

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

PLAN DE INTERVENCIÓN CONTRA LA IDEACIÓN SUICIDA Y CONDUCTA AUTOLESIVA EN LA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA

Presentado por:

Didier García Ballester

Dirigido por:

Mariola Ramírez Llopis

CURSO ACADÉMICO

2022/2023

Índice:

Resumen	1
Abstract	1
Introducción	2
Justificación	2
Objetivos.....	3
Presentacion de capítulos.....	4
<i>Desarrollo del trabajo</i>	4
<i>Conclusiones, Limitaciones y Prospección de Futuro</i>	5
<i>Referencias</i>	5
<i>Anexos</i>	5
Metodología.....	5
Desarrollo del Trabajo	9
Marco Normativo	9
<i>Marco normativo estatal de España:</i>	9
<i>Marco normativo específico de la Región de Murcia:</i>	9
Contextualización del Centro Educativo.....	10
<i>Descripción del Entorno Socio-Cultural:</i>	10
<i>Descripción del Centro:</i>	11
Análisis de la Realidad Escolar	14
Posibles Ámbitos de Mejora de la Intervención Desarrollada.....	17
<i>Intervención Actual Contra la Conducta Suicida y Autolesión</i>	17
<i>Protocolo ante una Situación de Acoso Escolar</i>	18

<i>Ámbitos de Mejora sobre la Actual Actuación del Centro</i>	20
Planificación del Plan de Intervención	21
Recursos	37
Conclusión	42
Limitaciones de la Propuesta de Intervención.....	43
Prospección de Futuro.....	43
Referencias	43

Índice de Figuras

Figura 1 Figura 1	7
---------------------------------------	---

Índice de Tablas

Tabla 1 Ánàlisis DAFO	16
Tabla 2 Cronograma de actividades	24
Tabla 3 Pre-test	26
Tabla 4 Actividad "Siente"	26
Tabla 5 Actividad "Comparte e informa"	27
Tabla 6 Actividad "Salvaguarda"	28
Tabla 7 Actividad Charla SIA	28
Tabla 8 Actividad Charla CNP	29
Tabla 9 Actividad "Mis caminos"	30
Tabla 10 Actividad "Mi diario de pensamientos"	30
Tabla 11 Actividad "Lúcete"	31

Tabla 12	Actividad "Mil y un caminos"	32
Tabla 13	Actividad "Estoy que me bailo"	33
Tabla 14	Actividad "En tu mano"	33
Tabla 15	Actividad externa "En tu mano"	34
Tabla 16	Actividad "Mis herramientas"	35
Tabla 17	Actividad para el uso de herramientas psicológicas.....	35
Tabla 18	Actividad Charla ANAR.....	36
Tabla 19	Actividad Post-test y reflexión	37

Resumen

El propósito de este Plan de Intervención tiene el objetivo principal de combatir el creciente aumento de los casos que se dan de ideación suicida y autolesiones entre la población adolescente. En este caso, el foco principal de este proyecto se encuentra dirigido al alumnado de la ESO del IES Infante Don Juan Manuel, debido a que en este se ha detectado un fuerte crecimiento en el número de nuevos expedientes abiertos por esta problemática. Pese al reducido grupo para el que se ha destinado y personalizado este Plan de Intervención (alumnado adolescente cursando actualmente los niveles de ESO dentro del instituto murciano Infante Don Juan Manuel), se pretende que su futura puesta en marcha y análisis de los resultados, aporte un muy necesario granito de arena en la lucha contra la ideación suicida y la autólisis. Finalmente, este plan incluye un total de 5 subunidades y 16 actividades, elaboradas tras un arduo trabajo de recogida de información gracias a la previa revisión sistemática llevada a cabo.

Abstract

The purpose of this Intervention Plan has the main objective of combating the growing increase in cases of suicidal ideation and self-harm among the adolescent population. In this case, the main focus of this project is aimed at the secondary students of Infante Don Juan Manuel highschool, due to the fact that there has been a strong increase in the number of new cases opened for this problem. Despite the small group for which this Intervention Plan has been designed and personalised (adolescent students currently studying secondary at the Infante Don Juan Manuel secondary school in Murcia), it is intended that its future implementation and analysis of the results will contribute a much-needed grain of sand in the fight against suicidal ideation and self-harm. Finally, this plan includes a total of 5 sub-units and 16 activities, elaborated after an arduous work of information gathering thanks to the previous systematic review carried out.

Keywords: Intervetion plan, self harm, suicidal ideation, young people, secondary education

Introducción

En el presente Trabajo Fin de Máster (TFM), se ha aplicado diferentes competencias y conocimientos obtenidas o relacionadas con el Máster Universitario en Formación del Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato, Formación Profesional, Enseñanzas de Idiomas y Enseñanzas Deportivas en la especialidad de Orientación Educativa.

Bajo el título de “Plan de intervención contra la ideación suicida y conducta autolesiva en la educación secundaria obligatoria”, este trabajo estará destinado a llevar a cabo una actuación con el alumnado de secundaria sobre la prevención y tratamiento de la autolisis o autolesión.

Justificación

Este TFM se centra en uno de los ámbitos de actuación del Departamento de Orientación (DO), recogido dentro de la Ley Orgánica 8/2021, de protección integral a la infancia y la adolescencia frente a la violencia (BOE, núm. 134 de 5 de junio de 2021) más específicamente en el artículo 34 del capítulo 4 de la misma, donde se especifica la regulación de los protocolos de actuación contra la violencia en el centro, incluida la autolesión.

Las autolesiones son definidas como cualquier tipo de acto intencional y autodirigido que ocasionen daños corporales de baja letalidad, dígase de cortes, quemaduras, etc. El fin de estas acciones suele ser afrontar pensamientos y emociones negativas o la sensación de estrés (Agüero et al., 2018).

Es por ello que resulta primordial el trabajo tanto de prevención como de actuación que el departamento de orientación realiza en el centro, dado que, si no se atendiese de manera correcta al alumno, estas conductas podrían evolucionar a ideación suicida y finalmente a llevar a cabo tal acto.

En la década de los 60 se observó uno de los mayores aumentos en la aparición de esta conducta tanto en Europa, Estados Unidos como en Australia; llegando a estabilizarse en los 80 e incrementándose de nuevo en los 90. Actualmente se habla de que entorno a un 4% de la población global se autolesiona, especialmente en la época de la adolescencia llegando a porcentajes abrumadores como son el 14-15%.

Las acciones que se pueden llevar a cabo en el momento de autolesión son muy variadas y dependen de la persona, pero todas ellas suponen un alto nivel de riesgo para la integridad física del sujeto. Los cortes en la piel suelen ser los más comunes, seguidos de los golpes, quemaduras y arrancarse el pelo (Zaragozano, 2017).

En estudios recientes se habla de que entre un 21% (Vega, 2018) y un 24,2 % (Gallego, 2019) de la población adolescente en España refiere haberse autolesionado al menos una vez en su vida.

Centrándonos ahora en la ciudad de Murcia, se habla que desde la pandemia los casos de autolesión se multiplicaron por tres (Carreres, 2022). Estos datos se ven reflejados en el número de casos que recogen cada año los institutos de la Región. En el I.E.S Infante Don Juan Manuel, situado en el Barrio de Santa María de Gracia, cuenta actualmente, según la base de datos del centro facilitada por secretaría, con un total de 11 alumnos que han protagonizado uno o varios episodios de autolesión.

Es por todo lo recogido anteriormente que parece fundamental la creación y puesta en marcha de nuevos planes de intervención o actualizaciones de los ya utilizados, con el fin de combatir estas acciones entre la población adolescente.

Objetivos

El principal objetivo de este trabajo es la realización de un plan de intervención enfocado en atender y mejorar la situación de los 11 alumnos actualmente matriculados en el IES Infante Don Juan Manuel, que han atravesado episodios de autolesión, tratando de acompañar al alumno durante todo el proceso.

Como objetivos secundarios de este trabajo se encuentran:

- Tratar e informar al alumnado de la ESO sobre la autolesión en la población en general y en adolescentes en particular; como un problema real y serio.
- Conseguir prevenir futuros casos de autolesión.
- Analizar la situación del centro con respecto a esta problemática y descubrir posibles factores de riesgo.
- Fomentar entre los estudiantes buenos hábitos para el afrontamiento del estrés y la ansiedad.

Presentacion de capítulos

Desarrollo del trabajo

En este apartado se pretende describir cómo se ha llevado a cabo el trabajo, tratando de cubrir ciertos puntos de interés para que el resultado pueda llevarse a la práctica de forma eficiente y eficaz.

- *Marco normativo estatal y específico de la Comunidad Autónoma de referencia:* es aquí donde podremos establecer y aclarar que dice la ley con respecto a la aparición de situaciones de autolisis en alumnado de ESO. Se tendrá en cuenta tanto el marco normativo general para todo el país, como el específico de la Región de Murcia que es donde se encuentra el IES Infante Don Juan Manuel, en el que se llevaría a cabo este plan de intervención.
- *Contextualización del centro educativo:* en este punto se describirá el área donde se sitúa este instituto atendiendo a la población que se encuentra viviendo en la zona, establecimientos, comercios, infraestructuras, etc. Por supuesto, se hará un análisis del centro en sí, dígame del PEC, tipo de alumnado matriculado en el instituto, trabajadores del mismo, recursos y espacios con los que cuenta.
- *Análisis de la realidad escolar:* una vez analizado la oferta de este centro, así como sus valores, misiones y compromisos; también se verá si realmente se llevan a cabo

los esfuerzos necesarios en el día a día para poder alcanzar las metas que este instituto tiene establecidas.

- *Posibles mejoras en la intervención llevada a cabo por el centro:* se tendrá en cuenta la labor que los trabajadores del instituto llevan a cabo a la hora de la detección e intervención de casos de autolisis, prestando especial atención a cualquier tipo de mejora que ayude a que el proceso sea más rápido y eficaz. Estos posibles fallos o puntos a mejorar nos ayudaran a reforzar nuestro proyecto.
- *Planificación del Plan de Intervención:* Es aquí cuando planificaremos y desarrollaremos el proyecto de un nuevo plan de intervención basado en principalmente en la prevención y rápida detección de este tipo de casos. Buscando la raíz del problema.

Conclusiones, Limitaciones y Prospección de Futuro

En este apartado se desarrollará la conclusión a la que lleguemos tras la finalización del trabajo, destacando posibles descubrimientos que se hayan hecho a la hora de profundizar en este tema y por supuesto las limitaciones o dificultades que hayamos podido encontrar; tratando siempre de mejorarlas con vistas al futuro.

Referencias

Donde incluiremos la amplia bibliografía que nos haya ayudado a poder complimentar este proyecto.

Anexos

Cualquier documento que se haya utilizado, dígase de test, cuestionarios, fotos, diapositivas, etc. Será incluido en este apartado.

Metodología

El proceso a seguir para la elaboración de este plan de intervención se puede dividir en tres partes:

Revisión sistemática:

Con el fin de establecer los pilares de este trabajo, aclarando el concepto de autolisis y describiendo el mismo en profundidad; se llevó a cabo una revisión sistemática que aportará una gran cantidad de literatura que posteriormente se utilizaría también para consolidar un plan de intervención que tratará de evitar los mayores errores o limitaciones posibles.

Para los *criterios de selección* se va a incluir toda información que provenga de estudios empíricos experimentales o caso único, publicados en español o inglés, pero sin hacer distinción entre países. Esto significará que se aceptan trabajos provenientes de todos los países siempre y cuando estén presentados en los dos idiomas antes mencionados.

Fueron excluidos publicaciones donde se lleven a cabo estudios cuasiexperimentales y tesis; con formato libro, artículos de conferencia o revistas no indexadas. También fueron rechazadas las publicaciones donde no se presente una metodología para el abordaje de la autolisis o en caso de que se presente, no se aclaran los resultados que se obtuvieron con dicha metodología. Finalmente, todos estos documentos debían ser de acceso abierto.

La búsqueda fue acotada al periodo entre 2016-2023, con el fin de aportar la información más reciente, evitando así incluir otra más desfasada que afecte al correcto desarrollo de este proyecto.

Se incluirán estudios que utilicen sujetos que se encuentren cursando cualquier año de secundaria, por lo que el rango de edad variará entre los 12-16 años si no se repite pudiendo llegar a un tope de 17-18 años.

Para la *búsqueda y recogida de información*, se realizó una búsqueda que se extendía hasta enero de 2023 mediante las bases de datos de datos Scopus, EBSCOhost, Web of Science y BASE.

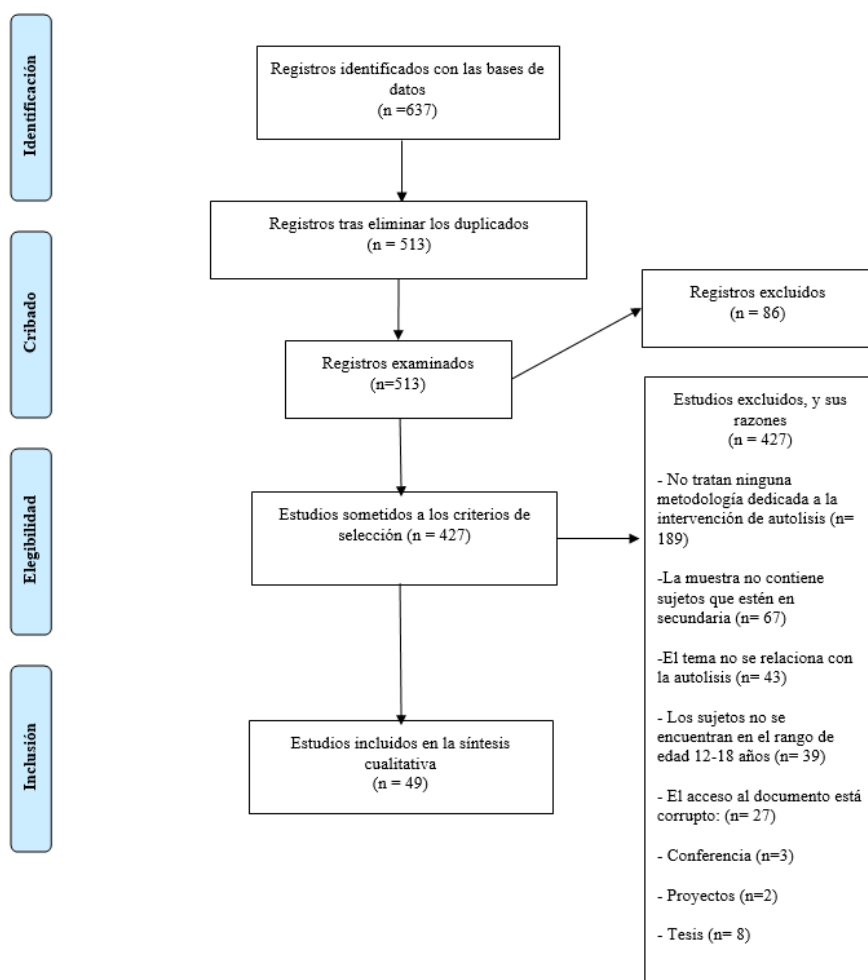
En la búsqueda de documentos originales primarios se utilizó como descriptores la siguiente combinación de palabras clave: (self harm OR self injury OR autolysis) AND (adolescent OR young people OR students) AND (secondary OR high school OR secondary education) AND (treatment OR intervention OR therapy OR response to intervention).

Seguimos pues con el *análisis de la información*. En un primer momento se procedió a leer los títulos y resúmenes de los documentos que aparecían tras la búsqueda, habiendo

aplicado los criterios de inclusión. Una vez se tenía una batería de artículos seleccionados, se analizaban más concienzudamente para determinar si realmente podrían ayudar al desarrollo del plan de intervención. Todo queda recogido en el siguiente diagrama de flujo (Figura 1), donde se puede comprobar que se partió de una muestra total de 637 documentos sumando los resultados de las 4 bases de datos. Se utilizó la herramienta *Zotero* para detectar y eliminar los artículos duplicados (124) dando lugar a un total de 513. Se procedió a eliminar aquellos estudios escritos en idiomas diferentes al español o inglés (86), obteniendo un total de 427 documentos a los que se les sometería al resto de criterios de exclusión, dando lugar a 49 artículos útiles para este proyecto.

Figura 1

Diagrama de flujo



Recaudación de información sobre el caso en cuestión:

Es en este punto dónde se tomará en cuenta la situación real a la que nos enfrentamos, siguiendo la línea que va de lo general a lo más específico:

Trataremos de identificar el marco normativo tanto nacional como el específico de la Región de Murcia, que regirá este trabajo.

Se presentará toda la información correspondiente a la contextualización del centro educativo.

Se llevará a cabo un análisis de la realidad actual que está presente día a día en el IES Infante Don Juan Manuel.

Se estudiará los modelos actuales de intervención que lleva a cabo el centro, buscando posibles mejoras que ayuden al fortalecimiento de este trabajo.

Desarrollo del Plan de Intervención:

Una vez se haya recopilado y estudiado la información necesaria para un correcto desarrollo de este plan, se comenzará con la planificación del mismo, teniendo en cuenta todo lo descrito en los anteriores apartados.

La revisión sistemática llevada a cabo servirá para concretar una definición amplia, correcta y actualizada del concepto de autolisis y dará una perspectiva general de los tratamientos que se llevan a cabo alrededor del mundo, aportando ideas de interés que pueden ser incluidas en este trabajo.

Todo esto debe estar regido por la normativa en vigor y contextualizado en una realidad práctica de este centro.

Sin duda, gracias a conocer el funcionamiento interno del IES Infante Don Juan Manuel y más aún el trabajo llevado a cabo en el D.O, el resultado que se obtendrá o que se espera obtener será un Plan de Intervención adaptado completamente a las necesidades actuales de este centro y que además estará abierto a ser actualizado de forma rápida en el futuro para adecuarse a nuevas situaciones.

Desarrollo del Trabajo

Marco Normativo

Marco normativo estatal de España:

Para la creación de este Plan de Intervención se atendió la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, modificada por la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, que establece en el artículo 124.5, que las administraciones educativas regularan los protocolos de actuación frente a indicios de acoso escolar, acoso sexual, ciberacoso, violencia de género y cualquier otra manifestación violenta, así como los requisitos y funciones que el coordinador de bienestar y protección debe desempeñar. Con posterioridad a esta ley, la Ley Orgánica 8/2021, de 4 de junio, de protección integral a la infancia y a la adolescencia, amplía la regulación de los protocolos por parte de las Administraciones educativas incluyendo de forma específica el suicidio y autolesión.

Se atiende también a lo recogido en la Resolución del 18 de julio de 2022, de la Dirección General de Formación Profesional y la Dirección General de Recursos Humanos, Planificación Educativa y Evaluación por la que se establece el protocolo y las actuaciones a realizar por los centros educativos ante situaciones de ideación suicida y conductas autolesivas.

Marco normativo específico de la Región de Murcia:

En el Decreto 359/2009, de 30 de octubre, se determina la respuesta educativa a la diversidad del alumnado en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia. Se recoge cómo los profesionales de orientación deben recolectar, analizar y valorar información relevante del alumnado y su contexto social y familiar; todo con el fin de llevar a cabo los protocolos o actuaciones correspondientes.

Durante el proceso de intervención será necesaria la evaluación del alumnado, es por eso que es relevante la Orden EDU/849/2010, de 18 de marzo, más concretamente su artículo 48, donde se describe la evaluación psicopedagógica como un proceso de recogida, análisis y valoración de la información sobre el alumno.

Por otra parte y como se explicará en apartados posteriores, hay casos cuyo detonante ha sido la discriminación sufrida por la orientación sexual del alumno, por tanto se debe de tener en cuenta la Resolución del 13 de noviembre de 2017, de la Dirección General de Atención a la Diversidad y Calidad Educativa, por la que se dictan las instrucciones para la mejora de la convivencia escolar en los centros educativos no universitarios sostenidos con fondos públicos de la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia.

Contextualización del Centro Educativo

Descripción del Entorno Socio-Cultural:

El instituto Infante Don Juan Manuel se trata de un centro público situado en la calle Miguel de Unamuno nº 2, dentro del barrio de Santa María de Gracia, a escasos minutos del centro de Murcia capital. Este instituto está rodeado de pequeños comercios, dígame de bares, cafeterías, panaderías o quioscos.

El barrio de Santa María de Gracia cuenta con un total de 12.318 habitantes (INE, 2021) y comprende el área delimitada por la senda de Granada al norte, Ronda Norte y General Primo de Rivera al sur; Juan Carlos I en el este y Miguel de Cervantes al oeste. Se trata de una zona habitada en su mayoría por gente española 11.185, pero también encontramos población extranjera, un total de 1.133 personas provenientes de Europa (341), África (150), América (493) y Asia (149). (CREM, 2021).

Son 3 los centros escolares que colindan con nuestro instituto: Colegio Público M. Fernández Caballero, CEIP Santa María de Gracia, IES Miguel de Cervantes. Debido al número de extranjeros que residen en el barrio, no es de extrañar que todos estos centros reciban alumnos de diferentes culturas, de hecho el 24% del alumnado del IES Infante Don Juan Manuel, son extranjeros.

Ampliando un poco más nuestro rango de visión, incluiremos que Murcia capital cuenta con un total de 460.349 habitantes (INE, 2021). En cuanto a la inmigración, los datos

más recientes obtenidos han sido del segundo semestre de 2021, donde llegaron a la ciudad 8.358 inmigrantes (Epdata, 2021).

Descripción del Centro:

- Objetivos de cara a la sociedad:

Promover una escuela arraigada en la cultura de nuestro tiempo y de nuestro país; atenta a la realidad social de nuestro entorno. Se busca construir una comunidad educativa basada en un ambiente de familia y de trabajo en equipo.

Es fundamental el optar por una financiación pública, pero sin que esto afecte a la calidad educativa que recibirán sus alumnos.

El equipo educativo se esforzará en cumplir con su papel de acompañantes, en un proceso que culminará con la autonomía y responsabilidad personal del alumnado. A lo largo del proceso se procederá a ofrecer respuestas adaptadas a las necesidades de cada alumno, con el fin de ayudarlos a convertirse en las personas éticas y trabajadoras del futuro.

Se busca que el alumnado pueda descubrir y potenciar sus cualidades personales, al mismo tiempo que desarrolla su imaginación y creatividad. Este debe crecer respetando los derechos de los demás y desarrollando una conciencia ecológica.

Además de trabajar estos objetivos generales, el centro se propone continuar con el Proyecto de Calidad (CAF), por medio de la autoevaluación, lo que permite que el equipo educativo se dé cuenta de posibles fallas que puedan resolverse para conseguir la máxima calidad de enseñanza posible.

Tras la pandemia, se busca avanzar en el trabajo por medio de proyectos cooperativos, punto fundamental del estilo educativo del centro, que por el confinamiento se ha tenido que dejar de lado.

- Programas educativos ofrecidos por el centro:

- SELE: programa de educación bilingüe. La idea principal del sistema bilingüe es fomentar el aprendizaje de lenguas extranjeras (inglés y francés) entre nuestro

alumnado por medio de su uso más frecuente en el aula y en otras asignaturas que no son la lengua extranjera propiamente dicha.

- Bachillerato de investigación: Se pretendía conseguir formar a futuros estudiantes universitarios que tuvieran ya adquiridos hábitos relacionados con la indagación científica.

- Erasmus +: programa que busca conseguir que los jóvenes descubran y experimenten como es vivir en el extranjero, incrementando su nivel de inglés o francés y teniendo que socializar con personas de todo el mundo.

- Programa ABC: se trata de un programa bilingüe (lengua de signos – lengua oral) para alumnos sordos en un contexto inclusivo.

- PTI: plan de Trabajo Individualizado: vinculado con la atención a la diversidad, se trata de apoyar a los alumnos que por diferentes problemáticas precisan una instrucción más especializada.

- Plan de refuerzo y recuperación: para fomentar el esfuerzo y dedicación a los estudios, en esos alumnos que presentan falta de atención, desmotivación o no asisten a clase de forma regular. Se les ayuda a realizar el trabajo de clase y se les imparten pautas de estudio eficaz.

- Instalaciones:

El centro cuenta con diversas instalaciones dedicadas a la actividad educativa, repartidas en 4 plantas.

En la planta baja se encuentra el patio dividido en tres secciones (sección A, B y C), en la sección B el centro cuenta con un pabellón deportivo en cuyo interior incluye pista de fútbol sala, dos pistas de baloncesto, área de cuerdas, espacio para guardar el material y vestuario masculino y femenino. Siguiendo con la parte externa frontal, se encontraría el aparcamiento de uso exclusivo para trabajadores de este instituto. En su interior, se haya una cantina, gimnasio, consejería, salón de actos, dirección, jefatura de estudios, aula de reuniones, aula de apoyo, aula de audiovisuales, aula de profesores, despacho de orientación, secretaría y el taller de tecnología.

Las tres plantas restantes, se dividen en dos alas cada una, donde se sitúan las clases equipadas con ordenador, proyector y pizarra digital; y los departamentos de las diferentes asignaturas, así como 3 aulas de informática, 2 de música, 2 de plástica y un laboratorio.

- Servicios:

Los alumnos disponen de una plataforma educativa, desde la que poder comunicarse con el profesorado, mandar tareas, hacer exámenes y estar actualizados sobre cualquier noticia del centro. Por supuesto, el personal de orientación o jefatura de estudios, también podrán compartir información con los alumnos, tanto de forma general mediante anuncios como de forma individual donde se incluyen las videoconferencias. Esta plataforma ha sido clave para superar la crisis del Covid 19, ya que el teletrabajo ha sido posible gracias al óptimo funcionamiento de este Aula Virtual.

El centro, aporta también mucha información y respuestas a cualquier duda que puedan tener las familias, en su página web y en diferentes redes sociales como Facebook e Instagram.

Por otra parte, el servicio de apoyo específico de pedagogía terapéutica (PT), pretende responder a las necesidades educativas del alumnado diagnosticado como Alumno/a con Necesidades Educativas de Apoyo Específico (ACNEAES) y con Necesidades Educativas Especiales (ACNEES). También se ofrece el servicio específico de audición y lenguaje (AL), que responde a las necesidades comunicativas del alumnado, con una intervención global en el ámbito de la comunicación y lenguaje. Cabe destacar que, por supuesto el alumnado cuenta con el servicio de orientación, donde tienen a su completa disposición a la orientadora escolar, que está abierta a solucionar cualquier consulta ya sea a los alumnos y padres como a los trabajadores del propio instituto.

Análisis de la Realidad Escolar

Con el fin de obtener una visión de todo lo que afecta al centro educativo y poder así tomar las decisiones oportunas para su mejora y más específicamente para el aumento en la eficacia de este plan de intervención, se lleva a cabo un análisis tipo DAFO. Esto nos permitirá no solo investigar qué factores internos hay que potenciar o corregir, sino que además revelará que otros factores externos están afectando y cuáles de ellos son útiles para alcanzar los objetivos de mejora.

Como describen sus siglas, se debe prestar atención a las **D**ebilidades, **A**menazas, **F**ortalezas y **O**portunidades. Para conseguir llevar a cabo un análisis de forma correcta, debemos seguir los siguientes pasos:

Análisis de los factores internos:

- Personal: actualmente el centro cuenta con un total de 92 profesores incluyendo los del programa ABC. Además de 3 conserjes, 3 secretarios, 1 orientadora, 1 PTSC, 3 jefes de estudio y el director del centro. Todos ellos son profesionales cualificados, el profesorado cuenta con una o varias carreras universitarias además de otros estudios postgrado. Sin embargo, pese a que actualmente han entrado un grupo de 5 profesores con una edad media de 34 años, que cuentan con amplios conocimientos en idiomas y tecnología, el resto de la plantilla cuentan con niveles básicos de una lengua extranjera (francés o inglés) y escasos conocimientos sobre tecnología.

La relación del equipo docente con el alumnado es en su mayoría sobresaliente, sin embargo, existen ciertos casos de quejas repetidas hacia ciertos profesores, ya sea por la dureza en las pruebas, falta de apoyo, baja calidad en las explicaciones o una exigencia desmesurada en la asignatura.

Como se puede observar, en general este centro cuenta con la *fortaleza* de tener unos profesionales cualificados y carismáticos; pero no debemos olvidar la *debilidad* que presenta el tener una minoría que debe mejorar su docencia, esto debe ser corregido. Por otra parte, dentro del DO se debe destacar la preparación y experiencia tanto de la orientadora como de la PTSC, lo que supone una *fortaleza* de peso para este instituto

ahora, que un centro de 980 alumnos cuente únicamente con una orientadora, da lugar a que se produzca sobrecarga de trabajo y retrasos en diferentes trámites, lo mismo ocurre con la PTSC que tendría un contrato de jornada parcial. Esto es una gran *debilidad*, sobre todo en los casos en que se den bajas laborales, lo que supone la imposibilidad de llevar a cabo un trabajo óptimo dentro de este departamento.

- Instalaciones: como ya se explicó en el apartado anterior, el centro cuenta con instalaciones que ayudan a que el proceso de enseñanza-aprendizaje sea lo más eficaz y eficiente posible, no obstante, se debe resaltar ciertos aspectos a mejorar. Ejemplo de esto sería el color de las aulas ya que cuando se precisa pintar alguna de estas se utilizan botes de pintura que han sobrado de otra ocasión, por tanto, pese a que en su mayoría el color de las clases es amarillo claro, hay aulas de color verde, otras naranja claro e incluso clases con paredes de colores diferentes. A esto hay que sumar el tipo de suelo, que cuenta con un diseño muy antiguo y en ciertas aulas hay partes que ha sufrido algún daño. Algunas persianas no funcionan o tienen desperfectos. Las mesas y sillas están en general pintadas y dañadas. Por todo esto, el centro da una sensación de descuido y antigüedad, lo que se traduce en una menor intención de los alumnos por su cuidado.

Por último, cuando observamos que este instituto cuenta con dos salas de informática con sus respectivos ordenadores de torre, un total de 25 ordenadores portátiles y los ordenadores con los que cuenta dirección, secretaría, jefatura de estudios y el DO; se puede entender que es un centro preparado a nivel informático, pero nada más lejos de la realidad, ya que algunos ordenadores de las salas de informática dan fallos de forma habitual y los que son usados por el personal del instituto están muy anticuados, lo que da lugar a que sean equipos lentos, contando algunos de ellos con programas informáticos tan desfasados como el *Windows XP*.

En este caso, solo podemos destacar dos tipos de *debilidades* que deben ser corregidas, sin embargo, esto deriva en un gran gasto económico, por lo que se aconseja que se vaya mejorando poco a poco.

Cabe destacar que el centro cuenta con pizarra digital y proyectores en todas sus clases, esto supone una gran *fortaleza* para atraer la atención e interés del alumnado, siempre que el profesorado se esfuerce en introducirlas en sus docencias.

- Reconocimiento de marca del centro: el IES Infante Don Juan Manuel, es un instituto que cuenta con cierta fama y reputación en Murcia. En ciertos aspectos es reconocido como un centro de prestigio que prepara bien a sus estudiantes de cara a la EBAU y su futuro laboral. Sin embargo, también es conocido por su dureza y sacrificio, por lo que muchos dudan si depositar en él la matrícula u optar por un centro con fama de ser más “ameno” y poder sacar así mejor media tanto en la ESO como en bachillerato. En general, el reconocimiento del centro puede considerarse como una *fortaleza* a mantener, siempre y cuando se busque la raíz de el por qué este instituto es conocido por una exigencia excesiva y se corrija.

Análisis de los factores externos:

- Aspectos políticos: al ser un centro público, el cambio en las leyes educativas dependiendo del partido que estuviese gobernando, ha supuesto en varias ocasiones dificultades para el profesorado y sobre todo para el equipo de orientación. Esta inestabilidad política se considera una *amenaza* a afrontar.
- Aspectos socioeconómicos: este centro depende exclusivamente de la cuantía económica que el Estado ofrece. En ciertos casos, no ha habido problemas en cuanto a la administración del instituto, sin embargo han existido periodos de crisis donde la directiva ha tenido que luchar seriamente por mantener el centro a flote. Esto es considerado una *amenaza* que gracias a la amplia experiencia de los profesionales que aquí trabajan se ha sabido afrontar buscando alternativas con el fin de abaratar al máximo los costes.

Tabla 1

Análisis DAFO

FACTORES INTERNOS	FACTORES EXTERNOS
-------------------	-------------------

<p>DEBILIDADES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Profesionales con falta de idiomas y competencia tecnológica • Falta de cuidado en las instalaciones • Tecnología anticuada • Un único orientador y PTSC 	<p>AMENAZAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Inestabilidad política • Falta de recursos económicos
<p>FORTALEZAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Personal cualificado • Centro equipado tecnológicamente • DO con profesionales cualificados y con experiencia 	<p>OPORTUNIDADES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacidad de sostenibilidad económica gracias a la experiencia y creatividad del equipo docente

Posibles Ámbitos de Mejora de la Intervención Desarrollada

Intervención Actual Contra la Conducta Suicida y Autolesión

El IES Infante Don Juan Manuel no posee un Plan de Intervención propio ante este tipo de situaciones sino hace uso de un protocolo general de actuación que se divide en 3 fases.

La fase inicial que contempla 6 actuaciones:

1. Conocimiento de la situación y designación EAS: es el director/a quien designa al Equipo de Acompañamiento y Seguimiento.
2. Comunicación con la familia: es responsabilidad del EAS ayudar en la orientación en casa.
3. Derivación a los Servicios Sanitarios: siempre teniendo en cuenta y trasladando a los profesionales sanitarios el nivel de riesgo de la situación.
4. Informarse y actuar sobre las circunstancias que han actuado de detonante.
5. Informar a la Administración educativa: vía email se traslada toda la información al Observatorio para la Convivencia Escolar y a la Inspección de Educación.
6. Solicitud de asesoramiento personalizado: ya sea al EOEP Específico de Convivencia, TEA o CERECA.

Se iniciaría ahora la fase de seguimiento:

7. Seguimiento: se diseña un Plan de Seguimiento dirigido tanto al alumnado, aula, centro y familias

Por último, se lleva a cabo la fase final:

8. Evaluación y cierre: se deben realizar revisiones de forma periódica para asegurarse de que se puede proceder a cerrar el protocolo, no obstante, este debe permanecer activo durante un curso escolar.

Si nos trasladamos a la actuación 4 dentro de la fase inicial, podemos observar que es preciso encontrar cuál ha sido el punto de partida para que se den lugar casos de ideación suicida o autolesión. Existe un amplio abanico de posibilidades, por ejemplo, acoso escolar, acoso sexual, discriminación, violencia de género, etc. Todos estos posibles detonantes cuentan con su protocolo propio, lo que da lugar a que una vez se haya cerrado el protocolo por ideación suicida o conductas autolesivas, se puede abrir otro específico de la situación detonante. También se puede requerir que ambos protocolos se pongan en funcionamiento de forma paralela.

Protocolo ante una Situación de Acoso Escolar

Pese a la existencia de varios protocolos, en el IES Infante Don Juan Manuel, los casos de ideación suicida o autólisis son desencadenados en su mayoría por acoso escolar (67%). Es por esto que este protocolo es el usado mayoritariamente de forma paralela al de autolesión, así pues, se debe plasmar también en este trabajo.

Pasos a seguir ante una situación de acoso:

1. Designación del equipo de intervención: es el director/a quien inicia el protocolo y designa al equipo de intervención, coordinado a su vez por el jefe de estudios.
2. Medidas de urgencia: dependiendo de la información obtenida, se llevan a cabo diferentes medidas que garanticen la seguridad del menor (vigilancia discreta, coordinación familiar...).
3. Comunicación a la Administración Educativa: se remite el caso a la Inspección de Educación y Servicio de Orientación Académica. Al tratarse de un centro público se realiza mediante comunicación interna.

4. Actuaciones: se realizan entrevistas con todos los implicados en el caso, incluyendo a las familias.
5. Asesoramiento: cabe la posibilidad de pedir asesoramiento a la Inspección de Educación o al EOI específico de convivencia.
6. Informe del equipo de intervención: este equipo debe elaborar un informe que debe ser entregado al director.
7. Conclusión del proceso: dependiendo del informe antes mencionado, el director manifiesta la existencia o no de acosos, levantando acta en una reunión con el jefe de estudios, equipo de orientación y tutores del alumno presuntamente acosado.
8. Conclusión del director: en caso de que se considere que no hay evidencias de acoso, se toman las medidas necesarias para prevenir futuros episodios de acoso, se realiza un Plan de Seguimiento Sistemático y cierre del protocolo, que puede volver a abrirse si existen nuevas evidencias.

En caso de que sí se considere que hay evidencias de acoso escolar, se tomarán medidas educativas como la prevención del alumno en función de la gravedad del acoso y se abrirá el expediente disciplinario por mala conducta con un nivel muy grave a los alumnos responsables de la situación.
9. Actuaciones con los implicados: con el fin de evitar un aislamiento de la víctima, se debe llevar a cabo un cierre en el que los agresores den cuenta de su arrepentimiento y su disposición a reparar el daño.
10. Comunicación con las familias y Administración: se entregará copia de los diferentes documentos a las familias y la Inspección de Educación y Servicio de Orientación Académica.
11. Comunicación con órganos judiciales: en casos muy graves, si el alumno es mayor de 14 años se comunicará lo sucedido a la Fiscalía de Menores, si es menor de 14 años a los Servicios Sociales y si se trata de un mayor de edad, con las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado.

Ámbitos de Mejora sobre la Actual Actuación del Centro

Como se puede observar en el punto anterior, este centro cuenta con un protocolo bastante completo, donde se especifican las actuaciones que se deben seguir de forma clara y precisa. Sin embargo, hay un punto clave que suele ser olvidado o transportado a segundo plano en los casos de autolesiones, la prevención. Y es que como citan López et al. (2023), no existe un plan a nivel nacional para la prevención del suicidio en España, lo que deriva en una amplia heterogeneidad en cuanto a estos planes se refiere, en las diferentes comunidades autónomas. De esto deriva que en la educación tampoco haya una forma de actuación común en todos los centros.

El desarrollo del conocimiento en cuanto a conducta suicida en España se refiere, ha ido en aumento, sin embargo, se siguen identificando numerosas lagunas. La evidencia muestra que las intervenciones de tipo sanitario con pacientes de riesgo son la única forma de prevención arraigada en la mente de los españoles, lo que no es de extrañar dado que se trata de una prevención indicada. No obstante, este enfoque resultaría insuficiente para hacer frente al fenómeno que amenaza la integridad de los jóvenes en España y es que se debería trabajar en la prevención selectiva y universal, mucho más acorde con la complejidad y naturaleza multifactorial de la ideación y conducta suicida (Gabilondo, 2020). Ejemplo de esto es la forma de actuación que el IES Infante Don Juan Manuel lleva a cabo. Es decir, una vez se detecta el caso es cuando se lleva a cabo el protocolo de actuación, pero no se trabaja la prevención en ningún momento o etapa educativa, a no ser que el alumno venga al centro o haya sido trasladado con un expediente abierto por ideación suicida, es entonces cuando sí que se lleva a cabo esa prevención, pero como se ha explicado anteriormente, una prevención indicada.

Para mejorar esto, el instituto debería elaborar un plan de prevención de tipo selectiva, es decir, con el alumnado de la ESO, ya que todos los alumnos del instituto que presentan esta problemática pertenecen a dicha etapa; y universal, incluyendo a los alumnos de bachillerato y personal del centro.

Si bien es cierto que dentro de los documentos del centro como son el PAT, el PEC o el PGA se resaltan los valores y objetivos tales como proporcionar los medios necesarios para que el alumnado sea capaz de desarrollar su personalidad y creatividad en un entorno seguro, haciendo especial hincapié en el fortalecimiento de la autoestima y de la tolerancia, además de asegurar una atención a la diversidad ejemplar; hay otras necesidades esenciales para un correcto desarrollo psicosocial, que bien no aparecen o se mencionan brevemente. Ejemplo de esto es la inteligencia emocional, estrategias de autocontrol, resolución de conflictos o habilidades de comunicación, todas ellas clave para prevenir problemáticas como la ideación suicida o conducta autolesiva (Flores et al. 2020).

Planificación del Plan de Intervención

La planificación de este Plan de Intervención va a estar enfocado principalmente a la consecución de objetivos presentados en el apartado 1.2. Para ello, se llevan a cabo una serie de actividades a través de una metodología tanto participativa como activa.

Las actividades propuestas pueden ser con formato tanto individual como grupal dependiendo del nivel de respuesta que se trabaje en cada unidad. Con esto lograremos desarrollar la cooperación y comunicación además de promover el esfuerzo por buscar estrategias de afrontamiento ante situaciones estresantes o gestión de emociones. Las actividades son en su mayoría flexibles dado que pueden variar dependiendo del grupo, el ambiente o cambios internos que se produzcan durante el desarrollo de las mismas.

En todas las unidades se busca romper con la dinámica de “aportar la teoría y punto”; ya que toda información que se da durante las sesiones “teóricas” serán de gran utilidad para futuras actividades prácticas o incluso para dinámicas que se lleven a cabo en la misma sesión. Gracias a esto, se promueve la introspección del alumnado, ya que serán ellos los encargados de indagar en los conocimientos adquiridos, en su conciencia y en sus emociones para poder llegar a una respuesta o solución.

Durante las sesiones, los alumnos estarán acompañados en todo momento por varias figuras que les proporcionen la sensación de familiaridad y tranquilidad. Entre estos

profesionales podemos contar con el tutor del curso y con el orientador escolar en todas y cada una de las dinámicas y en algunas de ellas un tercero como pueden ser psicólogos, pacientes, antiguos pacientes, etc.

Este Plan de Intervención estaría dividido en 3 bloques, el primero *Prevención*, de nivel I, estaría destinado a toda la comunidad educativa y tiene como objetivo que todos los alumnos, profesionales del centro y las familias obtengan la mayor cantidad de información y concienciación sobre cómo prevenir la aparición de la ideación suicida y conductas autolesivas. El segundo es *Comunicación*, de nivel II, más enfocado en los compañeros que tienen más contacto con estos sujetos, por lo que serán actividades para toda la clase. En este bloque también encontraremos sesiones clasificadas como nivel IV ya que son exclusivas para aquellos sujetos que presentan la problemática. Aquí se trata de reforzar conocimientos ya aprendidos durante el bloque anterior y aportar nuevos enfocados en las diferentes formas de detectar que tanto nosotros como otros compañeros estamos atravesando un mal momento, llegando al punto de poder estar en un estado grave de sufrimiento o depresión. Una vez se hayan establecido los medios de detección se aportará información de formas efectivas de comunicación tanto para hablar con los compañeros que puedan estar afectados, como con el profesorado o con el equipo de orientación, pudiendo así dar la voz de alarma lo antes posible y facilitando una respuesta rápida.

Por último, el tercer bloque sería el de *Afrontamiento*, clasificado de nivel I ya que es necesario que todo el alumnado sea consciente de cómo atravesar este tipo de situaciones, pero también habrá sesiones con nivel IV, que serán exclusivas para aquellos alumnos que ya tengan un protocolo abierto por ideación suicida y autolesiones. Se trata de ofrecer el mayor número de herramientas posibles para que puedan trabajar ellos mismos sus sentimientos, emociones y pensamientos cuando se encuentren en una crisis.

Estos bloques se dividen en 5 subunidades cada una con sus respectivas actividades. Estas subunidades se podrían definir como teórico-prácticas, es decir se incluye la parte de teoría con una dinámica de presentación, donde se aceptan preguntas, debates, etc. En la mayoría de estas “clases” se ofrece una “mini-actividad” que busca consolidar de

forma dinámica y entretenida el conocimiento que se ha trabajado en esa sesión. Se trata de romper con el concepto de clase teórica que los jóvenes tienen establecido, facilitando captar mejor su atención (Barrio y Barrio, 2018).

Todo lo que se trabaje en este Plan de Intervención será comunicado con el profesorado, especialmente con los tutores y con las familias, sobre todo con las que su hijo haya presentado esta problemática. Con esto, dentro de la comunidad educativa todos estarán bien informados del proyecto que se está llevando a cabo, lo que facilitará la comunicación y coordinación entre los profesionales del centro y las familias.

El tiempo propuesto para llevar a cabo esta actuación es de 3 meses, durante el segundo trimestre, incluyendo así enero, febrero y marzo.

Cada subunidad tiene una duración de 50 minutos repartidos entre sus diferentes actividades. Esta regla solo se rompe en la actividad final de "Post-test y reflexión" que debido a su enlace con la actividad "Estoy que me bailo", se precisará de entre 90 a 120 minutos.

SESIÓN PLÁSTICA															
SUBUNIDAD 3 EXPRESIÓN A MI MANERA															
SESIÓN EDUCACIÓN FÍSICA															
SUBUNIDAD 4 AUTOESTIMA															
SUBUNIDAD 5 FORTALEZA															
PACIENTE Y EXPACIENTE "SU EXPERIENCIA"															
POST-TEST Y REFLEXIÓN FINAL															
<p>LEYENDA: (F) Festivo; (X) Tutoría Libre; (M) Mes de actividades en la asignatura correspondiente. C Asociaciones colaboradoras (SIA y CNP). C Secciones transversales con la asignatura correspondiente. C, C, C, C, C Subunidades impartidas en las sesiones de tutoría.</p>															

PRE-TEST Y PRESENTACIÓN

Tabla 3

Actividad Pre-Test

<i>Actividad</i>	Pre-Test
<i>Objetivos</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Evaluar inicialmente al alumnado en el contenido a desarrollar.
<i>Desarrollo</i>	Se pasará un test acerca de la ideación suicida y conductas autolesivas, a todos los alumnos de la ESO. Este test (Anexo 1) contiene información acerca definiciones sobre determinados términos de interés, diferenciación entre términos que de forma general son concebidos como sinónimos pero no lo son, mitos sobre el suicidio y la autolesión, etc.
<i>Tiempo</i>	25 min
<i>Recursos y Materiales</i>	Test inicial (Anexo 1)

Tabla 4

Actividad “Siente”

<i>Actividad</i>	Presentación “SIENTE”
<i>Objetivos</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Introducir este Plan de Intervención • Aclarar conceptos y desmentir mitos acerca de la ideación suicida y conducta autolesiva
<i>Desarrollo</i>	<p>El psicólogo orientador deberá reunir a familia, profesorado y alumnos de todos los cursos de la ESO. Por ello esta actividad se llevará a cabo un total de 4 veces, una por nivel, por tanto en un espacio amplio, como puede ser el salón de actos del centro, se reunirá a todo 1º, en una segunda sesión todo 2º, etc.</p> <p>Los padres serán informados con una semana de antelación vía anuncio en la página web del centro y circular que se entregará al alumnado (Anexo 2). Para informar a los alumnos, los tutores de cada grupo serán los encargados de transmitirles día y hora de la presentación, además se colocará toda la información en el tablón de anuncios del centro y en los diferentes tablones de cada clase.</p> <p>En cuanto al equipo docente, el orientador enviará un correo a todos los profesores invitándoles a asistir, especialmente los tutores.</p> <p>Durante la sesión, se dará lugar a la presentación acerca de cómo se llevará a cabo este Plan de Intervención y sus objetivos. Se pretenderá igualmente, transmitir la importancia que tienen este tipo de actuaciones, informando sobre la temática protagonista de este plan.</p> <p>Para captar la atención y hacer dinámica la sesión, se tomará uso de un vídeo que resume en 3 minutos toda la información necesaria sobre esta temática y acompaña a la ideología de este plan.</p>

	El video se encuentra en la plataforma YouTube y se titula <i>Ciencia en Todo: prevención del suicidio</i> . Finalmente, se dejarán 5 minutos para dudas y opiniones.
<i>Tiempo</i>	25 min
<i>Recursos y Materiales</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Circular (Anexo 2) • Power Point “Siente” • Ordenador conectado a la red • Proyector • Altavoces

SUBUNIDAD 1: SUICIDIO Y AUTOLESIÓN

Tabla 5

Actividad “Comparte e informa”

<i>Actividad</i>	“Comparte e informa”
<i>Objetivos</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer las ideas que tiene el alumnado sobre esta temática • Debatir sobre diferentes términos • Compartir experiencias o preocupaciones • Conseguir un acercamiento y cooperación con el proyecto
<i>Desarrollo</i>	<p>En esta sesión el orientador habrá revisado las respuestas que los alumnos habían dado en el pre-test, gracias a esto se debe conocer la idea general que se tiene acerca de la temática y por lo tanto qué confusiones o falta de información existe de forma común.</p> <p>Ahora el orientador clase por clase debe realizar la siguiente actividad: En primer lugar, se elegirán 3 sujetos al azar, en caso de ser una clase que cuente con alumnado con protocolo abierto por ideación suicida o comportamiento autolesivo, el orientador debe introducirlo en este grupo, haciendo parecer que es resultado del azar (evitando así señalamientos). Una vez el grupo esta formado, se les da un sobre a cada uno con una idea errónea que comúnmente ha tenido el alumnado en la sesión en la que se llevó a cabo el pre-test.</p> <p>Con la información que recibieron en la presentación, estos portavoces deberán dar su opinión del por qué piensan que la idea que les ha tocado está mal. Los compañeros deberán debatir, si los argumentos son correctos, si hay que añadir o desmentir información, etc.</p> <p>Cabe destacar que debe de haber un profesor presente durante el desarrollo de la actividad, preferiblemente el tutor.</p>
<i>Tiempo</i>	25 min
<i>Recursos y Materiales</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Sobres • Papel • Bolígrafos

Tabla 6*Actividad “Salvaguada”*

<i>Actividad</i>	“Salvaguada”
<i>Objetivos</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar las primeras señales de aparición de ideación suicida en otras personas • Identificar las primeras señales de aparición de ideación suicida en uno mismo • Romper los estereotipos sobre la ideación suicida y la conducta autolesiva
<i>Desarrollo</i>	Se elegirá a tres alumnos al azar (si alguno se repite con respecto a la actividad anterior se elegirá a otro) y se les entregará tres perfiles, dos con características y rasgos de personalidad que predisponen a la conducta suicida y uno sin rasgos que reflejen esta problemática. Se les dejará de 5 a 10 min para que se preparen el personaje, seguidamente se presentarán ante sus compañeros y serán ellos los que deban identificar y debatir cuales son los que presentan características que puedan identificarse como de riesgo.
<i>Tiempo</i>	25 min
<i>Recursos y Materiales</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Documentos de los perfiles (Anexo 4)

SOCIEDAD INTERNACIONAL DE AUTOLESIÓN**Tabla 7***Actividad charla SIA*

<i>Actividad</i>	Charla con la representante española de SIA
<i>Objetivos</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer información acerca de la temática de la mano de una profesional en este campo • Aclarar cualquier duda de la manera más eficiente posible • Conocer de las mejores instituciones para el tratamiento de esta problemática
<i>Desarrollo</i>	Se contactará con Elena Ballesteros psicóloga y coordinadora de esta institución en España. Será ella la encargada de dar la charla sobre esta temática, indagando en casos prácticos que ayuden a identificar la gravedad de la situación. Se le dará libertad para que traiga a un cooperador, dígase de un compañero o paciente que apoye la sesión. Se reservarán de 5 a 10 minutos para dudas.

<i>Tiempo</i>	50 min
<i>Recursos y Materiales</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Power Point de la ponente • Ordenador • Proyector

CUERPO NACIONAL DE POLICÍA

Tabla 8

Actividad charla CNP

<i>Actividad</i>	Charla CNP para la convivencia y mejora de la seguridad en los centros educativos y sus entornos
<i>Objetivos</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Dar a conocer las situaciones que pueden llevar a la ideación suicida o conducta autolesiva • Formas de evitar recibir o llevar a cabo acciones de acoso que puedan evolucionar a una problemática mayor • Formas de denunciar una situación de riesgo • Conocimiento del papel que los cuerpos de seguridad y emergencias del estado tienen en estas situaciones
<i>Desarrollo</i>	Se llevarán a cabo 4 sesiones, una con cada nivel de la ESO en un espacio amplio como el salón de actos del centro. Aquí gracias al “Plan director para la convivencia y mejora de la seguridad en los centros educativos y sus entornos” de la Policía Nacional, dos agentes vendrán al instituto a ofrecer información sobre los principales desencadenantes de la aparición de la ideación suicida y autólisis. Se hablará sobre los diferentes tipos de acoso o bullying, ya sea dentro o fuera del centro o vía online. La violencia sexual, de género, la discriminación o el abuso de alcohol y drogas también serán tratados en esta sesión. Se reservarán 5 minutos para dudas.
<i>Tiempo</i>	50 min
<i>Recursos y Materiales</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Power Point (proporcionado por los agentes) • Ordenador • Proyector • Micrófono • Altavoces

SUBUNIDAD 2: COMUNICAR

Tabla 9*Actividad “Mis caminos”*

<i>Actividad</i>	“Mis caminos”
<i>Objetivos</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Reconocer señales de alerta de carácter verbal • Conocer las vías para denunciar una situación de riesgo ajena o propia • Producir un acercamiento con el equipo de orientación del instituto
<i>Desarrollo</i>	<p>El orientador será el encargado de llevar a cabo una charla donde se explicará las diferentes señales que de forman común aparecen en las personas con ideación suicida o que se autolesionan.</p> <p>A continuación, se les pondrá dos videos que se encuentran en la plataforma You Tube y que ayudaran a dinamizar la sesión además de resumir de forma muy profesional el contenido. Los videos son los siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 10 señales de que un adolescente se autolesiona • Suicidio, conoce las señales de alerta <p>Finalmente, se les mostrará las diferentes instituciones que atenderán sus demandas como es el caso del centro de salud mental o el DO, el cual hay que hacer especial hincapié en que esta a su completa disposición siendo un entorno seguro para hablar.</p> <p>Finalmente se reservará de 5 a 10 minutos para dudas.</p>
<i>Tiempo</i>	50 min
<i>Recursos y Materiales</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Power Point “Mis caminos” • Ordenador conectado a la red • Proyector • Altavoces

Tabla 10*Actividad “Mi diario de pensamientos”*

<i>Actividad externa</i>	“Mi diario de pensamientos”
<i>Objetivos</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Buscar vías alternativas de comunicación para alumnos con un protocolo abierto por ideación suicida y autolesión • Dar lugar a un acercamiento al DO • Incrementar la confianza en el DO • Evitar presionar a este tipo de alumnado sin perder la valiosa información que aportan las entrevistas con ellos
<i>Desarrollo</i>	Debido a que en ciertos casos los alumnos se cierran o tienen una conducta esquiva ante las preguntas y acercamientos del equipo de

	orientación, se les citará a cada uno de estos alumnos de forma individual y se les proporcionará un <i>Diario de Pensamientos</i> . La única regla es que deben expresar en él sus pensamientos de cada día. La forma de hacerlo es completamente libre. Si realizan algún tipo de dibujo, collage... deberán titularlo o explicar brevemente su significado. Estos diarios se entregarán los jueves de cada semana al orientador y este se los devolverá el viernes. La tarea del orientador será obtener información de interés que pueda aportar el diario, pudiendo llevar una revisión semanal, completa y sin presión del alumno.
<i>Tiempo</i>	10-15 min
<i>Recursos y Materiales</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Diario para cada alumno

SESIÓN PLÁSTICA

Tabla 11

Actividad “Lúcete”

<i>Actividad</i>	“Lúcete”
<i>Objetivos</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Búsqueda de nuevas formas de expresión • Búsqueda de nuevos hobbies • Búsqueda de vías de escape para situaciones estresantes
<i>Desarrollo</i>	<p>Para esta actividad el DO se coordinará con el Departamento de Plástica, usando las horas y recursos de esta asignatura para llevar a cabo la sesión.</p> <p>En el frente de la clase se colocarán de dos a tres mesas juntas con una amplia variedad de material plástico, dígame de lápices, ceras, rotuladores, pinturas, pinceles, pegatinas, etc. Cada alumno contará con dos hojas de papel DIN 4.</p> <p>Se les explicará que una la deben usar para expresar el acontecimiento negativo que les haya ocurrido de forma más reciente y en la otra el positivo más reciente.</p> <p>La forma de realizar esta actividad es completamente libre.</p> <p>Las obras deben ser anónimas.</p> <p>Una vez finalizada, deberán guardar el material y colgar sus dibujos en un tablón que se colocará en el aula de plástica.</p>
<i>Tiempo</i>	50 min
<i>Recursos y Materiales</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Cajas o bandejas de plástico o cartón • Tarros o vasos con agua para limpiar los pinceles y brochas • Folios DIN 4 para todos los alumnos que participen

- Lápices de colores
- Ceras
- Rotuladores
- Pintura
- Pegatinas
- Tijeras
- Pegamento
- Sacapuntas
- Reglas
- Gomas de borrar
- Papel de colores

SUBUNIDAD 3: EXPRESIÓN A MI MANERA

Tabla 12

Actividad “Mil y un caminos”

<i>Actividad</i>	“Mil y un caminos”
<i>Objetivos</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Seguir con el descubrimiento de nuevas formas de expresión
<i>Desarrollo</i>	<p>El orientador será quien lleve a cabo esta sesión, presentando la información referente a las muchas maneras que existen para expresar lo que sentimos. Ya que muchas veces la más común, que es hablar cara a cara, puede resultar imponente y estresante sobre todo para la gente que está pasando por momentos complicados en sus vidas. Se hará referencia a la sesión anterior, que buscaba que el alumnado usase otra vía para contar dos tipos de acontecimientos.</p> <p>Las formas de expresión que se verán en esta presentación serán:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Escritura • Dibujo • Emoticonos • Lenguaje corporal • Baile • Música • Contacto físico <p>Se reservará de 5 a 10 minutos para dudas.</p>
<i>Tiempo</i>	50 min
<i>Recursos y Materiales</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Power Point “Mil y un caminos” • Ordenador • Proyector

SESIÓN EDUCACIÓN FÍSICA

Tabla 13*Actividad “Estoy que me bailo”*

<i>Actividad</i>	“Estoy que me bailo”
<i>Objetivos</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Seguir con la búsqueda de nuevas formas de expresión • Seguir con la búsqueda de hobbies • Coordinación y cooperación con los iguales • Comunicación con los iguales • Focalización de la atención en nuevos proyectos • Alejamiento de pensamientos intrusivos
<i>Desarrollo</i>	<p>Relacionado con la <i>Subunidad 3</i>, esta actividad trata de hallar otra vía para la expresión. El DO se coordinará con el Departamento de Educación Física, usando las horas y recursos de esta asignatura. Por sorteo se crearán grupos de 10-12 personas, los cuales deberán crear un baile que represente la emoción que ellos elijan. Se les dejará toda la clase para que empiecen a trabajar en este proyecto. Deberán coordinarse fuera del centro para poder llevarlo a cabo y el día de finalización de este Plan de Intervención cada grupo bailará delante de sus iguales y profesorado. También se invitará a los padres a asistir. Se les permitirá el uso de material deportivo.</p>
<i>Tiempo</i>	50-55 min
<i>Recursos y Materiales</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Pelotas • Cuerdas • Aros • Conos

SUBUNIDAD 4: AUTOESTIMA**Tabla 14***Actividad “En tu mano”*

<i>Actividad</i>	“En tu mano”
<i>Objetivos</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Transmitir información relevante sobre la autoestima • Reforzar la autoestima del grupo • Dar claves para subir la autoestima de aquellas personas con rasgos de ideación suicida y autolesión • Dar claves para trabajar la autoestima en uno mismo
<i>Desarrollo</i>	En esta actividad el orientador expondrá de forma breve una serie de ideas que ayuden a comprender el concepto de autoestima.

También se incluirán en esta presentación formas de actuación a realizar cuando una persona con rasgos de riesgo se abre con nosotros.

Ejemplos de estos serían:

- Asegurar un clima de confianza
- Facilitar la expresión emocional
- Mantener una escucha activa
- Ser respetuoso
- Aclarar conceptos
- Transmitir disponibilidad

Seguidamente se les entregará al alumnado dos piezas de papel, una en blanco y la otra con el nombre de un compañero de clase aleatorio escrito en la parte superior. En el papel en blanco deberán escribir una característica que les guste de ellos mismos y en el papel con el nombre del compañero una característica que les agrade de esa persona.

Al finalizar, su papel se lo deben quedar y se les da la opción de que lo peguen en un sitio que vean todos los días, dígame de la parte interna de la tapa de la libreta, de la agenda, la puerta de su habitación, el espejo de su habitación, etc.

El segundo papel, deberán entregárselo al orientador que los revisará por si alguien no ha seguido las reglas y una vez revisados, se los entregará al tutor que los repartirá a la clase. Este papelito también se lo pueden quedar.

<i>Tiempo</i>	50 min
<i>Recursos y Materiales</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Power Point “En tu mano” • Ordenador • Proyector • Cuadrados de papel de 10x10 cm

Tabla 15

Actividad extra “En tu mano”

<i>Actividad externa</i>	“En tu mano” con alumnos con protocolo abierto
<i>Objetivos</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Fortalecer la autoestima de forma más personalizada en aquellos alumnos con protocolo abierto por ideación suicida y conducta autolesiva
<i>Desarrollo</i>	Una vez finalizada la actividad “En tu mano”, el orientador escolar y a ser posible el tutor correspondiente, se reunirán con el alumno con protocolo abierto en el DO. Se le pedirá que enseñe ambos papelitos, tanto el aspecto positivo que ve de él mismo como el que ven los demás. Tanto el orientador como el tutor deberán hablar sobre las ideas representadas en el papel, alabando al alumno y reforzando

	positivamente el esfuerzo al haber pensado algo positivo de si mismo y aceptar el cumplido de un tercero. Se trata de dar un “baño” de positividad al alumno.
<i>Tiempo</i>	15-20 min
<i>Recursos y Materiales</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Papeles de la actividad “En tu mano”

SUBUNIDAD 5: FORTALEZA

Tabla 16

Actividad “Mis herramientas”

<i>Actividad</i>	“Mis herramientas”
<i>Objetivos</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Aportar herramientas para el afrontamiento del estrés y ansiedad • Aconsejar sobre cómo combatir pensamientos intrusivos • Aumentar la confianza en la superación de problemas por parte del alumnado en riesgo
<i>Desarrollo</i>	<p>El orientador llevará a cabo una charla donde explicará diferentes métodos y herramientas útiles ante situaciones que puedan afectar al alumnado de forma negativa.</p> <p>Para apoyar esta sesión se incluye la proyección de un video de la plataforma You Tube. El video es el siguiente: Tema: Estrés y Manejo de Estrés. "5to Video Educativo Interactivo". Finalmente, se les reforzará la idea de la fuerza y ganas que todo el mundo debe crear dentro de sí mismo para afrontar determinadas situaciones y dejar de verlas como obstáculos infranqueables, sino más bien como vías de aprendizaje que les convertirán en las personas del mañana.</p>
<i>Tiempo</i>	50 min
<i>Recursos y Materiales</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Powe Point “Mis herramientas” • Ordenador conectado a la red • Proyector • Altavoces

Tabla 17

Actividad destinada al uso de herramientas psicológicas

<i>Actividad externa</i>	Uso de las herramientas en alumnado de riesgo
--------------------------	---

<i>Objetivos</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Seguir la evolución del alumnado en riesgo después de haber empezado a usar los métodos y técnicas explicadas en la sesión “Mis herramientas” • Reforzar el acercamiento con el DO
<i>Desarrollo</i>	El orientador citará al alumnado con protocolo abierto por ideación suicida y autolesión de forma individual. Se mantendrá una conversación tranquila y amena cuyo objetivo es obtener información sobre el uso que estos alumnos están haciendo de las herramientas otorgadas. Todo quedará recogido en un informe, dentro del expediente de cada sujeto.
<i>Tiempo</i>	15-20 min
<i>Recursos y Materiales</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Informe de seguimiento

PACIENTE Y EXPACIENTE: SU EXPERIENCIA

Tabla 18

Actividad charla ANAR

<i>Actividad</i>	Charla ANAR
<i>Objetivos</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Transmitir información sobre esta problemática desde dentro • Identificación con los ponentes • Resolución de dudas por personas que han vivido o viven esta problemática desde dentro
<i>Desarrollo</i>	<p>En colaboración con la organización ANAR, dedicada a la protección de niños y adolescentes en riesgo; se contactará con un expaciente y con un actual paciente en tratamiento por ideación suicida y autolesión. Ambos deberán dar una charla por nivel, es decir un total de 4 charlas, en un espacio con capacidad para albergar a la mayor cantidad de gente posible, dígase del salón de actos.</p> <p>A esta sesión no solo irá el alumnado, sino que tanto profesorado como padres, serán invitados a asistir.</p> <p>La dinámica trata de que los ponentes relaten su experiencia desde los primeros síntomas, las etapas que han atravesado o que atraviesan y como las han ido superando. Se debe resaltar la importancia de pedir ayuda y no cerrarse.</p> <p>Se reservarán entre 5 y 10 minutos para dudas.</p> <p>Los ponentes son libres de traer consigo el material que deseen, siempre respetando unas medidas de seguridad y ética.</p>
<i>Tiempo</i>	50 min

<i>Recursos y Materiales</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Ordenador • Proyector • Altavoces • Micrófono
------------------------------	--

POST-TEST Y REFLEXIÓN FINAL

Tabla 19

Actividad Pos-test y reflexión

<i>Actividad</i>	Post-test y reflexión final
<i>Objetivos</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Evaluar el conocimiento adquirido por el alumnado tras llevar a cabo este Plan de Intervención • Conocer la eficacia y eficiencia de este proyecto • Reflexionar sobre la importancia de la prevención y tratamiento de este tipo de problemáticas
<i>Desarrollo</i>	<p>Esta sesión se llevará a cabo por aulas. Se le entregará a cada alumno una ficha dónde puedan expresar de forma libre sus conocimientos acerca del tema tratado durante el trimestre y que contendrá un apartado para valorar este Plan de Intervención. Una vez finalizado, se bajará al alumnado por cursos al patio dónde llevarán a cabo el baile que empezaron en la actividad “Estoy que me bailo”.</p> <p>Antes de que cada grupo realice el baile, un portavoz deberá hacer una breve reflexión sobre la importancia de la salud mental, la prevención, el tratamiento y la ayuda que debemos brindarle a las personas con riesgo de sufrir ideación suicida y conducta autolesiva.</p> <p>El día y hora en la que se lleva a cabo los bailes, será notificada en el tablón de anuncios virtual del centro y por medio de una circular que se les entregará al alumnado, con el fin de que padres y familiares se acerquen para apoyar y despedir esta intervención.</p>
<i>Tiempo</i>	90 a 120 min
<i>Recursos y Materiales</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Ficha de expresión libre y valoración (Anexo 4) • Circular (Anexo 5) • Material deportivo • Altavoces • Micrófono

Recursos

Pre-test y Prersentación:

- *Pre-test:* Será necesario tener previsto el número total de alumnos que asistirán a esta prueba con el fin de contabilizar los test necesarios evitando el malgasto de recursos. Será preciso imprimir en la impresora del centro el Anexo 1.
- *Presentación:* El orientador será el encargado de traer el dispositivo de almacenamiento (pendrive) con la presentación en Power Point “Siente”.
En colaboración con consejería, se debe revisar y preparar el ordenador, proyector, altavoces y micrófono del salón de actos del centro.
Se avisará con el mayor tiempo posible de la necesidad de usar el salón de actos, ya sea comunicándolo a dirección, jefatura y profesorado vía email o tablón de anuncios.

SUBUNIDAD 1: SUICIDIO Y AUTOLESIÓN

Comparte e informa:

Con anterioridad a esta actividad el DO deberá haber extraído las tres ideas erróneas más frecuentes aportadas en el test inicial. Estas deberán ser escritas en tres papeles, los cuales se incluirán en tres sobres usando bolígrafos o rotuladores (tinta indeleble).

Salvaguarda:

Será necesario únicamente una hoja de papel DIN 4 y una impresora para imprimir el Anexo 3, con los tres perfiles. A poder ser, sería interesante el uso de la plastificadora, evitando que estos perfiles sufran algún daño durante el desarrollo de la actividad en cada aula.

SOCIEDAD INTERNACIONAL DE AUTOLESIÓN

Presentación/ Charla de la SIA:

Será la ponente de la Sociedad Internacional de Autolesión, la encargada de traer el dispositivo de almacenamiento (pendrive) con la presentación correspondiente.

El orientador en colaboración con consejería serán los encargados de revisar y preparar el ordenador, proyector, altavoces y micrófono.

El orientador debe avisar con la mayor antelación posible del uso del salón de actos del centro.

CUERPO NACIONAL DE POLICÍA

Presentación/Charla del CNP:

Será los agentes los encargados de traer el dispositivo de almacenamiento (pendrive) con la presentación correspondiente.

El orientador en colaboración con consejería, deberán revisar y preparar el ordenador, proyector, altavoces y micrófono.

El orientador debe avisar con la mayor antelación posible del uso del salón de actos del centro.

SUBUNIDAD 2: COMUNICAR

Mis caminos:

Para esta actividad, el orientador será el encargado de transportar el dispositivo de almacenamiento (pendrive) con la presentación "Mis caminos", por las diferentes clases.

Será también necesario un ordenador conectado a la red del centro para poder acceder a la plataforma You Tube, proyector y altavoces para escuchar los videos propuestos.

Mi diario de pensamientos:

Esta actividad externa solo se lleva a cabo con alumnado que tenga un protocolo abierto por ideación suicida y autolesión. Así pues, se precisan un total de 11 diarios. Estos pueden ser diarios en sí o cualquier material que cumpla su función, dígase de libretas, cuadernillos, agendas, etc.

SESIÓN PLÁSTICA

Lúcete:

Se precisa el aula de plástica para poder llevar a cabo esta actividad. También será necesario el uso de dos o tres mesas que servirán para presentar el resto del material.

Cualquier tipo de material artístico es bienvenido. Algunos indispensables serían: lápices de escribir HB, de 3 a 4 sets de lápices de colores, de 3 a 4 sets de rotuladores de colores, de 4 a 5 sets de acuarelas, de entre 20 a 25 botes de pintura plástica de diferentes colores, la mitad del número de alumnos tanto de pinceles como brochas, de entre 2 a 3

recipientes con agua donde limpiar el material de pintura, 3 o 4 trapos y de 3 a 5 paquetes de papel DIN 4.

SUBUNIDAD 3: EXPRESIÓN A MI MANERA

Mil y un caminos:

Para esta actividad, el orientador será el encargado de transportar el dispositivo de almacenamiento (pendrive) con la presentación “Mil y un caminos”, por las diferentes clases.

Será necesario el uso del ordenador del aula y del proyector.

SESIÓN EDUCACIÓN FÍSICA

Estoy que me bailo:

En coordinación con el Departamento de Educación Física, se prepara todo tipo de material deportivo que se pueda incluir en una coreografía.

Algunos ejemplos pueden ser: pelotas, aros, cuerdas, cintas o conos. Además, las instalaciones que se precisan serían el pabellón del IES Infante Don Juan Manuel para el desarrollo de la primera parte de esta actividad y la sección C del patio de este centro para la segunda parte, la cual se lleva a cabo en la última sesión de este plan.

SUBUNIDAD 4: AUTOESTIMA

En tu mano:

Para esta dinámica el orientador será el encargado de traer el dispositivo de almacenamiento (pendrive) con el PowerPoint “En tu mano”. Para poder llevar la presentación a cabo, se precisa de un ordenador y proyector.

Además, el orientador debe repartir a cada alumno dos piezas de papel de 10x10 cm. Por tanto, se debe disponer de la cantidad de trozos de papel igual al doble del alumnado de cada clase. De media en este centro, hay unos 30 alumnos por clase, lo que supondría 60 cuadrados de papel.

Se debe contar con una reserva de bolígrafos, en caso de que algún alumno no haya traído el material y ninguno de sus compañeros le pueda compartir.

En tu mano con alumnos con protocolo abierto:

Para esta actividad externa, el alumnado con protocolo abierto por ideación suicida y autolesiones, deberá entregar en el DO los papelitos con la información llevada a cabo durante la actividad “En tu mano” en clase.

SUBUNIDAD 5: FORTALEZA

Mis herramientas:

El orientador será el encargado de llevar consigo el dispositivo de almacenamiento (pendrive) con la presentación “Mis herramientas”. También se precisa un ordenador conectado a la red para poder acceder a la plataforma YouTube y proyector.

Uso de las herramientas en alumnado de riesgo:

Para esta actividad externa, el orientador debe disponer del expediente del alumno y redactar un informe (plantilla para la elaboración de informes del centro o facilitada por la Consejería de Educación de la Región de Murcia). Este proceso se debe llevar a cabo en el DO.

PACIENTE Y EXPACIENTE: SU EXPERIENCIA

Charla ANAR:

El orientador en coordinación con conserjería, se encargarán de revisar y preparar el ordenador, proyector, altavoces y micrófono del salón de actos del instituto.

El equipo de ANAR deberá traer un dispositivo de almacenamiento (pendrive) en caso de ser necesario material audiovisual y avisar con antelación de la necesidad o no de que el equipo técnico esté conectado a la red.

El DO avisará con la mayor antelación posible del uso de las instalaciones (salón de actos) para poder llevar a cabo esta sesión.

POST-TEST Y REFLEXIÓN FINAL

Post-Test y reflexión final

Se precisa que de una a dos semanas de antelación se impriman tantas circulares (Anexo 5) como alumnos vayan a participar.

El día en el que se lleve a cabo la actividad, se imprimirán los post-test (Anexo 4) y se llevarán a cabo por aulas. Se deben tener tantas fichas por alumno vaya a realizar el test y 10 más de reserva.

Para la segunda parte de esta actividad, el DO en coordinación con el Departamento de Educación Física, organizará y revisará el equipo técnico (ordenador, altavoces y micrófono), que se dispondrá en la sección C del patio. Además, se preparará el material deportivo para el uso que el alumnado quiera darle para las coreografías.

Se dispondrán sillas para el alumnado, profesorado y familiares que hayan asistido al acto de finalización de este Plan de Intervención.

Conclusión

Como podemos observar gracias a la información aportada en este proyecto, los casos de ideación suicida y las conductas autolesivas en jóvenes han experimentado un aumento de los últimos años. Algunos expertos apuntan a que la reciente pandemia y la cuarentena no hizo más que empeorar la situación (Sardar, 2020).

Si se focaliza la atención en el IES Infante Don Juan Manuel, los casos registrados por esta problemática han experimentado un incremento de hasta un 85% con respecto a años anteriores. Resulta preocupante que en el mes de mayo existan 11 protocolos abiertos por ideación suicida y autolisis además de 2 sujetos en revisión y observación constante por posible riesgo de que se les abra protocolo.

Pese a que el centro cuenta con una serie de pasos y medidas que seguir, existen lagunas y puntos débiles que deben ser subsanados. Es por ello, que se necesitan este tipo de proyectos que ayuden en el avance para la resolución de esta problemática.

Desde este Plan de Intervención se pretende fortalecer una parte primordial en la lucha contra la aparición de este tipo de casos, la prevención. Se busca aportar al alumnado la mayor cantidad de información posible siempre de forma dinámica y no solo eso, sino que también se trata de que cada uno de los alumnos use estos conocimientos de forma práctica favoreciendo la comprensión y adquisición de los contenidos.

Limitaciones de la Propuesta de Intervención

En primer lugar, este Plan de Intervención se trata de un proyecto o una propuesta, por tanto, no se ha llevado a cabo aún en este centro. Esto supone que no se haya podido comprobar su eficacia ni eficiencia a la hora de cumplir con los objetivos propuestos.

Por otra parte, se trata de un plan pensado exclusivamente para un instituto en concreto, el IES Infante Don Juan Manuel de Murcia. Por tanto, en caso de querer adaptarlo a otro centro se debería hacer otro estudio de la zona, población, tipo de alumnado, examen exhaustivo de los casos, etc. Es decir, no se trata de un plan generalizado.

Pese a que en la mayoría de actividades es necesario una cierta equipación técnica, dígase de ordenador, proyector, altavoces... no se puede considerar que este plan haga una gran integración de las nuevas tecnologías, ya que en las actividades que implican la puesta en práctica de los conocimientos por parte del alumnado, no se precisa el manejo de dispositivos móviles, tablets, programas informáticos, etc.

Prospección de Futuro

De cara al futuro se busca llevar a cabo este Plan de Intervención con el fin de experimentar que más puntos débiles pueden surgir. Tras esto se elaboraría un informe y se llevaría a cabo una investigación para reelaborar este proyecto y así mejorarlo.

Por supuesto, en esta reelaboración se integrarán las TIC buscando que este plan no se quede desfasado de aquí a unos años, además de continuar buscando captar la atención del alumnado.

A grandes rasgos, la puesta en marcha del Plan de Intervención y la mejora de este, no es más que la aportación de un granito de arena más para frenar esta problemática.

Referencias

Aguero, G., Medina, V., Obradovich, G., y Berner, E. (2018). Self-injurious behaviors among adolescents. A qualitative study of characteristics, meanings, and contexts. *Arch Argent Pediatr*, 116(6), 394-401.

Barrio del Campo, J., y Barrio Fernández, Á. (2018). Análisis de la habilidad comunicativa docente y pautas de actuación. Atraer la atención hablando: un reto para la enseñanza universitaria. Universidad de Extremadura.

Flores, M., Gómez, C., Hidalgo, A., Manzano, A., Rosado, F. J., y Talavera, M. (2020). Guía de actuación ante indicadores de conductas suicidas o autolíticas en el ámbito educativo.

Gabilondo, A. (2020). Prevención del suicidio, revisión del modelo OMS y reflexión sobre su desarrollo en España. Informe SESPAS 2020. *Gaceta Sanitaria*, 34, 27-33.

Ley Orgánica 8/2021, de 4 de junio, de protección integral a la infancia y la adolescencia frente a la violencia. *Boletín Oficial del Estado*, 134, de 25 de junio de 2021, 122868 a 122953. <https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2021-9347>

López, P., Pedreira, P., Martínez, L., Cruz, J. M., de Luna, C., y Herrero, F. (2023). Autolesiones y conducta suicida en niños y adolescentes. Lo que la pandemia nos ha desvelado. *Anales de pediatría*, 98(3), 204-212. Elsevier Doyma.

Sardar, B. D. (2020). ¡Corte! Una nueva epidemia: autolesiones en la adolescencia. *Revista universitaria Psicoanál*, 20, 109-115.

Zaragozano, J. F. (2017). Autolesiones en la adolescencia: una conducta emergente. *Boletín de la sociedad de pediatría de Aragón, La Rioja y Soria*, 47(2), 37-45.

ANEXOS

Anexo 1: Test Inicial.

Cuestionario de riesgo de autolesión para adolescentes escolarizados (CRA)

Por favor, responda de acuerdo a la siguiente numeración:

0= Nunca/Totalmente en desacuerdo 1= Casi nunca 2= Algunas veces 3= Casi siempre

4= Siempre/Totalmente de acuerdo

1. Cuando me hago daño es para dejar de sentirme triste y sin esperanza.	0	1	2	3	4
2. Hacerme daño me ayuda a calmar la ira que siento por no poder solucionar mis dificultades.	0	1	2	3	4
3. Lastimarme me ayuda a escapar de mis problemas.	0	1	2	3	4
4. Me lastimo para poder sobrellevar mis problemas.	0	1	2	3	4
5. Cuando me hago daño disminuyo mi estrés.	0	1	2	3	4
6. Necesito lastimarme cuando siento que mi espíritu se desprende de mi cuerpo.	0	1	2	3	4
7. Cuando me lastimo lo hago para evitar que mi cuerpo se separe.	0	1	2	3	4
8. Me hago daño para dejar de tener la sensación de que lo que me rodea no es real.	0	1	2	3	4
9. Me lastimo para callar las voces que escucho en mi cabeza.	0	1	2	3	4
10. Cuando me hago daño disminuye el hormigueo de alguna parte de mi cuerpo.	0	1	2	3	4
11. Cuando veo cosas que no existen, lastimarme me trae nuevamente a la realidad.	0	1	2	3	4
12. Me he hecho daño para evitar tener pensamientos de muerte.	0	1	2	3	4
13. Necesito autolesionarme con el fin de evadir pensamientos suicidas.	0	1	2	3	4
14. Me autolesiono para no llevar a cabo el plan que tengo de quitarme la vida.	0	1	2	3	4
15. Cuando alguien me comenta que ha pensado en el suicidio, le digo que lastimarse distrae de ese tipo pensamiento.	0	1	2	3	4
16. Me autolesiono porque en realidad no sería capaz de quitarme la vida.	0	1	2	3	4
17. Si a otros les ha servido lastimarse para sentirse mejor, puede funcionar conmigo.	0	1	2	3	4
18. Alguien me aconsejó autolesionarme.	0	1	2	3	4
19. Me he autolesionado porque he visto a alguien cercano hacerlo	0	1	2	3	4
20. Hacerme daño sirve para conseguir la atención de alguien.	0	1	2	3	4
21. Está bien autolesionarme cuando tengo problemas con mis amigos.	0	1	2	3	4

22. Está bien autolesionarme cuando tengo problemas con mi familia.	0	1	2	3	4
23. Cuando tengo problemas con mi pareja está bien autolesionarme.	0	1	2	3	4
24. Lastimarme me hace sentir diferente frente a los demás.	0	1	2	3	4
25. Me hago daño intencionalmente para sentir control de mí mismo.	0	1	2	3	4
26. Necesito lastimarme para dejar de sentir que dependo de otra persona.	0	1	2	3	4
27. Autolesionarse me sirve para forjar un carácter fuerte.	0	1	2	3	4
28. Me lastimo para no sentirme culpable.	0	1	2	3	4
29. Cuando me lastimo, lo hago para cambiar algún comportamiento que no me gusta de mí.	0	1	2	3	4
30. Cuando cometo errores, es necesario autolesionarme.	0	1	2	3	4
31. Lastimarme me ayuda a formarme como mejor persona.	0	1	2	3	4
32. Me hago daño para no perder el control de las situaciones.	0	1	2	3	4
33. Considero que autolesionarme me genera placer.	0	1	2	3	4
34. Experimento emociones intensas cuando me autolesiono.	0	1	2	3	4
35. Me hago daño sin medir el riesgo, con el fin de experimentar nuevas sensaciones.	0	1	2	3	4
36. Me autolesiono para sentirme vivo/a.	0	1	2	3	4
37. Autolesionarme a pesar de los riesgos, me ayuda a aprender cosas nuevas.	0	1	2	3	4

Anexo 2: Circular para sesión informativa

Circular informativa

Sesión de presentación del Plan de Intervención contra la ideación suicida y conducta autolesiva en la educación secundaria obligatoria.

Se comunica que el próximo _____ día _____ de _____ del 20___, dará comienzo el nuevo Plan de Intervención para combatir la problemática con tendencia ascendente que se ha estado dando en los últimos meses en el IES Infante Don Juan Manuel dentro de los niveles de la ESO.

Para obtener la información necesaria y aclarar cualquier posible duda que les pueda surgir al respecto, se les invita a asistir ese mismo día a las _____ h.

Atentamente Dirección

El director/a:

El Orientador/a escolar:

Anexo 3: Perfiles para actividad “Salvaguarda”

PERFIL A

Características: pese a que tienes un pequeño grupo de amigos, no sueles salir mucho a la calle, hay veces que tus amigos ni te preguntan porque ya saben la respuesta. En el instituto siempre te ha ido bien académicamente, sin embargo, llevas una temporada que no estas dando el 100% y has bajado de tus típicos 8 y 9 a 5 raspado. Cuando te preguntan en casa, simplemente evitas las preguntas y si algún compañero se interesa por tu situación, tú en tono humorístico contestas: si es que soy un desastre, lo mío no tiene apaño, para vivir sufriendo...

PERFIL B

Características: siempre has sido una persona reservada y algo tímida, lo que por desgracia a dado lugar a que en ciertos momentos haya gente que se meta contigo. Tienes dos amigos de la infancia en el centro, no obstante, uno de ellos se muda a las afueras y cambiará de centro el mes que viene, lo que te ha afectado. Ya no juegas al ordenador con ellos. Tus padres te pillaron el otro día bebiendo de una botella de ginebra que tenían en casa y tras la bronca les dijiste que ibas a dejar de ser un problema.

PERFIL C

Características: tienes un grupo reducido de amigos, de vez en cuando salís a dar una vuelta por el centro porque queréis conocer gente nueva. Últimamente quieres más intimidad y te gusta pasar tiempo en tu cuarto, viendo videos o con el móvil. Te gusta hacer deporte, sobre todo natación. Tienes bastantes hobbies, como hacer maquetas de aviones con tu padre, aunque sientes que tus gustos están cambiando. Pese a que te ha quedado una asignatura, te ves motivado para aprobarla en la recuperación.

Anexo 4: Ficha de expresión libre y valoración

Nombre:

Curso:

Redacta de forma general lo que has aprendido durante este proyecto y compara con las ideas que tenias anteriormente:

Valora este Plan de Intervención:

Siendo: 1 Muy mal, 2 Mal, 3 Bien, 4 Bastante bien y 5 Muy bien

1. La información era completa.
2. Ha sido planificado de forma correcta.
3. Ha sido dinámico y entretenido.
4. He aprendido información nueva acerca de esta temática.
5. He aclarado dudas que tenía acerca de esta temática.
6. Los profesionales tenían amplios conocimientos sobre la temática.
7. Los profesionales que han participado han sido amables y atentos con el alumnado
8. Se ha establecido de forma clara y precisa los objetivos, motivación y valores de este Plan de Intervención.

Anexo 5: Circular para 2ª parte de la actividad “Estoy que me bailo”

Circular informativa

Representación de baile y cierre de Plan de Intervención

Se comunica a las familias que el próximo _____ día _____ de _____ de 20____, se llevará a cabo la sesión de cierre del Plan de Intervención contra la ideación suicida y autolesión.

En esta sesión el alumnado de la ESO nos mostrará los bailes ensayados con la temática de expresión emocional. Además, cada grupo expondrá una breve reflexión sobre la importancia de la salud mental y la prevención y tratamiento de la problemática que ha dado pie a este Plan de Intervención.

Atentamente Dirección

El director/a:

El orientador/a: