

PLAN DE  
INTELIGENCIA  
EMOCIONAL  
Y  
BIENESTAR  
SOCIOEMOCIONAL  
DE  
LA COMUNIDAD  
EDUCATIVA

**CURSO 2024-2025**



**CENTRO DE  
EDUCACIÓN DE  
PERSONAS  
ADULTAS  
ALDOMIRA  
(Tarancón)**



## ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	3
1.1 BIENESTAR EMOCIONAL EN EL ÁMBITO EDUCATIVO.....	3
1.2 Justificación de la necesidad del Plan.1.3 Contextualización.....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
1.3 Contextualización OBJETIVOS GENERALES del Plan.....	7
2. OBJETIVOS GENERALES DEL PLAN.....	8
3. EJES Y PLAN DE ACTUACIÓN.....	8
3.1 EJE I. Salud Mental y Bienestar Socioemocional.....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
3.2 EJE II. Prevención de conductas suicida.....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
3.3. EJE III. Adicciones con y sin sustancias.....	16
3.4.EJE IV. Educación afectivo-sexual.....	16
4. Seguimiento y valoración de los resultados. Propuestas de mejora.....	16
5. RECURSOS Y BIBLIOGRAFÍA.....	17

# 1. INTRODUCCIÓN

## 1.1 BIENESTAR EMOCIONAL EN EL ÁMBITO EDUCATIVO

## 1.2 JUSTIFICACIÓN DE LA NECESIDAD DEL PLAN.

## 1.3 CONTEXTUALIZACIÓN

El presente Plan se centra en el abordaje integral de la salud y el bienestar emocional en el ámbito educativo, siendo acorde tanto con la Estrategia Nacional de Salud Mental (línea estratégica 5) como con la **Estrategia Regional de Bienestar Socioemocional en las aulas de CLM 2023-2027**, y tiene como objeto ayudar a cubrir las necesidades de protección y bienestar emocional del alumnado y otros agentes de la comunidad educativa, desde la perspectiva de la intervención educativa, la prevención y el fortalecimiento de los factores de protección.

Se hace necesario desarrollar en el entorno educativo el sentido de pertenencia, el fortalecimiento de la identidad y la autoestima, así como todos aquellos factores de protección, resiliencia y superación, que contribuyan a crear un marco de convivencia positiva y al aumento tanto del bienestar del alumnado como del resto de la comunidad educativa.

Por todo ello, este Plan es contemplado como uno de los objetivos estratégicos que promovemos desde el **Centro de Educación de Personas Adultas Altomira** (Tarancón), dentro del Plan General de Actuación Anual para la planificación, el desarrollo y asesoramiento de los diferentes ámbitos de la orientación académica, educativa y profesional en la comunidad de Castilla La Mancha (**Decreto 92/2022, de 16 de agosto, por el que se regula la orientación académica, educativa y profesional**) en CLM.

Es necesaria la información y el aporte de herramientas y recursos a toda la comunidad educativa para hacer visible la importancia de la salud mental, el bienestar emocional y el desarrollo de habilidades para la vida.

En esta labor es esencial la colaboración entre las administraciones sanitarias, sociales y educativas a la hora de coordinar actuaciones formativas y de sensibilización, así como a poner en valor mecanismos de coordinación interinstitucionales, que favorezcan actuaciones en materia de prevención y actuación.

Teniendo todo ello en cuenta, proponemos el siguiente plan de bienestar socioemocional, contribuyendo a diseñar actuaciones de formación, información y sensibilización sobre aspectos que contribuyen a la prevención de adicciones y la promoción del bienestar psicoemocional. Se desarrollará en torno a cuatro ejes, contribuyendo a movilizar herramientas para la prevención de la salud, el respeto a los derechos humanos y la inclusión socioeducativa.

## 1.3 Contextualización

### A. Indicadores Geográficos

**Tarancón** es un municipio situado al oeste de la provincia de Cuenca, en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha. Es cabeza de partido judicial que abarca más de una treintena de pueblos y de una comarca que supera los 30.000 habitantes. Es, además, capital de la comarca de La Mancha de Cuenca. Limita al norte con Belinchón, al noreste con Huelves,

al este con Tribaldos y Villarrubio, al sur con Fuente de Pedro Naharro, todos ellos de la provincia de Cuenca; y al oeste con Santa Cruz de la Zarza, de la provincia de Toledo. La ciudad limita con la Comunidad de Madrid; de hecho, posee menor distancia a la ciudad de Madrid, que a su propia capital provincial.

## **B. Indicadores Demográficos**

Tarancón posee una superficie de 106,84 km cuadrados y tiene unos 15.000 habitantes. Además de la población autóctona hay que contemplar la población que procede de la capital de España y de otros lugares del extranjero, mayoritariamente Rumanía y Marruecos, llegando a alcanzar unos 3.700 inmigrantes. Como podemos observar en el gráfico, el crecimiento ha sido lento pero continuado hasta el año 2010, momento en el que la población comienza a decrecer, lo cual afecta a la matrícula del CEPA, que también ha ido disminuyendo progresivamente en los últimos años.

El resto de la zona tiene 3 poblaciones que superan los 2000 habitantes.

- Huete: con algo más de 2000 habitantes.
- Horcajo de Santiago.: con algo más de 4000 habitantes.
- Villamayor de Santiago: con 3000 habitantes.

## **C. Indicadores Socioeconómicos**

La situación económica de Tarancón y su entorno viene reflejada por una serie de factores propios de Castilla-La Mancha que la diferencian del resto del Estado Español.

Los principales factores de la economía de esta zona vienen marcados por:

- a. Su situación geográfica: al estar próxima a Madrid, siente un gran empuje por esta Comunidad, a la que se ve sometida, viéndose muchos trabajadores obligados a desplazarse diariamente para realizar su trabajo cotidiano.
- b. Carencia de una verdadera integración regional debida a la mencionada cercanía con Madrid.
- c. Tarancón es el núcleo industrial y comercial de la zona. La industria alimentaria, fundamentalmente cárnica es la predominante; también existe una fábrica para la extracción de aceites vegetales y un gran número de talleres mecánicos, como consecuencia de su situación geográfica, así como un amplio sector de hostelería y restauración. En el entorno del municipio hay numerosas empresas vinícolas con una importante proyección internacional. Asimismo, hay una empresa puntera dedicada al suministro de alimentación a las tropas españolas en el extranjero.

La zona, tradicionalmente, ha dependido de la agricultura (vid, cereal y olivo), pero esta dependencia en los últimos años ha ido dando paso a un incremento de la industria, básicamente del sector agroalimentario, de la rama del metal, de la rama de la construcción (gran número de albañiles trabajan fuera de su población de residencia) y del pequeño comercio; la hostelería es un sector importante, pero ha sufrido una caída importante en los últimos años. Así mismo cabe destacar que una parte de los jóvenes encuentran trabajo en las propias empresas familiares.

#### D. Indicadores Socioculturales

Esta zona tiene escasa motivación hacia los aspectos culturales, apreciándose bajos niveles de formación técnica, así como poco interés hacia el asociacionismo y la participación ciudadana activa.

Se observa una carencia de alternativas al ocio, dedicándose mucho tiempo al uso de la televisión, seguida muy de cerca por comportamientos adictivos relacionados con las redes sociales por internet y por consumo excesivo de alcohol y drogas.

En general el nivel de estudios es medio-bajo, siendo relativamente importante la población sin titulación básica y escasa la población que posee un título superior o de grado medio. Hay poco interés por las actividades culturales que no sean populares.

Tarancón cuenta con los siguientes servicios:

- Biblioteca municipal, la cual ofrece acceso a Internet.
- Teatro-Auditorio.
- La Casa Parada abre diariamente al público sus exposiciones.
- Infraestructuras deportivas: polideportivo municipal cubierto, piscina cubierta, 2 campos de fútbol, pistas de pádel, tenis, atletismo, baloncesto, frontón y gimnasio privado.

#### E. El Centro y sus Recursos: características del Centro, alumnado y profesorado

El C.E.P.A. Altomira de Tarancón es un centro de personas adultas de titularidad pública, y, por tanto, gestionado y supervisado directamente por la Consejería de Educación y Cultura de la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha, y en concreto por la Dirección General de Centros Educativos y Formación Profesional, a través del Servicio de Educación de Personas Adultas. El centro se financia con cargo a los presupuestos generales de la comunidad autónoma, así como por las subvenciones y/o ayudas que pueda recibir de otras instituciones.

El Centro de Educación de Personas Adultas Altomira de Tarancón está situado al sureste de la localidad en un edificio de unos 60 años de antigüedad destinado a lo largo de los años a distintas funciones (parvulario, Instituto de F.P., y desde hace más de 30 años a EPA). Cuenta con 6 aulas grandes, 2 pequeñas, cocina, biblioteca/ usos múltiples, un aula de informática, dos despachos y sala de profesores. El espacio es muy reducido para la variedad de oferta de cursos, alumnado matriculado y profesorado adscrito, ya que no solo carece de aulas suficientes sino también de departamentos y despachos.

Las Aulas Adscritas al Centro son las siguientes:

- Huete: Aula ubicada en el IESO *Ciudad de Luna* de la localidad.
- Horcajo de Santiago: en el Centro Social.
- Villamayor de Santiago: Aula situada en la Biblioteca.

El Centro y las Aulas recogen alumnado de las localidades limítrofes, ampliándose así la zona de influencia.

El Centro está autorizado para impartir E.S.P.A. y E.S.P.A.D., curso preparatorio para la prueba de acceso a la Universidad para mayores de 25 y 45 años, Competencias Básicas y talleres de inglés, francés, castellano para extranjeros, ofimática y cultura general.

El alumnado que asiste al centro está formado, en general, por personas mayores de 18 años, sin límite superior de edad. Dentro del alumnado se observa gran heterogeneidad, aunque no obstante se pueden encuadrar en:

- a. Jóvenes provenientes del fracaso escolar de los IES de la zona y que desean continuar su escolarización.
- b. Jóvenes sin titulación profesional integrados en el mundo laboral o que pretenden hacerlo y buscan la titulación pertinente o su promoción profesional.
- c. Personas maduras que desean actualizar sus conocimientos o la realización de alguna actividad intelectual/manual que mejore su desarrollo personal y comunitario.
- d. Otros grupos como jóvenes con contrato de aprendizaje, inmigrantes, alumnos provenientes de instituciones psiquiátricas, penales, personas con discapacidad, bolsas de trabajo sin titulación, etc.

El Centro cuenta actualmente con un total de 18 profesores contratados con distintos tipos de jornada. La plantilla es inestable, ya que solo 5 docentes son definitivos, 2 de ellos maestros en el Centro de cabecera, y 3 profesores de secundaria en el Centro de cabecera. El resto de profesores suele variar año tras año, lo cual dificulta cualquier proyecto de Centro que se plantee a medio-largo plazo.

#### **F. Actuaciones Pedagógicas Derivadas del Estudio del Entorno**

Las respuestas educativas que ofrece el CEPA *Altomira* de Tarancón y aulas adscritas se articulan mediante las ofertas de enseñanzas autorizadas anualmente y mediante la matriculación del alumnado en los plazos establecidos. Principalmente son las siguientes:

- A. El CEPA ofrece una respuesta educativa desde el punto de vista administrativo, facilitando y orientando en la matriculación de los alumnos que demandan dichas enseñanzas, así como informando de itinerarios formativos de manera personalizada.
- B. El CEPA oferta las enseñanzas conducentes a titulación básica, como son ESPA y ESPAD (cuatrimestral) a través del ámbito de la Comunicación (Lengua y literatura española e Idioma extranjero, Inglés), el ámbito Científico-Tecnológico y el ámbito de las Ciencias Sociales, y apoyo a ESPAD en las aulas.
- C. También se ofrece apoyo a la preparación de las pruebas de acceso a la Universidad para mayores de 25 y 45 años.
- D. El CEPA ofrece enseñanzas relacionadas con el aprendizaje permanente denominadas de desarrollo personal y comunitario, relativas a la alfabetización digital, aprendizaje de idiomas, Castellano o al reciclaje cultural, autorizadas por la Consejería de Educación y Ciencia.

## 2. OBJETIVOS GENERALES

Las metas que nos planteamos para el presente plan son las siguientes:

- Visibilizar la importancia de la **salud emocional**.
- Generar **estrategias educativas para promover la educación emocional** entre el profesorado, Equipo Directivo y Departamento de Orientación.
- Dotar al profesorado, y a la comunidad educativa en general, de las estrategias necesarias para su **autocuidado y bienestar emocional**.
- Potenciar el desarrollo socio-emocional del alumnado desde todas las áreas del currículo.
- Sensibilizar y formar a integrantes de la comunidad educativa sobre los conocimientos, habilidades y actitudes profesionales necesarias para la identificación, evaluación e intervención ante el riesgo de conducta suicida.
- Conocer los diferentes factores que afectan a la salud mental (predisponentes, precipitantes, perpetuadores y protectores).
- Impulsar proyectos y estrategias educativas de prevención que promuevan la mejora de la convivencia.
- Formar e informar sobre la prevención de drogodependencias y conductas adictivas (con y sin sustancias) en la comunidad educativa.
- Incorporar las tecnologías de la información y la comunicación al día a día del centro, de forma que los alumnos aprendan a utilizarlas y a analizar la información que se obtiene de ellas de forma crítica.
- Promover en la Comunidad Educativa espacios de formación-información sobre educación afectivo-sexual, la prevención de conductas de riesgos, violencia de género, agresiones, abusos y aceptación de la diversidad sexual.
- Evaluar los programas y actuaciones del Plan y establecer propuestas de mejora.
- Favorecer la coordinación entre profesionales del ámbito, social, educativo y sanitario para mejorar la calidad, la eficacia de las intervenciones y las derivaciones, generando sinergias que potencien la prevención e intervención:
  - Establecimiento de protocolos de actuación en relación con factores de protección.
  - Elaboración y difusión a la comunidad educativa de materiales divulgativos y recursos didácticos configurando un banco de recursos a disposición de toda la comunidad educativa.

### 3. EJES Y PLAN DE ACTUACIÓN

El Plan se desarrollará en torno a cuatro ejes, alineándose con las líneas prioritarias establecidas en la Estrategia de Salud Mental y contribuyendo a movilizar herramientas para la prevención de la salud, el respeto de los derechos humanos y la inclusión socioeducativa.

#### EJES DEL PLAN ESTRATÉGICO

El Plan se vertebra en 4 EJES:

- **EJE 1: Salud mental y bienestar socioemocional de todos los miembros de la comunidad educativa.**
- **EJE 2: Prevención de conductas suicidas.**
- **EJE 3: Adicciones con y sin sustancias.**
- **EJE 4: Educación afectivo-sexual.**

#### 3.1. EJE 1: SALUD MENTAL Y BIENESTAR SOCIOEMOCIONAL DE TODOS LOS MIEMBROS DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA

##### ▪ OBJETIVOS ESPECÍFICOS

**Objetivo 1:** Sensibilizar y formar a la comunidad educativa sobre la salud mental y los beneficios del desarrollo y bienestar emocional.

**Objetivo 2:** Creación de un banco de recursos para fomentar el desarrollo y bienestar socioemocional en el ámbito educativo, facilitando herramientas y recursos comunitarios para la gestión de las emociones, el control del estrés y la ansiedad y la mejora de los estilos de vida.

**Objetivo 3:** Mejorar el marco protector de convivencia y clima positivo para promover el éxito educativo en todo el alumnado.

**Objetivo 4:** Impulsar actuaciones formativas que contribuyan a la promoción de factores de protección (resiliencia, autoestima, habilidades sociales, resolución de conflictos, salud física y emocional).

**Objetivo 5:** Promover procesos de colaboración y participación con los diferentes agentes educativos, sanitarios y sociales que garanticen actuaciones coherentes y cohesionadas en el ámbito del bienestar socioemocional.

## ACTUACIONES

Para conseguir los objetivos planteados, y siempre teniendo en cuenta las características particulares del alumnado de nuestro centro (adultos que asisten de manera voluntaria al centro para continuar su formación). Se hace necesario desarrollar en el entorno educativo el sentido de pertenencia, el fortalecimiento de la identidad y la autoestima, así como todos aquellos factores de protección, resiliencia y superación, que contribuya a la creación de entornos seguros, así como un marco de convivencia positiva y aumento tanto de bienestar del alumnado como del resto de la comunidad educativa.

Estas actuaciones se alinean además con otras líneas de trabajo establecidas desde la Conserjería de Educación, Cultura y Deportes en materia de inclusión educativa, orientación y convivencia. Nos planteamos la puesta en marcha de las siguientes actuaciones:

ACTUACIONES	TEMPORALIZACIÓN	RESPONSABLES	INDICADORES DE LOGRO
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaborar y difundir a la comunidad educativa de materiales para la puesta en marcha de programas de educación socioemocional.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo de todo el curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipo Directivo.</li> <li>- Dpto. Orientación.</li> <li>- Todos los docentes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluación cuantitativa y cualitativa.</li> <li>- Lista de recursos puestos a disposición de la comunidad educativa.</li> <li>- Enlaces de acceso a los materiales.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaborar un banco de recursos sobre salud mental y bienestar emocional, en colaboración con otras entidades.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo de todo el curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipo Directivo.</li> <li>- Dpto. Orientación.</li> <li>- Todos los docentes.</li> <li>- Entidades colaboradoras.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Listado de recursos puestos a disposición de la comunidad educativa.</li> <li>- Enlaces de acceso a los materiales.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diseñar materiales divulgativos sobre educación emocional en colaboración con otras entidades.</li> <li>- Panel informativo con recomendaciones de educación emocional (libros, vídeos divulgativos de desarrollo personal, Asociaciones, etc).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo de todo el curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipo Directivo.</li> <li>- Dpto. Orientación.</li> <li>- Todos los docentes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Listado de recursos puestos a disposición de la comunidad educativa.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Difundir recursos y servicios de la Comunidad de Castilla La Mancha sobre Salud Mental.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo de todo el curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipo Directivo.</li> <li>- Dpto. Orientación.</li> <li>- Todos los docentes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuestionario final al alumnado y comunidad educativa para valorar la efectividad de las propuestas realizadas.</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaborar orientaciones al profesorado para el desarrollo en el Plan de igualdad y Convivencia.</li> <li>- Desarrollar acciones formativas específicas para prevenir <b>los riesgos psicosociales en la profesión docente.</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo de todo el curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipo Directivo.</li> <li>- Dpto. Orientación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluación cuantitativa y cualitativa para valorar la efectividad de las propuestas realizadas.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ofertar, dentro de la formación permanente del profesorado del CRFP, actividades formativas relativas a la <b>inteligencia emocional.</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo del curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipo Directivo.</li> <li>- Dpto. Orientación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluación cuantitativa y cualitativa de la aplicación práctica de la formación recibida.</li> <li>- Número de participantes que certifican la formación.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ofertar, dentro de la formación permanente del profesorado del CRFP, actividades formativas relativas a la mejora de la <b>Convivencia, Protección y Bienestar de la infancia y adolescencia.</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Al o largo del curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipo Directivo.</li> <li>- Dpto. Orientación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluación cuantitativa y cualitativa de la aplicación práctica de la formación recibida.</li> <li>- Número de participantes que certifican la formación.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar acciones formativas en habilidades de <b>afrentamiento y manejo de estrés y la ansiedad</b>, haciendo especial hincapié en población adolescente y juvenil.</li> <li>- Desarrollar acciones formativas y talleres en el ámbito familiar, educativo y comunitario en colaboración con el Consejo escolar y entidades colaboradoras.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo del curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dpto. Orientación.</li> <li>- Entidades Colaboradoras.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valoración cuantitativa y cualitativa de las actuaciones realizadas.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diseñar formación específica en aspectos concretos sobre <b>Salud Mental, Bienestar Emocional y vínculo</b>, con el objeto de reducir el estigma asociado y promover el bienestar emocional en el entorno educativo.</li> <li>- Desarrollar el Programa de coordinación interinstitucional para los casos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo del curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dpto. Orientación.</li> <li>- Entidades colaboradoras.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valoración del número de asistentes como indicativo del interés despertado por la actividad.</li> <li>- Valoración de las reflexiones realizadas en un coloquio posterior.</li> </ul>

<p><b>graves de salud mental.</b></p>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Visionado de películas relacionadas con la inteligencia emocional y desarrollo personal.</li> <li>- Orientación sobre lectura de libros basados en historias de superación personal, desarrollo personal...)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo de todo el curso.</li> <li>- Preferentemente en el marco de la Semana Cultural.</li> <li>- Efemérides.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dpto. Orientación.</li> <li>- Dpto. Comunicación.</li> <li>- Profesora del taller de Historia a través del cine.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuestionario final al alumnado para valorar la efectividad de las propuestas realizadas.</li> <li>- Valoración cualitativa y cuantitativa de las actuaciones realizadas.</li> </ul>
<p>Diseñar formación específica en el <b>Bienestar emocional del alumnado vulnerable (TEA, DEA, diferentes capacidades...)</b></p> <p>Difundir materiales para facilitar pautas e indicaciones sobre promoción de la salud mental y el bienestar emocional.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo de todo el curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dpto. Orientación.</li> <li>- Todo el profesorado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valoración cuantitativa y cualitativa de las actuaciones realizadas.</li> </ul>

### 3. 2. EJE II- PREVENCIÓN DE CONDUCTAS SUICIDAS

#### ▪ OBJETIVOS ESPECÍFICOS

**Objetivo 1.** Aumentar la conciencia de los profesionales del ámbito educativo sobre la conducta suicida.

**Objetivo 2.** Sensibilizar a la comunidad educativa sobre las falsas creencias acerca del suicidio. Identificar señales de alarma y factores de riesgo suicida y de protección.

**Objetivo 3.** Dotar de conocimientos acerca del abordaje de ideas y conductas suicidas en adolescentes y jóvenes y sus familiares, así como los mecanismos o las vías de coordinación con otros recursos sociales y sanitarios.

**Objetivo 4.** Crear un banco de recursos para fomentar el abordaje y la prevención de las conductas suicidas.

**Objetivo 5.** Formación en estrategias para afrontar un duelo.

#### ▪ ACTUACIONES

Se hace necesario informar y formar a toda la comunidad educativa en la prevención de conductas autolíticas y suicidas, fomentando factores de protección como son la resiliencia, las competencias sociales, las habilidades de la toma de decisiones, que garanticen ambientes sociales y personales seguros y potenciadores del desarrollo.

ACTUACIONES	TEMPORALIZACIÓN	RESPONSABLES	INDICADORES DE LOGRO
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Difundir información y materiales sobre la prevención universal de la conducta suicida en centros educativos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo de todo el curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipo Directivo.</li> <li>- Dpto. Orientación.</li> <li>- Todos los docentes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluación cuantitativa y cualitativa.</li> <li>- Lista de recursos puestos a disposición de la comunidad educativa.</li> <li>- Enlaces de acceso a los materiales.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaborar en colaboración con otras entidades un banco de recursos sobre prevención de conductas suicidas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo de todo el curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipo Directivo.</li> <li>- Dpto. Orientación.</li> <li>- Todos los docentes.</li> <li>- Entidades colaboradoras.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Listado de recursos puestos a disposición de la comunidad educativa.</li> <li>- Enlaces de acceso a los materiales.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Difundir recursos y servicios de la comunidad de Castilla-La Mancha sobre conductas suicidas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo de todo el curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipo Directivo.</li> <li>- Dpto. Orientación.</li> <li>- Todos los docentes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Listado de recursos puestos a disposición de la comunidad educativa.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Continuar con la difusión de la guía de prevención de la conducta suicida.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo de todo el curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipo Directivo.</li> <li>- Dpto. Orientación.</li> <li>- Todos los docentes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuestionario final al alumnado y comunidad educativa para valorar la efectividad de las propuestas realizadas.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar acciones formativas específicas para <b>la prevención del suicidio y el manejo de conductas autolíticas</b> dirigidos a los profesionales del ámbito educativo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo de todo el curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipo Directivo.</li> <li>- Dpto. Orientación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluación cuantitativa y cualitativa para valorar la efectividad de las propuestas realizadas.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diseñar formación específica sobre <b>duelo</b>.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo del curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipo Directivo.</li> <li>- Dpto. Orientación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluación cuantitativa y cualitativa de la aplicación práctica de la formación recibida.</li> </ul>
<p>Desarrollar acciones formativas y talleres en el ámbito familiar, educativo y comunitario en colaboración con el <b>Consejo escolar</b>.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo de todo el curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dpto. Orientación.</li> <li>- Todo el profesorado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valoración cuantitativa y cualitativa de las actuaciones realizadas.</li> </ul>

### 3. 3. EJE III- ADICCIONES CON Y SIN SUSTANCIAS.

▪ **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

**Objetivo 1:** Potenciar actuaciones orientadas a la detección precoz e intervención temprana en el uso y abuso de drogas.

**Objetivo 2:** Desarrollar actuaciones formativas para la prevención de conductas adictivas sin sustancias (juego patológico, redes sociales, videojuegos...)

**Objetivo 3:** Formar al profesorado y a las familias sobre aspectos psicosociales y factores protectores de las adicciones.

**Objetivo 4:** Creación de un banco de recursos para fomentar el abordaje y la prevención de las conductas adictivas.

▪ **ACTUACIONES**

Se hace necesario difundir actuaciones para sensibilizar y prevenir el abuso de las TIC y las conductas adictivas con y sin sustancias.

ACTUACIONES	TEMPORALIZACIÓN	RESPONSABLES	INDICADORES DE LOGRO
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar acciones formativas específicas en colaboración con otras entidades, para el abordaje de adicciones con y sin sustancias.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo de todo el curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dpto. Orientación.</li> <li>- Todos los docentes.</li> <li>- Entidades colaboradoras.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluación cuantitativa y cualitativa.</li> <li>- Lista de recursos puestos a disposición de la comunidad educativa.</li> <li>- Enlaces de acceso a los materiales.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaborar en colaboración con otras entidades un banco de recursos sobre prevención de conductas adictivas.</li> <li>- Desarrollar acciones formativas específicas para el abordaje de la adicción a pantallas y nuevas tecnologías.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo de todo el curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dpto. Orientación.</li> <li>- Todos los docentes.</li> <li>- Entidades colaboradoras.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Listado de recursos puestos a disposición de la comunidad educativa.</li> <li>- Enlaces de acceso a los materiales.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Difundir recursos y servicios de la comunidad de Castilla-La Mancha sobre conductas adictivas.</li> <li>- Impulsar dentro del Plan de Formación en centros del CRFP, acciones formativas específicas para el abordaje del ciberacoso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo de todo el curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipo Directivo.</li> <li>- Dpto. Orientación.</li> <li>- Todos los docentes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Listado de recursos puestos a disposición de la comunidad educativa.</li> <li>- Número de participantes que realizan la formación.</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar acciones formativas específicas para el abordaje de la adicción al juego (adicciones conductuales)</li> <li>- Desarrollar acciones formativas y talleres en el ámbito educativo y comunitario en colaboración con el Consejo escolar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo de todo el curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipo Directivo.</li> <li>- Dpto. Orientación.</li> <li>- Todos los docentes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuestionario final al alumnado y comunidad educativa para valorar la efectividad de las propuestas realizadas.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Impulsar en colaboración con la concejalía de Juventud y Deportes programas de promoción de la actividad física y hábitos saludables.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo de todo el curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipo Directivo.</li> <li>- Dpto. Orientación.</li> <li>- Concejalía de Juventud y Deportes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluación cuantitativa y cualitativa para valorar la efectividad de las propuestas realizadas.</li> </ul>

### 3. 4. EJE IV- EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL

#### ▪ OBJETIVOS ESPECÍFICOS

**Objetivo 1:** Formar a todos los miembros de la comunidad educativa en educación afectivo-sexual.

**Objetivo 2:** Sensibilizar y formar a la comunidad educativa en el respeto y tolerancia hacia la diversidad afectivo-sexual.

**Objetivo 3:** Desarrollar actuaciones para la prevención de enfermedades de transmisión sexual, conductas sexuales de riesgo.

**Objetivo 4:** Dotar de estrategias para la identificación y prevención de los abusos sexuales.

**Objetivo 5:** Formar al alumnado en el desarrollo de buenas relaciones interpersonales generando factores protectores.

**Objetivos 6:** Formar en la influencia de las nuevas tecnologías en la sexualidad: abordaje integral del sexting, grooming, pornografía...

**Objetivo 7:** Crear un banco de recursos para el abordaje de la educación afectivo-sexual.

#### ▪ ACTUACIONES

Queda justificada la incorporación de este eje a la Estrategia Regional de Bienestar Socioemocional en las aulas de Castilla La Mancha, ya que se entiende la Educación afectivo-sexual como mecanismo de prevención, de detección e intervención de la violencia sexual y de género contra la infancia y la adolescencia, favoreciendo entornos protectores y promotores del buen trato y el respeto de los derechos fundamentales en todos los grupos de edad.

ACTUACIONES	TEMPORALIZACIÓN	RESPONSABLES	INDICADORES DE LOGRO
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar acciones formativas específicas en colaboración con otras entidades, para la prevención de conductas de riesgo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo de todo el curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dpto. Orientación.</li> <li>- Todos los docentes.</li> <li>- Entidades colaboradoras.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluación cuantitativa y cualitativa.</li> <li>- Lista de recursos puestos a disposición de la comunidad educativa.</li> <li>- Enlaces de acceso a los materiales.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar acciones formativas específicas en colaboración con otras entidades, para la identificación y prevención de los abusos sexuales.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo de todo el curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dpto. Orientación.</li> <li>- Todos los docentes.</li> <li>- Entidades colaboradoras.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Listado de recursos puestos a disposición de la comunidad educativa.</li> <li>- Enlaces de acceso a los materiales.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Difundir recursos y servicios de la comunidad de Castilla-La Mancha sobre educación afectivo-sexual.</li> <li>- Impulsar dentro del Plan de Formación en centros del CRFP, acciones formativas específicas para el abordaje de la diversidad sexual.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo de todo el curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipo Directivo.</li> <li>- Dpto. Orientación.</li> <li>- Todos los docentes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Listado de recursos puestos a disposición de la comunidad educativa.</li> <li>- Número de participantes que realizan la formación.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar acciones formativas específicas sobre la influencia de las nuevas tecnologías en la sexualidad.</li> <li>- Desarrollar acciones formativas y talleres en el ámbito educativo y comunitario en colaboración con el Consejo escolar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo de todo el curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipo Directivo.</li> <li>- Dpto. Orientación.</li> <li>- Todos los docentes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuestionario final al alumnado y comunidad educativa para valorar la efectividad de las propuestas realizadas.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Impulsar en colaboración con la concejalía de Juventud y Deportes programas de promoción de la actividad física y hábitos saludables.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A lo largo de todo el curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipo Directivo.</li> <li>- Dpto. Orientación.</li> <li>- Concejalía de Juventud y Deportes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluación cuantitativa y cualitativa para valorar la efectividad de las propuestas realizadas.</li> </ul>

## 4. SEGUIMIENTO Y VALORACIÓN DE LOS RESULTADOS

Las acciones comprendidas en el presente Plan se implementarán a lo largo de varios cursos académicos, comenzando su implantación a lo largo del curso 2024-25 y continuando hasta el curso 2026-27, dentro de la Estrategia Regional de Bienestar Socioemocional en las aulas de Castilla La Mancha 2023- 2027.

Numerosas de estas acciones se han concebido y planificado en colaboración con otras Administraciones e instituciones tanto del Gobierno de Castilla La Mancha como del Gobierno de España, así como con entidades especialmente vinculadas al Tercer Sector. Estas acciones se llevarán a cabo simultáneamente con otras acciones estratégicas promovidas por la Consejería de Educación, Cultura y Deportes y otras administraciones.

La evaluación del Plan se llevará a cabo a través de la valoración de la consecución de los indicadores y objetivos anteriormente mencionados, al finalizar cada curso escolar.

Se realizará una memoria de actividades y propuestas de mejora, relativas al desarrollo de las actuaciones contempladas en el presente Plan de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional.

## 5. RECURSOS Y BIBLIOGRAFÍA

En la elaboración de este plan se han empleado los siguientes recursos y fuentes de información:

- Material proporcionado por el CRFP en la edición 2024/2025 del curso titulado: <http://centroformacionprofesorado.castillalamancha.es/comunidad/crpf/recurso/bienestar-y-proteccion-en-los-centros-escolares>.
- Plan de Igualdad y Convivencia: Actuaciones preventivas encaminadas a favorecer la convivencia positiva y la igualdad (Edición 1) - Centro Regional de Formación del Profesorado de Castilla la Mancha: <http://centroformacionprofesorado.castillalamancha.es/comunidad/crpf/recurso/plan-de-igualdad-y-convivencia-actuaciones>.
- Guía para la Prevención de la Conducta Suicida. Dirigida a Docentes. Plan de Salud Mental de Castilla La Mancha. 2018-2025.
- Plan Estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad autónoma de Castilla La Mancha.
- Estrategia Regional de Bienestar Socioemocional en las aulas de Castilla La Mancha 2023-2027. Consejería de Educación, Cultura y Deportes.

