesiones y el concepto de Inteligencia Emocional: Capacidad para reconocer e identificar las emociones, tanto propias como ajenas, y ser capaz de manejarlas adecuándose al contexto. (Daniel Goleman, 1995).
- Tras la explicación proceder a formar parejas, organizadas mediante la acción del tutor/docente de clase, quien redistribuye la clase y repartirá los cuestionarios facilitados por el equipo de orientación a cada alumno/a.
- Tras responder a varias preguntas se calculará el tiempo restante de sesión y se procederá a exponer en parejas las preguntas tratadas.

Sesión 2:

- Se retomará la actividad del día anterior y se continuarán exponiendo las respuestas del cuestionario.
- Al finalizar se propondrá un debate grupal mediado por el tutor/docente sobre el conocimiento y competencias adquirido en estas sesiones.
- Tras la finalización del debate, se les solicitará rellenar la Escala LIKERT sobre Inventario de Autoconcepto en el Medio Escolar (IAME), recogándose al final de la sesión y entregándose al equipo de orientación.

Link a la Escala IAME:

<https://www.agapea.com/libros/IAME-Inventario-de-autoconcepto-en-el-medio-escolar-Clasificacion-A-9788485851645-i.htm>

Nombre:	Fecha:
<i>Soy yo, son los demás</i>	Competencias de inteligencia emocional
<i>¿Cuál es tu color</i>	

<i>favorito? ¿Y el de tu compañero/a?</i>	
<i>¿Qué te gusta hacer en tu tiempo libre? ¿Y a tu compañero/a?</i>	
<i>¿Qué es lo que más te molesta de clase? ¿Y a tu compañero/a?</i>	
<i>¿Tienes hermanos/as? ¿Tiene tu compañero/a?</i>	
<i>¿Qué te gustaría hacer cuando termines tus estudios? ¿sabrías decir lo mismo de tu compañero/a?</i>	
<i>¿Qué es lo que mejor se te da? ¿Y lo peor?</i>	
<i>¿Qué es lo que mejor se le da a tu compañero/a? ¿Y lo peor?</i>	
<i>¿Qué cambiarías de ti si quisieras/pudieras modificar algún aspecto personal?</i>	
<i>¿Crees que tu compañero/a cambiaría algo de sí mismo/a si pudiera?</i>	
<i>¿Con qué emoción definirías a tus compañeros/as?</i>	

<p><i>¿Con qué emoción crees que te definirían tus compañeros/as?</i></p>	
<p><i>¿Con qué emoción describirías a tu compañero/a?</i></p>	

ANEXO III: *¿Adivina quién viene del colegio esta noche? I*

Sesión: 14 y 15 (2ª Evaluación)

Objetivos:

- Generar una perspectiva laboral orientada hacia el recurso particular de cada alumno/a.
- Percepción de los intereses por parte de familias/tutores legales.
- Prestar apoyo e identificar casos de indecisión y duda desde el equipo de orientación educativa.

Actividades:

- Desplazamiento a la clase de informática para responder al test de orientación vocacional aplicado a población adolescente:
EUROINNOVA(<https://www.euroinnova.edu.es/blog/test-vocacional-para-adolescentes>).
- Recogida de información de aquellos casos que puedan suponer alguna duda respecto a sus intereses y perspectivas laborales, así como nivel de motivación que presente al momento de la realización, mediado por el tutor/docente a cargo de supervisar la actividad.
- Devolución de los resultados a los estudiantes durante la segunda sesión y comunicación a las familias/tutores legales de los resultados.

ANEXO IV: *¿Adivina quién viene del colegio esta noche? II*

Sesión: 15 (2ª Evaluación)

Objetivos:

- Enviar un informe evaluativo sobre competencias laborales y emocionales a la familia.
- realizar una comparación de la perspectiva que hay en el hogar y en el aula, para ver si se genera o no disonancia entre ambas informaciones.
- Obtener una visión más próxima del alumno/a en el seno familiar.
- Establecer una vía de contacto más estrecha y de prestación de recursos hacia las familias/tutores legales.

Actividades:

- Tras finalizar la primera sesión se procederá a enviar a las familias un enlace a un documento que consta de varias preguntas relacionadas con las motivaciones laborales/educativas y sobre el estado anímico del alumno:
 - ¿Qué rama educativa prefiere su hijo/a? ¿Ciencias o letras? ¿Por qué?
 - ¿En qué áreas presenta más cualidades y cual prefiere en el colegio?
 - ¿Cuál de las asignaturas, independientemente de las calificaciones obtenidas, le apasiona y emociona más y por qué?
 - ¿Fuera de la escuela, qué le gusta hacer?
 - ¿Qué estado emocional muestra su hijo/a dentro del entorno familiar?
 - ¿La respuesta entre preferencia de asignaturas y ramas educativas se comparten?
 - Si éstas no fueron iguales, ¿Cree que pueden combinarse de algún modo?
 - ¿Qué salida creéis que eligió su hijo/a ahora que finaliza 4º de la ESO?
 - ¿Creéis que la elección de salida educativa/formativa está afectando a su hijo en algún aspecto?
 - ¿Cómo te imaginas que estará en el futuro?
 - Si su hijo/a eligiese otra opción a la que están proponiendo, ¿sería bien recibida la noticia en casa?
 - ¿Tenéis suficiente información sobre las distintas opciones que se ofrecen a nivel laboral/formativo?
- Esta información será devuelta al equipo de orientación educativa para contrastar con los resultados obtenidos en la sesión uno por parte del alumnado y se dotará de

tutorías personalizadas para hablar con cada alumno de los resultados durante la segunda sesión o se planificará para entrevistas en otro momento si no se precisa del tiempo suficiente.

ANEXO V: *Escala Likert de Valoración tras cada prueba*

Sesión: Todas (1ª, 2ª y 3ª Evaluación)

Objetivos:

- Obtener una visión del aprendizaje y el contenido de cada una de las sesiones.
- Hacer modificaciones en base al feedback obtenido para acoplar mejor las dinámicas propuestas.
- Hacer revisiones desde la perspectiva del alumnado y el profesorado.

Actividades:

Una vez finalizada cada sesión, se enviará al correo de cada alumno y docente/tutor implicado un mensaje con una escala Likert de valoración de cada actividad/dinámica.

Comparación de los resultados para acoplar modificaciones al programa propuesto.

Revisar a final de curso qué actividades/dinámicas han sido mejor recibidas y cuales no han generado el efecto deseado para incorporar dichos cambios en el programa del próximo año.

	Muy poco	Poco	Normal	Mucho
¿Te ha servido el contenido expuesto en la sesión?				
¿Te ha parecido un tema difícil de comprender?				
¿La dinámica realizada en clase te ha parecido útil?				
¿Buscarías información relacionada por tu cuenta si lo necesitaras?				
¿Cambiarías algo de la sesión?				

- Se enviará después de cada sesión al equipo de orientación y se procederá a valorar los resultados de cada alumno/a y registrarlos para comprobar cómo responde a nivel general en el aula.

