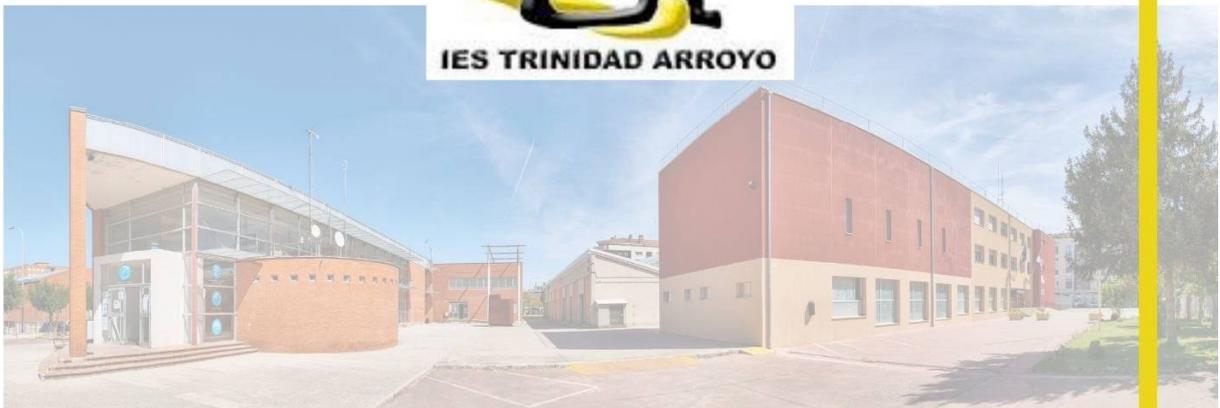


# PLAN DE ACTUACIÓN DE SALUD MENTAL



IES TRINIDAD ARROYO



<b>1.</b>	<b>DELIMITACIÓN DEL PROGRAMA DE SALUD MENTAL .....</b>	<b>2</b>
<b>2.</b>	<b>OBJETIVOS DEL PROGRAMA DE SALUD MENTAL.....</b>	<b>2</b>
<b>3.</b>	<b>ALUMNADO DESTINATARIO.....</b>	<b>3</b>
<b>4.</b>	<b>PROCEDIMIENTO DE SELECCIÓN DEL ALUMNADO DESTINATARIO. ....</b>	<b>3</b>
4.1.	ÁMBITO DEL CENTRO EDUCATIVO:.....	3
<b>5.</b>	<b>ACTUACIONES GENERALES.....</b>	<b>4</b>
5.1.	MEDIDAS DE ACOMPAÑAMIENTO EMOCIONAL.....	4
<b>6.</b>	<b>PROCESO DE INTERVENCIÓN .....</b>	<b>5</b>
<b>7.</b>	<b>PROCESO DE COORDINACIÓN .....</b>	<b>5</b>
<b>8.</b>	<b>RECURSOS PARA LA INTERVENCIÓN.....</b>	<b>5</b>
8.1.	INTERVENCIÓN CON EL ALUMNADO: INTERVENCIÓN INDIVIDUAL.....	5
8.2.	INTERVENCIÓN CON LAS FAMILIAS.....	6
8.3.	INTERVENCIÓN CENTRADA EN SOLUCIONES.....	7
8.4.	EDUCACIÓN EMOCIONAL .....	8
8.5.	APOYO CONDUCTUAL POSITIVO .....	10
8.6.	COMPETENCIAS SOCIOEMOCIONALES .....	10
<b>9.</b>	<b>ANEXO 1: COMUNICACIÓN EQUIPO DIRECTIVO DETECCIÓN DE RIESGO SUICIDA O AUTOLESIVA .....</b>	<b>1</b>
<b>10.</b>	<b>ANEXO 2: AUTORIZACIÓN DE TRASPASO DE INFORMACIÓN ENTRE SERVICIOS SANITARIOS Y EDUCATIVOS.....</b>	<b>2</b>
<b>11.</b>	<b>ANEXO 3: IMPRESO DE DECLARACIÓN RESPONSABLE (AUTORIZACIÓN).....</b>	<b>3</b>
<b>12.</b>	<b>ANEXO 4: INFORMACIÓN Y CONSENTIMIENTO FAMILIAR: PROGRAMA DE SALUD MENTAL .....</b>	<b>4</b>

## 1. DELIMITACIÓN DEL PROGRAMA DE SALUD MENTAL

La Junta de Castilla y León anunció el 28 de marzo de 2023 la puesta en marcha de un Plan de Salud Mental para la población de Castilla y León, incluyendo acciones y medidas que han de ser desarrolladas tanto desde el ámbito educativo, sanitario, de servicios sociales y otros entornos.

El programa de Salud Mental se muestra como una medida innovadora en el ámbito de la Orientación Educativa centrada en acompañar la trayectoria educativa del alumnado más vulnerable emocionalmente, en la Educación Secundaria y, de este modo, colaborar en un ajuste emocional para favorecer la prevención de fracasos y promover el aprendizaje de este alumnado.

Desde las guías publicadas desde la Consejería de Educación de la Comunidad de Castilla y León se refiere concretamente a garantizar la atención necesaria al alumnado del IES en situaciones de riesgo y/o alerta ante comportamientos de autolesión o sospecha de suicidios.

## 2. OBJETIVOS DEL PROGRAMA DE SALUD MENTAL

El programa de Salud Mental persigue los siguientes objetivos:

1. **Facilitar el acceso a los teléfonos de emergencias y de la familia o tutores legales:**
  - a. **Tras la detección de un caso de conducta autolesiva o riesgo de suicidio, se pondrá un correo a la unidad de bienestar con los siguientes datos: [Bienestar.emocional@educa.jcyl.es](mailto:Bienestar.emocional@educa.jcyl.es)**
    - i.  **Centro y localidad**
    - ii.  **Persona de contacto y cargo**
    - iii.  **Datos personales alumno/a**
    - iv.  **Curso**
    - v.  **Edad**
    - vi.  **Conducta Riesgo (Breve descripción)**
    - vii.  **Respuesta de SACYL: (Si se ha llamado al teléfono, el cauce de derivación y/o si ya está (o estaba en intervención con SACYL...))**
  - b. **Comunicación de conductas de riesgo: 979167000. Ext 51927**
  - c. **Red de enlace Palencia: [enlacesm.pa.hrcr@saludcastillayleon.es](mailto:enlacesm.pa.hrcr@saludcastillayleon.es)**
  - d. **Para asesoramiento, dudas o dificultades detectadas en el funcionamiento de la red de alerta: 983411500- Extensiones: 804948 y 804950**

2. Facilitar un lugar y una persona referente (figura de enlace) para que el alumnado se sienta seguro ante un posible desajuste emocional.
3. **Garantizar la atención necesaria al alumnado del IES en situaciones de riesgo y/o alerta ante comportamientos de autolesión o sospecha de suicidios.**
4. Identificar señales de alerta y conocer factores de riesgo y favorecer factores de protección de alumnos vulnerables emocionalmente.
5. Acompañar a las familias del alumnado, objeto de intervención, con el fin de dotarlas de una mejor comprensión de los procesos educativos de sus hijos.
6. Complementar las acciones desarrolladas por todos aquellos programas que estén dirigidos a favorecer el éxito escolar del alumnado en situación de vulnerabilidad emocional.

### **3. ALUMNADO DESTINATARIO.**

El Programa de Salud Mental tiene como destinatario al alumnado de Educación Secundaria emocionalmente vulnerable por circunstancias personales, factores psicológicos y sociales, así como a sus familias. Este alumnado mostrará de forma significativa, alguno de los siguientes indicadores:

1. Cambios de conducta y de carácter
2. Aislamiento social prolongado
3. Tristeza
4. Problemas de rendimiento y absentismo
5. Autolesiones o intentos de suicidios
6. Si se comporta de forma impulsiva y/o agresiva
7. Afirmaciones negativas sobre uno mismo y expresiones pesimistas y desesperanzadas

### **4. PROCEDIMIENTO DE SELECCIÓN DEL ALUMNADO DESTINATARIO.**

El procedimiento a seguir para seleccionar el alumnado objeto de atención será:

#### **4.1. Ámbito del centro educativo:**

- 1º Información del equipo directivo al claustro, con la colaboración del Departamento de Orientación, del programa de Salud Mental haciendo especial hincapié en los indicadores del alumnado destinatario.

2º Propuesta del equipo docente al Departamento de Orientación respecto al alumnado susceptible de intervención por parte del Programa de Salud Mental.

3º Valoración y propuesta final del alumnado del centro considerado por el equipo directivo y el Departamento de Orientación más indicado para su intervención por parte del Programa de Salud Mental.

## **5. ACTUACIONES GENERALES.**

El orientador del Programa de Salud Mental, siempre en coordinación con el Departamento de Orientación, realizará las siguientes actuaciones:

1. Identificar al alumnado en riesgo. Intervenir en forma de tutorías individualizadas en el ámbito personal, escolar, familiar y/o social del alumnado objeto de intervención, estando exento de cualquier valoración, apoyo o refuerzo curricular.
2. Participar en acciones desarrolladas en el centro educativo que estén relacionadas con el Salud Mental, la acción tutorial y/o la convivencia focalizadas en este alumnado.
3. Colaborar con los Servicios de Salud Mental Infanto Juvenil.
4. Propiciar o colaborar en el desarrollo de actuaciones que impliquen a las familias de estos alumnos, informando a las familias sobre la intervención que se está realizando con sus hijos, recabando de estas cuanta información se considere oportuna y solicitar la colaboración que se considere necesaria para la intervención.
5. Cuantas actuaciones se consideren necesarias por parte del Programa en función de las necesidades derivadas de su contexto de trabajo, siempre en colaboración con la familia y el Departamento de Orientación.

### **5.1. Medidas de Acompañamiento emocional**

1. Identificar a los agentes que pueden ayudar al adolescente ante posibles situaciones de desequilibrio emocional (tutores, compañeros, profesorado, orientadores, coordinadores de convivencia).
2. Asesorar al profesorado en el trato con este alumnado (ubicación en el aula, asegurar un buen clima de respeto, confianza y seguridad, mantener una actitud de escucha activa, tono adecuado, respetar sus manifestaciones emocionales y sus silencios, observación del alumnado más vulnerable, transmitir disponibilidad).

## 6. PROCESO DE INTERVENCIÓN

Todo el alumnado atendido, deberá tener previo a su intervención, el documento de “Información y Consentimiento Familiar”, según se recoge en el anexo 4, en el que se informa a la familia de los aspectos básicos del programa de Salud Mental y se solicita por escrito su consentimiento para intervenir y su compromiso de colaboración, junto con la autorización de traspaso de información con servicios sanitarios.

## 7. PROCESO DE COORDINACIÓN

Teniendo presente que el Programa de Salud Mental complementan la labor desarrollada por el Departamento de Orientación, la coordinación con constituye uno de los pilares esenciales para un correcto y eficiente funcionamiento del Programa.

Indicar por último que, dependiendo de la problemática personal y familiar del alumnado, el orientador podrá necesitar coordinarse con Centros de Salud, los Equipos de Salud Mental Infanto-Juvenil o los Centros de Acción Social (CEAS), así como con entidades colaboradoras ajenas al ámbito educativo.

## 8. RECURSOS PARA LA INTERVENCIÓN

A continuación se presentan, a modo de ejemplo, algunos de los múltiples recursos que se pueden emplear en las actuaciones, tanto con el alumnado como con sus familias.

La utilización de alguno de estos recursos dependerá de la valoración que se realice en cada situación y del criterio del profesional del Programa.

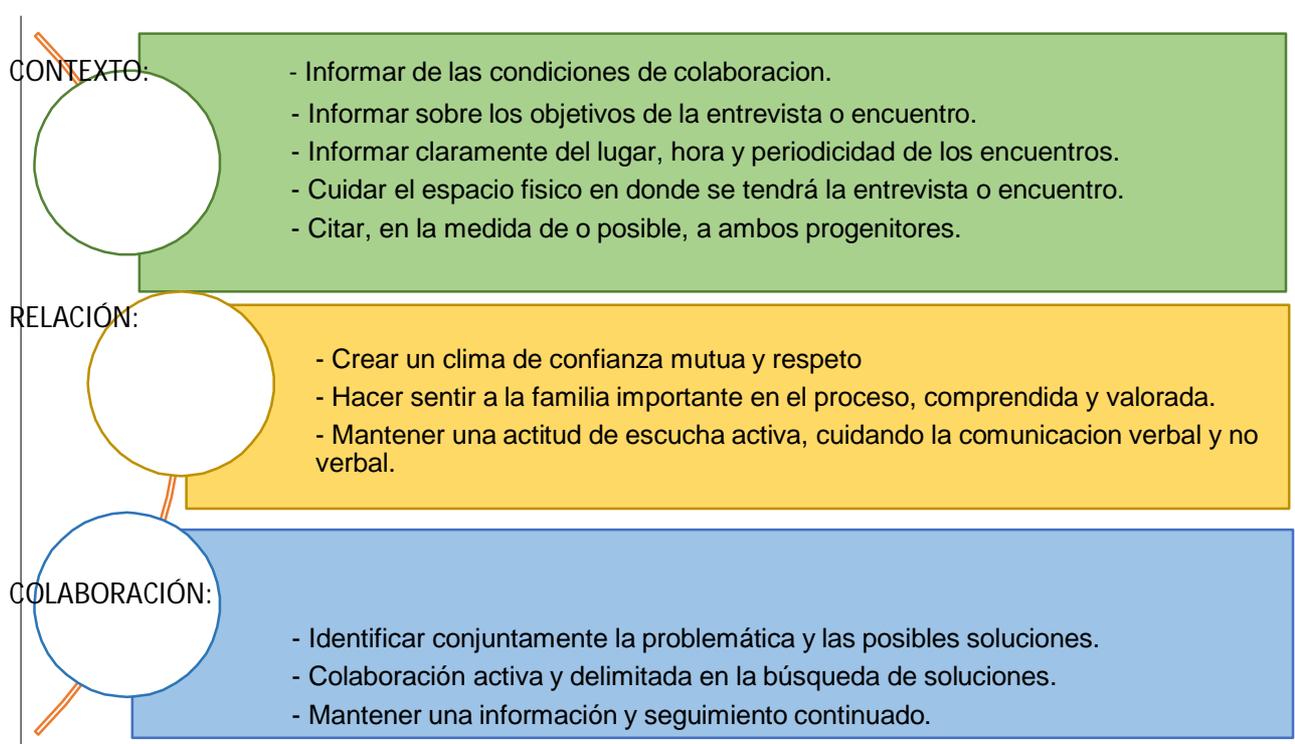
### 8.1. INTERVENCIÓN CON EL ALUMNADO: intervención individual

- a) Se ha de intervenir con el alumnado de forma sistemática desde la comprensión y la empatía, para facilitar a éste que encuentre la solución a su problemática o dificultades. Se deberían descartar, por tanto, expresiones del tipo: “lo que deberías hacer es...”, “lo que yo haría si fuera tú es...”, etc.

- b) Desde el proceso de intervención con el alumnado se ha de valorar explícitamente el esfuerzo que este realice en su búsqueda personal de cambio y mejora. De este modo, el alumnado podrá sentir que se comprende ese esfuerzo, permitiéndole así participar en su proceso personal de búsqueda de soluciones.

## 8.2. INTERVENCIÓN CON LAS FAMILIAS

La intervención con las familias es prioritario en el presente Programa. Se ha de cuidar, por tanto, el proceso de intervención con las familias, especialmente en tres aspectos: contexto, relación y colaboración.



El recurso más empleado para la intervención con las familias es la entrevista personal. Para obtener el máximo aprovechamiento de la misma, se debería tener en cuenta, a modo orientativo, una serie de momentos genéricos entre los que se encuentran:

- 1.- **Presentación de los participantes:** En la primera entrevista sería conveniente explicar brevemente la función que desempeñará la Unidad con el alumnado.
- 2.- **Motivo de la entrevista:** Información breve y precisa sobre el objeto de la misma, siendo conveniente no comenzar la entrevista como tal hasta que todos los participantes tengan

claro el motivo de la misma.

3.- **Contenido de la entrevista:** Resulta conveniente realizar preguntas breves, concretas y directas sobre el aspecto del que se quiera recabar información. Asimismo y ante la solicitud de información por parte de las familias, deberemos proporcionar una información clara y precisa de la misma, para de este modo generar un clima de confianza y respeto mutuo.

4.- **Establecimiento de acuerdos:** Previa a la finalización de la entrevista es necesario delimitar las conclusiones y establecer, en su caso, los acuerdos oportunos para, tanto desde la Unidad como desde el ámbito familiar, iniciar o proseguir con la intervención. Sería el momento de, si fuere el caso, emplazarlos para una próxima entrevista.

### **8.3. INTERVENCIÓN CENTRADA EN SOLUCIONES**

Conocida también como “Terapia Breve Centrada en Soluciones (TBCS)”, es un tipo de intervención que hace especial hincapié en la búsqueda de soluciones y no en las causas de los problemas.

En la intervención centrada en soluciones, a pesar de que se reconocen los problemas actuales de la persona y las causas que los generaron, se centra prioritariamente en explorar sus recursos actuales y sus esperanzas futuras, lo que le ayuda a mirar hacia adelante y utilizar sus propias fortalezas. Las técnicas más usadas en la intervención centrada en soluciones son:

1.- **Cambios pre-tratamiento:** Son las pequeñas mejorías o cambios que se producen antes de la primera sesión de seguimiento.

2.- **Excepciones:** Son las situaciones en las que no se da el problema, en las que el problema se da con menor intensidad, duración o frecuencia o se consiguen algunos objetivos. La técnica hará hincapié en detectar esas situaciones y seguir preguntando adecuadamente por ellas hasta lograr que el alumnado las concrete y asuma el grado de control que tiene sobre ellas.

3.- **Proyección al futuro:** Técnica que trata de invitar al alumnado a imaginarse un futuro sin el problema o dificultad.

4.- **Preguntas de escala:** dicha técnica consiste en invitar al alumnado a puntuar algo en una

escala numérica, por ejemplo, entre 0 y 10. La utilidad de las escalas reside en que permiten descomponer situaciones, creando un amplio rango de matices entre dos posiciones extremas.

**5.- Elogios:** Esta técnica consiste primordialmente en destacar y hacer saber a nuestro alumnado aquello que están haciendo bien, que les está siendo de ayuda o que les genera un efecto positivo, pudiéndose elogiar también cualidades o valores personales de las que el alumnado va siendo consciente.

**6.- Compromisos:** técnica encaminada a que el propio alumnado se marque y comprometa a realizar pequeñas acciones o tareas de mejora antes de la siguiente sesión de seguimiento. Dichas tareas derivan de lo trabajado en la última sesión de seguimiento, siendo fundamental que éstas sean asequibles y realistas para el alumnado.

#### **8.4. EDUCACIÓN EMOCIONAL**

Entendida como el proceso educativo, continuo y permanente, que potencia el desarrollo afectivo de la persona con el objeto de capacitarla para la vida y aumentar así su bienestar en el ámbito personal y social. Los ámbitos fundamentales a potenciar en el alumnado respecto a la educación emocional los encontramos en:

Fuente: BISQUERRA ALZINA, R., PÉREZ GONZÁLEZ, J. C., y GARCÍA NAVARRO, E.  
(2015).

Inteligencia emocional en educación. Madrid: Editorial Síntesis

### CONCIENCIA EMOCIONAL

- Toma de conciencia de las propias emociones
- Dar nombre a las emociones
- Comprensión de las emociones de los demás
- Tomar conciencia de la emoción, cognición y comportamiento

### REGULACIÓN EMOCIONAL

- Expresión emocional apropiada
- Regulación de emociones y sentimientos
- Habilidades de afrontamiento
- Autogeneración de emociones positivas

### AUTONOMÍA EMOCIONAL

- Autoestima
- Automotivación
- Autoeficacia emocional
- Responsabilidad
- Actitud positiva
- Análisis crítico de las normas sociales
- Resiliencia

### COMPETENCIA SOCIAL

- Habilidades sociales
- Respeto a los demás
- Comunicación receptiva y expresiva
- Compartir emociones
- Comportamiento prosocial y cooperación
- Asertividad
- Prevención y resolución de conflictos
- Gestión de situaciones emocionales

### HABILIDADES DE LA VIDA PARA EL BIENESTAR

- Fijar objetivos adaptativos
- Toma de decisiones
- Búsqueda de ayuda y recursos
- Bienest

## **8.5. APOYO CONDUCTUAL POSITIVO**

Implica remediar condiciones ambientales y déficits en habilidades, creando contextos que hagan que las conductas problemáticas sean menos eficaces, eficientes y relevantes y que la conducta alternativa sea más funcional. Este tipo de apoyo pretende, en definitiva, prevenir los problemas de comportamiento, analizar y entender la conducta disruptiva, llevando a cabo una intervención en el contexto, adaptando el entorno socioeducativo y facilitando la estabilidad emocional.

El apoyo conductual positivo se constituye en un proceso de actuación que consta de diferentes fases concatenadas, a saber:

Proceso del Apoyo Conductual Positivo: fases

1. Identificación y clasificación de las conductas problemáticas
2. Establecimiento de principios y valores
3. Evaluación funcional
4. Elaboración del plan de apoyo conductual
5. Ejecución del plan de apoyo conductual
6. Seguimiento del plan de apoyo conductual

Logos: Junta de Castilla y León, creecyl, GSEP, Federación Asociativa Castilla y León

## **8.6. COMPETENCIAS SOCIOEMOCIONALES**

Son un conjunto de estrategias de conducta y las capacidades para aplicar dichas conductas de forma efectiva en el contexto de interacción facilitando las relaciones óptimas y satisfactorias con los demás.

Fuente: YouTube – Ciudadanía Online

# ¿Qué son habilidades sociales?

Las habilidades sociales son el conjunto de estrategias y capacidades para interactuar de manera exitosa con los demás. Son conductas que nos ayudan a resolver una situación social de manera efectiva, es decir, aceptable para el propio sujeto y para el contexto social en el que está.



## ¿Cómo se clasifican las habilidades sociales?

### Habilidades sociales básicas

- SABER ESCUCHAR
- INICIAR UNA CONVERSACIÓN
- ADECUADO LENGUAJE NO VERBAL
- PRESENTARSE ANTE LOS DEMÁS

### Habilidades sociales complejas

- PERSUASIÓN
- ASERTIVIDAD
- EMPATÍA
- NEGOCIACIÓN
- TRABAJO EN EQUIPO
- INTELIGENCIA EMOCIONAL



## 9. ANEXO 1: COMUNICACIÓN EQUIPO DIRECTIVO DETECCIÓN DE RIESGO SUICIDA O AUTOLESIVA



### MODELO DE COMUNICACIÓN AL EQUIPO DIRECTIVO DETECCIÓN RIESGO DE CONDUCTA SUICIDA O AUTOLESIVA

#### DATOS CENTRO

Nombre centro:		Código:
Dirección:		
Localidad:	Provincia:	Tel.:

#### DATOS DEL ALUMNO/A

Nombre y apellidos:	
Curso:	Edad:

<b>BREVE DESCRIPCIÓN DE LOS HECHOS</b>
--

#### PERSONA QUE COMUNICA EL CASO:

D/ DÑA: \_\_\_\_\_ comunica la  
Nombre y apellidos. Relación con el centro educativo)  
conducta de riesgo del alumno o alumna al equipo directivo del centro educativo.

Fecha y Firma

## 10. ANEXO 2: AUTORIZACIÓN DE TRASPASO DE INFORMACIÓN ENTRE SERVICIOS SANITARIOS Y EDUCATIVOS



### AUTORIZACIÓN DE TRASPASO DE INFORMACIÓN ENTRE LOS SERVICIOS SANITARIOS Y EDUCATIVOS

Para una atención/intervención sociocomunitaria al alumnado en situación de riesgo (Plan de Salud Mental de la Comunidad de Castilla y León)

D.: \_\_\_\_\_ con DNI \_\_\_\_\_

Dña.: \_\_\_\_\_ con DNI \_\_\_\_\_

en calidad de padre/madre o tutor/a del alumno/a o paciente *(táchese lo que no proceda)*

Escolarizado en el Centro Educativo:

de la provincia de \_\_\_\_\_ cuyo centro de salud

es \_\_\_\_\_

Manifiestan, en relación a toda la información de mi hijo/hija/tutelado que pueda ser relevante para el proceso de intervención al mismo:

- Dar el consentimiento, para que esté a disposición de los profesionales sanitarios / educativos que van a intervenir en el proceso de atención al mismo. Esta decisión es libre y voluntaria, pudiéndose revocar este consentimiento en cualquier momento, por escrito y sin expresar la causa.
- No dar el consentimiento.

En caso de dar el consentimiento, el canal de transmisión de dicha información escrita será el siguiente: *(Elegir al menos una opción):*

- La información será proporcionada a la familia, comprometiéndose esta explícitamente a entregar dicha información al Servicio de Sanidad o al Servicio de Educación que corresponda para continuar con la tramitación de las actuaciones.
- La información será transmitida, por vía interna, entre el Servicio de Sanidad y el Servicio de Educación cumpliendo, en todo caso, con la normativa de protección de datos de carácter personal vigente.

En, \_\_\_\_\_ a \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 202\_\_

Nombre y Firma  
Padre/Tutor legal

Nombre y Firma  
Madre/Tutora legal

Fdo.: \_\_\_\_\_

Fdo.: \_\_\_\_\_

## 11. ANEXO 3: IMPRESO DE DECLARACIÓN RESPONSABLE (AUTORIZACIÓN)



### IMPRESO DE DECLARACIÓN RESPONSABLE

Don/Dña \_\_\_\_\_

Con DNI/NIE o Pasaporte nº \_\_\_\_\_, como padre/madre/tutor o representante legal (táchese lo que no proceda) del alumno/alumna \_\_\_\_\_

#### DECLARO:

Que el documento de AUTORIZACIÓN DE TRASPASO DE INFORMACIÓN ENTRE LOS SERVICIOS SANITARIOS Y EDUCATIVOS que se adjunta a esta declaración, está firmado por uno solo de los progenitores debido a:

- Familia monoparental.
- Fallecimiento del otro progenitor.
- Privación al otro progenitor de la patria potestad de los hijos por resolución judicial.
- Orden o sentencia de alejamiento u otras medidas cautelares.
- Imposibilidad material de contactar con el otro progenitor para actuar en el ejercicio ordinario de la patria potestad (art. 156 del Código Civil).
- Otras circunstancias (especificar):

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

*Firma padre/madre o tutor/a legal*

DNI/NIE o Nº de Pasaporte

## 12. ANEXO 4: INFORMACIÓN Y CONSENTIMIENTO FAMILIAR: PROGRAMA DE SALUD MENTAL

### DATOS DEL ALUMNO:

Centro educativo:

Localidad:

Nombre y Apellidos:

Fecha de nacimiento:

Edad:

Tfno. de contacto:

Expuestas las características generales del Programa de Salud Mental, de plantear la conveniencia de incorporación del alumno/a al mismo, de comprometerse la familia en la colaboración activa cuando se le requiera y, dando el consentimiento para que la información escolar de su hijo/a esté a disposición de profesionales sanitarios y educativos que van a intervenir en el proceso de atención de este alumno/a.

La opinión del padre, madre, tutor legal, es:

Favorable

Desfavorable

Observaciones:

-----  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

En Palencia, a \_\_\_\_\_ de 202

Padre, madre, tutor/a legal:    Sello centro:    Orientador Programa de Salud Mental:

Fdo:

Fdo: