PLAN DE ACTUACIÓN EN CASO DE CONDUCTA SUICIDA

La intervención de una alumna o un alumno que ha tenido una conducta suicida debe ser discreta y planificada. Este documento pretende ordenar dicha planificación. Dado que el equipo BAT dispone de la información más directa de la situación, será el grupo de trabajo más eficaz para la elaboración del Plan de Actuación.

Hay que tener en cuenta que un plan eficaz debe ser un plan dinámico, flexible. El Plan se irá adaptando al contexto, que suele ser cambiante, en coherencia con el procedimiento de evaluación previsto.

Antes de comenzar con el Plan de Actuación, hay que conocer bien la situación de la alumna o el alumno, teniendo en cuenta diferentes fuentes de información: el profesorado, la familia y, sobre todo, la propia alumna o el propio alumno (a través de la persona de referencia y tomando el Plan de Seguridad como herramienta). Por tanto, antes de la elaboración del Plan de Actuación debería estar elaborado el Plan de Seguridad.

### DATOS IDENTIFICATIVOS DEL CENTRO

|  |  |
| --- | --- |
| Centro |  |
| Código Centro |  |
| Localidad |  |
| Iniciales del nombre y apellidos de la alumna o alumno | Conviene poner las tres iniciales (si las hubiera) |

* + 1. **INFORMACIÓN ADICIONAL Y DATOS RELEVANTES SURGIDOS TRAS EL ENVÍO DEL ANEXO 1 A LA INSPECCIÓN DE EDUCACIÓN Y LOS SERVICIOS DE APOYO**

Descripción de la nueva información procedente de reuniones, entrevistas, observaciones en el aula, otros lugares o por otras fuentes.

|  |
| --- |
| Desde la cumplimentación del Anexo 1 hasta la elaboración del Plan de Actuación, se suele recopilar información complementaria, sobre todo por parte de la familia, por parte de las compañeras/os y por parte de la propia alumna/o (a través de la persona de referencia). En este apartado, se deberá incluir dicha información relevante no recogida anteriormente. |

### POSIBLES FACTORES DE RIESGO

Factores personales, factores familiares, factores del entorno social y escolar (pág. 18-19\*)

|  |
| --- |
| Habituales factores de riesgo personales: * Intento de suicidio previo.
* Autolesiones no suicidas y gesto suicida.
* Buscar la soledad o no participar en actividades de grupo.
* Sentir dificultad en la comunicación en grupo.
* Dificultad para expresar las emociones, sentimientos u opiniones.
* Mostrar una alta impulsividad y baja tolerancia ante las frustraciones.
* Padecer un trastorno mental.
* Sufrir dolor físico crónico o padecer una enfermedad crónica.
* Sentir malestar emocional por circunstancias vitales estresantes.
* Abuso de alcohol u otras drogas.
* Tener acceso a medios letales.
* Tener una identidad de género no normativa.
* Excesiva sensibilidad.
* Experimentar un proceso de duelo complejo.
* No tener habilidades para pedir ayuda.
* Ser muy exigente y perfeccionista, sobre todo en el área escolar.

Habituales factores de riesgo familiares:* Tener antecedentes familiares de suicidio.
* Pérdida de algún ser querido.
* Abuso de alcohol u otras drogas en los familiares.
* Sufrir situaciones de violencia intrafamiliar.
* Pertenecer a familias desestructuradas.
* Carencia de cuidados.
* La lealtad, mal entendida, a su familia para no revelar secretos que puede hacer que no busquen ayuda.
* Convivir en un entorno con altos niveles de exigencia y perfeccionismo que pueden causar sentimientos de fracaso, desesperanza o disminución de la autoestima.
* Víctimas de abusos sexuales recientes o de maltrato físico y psicológico.
* Psicopatología de la madre o del padre.

Habituales factores de riesgo del entorno social y escolar:* Mostrar aislamiento social. No disponer de una red social de apoyo.
* Ser víctima, agresor o agresora de bullying o ciberbullying.
* Presentar liminalidad o desarraigo cultural.
* Sentirse rechazada o rechazado.
* Tener una orientación sexual o identidad de género/sexual no normativa.
* Presentar cambios bruscos de comportamiento.
* Bajar el rendimiento cuando antes no era así.
* Sufrir una ruptura sentimental, pérdida de amistades.
* Sufrir estrés académico.
* Percibir estigmatización después de un intento de suicidio.
* Uso problemático de internet y redes sociales.
* Exposición al contagio social del suicidio.
 |

### POSIBLES FACTORES DE PROTECCIÓN

Factores personales, factores familiares, factores del entorno social y escolar (pág. 17\*)

|  |
| --- |
| Habituales factores de protección personales:* Desarrollar habilidades sociales y emocionales.
* Tener una alta autoestima y propósito vital o significado en la vida.
* Tener actitudes y valores prosociales.
* Tener conectividad con las personas, la familia, la comunidad y las instituciones sociales.

Habituales factores de protección familiares:* Tener relaciones y vínculos seguros con la familia.
* Disponer de personas con disponibilidad emocional en el entorno familiar.
* Sentir la posibilidad de comunicar las emociones.
* Sentirse apoyada, apoyado en el entorno familiar.

Habituales factores de protección del entorno social y escolar:* Tener relaciones y vínculos seguros entre iguales.
* Establecer relaciones positivas con el entorno, incluyendo a docentes.
* Tener por lo menos una persona en el ámbito social y escolar con la que hablar y sentirse apoyada, apoyado.
* Realizar actividades saludables tanto individuales como grupales en el tiempo libre: realizar ejercicio físico, actividades artísticas, voluntariados, etc.
* Educar en habilidades comunicativas.
* Aprender a pedir ayuda.
* Educar en resolución de problemas, análisis de necesidades, búsqueda de información.
* Educar en el fracaso - educar en valores positivos: respeto y solidaridad.
 |

### MEDIDAS A ADOPTAR

(Consultar Anexo 3\*)

### Persona de referencia

|  |
| --- |
| Indicar la persona de referencia elegida por la alumna o el alumno y cada cuánto tiempo se reúnen.  |

**Lugar para regulación emocional (Arnasgune)**

Número de aula o referencia concreta del lugar

|  |
| --- |
| La elección del aula en la que la persona de referencia hablará con la alumna o el alumno es muy importante. Debe de ser un lugar discreto y acogedor. Aseguraremos que no haya interrupciones; que por la puerta al aula y por la ventana de esta nadie pueda cortar esta privacidad. Este espacio podrá utilizarse para reunirse con la alumna o el alumno, tanto en situaciones de crisis como en reuniones programadas. El *Arnasgune* debe entenderse como un recurso habitual del centro escolar, es decir, puede ser utilizado por más de una alumna o alumno. Si el uso es elevado, puede haber más de una zona que funcione como *Arnasgune*, siendo preferible que cada alumna o alumno pueda utilizar un único *Arnasgune*. Esto requerirá optimizar su organización a nivel de centro.  |

### Líneas principales del Plan de Seguridad (con la alumna o alumno)

Señales de alarma, actividades de bienestar, personas de referencia en situación de crisis, ilusiones de futuro, acceso a medios letales (Anexo 8)

|  |
| --- |
| Se describirán las líneas básicas del Plan de Seguridad que la alumna o el alumno ha elaborado con la ayuda de la persona de referencia. Por tanto, antes de la elaboración de este documento, deberá estar elaborado el Plan de Seguridad.  |

### Procedimiento de actuación en crisis de conducta suicida (equipo BAT)

Concretar quién, qué y a quién. Teléfonos de urgencia…

|  |
| --- |
| Si en el centro se diera una situación de crisis suicida o autolesión no suicida, deberá estar definido el procedimiento que se seguirá: cómo actuarán las personas responsables, a quién le corresponde hacer la valoración de la situación y a quién llamar, dónde va a estar la alumna o el alumno, etc. |

### Medidas referentes a bienestar intrapersonal

Autonomía emocional y autorregulación emocional de la alumna o alumno

|  |
| --- |
| Se describirán los aspectos intrapersonales que se trabajarán para que la alumna o el alumno pueda mejorar su situación durante los próximos meses. Serán líneas de actuación coherentes con los factores de riesgo personales conocidos (punto 3 de este documento).Las líneas habituales de trabajo son:* Gestión emocional: identificación de la emoción y su intensidad.
* Asertividad.
* Nivel adecuado de autoexigencia.
* Autocompasión. Combatir la autodepreciación, construir un buen autoconcepto.
* Sentimiento de carga.
* Pensamiento de deducción.
* Habilidad para pedir ayuda.

Además de señalar las líneas de trabajo, se hará referencia a cómo se pretende encauzar la situación actual.  |

### Medidas referentes a bienestar interpersonal

Cohesión grupal, tratamiento del acoso (si lo hubiera), mejora de la conectividad…

|  |
| --- |
| El origen habitual del dolor mental en niñas/os y adolescentes suele ser la falta de conectividad. A menudo la falta de calidad de las relaciones puede ser un factor de riesgo. Serán líneas de actuación coherentes con los factores de riesgo familiares, de contexto social y/o social conocidos (punto 3 de este documento), para trabajar en los próximos meses.Algunas líneas de trabajo:* Reforzar la red de amistades con miembros del aula.
* Velar por ocupar un lugar seguro en el grupo.
* Cese del acoso (si lo hubiera).
* Fomentar la red de personas/amistades fuera del centro.
* Buscar alianzas con estatus.
* Otorgar estatus / mejorar la autoestima
* Ofrecer oportunidades de éxito.

Además de señalar las líneas de trabajo, se hará referencia a cómo se pretende encauzar la situación actual.  |

### REUNIONES CON LAS FAMILIAS O PERSONAS TUTORAS LEGALES

Fechas, asistentes, objetivos de la reunión y conclusiones y/o decisiones obtenidas en las reuniones celebradas.

|  |
| --- |
| Los datos y conclusiones de las reuniones mantenidas hasta la elaboración de este plan de actuación se resumirán aquí; así como las fechas, las y los asistentes, frecuencia y objetivos de las futuras reuniones.  |

### SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE LA SITUACIÓN DE CONDUCTA SUICIDA

Este Plan de actuación será dinámico, contextualizado y flexible. A medida que avance el proceso se irán colocando una serie de hitos que permitirán hacer el seguimiento de la situación y evaluar el propio proceso. En base a estas conclusiones, se consensuará el rumbo a seguir y se harán las adaptaciones necesarias.

**Seguimiento del plan de actuación: procedimiento, fechas de seguimiento y responsables.**

|  |
| --- |
|  |

### Evaluación del plan de actuación y de las intervenciones llevadas a cabo

|  |
| --- |
|  |

**Procedimiento y frecuencia para informar a la Inspección de Educación**

|  |
| --- |
|  |

En…………………….., a…………. de de 20……

Directora / Director Componentes del equipo BAT

Fdo.:…………………………….. Fdo.:…………………………………………