

## POLÍTICA DE BIENESTAR Y SALUD MENTAL POSITIVA

### OBJETIVO

Todos los niños tienen derecho a sentirse seguros en Wingate School. La salud mental es un estado de bienestar en el que cada individuo se da cuenta de su propio potencial personal y académico, puede afrontar el estrés habitual que supone la vida, puede trabajar de forma productiva y es capaz de hacer una contribución positiva a su comunidad.

### Finalidad:

- Promovemos una salud mental positiva para todos los miembros de nuestro personal y alumnado. Perseguimos este objetivo utilizando tanto enfoques universales, para todo el centro, como enfoques específicos dirigidos a los alumnos vulnerables.
- Pretendemos reconocer y responder a las enfermedades mentales desarrollando y aplicando políticas y procedimientos de salud mental prácticos, pertinentes y eficaces que promuevan un entorno seguro y estable para los alumnos afectados directa e indirectamente.
- Esta política debe leerse junto con nuestra Política de Protección de Menores en los casos en que la salud mental de un alumno coincida con un problema médico o esté relacionada con él.
- A través de la formación continua del personal y en las clases de PSHE, nos esforzamos por aumentar la comprensión y la conciencia de los problemas comunes de salud mental.
- Proporcionar apoyo del personal que trabaja con jóvenes con problemas de salud mental.
- Facilitar información sobre organismos externos que puedan ayudar a los alumnos y a las familias que sufren problemas de salud mental.

### Personal de referencia:

Si bien todo el personal tiene la responsabilidad de promover la salud mental de los estudiantes, el personal con una competencia específica y pertinente incluye a:

- Sr. Howells - Director de Protección de Menores.
- Sra. Tolfrey - Jefa de Salud Mental.
- Sra. Estevez - Jefa de Salud Mental de Primaria.
- Sra. Finnie - Coordinadora del bienestar de los alumnos de Secundaria y Bachillerato.
- Sra. Suggitt - Coordinadora del bienestar de los alumnos de Primaria.
- La Sra. Pearson remitirá cualquier caso de Infantil a la Sra. Suggitt o a la Sra. Finnie.

### Responsabilidades del centro:

- **Prevención:** crear un entorno seguro y tranquilo en el que los problemas de salud mental sean menos probables, mejorar la salud mental y el bienestar de toda la población escolar y dotar a los alumnos de resiliencia para que puedan gestionar eficazmente el estrés normal de la vida. Nos esforzamos por crear una cultura y un espíritu de apoyo escolar que favorezcan el bienestar emocional.
- **Identificación:** reconocer los problemas emergentes lo antes posible y con la mayor precisión. Utilizaremos las encuestas anuales de los alumnos, las auditorías y escucharemos sus opiniones para elaborar nuestra planificación.
- **Apoyo temprano:** ayudar a los alumnos a acceder a intervenciones y apoyo tempranos basados en pruebas.
- **Acceso a apoyo especializado:** trabajar eficazmente con organismos externos para proporcionar un acceso rápido o derivaciones a apoyo y tratamiento especializados.

- Como parte de nuestro plan de estudios de desarrollo de PSHE, inculcaremos a nuestros alumnos las habilidades, los conocimientos y la comprensión necesarios para mantenerse a sí mismos y a los demás física y mentalmente sanos y seguros.
- El contenido concreto de las clases se determinará en función de las necesidades específicas del grupo al que enseñemos, pero siempre se hará hincapié en que los alumnos desarrollen las capacidades, los conocimientos, la comprensión, el lenguaje y la confianza necesarios para buscar ayuda, en caso necesario, para sí mismos o para los demás.
- Nos aseguraremos de enseñar temas de salud mental y bienestar emocional de una manera segura y sensible que ayude en lugar de perjudicar.
- Mantendremos informados a los padres sobre los temas de salud mental que sus hijos están aprendiendo en PSHE y compartiremos ideas para ampliar y explorar este aprendizaje en casa.

#### **Identificación:**

El estrés y las preocupaciones a corto plazo son una parte normal de la vida y muchos problemas pueden experimentarse como desafíos leves o transitorios para algunos niños y sus familias. Por ejemplo, es normal que los niños se sientan nerviosos o estresados en épocas de exámenes, pero otros factores pueden hacer que ese estrés forme parte de un problema de salud mental duradero y persistente para algunos niños. Cuando un problema es particularmente grave o persistente en el tiempo, o cuando se experimentan varias de estas dificultades al mismo tiempo, se suele decir que los niños padecen problemas de salud mental. El personal debe ser consciente de los problemas de comportamiento que se salen de lo normal para su edad, como por ejemplo:

- Trastornos emocionales, por ejemplo fobias, estados de ansiedad y depresión.
- Trastornos de conducta, por ejemplo, robo, rebeldía, provocar incendios, agresividad y comportamiento antisocial.
- Trastornos hiperkinéticos, por ejemplo, trastornos de la actividad y la atención.
- Trastornos de la alimentación, trastornos de los hábitos, trastorno somático o trastorno maniaco depresivo.
- Trastornos del apego, por ejemplo, niños que presentan una marcada angustia o discapacidad social como resultado de un patrón extremadamente anormal de apego a los padres o tutores.
- Trastornos traumáticos, como el trastorno de estrés postraumático, como consecuencia de experiencias traumáticas o periodos persistentes de maltrato y abandono.

#### **Medidas:**

- Si un alumno decide revelar a un miembro del personal su preocupación por su propia salud mental o la de un amigo, la respuesta del miembro del personal debe ser siempre tranquila, de apoyo y sin prejuicios.
- El personal debe escuchar, más que aconsejar, y lo primero que debe pensar es en la seguridad emocional y física del alumno, más que en preguntarse por qué.
- Todo el personal debe ser honesto con respecto a la cuestión de la confidencialidad; el personal nunca debe prometer confidencialidad a un estudiante.
- En primer lugar, se debe animar a los alumnos a que compartan sus problemas con sus padres, con un calendario establecido, tras lo cual siempre se debe informar a los padres.
- Esta información debe compartirse con el tutor del alumno y con los responsables de salud mental y bienestar, que decidirán la mejor y más adecuada forma de apoyo.
- Todas las revelaciones graves deben registrarse en el Registro confidencial de Wingate y, en caso necesario, deben registrarse por escrito y conservarse en el expediente confidencial del alumno. Estos registros deben incluir la fecha y los puntos principales de las conversaciones, así como las estrategias de seguimiento acordadas, que podrían incluir:

- o Reuniones periódicas de apoyo con el tutor.
- o Reuniones periódicas de apoyo con la coordinadora de bienestar.
- o Asesoramiento al alumno y a los padres sobre consejeros de apoyo externos.
- o Comunicación del caso a los Servicios Sociales.
- A menudo los amigos quieren ayudar pero no saben cómo. En el caso de autolesiones o trastornos alimentarios, es posible que los amigos aprendan unos de otros mecanismos de afrontamiento poco saludables. Para mantener la seguridad de los compañeros, estudiaremos caso por caso qué amigos pueden necesitar apoyo y orientación adicionales.
- Si un niño nos da motivos para creer que puede haber problemas subyacentes de protección de menores, debemos informar inmediatamente al DSL (Sr. Howells), que decidirá el plan de acción.

Sr. M Howells  
Director de Wingate School

Fecha de revisión: agosto de 2022

Documentación pertinente empleada en la elaboración de esta política:

<https://www.gov.uk/government/publications/keeping-children-safe-in-education--2>

<https://www.gov.uk/government/publications/mental-health-and-behaviour-in-schools--2>

<https://www.gov.uk/government/publications/promoting-children-and-young-peoples-emotional-health-and-wellbeing>

Consulte también Política de protección de menores de Wingate