

## Què en sabem?

1 Són autolesions en diferents zones del cos que no tenen com a objectiu buscar la mort.

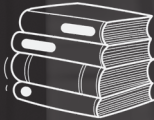


2 Principalment consisteixen a fer-se talls o erosions superficials en la pell (per exemple, un gratat intens).

3 No sempre estan associades a l'existència d'una malaltia mental.



4 L'edat d'inici se situa entre el final de l'educació primària i l'inici de la secundària.



5 Són conductes molt freqüents en l'adolescència: un 9% dels adolescents han tingut algun episodi autolesiu.

9%

6 És un fenomen amb una capacitat important de contagi social entre iguals, que es fomenta a través de les xarxes socials.



7 L'objectiu de les autolesions pot ser:



- regular o evitar una emoció negativa com la tristesa o la ràbia,
- cercar l'atenció social positiva,
- crear canvis ambientals, o fins i tot
- identificar-se amb determinades subcultures urbanes.

## Com intervenir-hi?

1 Mostra una actitud d'escolta i mantén la calma.

2 Evita parlar-ne amb el grup classe.

3 Evita complicitats amb l'alumne o alumna. Parla'n amb la família.

4 Interessa't per l'alumne o alumna en un sentit ampli. Coneix com viu el dia a dia.

5 Centra la teva intervenció en què pots fer perquè se senti millor a l'escola o institut.

6 Informa'n l'equip docent de l'alumne o alumna perquè observi si hi ha qualsevol conducta indicadora de malestar emocional.

7 Mostra interès per allò que pensa, sense judicis.

8 Dona-li suport proporcionant-li activitats alternatives.

9 Facilita-li el seguiment del curs.

