

Ongizate Emozionala

FP Euskadi LH



CÓMIC: GRITA

Material para el profesorado



1. OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL:

- Prevenir el suicidio en el ámbito escolar.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Sensibilizar al alumnado sobre la importancia del cuidado de la salud mental
- Saber cómo actuar cuando no se encuentran bien emocionalmente
- Saber cómo actuar con un compañero o una compañera que atraviesa una mala situación

2. DURACIÓN

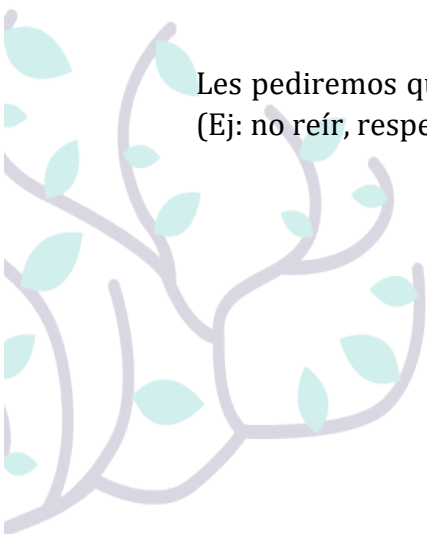
60 minutos

3. ACTIVIDAD

0'- 10':

Antes de empezar con la actividad, explicaremos al alumnado que vamos a hablar del suicidio. Les recordaremos que es un tema que exige el máximo respeto, y les pediremos su implicación. El objetivo es hacer que los alumnos se sientan seguros, sin miedo a prejuicios ni a burlas.

Les pediremos que ellos/as mismos/as definan las normas a respetar en la sesión (Ej: no reír, respetar turnos, no hacer juicios de valor, etc.).



Comenzamos analizando nuestros CONOCIMIENTOS PREVIOS sobre el suicidio: Después de repartir tres post-it a cada alumno o alumna, cada uno escribirá en silencio 3 frases que ha escuchado sobre el suicidio.

10' - 20':

Repartiremos el cómic y cada alumno o alumna lo leerá en solitario.

20' - 45':

Repartimos a los alumnos las siguientes preguntas:

1. ¿Cómo actúan las personas relacionadas con Oihan?

¿Qué vamos a trabajar con esta pregunta?: FACTORES DE RIESGO (Ver protocolo)

2. ¿Ha pedido ayuda Oihan? ¿Cómo?

¿Qué vamos a trabajar con esta pregunta?: SEÑALES DE ALARMA (Ver protocolo)

3. ¿Crees que es fácil expresar lo que siente Oihan? ¿Por qué? ¿Qué vamos a trabajar con esta pregunta?: FACTORES DE PROTECCIÓN (Ver protocolo)

4. ¿Qué harías si fueras amigo/a de Oihan?

¿Qué vamos a trabajar con esta pregunta?: FACTORES DE PROTECCIÓN (Ver protocolo)

5. ¿Y si fueras Oihan?

¿Qué vamos a trabajar con esta pregunta?: FACTORES DE PROTECCIÓN (Ver protocolo)



Les dejamos leer las preguntas despacio, durante dos minutos, dándoles tiempo para hacer reflexiones individuales.

A continuación, comentaremos las respuestas en el gran grupo (no tiene por qué hacerse por separado, ya que es importante responder a las necesidades e inquietudes que expresa el grupo).

Cuando se realice la reflexión grupal, el dinamizador o la dinamizadora mencionará los MITOS más comunes relacionados con el suicidio (Ver protocolo).

45' - 55':

Con el propósito de terminar la sesión con un enfoque proactivo y positivo, les haremos las últimas preguntas:

1. ¿Cómo crees que podemos prevenir el suicidio?
2. Y yo, ¿qué puedo hacer para ayudar?
3. Y yo, ¿qué haría si fuera Oihan?

Después de comentarlo en el gran grupo (si hay tiempo), pueden escribir sus ideas en una cartulina utilizando rotuladores.

55'-60':

Para terminar la sesión, volvemos a ver esos post-it colocados en las ventanas.

Invitamos al alumnado a realizar cambios en los conocimientos previos: “después de esta sesión, ¿cambiarías alguna frase que hayas escrito en los post-it?”

Quien quiera puede cambiar la frase, trabajando e interiorizando mitos y prejuicios acerca del suicidio.



4. MATERIAL

- 3 post-it para cada alumno o alumna
- Una copia del cómic para cada alumno o alumna
- Una hoja de preguntas para cada alumno o alumna
- Cartulinas
- Rotuladores de colores

