

Universidad de Oviedo

Facultad de Formación del Profesorado de Educación Secundaria  
Obligatoria, Bachillerato y Formación Profesional

**ATENCIÓN AL “SÍNDROME DE ESTAR QUEMADO” EN EL  
PROFESORADO DE ENSEÑANZA SECUNDARIA OBLIGATORIA**

**BURNOUT IN TEACHERS OF HIGHSCHOOL**

**TRABAJO FIN DE MÁSTER**

AUTORA: Beatriz Gracia Herrero  
TUTORA: Rebeca Cerezo Menéndez

MAYO 2018



## **RESUMEN**

El presente trabajo constituye la síntesis e implementación de lo aprendido a lo largo de este Máster. Por ello, se comenzará realizando un repaso por la utilidad y adecuación de los contenidos académicos del mismo, así como, realizando una valoración de lo que ha supuesto el período de prácticas a nivel profesional y personal. A continuación, todo este bagaje adquirido se pondrá en práctica mediante los diseños de un Plan de Actuación y de una Innovación Docente. La elaboración del Plan Anual de Actuación para un Departamento de Orientación se compondrá de quince actuaciones, de las cuales se desarrollarán seis en profundidad. Por su parte, la innovación estará enfocada a potenciar los factores de protección de los docentes de secundaria frente al “Síndrome de estar quemado”.

## **ABSTRACT**

This academic work mean the summary and implementation of learning achieved through this Master. Therefore, this academic work begin reviewing utility and consistency about academic knowledge learnt through it. Besides, I go to do an evaluation of my experience in a secondary school. Below, I go to desing an Intervention Annual Program and an Educational Innovation. The development of Annual Program from Guidance Department is make up by fifteen interventions, but, only six are development in depth. For the other part, the main goal of the Educational Innovation is to improve protection factors in highschool teachers to face up to burnout.



## ÍNDICE

<b>1. INTRODUCCIÓN</b>	4
<b>2. REFLEXIÓN CRÍTICA SOBRE LA FORMACIÓN RECIBIDA Y LAS PRÁCTICAS PROFESIONALES REALIZADAS</b>	5
2.1. REFLEXIÓN SOBRE LA APORTACIÓN DE LAS ASIGNATURAS CURSADAS EN EL MÁSTER	5
2.2. ANÁLISIS Y REFLEXIÓN SOBRE LAS PRÁCTICAS	7
2.2.1. Análisis contextual del centro	7
2.2.2. Análisis de la organización del centro	8
2.2.3. El Departamento de Orientación	9
2.2.4. Plan de Actuación del Departamento de Orientación	11
2.2.5. Reflexión sobre las prácticas realizadas	13
<b>3. PROPUESTA DE PLAN DE ACTUACIÓN PARA UN DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN</b>	15
3.1. OBJETIVOS GENERALES DEL PLAN DE ACTUACIÓN	17
3.2. PROGRAMA DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	18
3.3. PROGRAMA DE ACCIÓN TUTORIAL	24
3.4. PROGRAMA DE ORIENTACIÓN PARA EL DESARROLLO DE LA CARRERA	31
3.5. ORGANIZACIÓN INTERNA DEL DEPARTAMENTO Y COORDINACIÓN EXTERNA	37
3.6. EVALUACIÓN DEL PLAN DE ACTUACIÓN	39
3.7. BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS A UTILIZAR EN EL DEPARTAMENTO	40
<b>4. PROPUESTA DE INNOVACIÓN</b>	45
4.1. DIAGNÓSTICO INICIAL	45
4.2. JUSTIFICACIÓN Y OBJETIVOS DE LA INNOVACIÓN.	49
4.3. MARCO TEÓRICO DE REFERENCIA DE LA INNOVACIÓN	52



<b>4.4. DESARROLLO DE LA INNOVACIÓN</b>	<b>53</b>
4.4.1. Plan de actividades	54
4.4.2. Agentes implicados	59
4.4.3. Materiales de apoyo y recursos necesarios	59
4.4.4. Cronograma	60
<b>4.5. EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO DE LA INNOVACIÓN</b>	<b>61</b>
<b>5. CONCLUSIONES</b>	<b>65</b>
<b>6. FUENTES Y BIBLIOGRAFÍA</b>	<b>66</b>
<b>7. ANEXOS</b>	<b>68</b>



## 1. INTRODUCCIÓN

El presente documento tiene como finalidad recoger la experiencia y conocimientos adquiridos a través del Máster de formación del Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y Formación Profesional, el cual he cursado por la especialidad de Orientación Educativa.

En un primer momento, realizaré una síntesis valorativa de las prácticas realizadas en un Instituto de Enseñanza Secundaria (de aquí en adelante, IES). Para contextualizar mi experiencia también haré un resumen de la organización formal del centro, del contexto social y cultural del mismo, y de la estructura y funciones del Departamento de Orientación (de aquí en adelante, DO). Todos estos datos me servirán más adelante para enmarcar mi Plan Anual de Actuación. Así mismo, conectaré mi experiencia como alumna en prácticas con los conocimientos adquiridos en cada una de las asignaturas del Máster, sin las cuales, entender y participar activamente en la vida del IES como orientadora en prácticas me hubiese sido muy difícil.

Más adelante, como ya he mencionado, desarrollaré un Plan Anual de Actuación, el cual se encuadrará dentro de la legislación vigente actualmente, tanto a nivel estatal como autonómico. Dicho Plan constará de los tres programas preceptivos: Programa de Atención a la Diversidad (de aquí en adelante, PAD), Programa de Acción Tutorial (de aquí en adelante, PAT) y Programa de Orientación para el Desarrollo de la Carrera (de aquí en adelante, PODC). Cada uno de éstos, se compondrá de cinco actuaciones, que se fundamentarán en el contexto escolar y en las necesidades percibidas.

Por último, elaboraré una propuesta de innovación docente. En este sentido, me ha parecido importante abordar el tema del síndrome de Burnout en la población docente de Secundaria, debido a las necesidades detectadas a lo largo de mi periodo de prácticas y a las repercusiones que éste tiene en el proceso de Enseñanza-Aprendizaje del alumnado (de aquí en adelante, proceso de E-A).



## **2. REFLEXIÓN CRÍTICA SOBRE LA FORMACIÓN RECIBIDA Y LAS PRÁCTICAS PROFESIONALES REALIZADAS**

En esta sección se pretende hacer una síntesis y reflexión personal de todo lo aprendido y de la experiencia acumulada a lo largo del periodo de prácticas y de las clases teóricas del Máster, cursado por la especialidad de Orientación Educativa.

### **2.1. REFLEXIÓN SOBRE LA APORTACIÓN DE LAS ASIGNATURAS CURSADAS EN EL MÁSTER**

Una vez cursadas todas las asignaturas y realizadas las prácticas en el IES puedo concluir que todas las materias me han aportado conocimientos nuevos y que me han servido para aplicarlos en la práctica real de un centro educativo. También quiero reseñar que este Máster me ha servido para ampliar y profundizar sobre los conocimientos previos que había construido a raíz de mis estudios de Psicología, del Máster en Salud, Integración y Discapacidad, que había realizado previamente; y de mi experiencia laboral, así, como para actualizarme como profesional. Ahora, pasaré a detallar lo que me ha aportado cada una de las asignaturas cursadas este año.

La asignatura de “Procesos de la Orientación Educativa” me ha aportado conocimientos acerca de los procedimientos que se pueden utilizar para recabar información, a realizar correctamente un informe psicoeducativo y a interpretarlo, así como a conocer y saber aplicar las principales pruebas psicométricas que se utilizan en educación para evaluar capacidad, lecto-escritura y atención. De esta manera, una buena formación en instrumentos de evaluación me permitirá realizar evaluaciones fiables, ya que una buena triangulación de las pruebas y el uso conjunto de diferentes procedimientos permite evitar diagnósticos erróneos motivados por el solapamiento o la comorbilidad entre diferentes trastornos.

La materia de “Ámbitos de la Orientación Educativa” me ha enseñado la importancia de estar actualizado en cuanto a legislación, de cara a elaborar correctamente los documentos legales e institucionales que se derivan de la función de orientador. Así mismo, me ha enseñado a elaborar e interpretar un dictamen y a profundizar en mis conocimientos acerca de las variables que pueden afectar a la



diversidad (altas capacidades, TEA, etc.), lo cual me será muy útil en el futuro para prestar la mejor atención a los alumnos con necesidades.

En “Educación inclusiva y atención a la diversidad” he aprendido a elaborar un PAD, los diferentes modelos que existen para abordar la diversidad, así como las medidas y metodologías que se pueden aplicar. Esto último, resulta de gran utilidad al orientador para que sea capaz de ayudar al profesorado a adaptar la metodología y los contenidos a las necesidades específicas de cada alumno, con la finalidad de potenciar al máximo las fortalezas de dicho alumnado.

Gracias a la asignatura de “Investigación e innovación educativa”, ahora, sé elaborar correctamente una innovación o una investigación y elaborar una rúbrica. Hasta hace pocos años, había muchos campos, como, por ejemplo, la inteligencia emocional o la calidad de vida del profesorado que no se tenían en cuenta en educación, pero que, sin embargo, afectaban y afectan al éxito académico del alumnado. Dichas variables han comenzado a cobrar importancia a través del desarrollo de innovaciones educativas, por lo que, bajo mi punto de vista, la formación en dicho ámbito es de gran importancia para poder desarrollar actuaciones que incidan sobre éstas y así poder prestar a la comunidad educativa una atención integral.

“Diseño y Desarrollo del Currículum” me orientó de cara a abordar mi labor como orientadora vertebrándome en el currículo y en los Decretos que regulan la función de mi especialidad. Todo ello, me ha servido para darme cuenta de que como orientador o profesor, uno no puede poner en práctica todo aquello que quisiera ni en la forma en que quiera, si no ,que, los contenidos y las actuaciones deben de ceñirse a lo estipulado legalmente.

En la materia de “Sociedad, familia y educación” los conocimientos adquiridos me han servido para adecuar mi actitud como docente, sobre todo en lo relativo a igualdad de género y a inclusión de las minorías étnicas. En este sentido, la figura del orientador es muy importante que este bien formada en este aspecto, dado que a él acuden los alumnos que sufren algún tipo de discriminación y los docentes que necesitan consejo sobre cómo interactuar con dicho alumnado.



“Procesos y contextos educativos” me ha servido para conocer las leyes que regulan la educación en España y la forma actual de organización del sistema educativo, lo cual, evidentemente, me ha ayudado a la hora de incorporarme al centro de prácticas.

Por último, “Desarrollo, Aprendizaje y Educación” me ha servido para saber adaptar la metodología de forma que pueda aprovechar al máximo las características intrínsecas del alumnado.

En conclusión, este Máster me ha sido de utilidad para prepararme como futura orientadora.

## **2.2. ANÁLISIS Y REFLEXIÓN SOBRE LAS PRÁCTICAS**

### **2.2.1. Análisis contextual del centro**

El IES es un centro de titularidad pública ubicado en un núcleo urbano de la zona centro del Principado de Asturias. Se trata de un IES de línea 4 en el que se imparten los estudios de Educación Secundaria Obligatoria (de aquí en adelante, ESO), Bachillerato y Formación Profesional (de aquí en adelante, FP) de grado Medio y Superior. El centro cuenta este curso académico con 636 alumnos, 69 docentes y 11 profesionales correspondientes a personal no docente.

El barrio en el que se ubica el centro, se encuentra situado cerca del centro neurálgico de la ciudad y cuenta con todos los servicios e infraestructuras necesarios. Además, ha crecido exponencialmente en los últimos años gracias a la mejora en infraestructuras a la que ha sido sometido.

En cuanto a las características socio-económicas del barrio, se puede decir que las familias se caracterizan por tener un poder adquisitivo medio o medio-bajo y por la presencia de una gran cantidad de familias extranjeras debido al movimiento migratorio de la última década. Así, en el IES aparecen registradas 24 nacionalidades diferentes y el alumnado de origen extranjero conforma el 16,7% del total de los menores escolarizados en el centro. Así mismo, el centro cuenta con bastante alumnado procedente de familias desestructuradas, y con bastantes menores con Necesidades Específicas de Apoyo Educativo (de aquí en adelante, NEAE).



### 2.2.2. Análisis de la organización del centro

La estructura formal de un centro de enseñanza secundaria queda especificada en el Real Decreto 83/1996, de 26 de enero, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de educación Secundaria (ROIES, 1996). En base a la legislación vigente, se estructuran y conforman los órganos colegiados y unipersonales del presente IES, los cuales se pueden esquematizar en:

- **Consejo Escolar:** Es un órgano colegiado de gobierno y cumple tareas clave de colaboración y coordinación entre todos los miembros de la comunidad educativa, dado que está integrado por profesores, familias, alumnado y un representante del Ayuntamiento.
- **Claustro:** Es el máximo órgano de carácter técnico-profesional y está formado por todos los docentes. A éste le corresponde la elaboración, aprobación y seguimiento del Proyecto Educativo, de las Concreciones Curriculares y de las Programaciones Docentes.
- **Equipo directivo:** Es el órgano ejecutivo de gobierno. Está formado por la Directora, la Jefa de Estudios y la Secretaria. Entre sus funciones básicas están guiar la acción planificadora y organizativa, lograr la integración y el buen funcionamiento de los diferentes órganos del centro y fomentar en el profesorado y en el alumnado una perspectiva de cambio y de mejora de la actividad educativa.
- **Junta de Delegados:** Su objetivo es favorecer la participación de los alumnos en la vida del centro. Se coordina con la Jefatura de Estudios para abordar temas como las actividades extraescolares y complementarias, conductas contrarias a las normas de convivencia y las medidas correctoras, absentismo escolar o las calificaciones obtenidas en las evaluaciones.
- **Órganos de coordinación docente:**
  - **Comisión de Coordinación Pedagógica:** Está integrada por la Directora, la Jefa de Estudios y los jefes de los Departamento. Su labor es esbozar las principales líneas de actuación a nivel curricular.



- **Tutora de Acogida:** Se encarga de coordinar las actividades encaminadas a la integración del alumnado de origen extranjero que se beneficie de esta medida, para ello se coordina con el Equipo Directivo y con el DO.
- **Junta de Profesores:** Se compone del tutor del grupo más todos los docentes que dan clase a dicho grupo. Su finalidad es favorecer la coordinación de la actuación docente.
- **Departamentos Docentes:** Está compuesto por todos los profesores que imparten materia en un mismo área. Este órgano permite concretar aspectos curriculares y favorece la coordinación docente.
- **Departamentos de Actividades Extraescolares y Complementarias:** Dicho órgano está dirigido por el jefe del Departamento y, para cada actividad concreta, compuesto por los docentes, miembros del AMPA o estudiantes responsables de la misma. Como su propio nombre indica su labor fundamental es planificar y coordinar dicho tipo de actividades.
- **Departamento de Orientación.**

### **2.2.3. El Departamento de Orientación**

La composición, organización y competencias del DO quedan recogidas en el Decreto 147/2014, de 23 de diciembre, por el que se regula la orientación educativa y profesional en el Principado de Asturias, y por el Real Decreto 83/1996, de 26 de enero, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria (ROIES, 1996).

En el IES en el que realicé las prácticas, dicho Departamento está formado por la orientadora que a su vez es la Jefa del DO; por la Profesora Técnica de Servicios a la Comunidad (de aquí en adelante, PTSC), una profesora de Audición y Lenguaje (de aquí en adelante, AL), que se encuentra contratada a media jornada; una profesora de Pedagogía Terapéutica (de aquí en adelante, PT), las dos tutoras del Programa de Mejora del Aprendizaje y del Rendimiento (de aquí en adelante, PMAR), correspondiente al ámbito lingüístico y social y ámbito científico matemático; y la Mediadora Comunicativa (de aquí en adelante, MC), como profesorado de apoyo. Para



garantizar el buen desarrollo de sus funciones, el DO se reúne de manera ordinaria una vez por semana, más las veces que sea pertinente en caso extraordinario.

El objetivo principal del DO es propiciar el desarrollo óptimo del alumnado a través de la orientación educativa, psicopedagógica y profesional. Para ello los profesionales que integran el DO llevan a cabo las siguientes funciones:

- ✓ Ofrecer propuestas al equipo directivo y al claustro para la elaboración, desarrollo y revisión del PAD, el PAT y el PODC.
- ✓ Apoyar al profesorado en la prevención y detección temprana de dificultades de aprendizaje.
- ✓ Dar respuesta a las necesidades educativas de todo el alumnado a través del asesoramiento y la evaluación psicopedagógica.
- ✓ Asesorar y participar en la coordinación de los procesos de incorporación del alumnado con necesidad específica de apoyo educativo (de aquí en adelante, NEAE) a las diferentes medidas de atención a la diversidad.
- ✓ Participar en el seguimiento educativo del alumnado, especialmente en lo que concierne a los cambios de curso y etapa, así como en la elección entre las distintas opciones académicas, formativas y profesionales.
- ✓ Cooperar con la jefatura de estudios en la organización de la información sobre el alumnado con NEAE y participar en su traspaso a los equipos docentes.
- ✓ Colaborar con los tutores en la integración, seguimiento y acompañamiento del alumnado. Así como proponer actuaciones que favorezcan la misma.
- ✓ Facilitar la acogida de todo el alumnado y en especial del alumnado con NEAE.
- ✓ Colaborar con instituciones y servicios externos para proporcionar la mejor atención al alumnado.
- ✓ Colaborar en el diseño, seguimiento y evaluación del plan integral de convivencia del centro
- ✓ Realizar acciones de formación, de innovación y de experimentación en el ámbito educativo relacionadas con sus funciones.



#### **2.2.4. Plan de Actuación del Departamento de Orientación**

El Decreto 147/2014, de 23 de diciembre, por el que se regula la orientación educativa y profesional en el Principado de Asturias establece los contenidos del Plan Anual de Actuación, así como su programación, desarrollo y supervisión.

El Plan de Actuación del DO de dicho IES está incluida dentro de la Programación General Anual (de aquí en adelante, PGA) de este curso académico, y, sus objetivos y líneas generales de actuación coinciden con lo expuesto tanto en la PGA como en el Proyecto Educativo de Centro (de aquí en adelante, PEC). Consta de los tres apartados preceptivos: PAD, PAT y PODC. A su vez, cada uno de estos programas está bien elaborado, especificando cada uno de ellos, los objetivos perseguidos, las medidas, actuaciones y actividades puestas en marcha para alcanzar cada uno de ellos, los recursos necesarios para llevarlas a cabo y aparecen explícitamente las funciones que tendrá cada parte del equipo educativo (lo cual evita redundancias, malos entendidos, descoordinación, etc.). Igualmente, consta de una evaluación tanto de cada programa como de la programación en general, en la cual se especifican los tiempos y los instrumentos utilizados en las mismas. Además, se aprecia que se han tenido en cuenta los resultados obtenidos en años anteriores para la detección de necesidades y la elaboración de la Programación Anual del presente curso.

En este segundo párrafo se pretende realizar una síntesis y valoración de cada uno de los programas contemplados dentro del Plan Anual de Actuación, empezando por el PAD. El PAD del IES tiene unos criterios claros, concretos y objetivos para la detección e incorporación del alumnado a los programas de atención a la diversidad. Muestra una coherencia externa buena, ya que las necesidades detectadas concuerdan con los objetivos y con las intervenciones propuestas en dicho PAT. Del mismo modo, tiene también una coherencia interna elevada ya que los objetivos que se persiguen con dicho plan se concretan posteriormente en medidas de atención a la diversidad. Además, especifica de qué manera, en qué momentos y por quién se llevarán a cabo las evaluaciones.

En cuanto al PAT, éste muestra una programación adecuada a las necesidades del alumnado y los temas están repartidos por etapas de forma coherente. Así mismo, los contenidos trabajados en las tutorías concuerdan con los objetivos planteados en el PEC



y en la PGA. Del mismo modo, presenta un buen nivel de recursos (asociaciones externas, materiales didácticos, etc.) y está bien organizado a nivel de temporalización, si bien, permite cierta flexibilidad, lo cual resulta muy oportuno dadas las características propias de la docencia. Durante mi experiencia personal en el periodo de prácticas, he podido ver el desarrollo de algunas de las actividades de tutoría (planificación familiar, prevención del consumo de sustancias, programa Orienta, etc.). Éstas me han resultado interesantes en cuanto a contenido, si bien es cierto que en algunas en las que venía un profesional externo se notaba cierto desajuste entre éste y los oyentes, probablemente porque el primero no tuviese experiencia con estudiantes adolescentes. Así mismo, tuve la oportunidad de realizar dos actuaciones enmarcadas dentro de la acción tutorial, una en 1º Bachillerato relacionada con los hábitos saludables y otra en 1º de ESO relacionada con la convivencia y la inclusión. Como limitación me parece importante reseñar que cierta parte del profesorado no es consciente de la importancia de tratar temas como la convivencia, la educación en valores, los hábitos saludables, etc. Ya que piensan que la labor docente se centra únicamente en la transmisión de contenidos puramente académicos. Esta situación provoca cierta descoordinación y malestar entre el equipo docente.

En referencia al PODC este programa contiene unos objetivos claros y concisos, que abarcan a toda la comunidad educativa (docentes, alumnado y familias) y lo mismo se puede decir sobre las actividades programadas, este es un punto a favor del PODC ya que involucra y coordina a todos los sectores de la comunidad educativa. En cuanto al detalle con el que se plantean las actividades cabe destacar que se especifican los recursos, la temporalización, los destinatarios, los agentes implicados y la evaluación. Por todo ello, se puede concluir que el PODC está lo suficientemente desarrollado y además se adecua a las necesidades del centro.

Por último, en la Memoria Anual del centro se recogen brevemente los resultados del Plan Anual de Actuación del año anterior, en el cual se expresa que los objetivos planteados han sido cumplidos aceptablemente.



### **2.2.5. Reflexión sobre las prácticas realizadas**

Durante el periodo de prácticas he realizado diversas actividades relacionadas con la labor del orientador en un IES, entre ellas: interpretación de informes psicopedagógicos, actuaciones encaminadas a mejorar la convivencia en el centro, planteamiento y desarrollo de actividades del PAT, conocimiento de la dinámica de un centro y de su organización y funcionamiento, aprender a manejar el programa informático SAUCE, participación en las reuniones (de departamento, CCP, Claustro, etc.), atención y coordinación con las familias, aplicación, corrección e interpretación de pruebas psicométricas, observación de la coordinación entre el DO y el resto de docentes y atención individualizada al alumnado con diversidad funcional o con problemas de inclusión.

En su conjunto, esta etapa del Máster me ha permitido poner en práctica aquellos conocimientos teóricos adquiridos previamente, así como darme cuenta de que en la mayoría de las ocasiones la práctica difiere de la teoría. Dicho de otro modo, se hace necesario flexibilizar, adaptar e improvisar debido a la variabilidad individual, que no permite generalizar una medida, y a los impedimentos que a veces ponen la familia y el profesorado. Así mismo me ha hecho darme cuenta de que un buen orientador debe desarrollar una serie de competencias: ser asertivo, tener una buena habilidad comunicativa, saber resolver conflictos, saber coordinarse y respetar los puntos de vista del resto de los docentes, tener empatía, entre otras; las cuales he tenido que entrenar a lo largo de dicho periodo de prácticas. En este sentido, me han brindado la oportunidad de crecer como profesional y como persona. Así mismo, he sido testigo de la gran importancia que tiene la coordinación del profesorado y la puesta en marcha de programas que impliquen la colaboración de diferentes departamentos. Éstos suponen una mejoría en el éxito académico del alumnado, en su motivación y en su desarrollo socio-afectivo. Por otro lado, las prácticas me han permitido aplicar los conocimientos adquiridos en las asignaturas del Máster relacionados con las medidas de atención a la diversidad, el desarrollo de propuestas de innovación, los referidos al desarrollo de políticas de igualdad, a la interpretación de los documentos legislativos y al conocimiento del organigrama del centro, a las técnicas de recogida de datos e



información y a los relacionados con la implicación de las familias y los agentes externos con el centro educativo.

En definitiva, valoro muy positivamente mi experiencia en el IES ya que me ha permitido conocer de cerca la realidad de la vida de un centro educativo. De este modo, he podido ver las dificultades a las que se enfrentan los profesionales educativos, y que, no siempre se puede hacer todo lo que uno como profesional desearía debido a las barreras con las que te puedes encontrar (impedimentos legales, falta de colaboración por parte de las familias, rechazo por parte del profesorado, desmotivación y absentismo del alumna, etc.), por ello, es muy importante saber flexibilizar y adaptar las actuaciones al contexto real de nuestro centro. También quiero recalcar lo necesario que me ha parecido la coordinación entre los diferentes miembros del equipo docente para lograr desarrollar al máximo el potencial de los alumnos, si bien, muchas veces, conseguir un buen clima de trabajo es complicado debido a las diferentes perspectivas que cada profesional tiene acerca de qué es y cómo debe aplicarse la educación en secundaria.



### **3. PROPUESTA DE PLAN DE ACTUACIÓN PARA UN DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN**

Tal y como recoge el artículo 25 del Decreto 147/2014 los centros educativos deben elaborar un Plan de orientación educativa y profesional para garantizar el buen desarrollo de sus funciones. Dicho Plan depende y forma parte del PEC. Así mismo, se establece por ley que dicho Plan debe constar de tres partes: PAD, PAT y PODC.

La atención a la diversidad en la ESO queda reflejada en el artículo 16 del Decreto 43/2015, el cual expone que ésta debe ir *“dirigida a dar respuesta a las diferentes capacidades, ritmos y estilos de aprendizaje, motivaciones e intereses, situaciones sociales, culturales, lingüísticas y de salud del alumnado”*. Y su fin último será lograr que todo el alumnado alcance los objetivos y competencias marcados para esta etapa. Ya que, como refiere Bisquerra (2010), se ha pasado de una concepción segregadora, en la cual existían dos grupos de niños (los deficientes y los no deficientes), a una visión inclusiva, en la que se entiende que cada alumno es diferente y que la finalidad de la educación es el desarrollo integral de todas las capacidades humanas. Por su parte, la atención a la diversidad para Bachillerato se recoge en el artículo 17 del Decreto 42/2015, en el cual se establece que el centro tendrá autonomía para establecer aquellas medidas de carácter ordinario o extraordinario que permitan al alumno alcanzar los objetivos de etapa y desarrollar al máximo su potencial.

En cuanto a la acción tutorial, ésta tiene un doble propósito, de un lado, adaptar el proceso de E-A a las necesidades de cada individuo y, del otro, garantizar el desarrollo integral de su personalidad (Bisquerra, 2010). La acción tutorial para la ESO queda recogida en el artículo 23 del Decreto 43/2015, el cual indica que ésta debe orientarse hacia la inclusión del alumnado, el apoyo al proceso de E-A y a la elección de los itinerarios formativos y profesionales. Para el Bachillerato queda recogida en el artículo 19 del Decreto 42/2015, el cual establece que la finalidad principal de la acción tutorial será orientar al alumnado en la elección del itinerario formativo y en los procesos de transición a los estudios superiores y al mundo laboral. Es decir, está orientada fundamentalmente al desarrollo de la carrera, lo cual se hace aún más remarcable en segundo de Bachillerato.



Teniendo en cuenta la legislación vigente y las necesidades detectadas en el centro se proponen las siguientes actuaciones:

Tabla 1. Resumen del Plan Anual de Actuación. Fuente: Elaborada "Ad hoc"

<b>PAD</b>	Programa de acogida para el alumnado de incorporación tardía.
	Prevención del abandono escolar temprano en alumnado en situación de riesgo.
	Screening de necesidades educativas.
	Sensibilización hacia el colectivo LGTB (lesbianas, gays, transexuales y bisexuales).
	Inclusión del alumnado de origen extranjero: recetas para la convivencia.
<b>PAT</b>	Fomento del deporte.
	Aprendiendo a utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TICs).
	Prevención del consumo de sustancias en población adolescente.
	Sensibilización sobre los problemas en salud mental.
	Prevención de la violencia y la discriminación por razón de género.
<b>PODC</b>	Itinerarios formativos y laborales.
	Autoevaluación académica.
	Acercamiento a la F.P.
	Técnicas de estudio.
	Iniciación a la vida adulta.



### 3.1. OBJETIVOS GENERALES DEL PLAN DE ACTUACIÓN

En lo que concierne al **alumnado** se plantean los siguientes objetivos:

- ✓ Favorecer la promoción escolar del alumnado de incorporación tardía.
- ✓ Reducir las amenazas y potenciar las fortalezas del alumnado en riesgo de exclusión social.
- ✓ Prevenir la aparición de dificultades en el proceso de E-A.
- ✓ Potenciar las competencias y mejorar el rendimiento académico del alumnado con NEAE.
- ✓ Favorecer el bienestar emocional y la inclusión social del alumnado con NEAE.
- ✓ Evitar la discriminación del alumnado por razón de género, orientación sexual, etnia, discapacidad o cualquier otra circunstancia.
- ✓ Prevenir y paliar el acoso escolar.
- ✓ Inculcar hábitos de vida saludables.
- ✓ Fomentar el uso adecuado de las TICs.
- ✓ Prevenir el inicio al consumo de sustancias y reducir su incidencia entre los iniciados.
- ✓ Dotarles de recursos para el aprovechamiento del tiempo libre.
- ✓ Dotar al alumnado de competencias y recursos para afrontar la salida al mundo laboral.
- ✓ Asesorar al alumnado acerca de las diferentes opciones formativas y laborales.
- ✓ Favorecer el desarrollo de sus competencias y aptitudes para aprovechar al máximo su potencial.
- ✓ Apoyarles en el proceso de toma de decisiones a nivel de desarrollo de la carrera.
- ✓ Fomentar la autocrítica y el autoconocimiento de los alumnos.

En cuanto al **profesorado** se tienen en cuenta los siguientes objetivos:

- ✓ Dotarles de recursos para actuar ante los casos de acoso/ violencia.
- ✓ Implicarles activamente en la acción tutorial.



- ✓ Proporcionarles recursos e información para potenciar la inclusión de todo el alumnado.

En lo relativo a las **familias** se contemplan los siguientes objetivos:

- ✓ Implicar a las familias en el proceso de E-A de sus hijos.
- ✓ Ayudar a las familias con bajos recursos, a nivel escolar.
- ✓ Mantener una comunicación fluida con las familias del alumnado con problemas a nivel escolar.
- ✓ Mantener informadas a las familias en lo que respecta al desarrollo académico y personal de sus hijos.
- ✓ Proporcionarles información sobre los itinerarios formativos y laborales.

### 3.2. PROGRAMA DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

#### 1. Programa de acogida para el alumnado de incorporación tardía:

- ✓ **Objetivo:** Promover la inclusión social y promoción escolar del alumnado que se haya incorporado tarde al sistema educativo español.
- ✓ **Profesionales implicados:** El encargado de elaborarlo será el DO junto con el Equipo Directivo. Lo aplicarán los tutores y el responsable del aula de inmersión.
- ✓ **Población diana:** Alumnos que se incorporan por primera vez al sistema educativo español.
- ✓ **Temporalización:** Durante todo el curso.
- ✓ **Descripción:** La actuación se desarrollará a través del aula de inmersión lingüística, el aula de acogida, la implicación de las familias, la dotación gratuita de material escolar a las familias sin recursos y el asesoramiento al profesorado acerca de cómo trabajar con este alumnado.

#### 2. Prevención del abandono escolar temprano en alumnado en situación de riesgo.

- ✓ **Objetivo:** Reducir el riesgo de exclusión social e impulsar el éxito académico/ salidas laborales de este alumnado.
- ✓ **Profesionales implicados:** El DO, los tutores y el Equipo Directivo.



- ✓ **Población diana:** Alumnado que presenta alguna o más de las siguientes variables: consumo de sustancias, absentismo no justificado, problemática familiar, bajo rendimiento académico y pocas expectativas laborales.
- ✓ **Temporalización:** Todo el curso.
- ✓ **Descripción:** Se propone la creación de aulas flexibles, la reorganización de estos alumnos hacia FP básica, la implicación y contacto continuado con las familias y con los servicios comunitarios (Salud Mental, Servicios Sociales, etc.) y la prestación de apoyos académicos (PT, AL, material escolar gratuito, etc.).

### 3. Screening de necesidades educativas

- ✓ **Objetivo:** Promover la inclusión social, apoyar el bienestar emocional, y potenciar el rendimiento académico de estos alumnos.
- ✓ **Profesionales implicados:** DO como los encargados de elaborar y seleccionar las intervenciones y medidas más adecuadas, orientar en el proceso a los tutores y evaluar los resultados de las intervenciones.
- ✓ **Población diana:** 1º ESO.
- ✓ **Temporalización:** 1º y 2º trimestre.
- ✓ **Descripción:** A todos los alumnos de 1º de la ESO se les administrará una prueba de inteligencia (Factor G de Cattell), una de creatividad (CREA), una de problemas emocionales y conductuales (SENA), una de lectura (PROLEC-SE-R), una de déficit de atención (AGL: atención global - local) y un sociograma, con la finalidad de observar si algún alumno necesita ser atendido en profundidad por el DO.

### 4. Sensibilización hacia el colectivo LGTB (lesbianas, gays, transexuales y bisexuales)

- ✓ **Justificación:** Diferentes investigaciones han demostrado que la escuela es uno de los contextos en los que más acoso sufren las personas que se identifican con minorías sexuales (homosexuales, transsexuales y bisexuales). Así mismo, se ha constatado que el acoso sufrido en esta etapa de la vida deja



secuelas a nivel psicológico (mayores problemas de ansiedad, de autoestima, etc.) que se manifiestan durante la edad adulta (Martxueta y Etxeberria, 2014; Birkett, Espelage y Koenig, 2009). Sin embargo, la escuela tiene la capacidad de prevenir la discriminación de este colectivo si crea un clima escolar positivo y se trabaja por reducir los prejuicios homófonos (Birkett et al., 2009). A nivel legal, el Decreto 43/2015 establece que un objetivo de la ESO es que el alumnado conozca y valore la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Teniendo en cuenta estos datos y la diversidad presente en nuestro centro educativo, se hace necesario implementar una actuación encaminada a prevenir este tipo de situaciones.

- ✓ **Destinatarios:** 2º de la ESO, ya que la actuación tiene un carácter preventivo y es a estas edades cuando comienza a definirse la orientación sexual. Por otro lado, todos los alumnos del IES se beneficiarán de la activación del protocolo por acoso y a la atención individualizada de la orientadora.
- ✓ **Objetivos:** El objetivo general es fomentar la no discriminación del alumnado que se identifica con minorías sexuales (homosexuales, bisexuales y transexuales). Los objetivos específicos son:
  - Sensibilizar al alumnado.
  - Disminuir los prejuicios hacia este colectivo.
  - Prevenir situaciones de acoso y discriminación.
  - Orientar al alumnado que se sienta confuso en cuanto a su orientación.
- ✓ **Contenidos:**
  - Actividades encaminadas a sensibilizar al alumnado sobre los problemas de inclusión de las minorías sexuales.
  - Protocolo de acoso escolar.
  - Servicio de orientación.
- ✓ **Metodología y actividades:** Las actividades son organizadas y evaluadas por la orientadora e impartidas bien por el tutor, la orientadora o bien por los



agentes externos encargados de cada sesión. La activación del protocolo de acoso y la atención individualizada por parte del orientador se llevarán a cabo con todos los alumnos del IES.

- *Actividad I:* A través de una charla impartida por la orientadora se les proporcionará información acerca de los diferentes conceptos (orientación, identidad, sexo y género), de las instituciones y asociaciones a las que pueden acudir en caso de tener dudas y se desmitificarán prejuicios acerca de este colectivo.
  - *Actividad II:* Miembros de la asociación asturiana XEGA acudirán al centro educativo para contar su experiencia personal y sensibilizar al alumnado acerca de las barreras sociales con las que se encuentran en su día a día. Así mismo, resolverán las dudas de los alumnos.
  - *Actividad III:* Los alumnos se repartirán en grupos de 5-6 personas y cada grupo elaborará, en forma de mural, un decálogo para la inclusión, basándose en lo visto en las dos sesiones anteriores. Una vez finalizados, se expondrán por los pasillos del IES.
  - *Protocolo de acoso escolar:* Ante situaciones que se puedan considerar de acoso se activará el Protocolo contenido en la publicación de la Consejería de Educación, Cultura y Deporte del Principado de Asturias, Maltrato cero. Orientaciones sobre el acoso escolar (2006).
  - *Servicio de orientación:* Desde el DO se prestará información, apoyo y ayuda individualizada a todos aquellos alumnos que lo demanden.
- ✓ **Recursos:** Aparatos informáticos (ordenador, proyector, etc.), material fungible (rotuladores, cartulinas, etc.) y la guía Maltrato cero. Orientaciones sobre el acoso escolar (2006) e informes contenidos en la misma.



- ✓ **Temporalización:** Las tres primeras actividades se llevarán a cabo durante las horas de tutoría del 1º trimestre. Las dos restantes, estarán activas durante todo el curso.
- ✓ **Evaluación:** Por un lado, se llevará a cabo una evaluación de la satisfacción con las actividades realizadas, pasando un cuestionario elaborado “ad hoc” al final de la actividad III. Por otro lado, se entenderá que la actuación está siendo eficaz si a final de curso no ha habido casos de acoso/ discriminación, medidos a través de dos indicadores objetivos: Los partes de incidencias y las demandas realizadas al DO.

#### **5. Inclusión del alumnado de origen extranjero: “Recetas para la convivencia”:**

- ✓ **Justificación:** Se detecta la necesidad de realizar una actuación encaminada a mejorar la convivencia con el alumnado de origen extranjero debido a la gran cantidad de alumnado con estas características inscrito en el centro, a que. en muchas ocasiones las incidencias que se dan en el centro se deben a haber fallado en la adaptación e inclusión de este alumnado y a los choques interculturales. Además, se hace patente que la frecuencia de los conflictos es mayor en los primeros cursos y va disminuyendo en los cursos superiores. A nivel legislativo, el Decreto 43/2015 establece que un objetivo de la ESO es conocer y respetar las culturas de otros países y que, la orientación, debe ir encaminada a favorecer la inclusión de todo el alumnado, atendiendo a los diferentes contextos socio-culturales.
- ✓ **Destinatarios:** Se dirige al alumnado de 1º de ESO por ser el nivel en el que más problemas de convivencia se han detectado.
- ✓ **Objetivos:** El objetivo general es potenciar la inclusión del alumnado de origen extranjero. Los objetivos específicos son:
  - Mejorar la convivencia.
  - Reducir las incidencias.
  - Propiciar un clima de aula respetuoso, cooperativo y empático.
  - Concienciar al alumnado acerca de la riqueza intercultural.



✓ **Contenidos:**

- Gastronomía internacional
- Riqueza intercultural.
- Educación en valores.

- ✓ **Metodología y actividades:** La actuación se concreta en una actividad de una hora de duración, la cual será elaborada, impartida y evaluada por la orientadora, en colaboración con el tutor.

En una primera parte, los alumnos se agruparán por nacionalidades y su tarea será encontrar una receta típica. Por ello, durante esta fase se trabajarán aspectos como la colaboración, el respeto a las opiniones e ideas ajenas y la capacidad para ceder y llegar a acuerdos. El tiempo estimado para esta primera parte será de 10 minutos. A continuación, se repartirán en grupos interculturales de 4 personas y cada uno trabajará sobre la receta que les asigne la orientadora. Para ello tienen que crear un documento en el cual figuren los siguientes aspectos:

- País de origen y nombre
- Posible origen y/o si está ligada a alguna fiesta o tradición
- Ingredientes
- Forma de elaboración (brevemente)
- Foto del resultado final

Los documentos elaborados por cada grupo se subirán a un blog creado para tal fin, con el objetivo de divulgar la actividad. Para llevar a cabo esta parte de la actividad se dejará un tiempo estimado de 20 minutos. Con esta dinámica se pretende fomentar el trabajo en equipo, la capacidad de síntesis y redacción, la expresión artística, el respeto y la cooperación.

Por último, los 20 minutos restantes se aprovecharán para hacer un debate conjunto entre todos los miembros de la clase con la finalidad de que el alumnado perciba como enriquecedora la experiencia de compartir aula con alumnos de diferentes nacionalidades, así como que el alumnado que acaba de incorporarse a nuestro sistema educativo, sienta que se pone en valor su



cultura. En el debate se abordarán aspectos como: ¿Hay alguna receta en tu país que se asemeje a ésta? ¿A qué se pueden deber estas similitudes? ¿Qué otras semejanzas se te ocurren: fiestas, costumbres, etc.? Entonces, ¿Somos tan diferentes? Con las conclusiones del debate se elaborará una “receta para la convivencia” en la cual figuren que ingredientes serían necesarios para mejorar la convivencia de la clase (ej. Ingredientes: Respeto, empatía...) y cómo harían para ponerlo en práctica (ej. Ayudando al compañero que llega nuevo a conocer las costumbres del centro). Dicha “receta” se subirá igualmente al blog.

- ✓ **Recursos:** Como recursos materiales serán necesarios los aparatos tecnológicos. Como recursos espaciales, el aula de informática.
- ✓ **Temporalización:** La actuación se llevará a cabo durante una hora de tutoría del 2º trimestre.
- ✓ **Evaluación:** Como evaluación inicial y final se propone utilizar como indicador las incidencias en 1º de ESO, entendidas como amonestaciones o llamadas de atención motivadas por problemas de convivencia. De este modo, se tomará la prevalencia de incidencias en el 1º trimestre como línea base de partida y, al final del 3º trimestre se analizarán las incidencias para observar si se mantienen, disminuyen o aumentan. Si éstas han disminuido se considerará que la actuación ha sido eficaz. Por otro lado, para tener retroalimentación del grado de satisfacción de los alumnos con la actividad se les administrará un cuestionario elaborado “ad hoc”.

### 3.3. PROGRAMA DE ACCIÓN TUTORIAL

#### 1. Fomento del deporte

- ✓ **Objetivo:** Evitar el sedentarismo, prevenir el inicio al consumo de drogas, dotar al alumnado de estrategias para hacer un uso saludable del tiempo libre, inculcar valores y, fomentar el asociacionismo y el trabajo en equipo.
- ✓ **Profesionales implicados:** El orientador, los tutores y los profesores de Educación Física como los encargados de organizar, así como de dinamizar



algunas de las actividades. También acudirán profesionales externos al centro que impartirán charlas o realizarán actividades deportivas.

- ✓ **Población diana:** 1º y 2º ciclo de la ESO.
- ✓ **Temporalización:** A lo largo de todo el curso.
- ✓ **Descripción:** Se mejorará la oferta extraescolar en actividades deportivas, en Educación Física se realizarán dinámicas que fomenten la cooperación, la empatía y el altruismo, y que inculquen valores como el respeto o el esfuerzo; los tutores y algunos de los profesionales externos impartirán charlas orientadas a informar al alumnado acerca de los beneficios de practicar deporte de forma habitual y a despertar su interés por este tipo de actividades.

## 2. Aprendiendo a utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TICs)

- ✓ **Objetivos:** Concienciar al alumnado acerca de los peligros de un mal uso de las TICs y, en concreto, de las redes sociales, fomentar el uso de las mismas como herramienta de investigación y enseñarles a seleccionar y buscar información fiable.
- ✓ **Profesionales implicados:** El orientador será quien diseñe la actuación y evalúe su eficacia. El tutor será el encargado de llevarla a cabo con los alumnos.
- ✓ **Población diana:** 3º ESO.
- ✓ **Temporalización:** 2º trimestre.
- ✓ **Descripción:** La actuación se vertebra en dos partes, materializadas en dos actividades. La primera de ellas pretende dotar al alumnado de recursos para navegar de forma segura, proteger su privacidad y, en definitiva, hacer un uso saludable de las redes sociales. La segunda parte, está orientada a inculcar en los alumnos una visión de las TICs como fuente de divulgación científica y cultural y, a enseñarles a buscar información veraz y a seleccionarla.



### 3. **Prevención del consumo de sustancias en población adolescente**

- ✓ **Objetivo:** Evitar el inicio o reducir/eliminar el consumo en quienes ya hayan probado estupefacientes.
- ✓ **Profesionales implicados:** El orientador, que será el encargado de organizar la actividad y de ponerse en contacto con los agentes externos. Las actividades serán impartidas por un agente de la Policía Nacional, un médico y un Técnico de Emergencias Sanitarias, y dos usuarios de la asociación de lucha contra la droga “Atropos”.
- ✓ **Población diana:** 2º, 3º y 4º de ESO.
- ✓ **Temporalización:** 1º trimestre.
- ✓ **Descripción:** La actuación constará de tres actividades diferenciadas. De una primera parte, la Policía Nacional les proporcionará información sobre los tipos de sustancias ilegales que existen y de las consecuencias a nivel legal de su consumo o pertenencia. Por otro lado, los profesionales sanitarios les instruirán acerca de las consecuencias para su salud del consumo y les contarán su experiencia interviniendo en casos de sobredosis, coma etílico, etc. Por último, los usuarios de “Atropos” compartirán su experiencia como consumidores, los efectos que esto tuvo a nivel social, familiar, laboral, etc., cómo lograron salir de la droga y cómo han recuperado su vida en la actualidad.

### 4. **Sensibilización sobre los problemas de salud mental**

- ✓ **Justificación:** La actuación surge de las necesidades detectadas por los tutores en Bachillerato. Éstas serían, por un lado, la inquietud de algunos de los alumnos acerca de los problemas psicológicos. Y, por otro, la presencia de una ansiedad bloqueante ante los exámenes en algunos de ellos. En este sentido, cabe diferenciar entre el eutrés y el distrés. El eutrés sería deseable, ya que permite la activación necesaria para afrontar esta tarea. Sin embargo, con estos alumnos hay que hablar de distrés, ya que su ansiedad les llevaba a bloquearse ante los exámenes. Como consecuencia, obtenían peores notas, e incluso suspendían, lo cual no concordaba con lo que de verdad sabían sobre



la materia. Para recabar información sobre los trastornos en los que estaban interesados y sobre si habían tenido experiencia previa con el campo de la Salud Mental, se les pasó un cuestionario elaborado “ad hoc”. Los resultados mostraron que el 38,9% habían acudido en algún momento a Salud Mental o tenían diagnóstico clínico, lo cual supone que aproximadamente un tercio del alumnado de 1º de Bachillerato había tenido en algún momento de su vida problemas de bienestar mental. Y, de éstos, el 47,6% había recibido tratamiento farmacológico y el 61,9% terapia psicológica. Estos datos resultan alarmantes y resaltan la necesidad de llevar a cabo esta actuación. En cuanto a los trastornos mentales que más les interesan serían la ansiedad (61,1%) y la depresión (55,6%).

- ✓ **Destinatarios:** Los alumnos de 1º de Bachillerato, ya que es el nivel en el que se detectan las necesidades.
- ✓ **Objetivos:** El objetivo general de la actuación es dar a conocer al alumnado los trastornos de salud mental. Los objetivos específicos son:
  - Reducir los prejuicios hacia este colectivo.
  - Dotar al alumnado de recursos para pedir ayuda ante una situación así.
  - Dar a conocer la labor de las asociaciones en cuanto a inclusión.
  - Dotarles de estrategias para reducir el estrés ante los exámenes.
- ✓ **Contenidos:**
  - Conocimientos teóricos sobre los problemas de salud mental.
  - Dónde acudir.
  - El asociacionismo.
  - Técnicas de relajación.
- ✓ **Metodología y actividades:** La actividad será impartida por la orientadora durante dos horas de tutoría. La primera sesión consiste en una exposición teórica, apoyada por una presentación visual en Power Point, que versará sobre los dos modelos que rigen actualmente en Salud Mental (psicológico y



médico), sobre las consecuencias que genera el diagnóstico en todas las áreas, tanto para el afectado como para su familia, y también se mostrarán las principales vías de ayuda y la labor de las asociaciones. Durante toda la explicación se fomentará el debate y la participación del alumnado. Así mismo, se utilizarán materiales audiovisuales para dinamizar la charla. En la segunda sesión se trabajarán técnicas de relajación con los alumnos, primero se explicarán y después se pondrán en práctica.

- ✓ **Recursos:** A nivel de personal será impartida por la orientadora. A nivel material se necesitarán recursos tecnológicos, y los siguientes materiales audiovisuales:
  - “La crisis en salud mental” (Diversamente, 2018).
  - “El estigma en salud mental” (Diversamente, 2018).
  - “Yo soy yo” (Colifata, 2015).
- ✓ **Temporalización:** Se llevará a cabo en el 2º trimestre, durante dos horas de tutoría.
- ✓ **Evaluación:** Se utilizará el cuestionario citado en la justificación y utilizado para la detección de necesidades, con éste se pretende conocer cuántos alumnos hay interesados en la actividad, cuáles son los problemas que más les interesan y cuántos de ellos han acudido a Salud Mental y si valoran que les ha sido útil. Así mismo, consta de una parte cualitativa, en la cual los alumnos pueden comentar otras cuestiones que consideren necesarias y que no hayan quedado recogidas en las preguntas cerradas. También se les administrará un cuestionario de satisfacción, elaborado “ad hoc”, al finalizar la charla. Con éste se pretende observar si les ha gustado, si valoran como útil para su vida lo aprendido, etc. Y también, se les dejará un apartado para que comenten lo que les parezca oportuno. La evaluación final se llevará a cabo al final del 2º trimestre, después del periodo de exámenes. Ésta la realizarán los tutores a través de una reflexión con los alumnos para conocer si han puesto en práctica las técnicas aprendidas y si consideran que les han ayudado, así mismo, los tutores también darán feedback acerca de si han notado que se ha



reducido el estrés entre sus alumnos. Toda la información obtenida será trasladada a la orientadora.

##### 5. **Prevención de la violencia y la discriminación por razón de género:**

- ✓ **Justificación:** Según un estudio llevado a cabo por la Delegación del Gobierno para la Violencia de Género (2015) se observa que los jóvenes perciben menos desigualdades entre hombres y mujeres y son más tolerantes con la violencia de género que el resto de la población. Por otro lado, la LOMCE (2013) y el Decreto 43/2015 establecen que un objetivo de la enseñanza debe ser promover la igualdad de género, así como trabajar por prevenir la violencia hacia las mujeres. Por todo ello, y debido, además, a que ya se han detectado casos de acoso/violencia por razón de género entre los menores del IES se perfila como prioritario implementar una actuación encaminada a reducir dichas conductas y actitudes.
- ✓ **Destinatarios:** Los receptores principales de las actividades serán los alumnos de 1º ciclo de ESO, ya que, la actuación tiene un carácter preventivo y es a estas edades cuando los jóvenes comienzan a tener sus primeras relaciones afectivas. Cómo vivan y entiendan éstas, marcará sus relaciones en el futuro. Además, a esas edades, los menores se encuentran muy influenciados por los modelos transmitidos en los medios de comunicación, y por añadidura, buscan la aceptación social, lo cual les lleva en muchas ocasiones a interiorizar patrones no igualitarios y disfuncionales de interacción y conducta. Las actuaciones de carácter general se aplicarán a todo el alumnado.
- ✓ **Objetivos:** El objetivo general de la actuación es reducir las actitudes sexistas y las situaciones de violencia, fomentando un clima propicio para la igualdad. Los objetivos específicos son:
  - Empoderar a las mujeres y destacar su valor a lo largo de la Historia.
  - Concienciar al alumnado sobre la violencia de género.



- Que el alumnado conozca los recursos a los que acudir en caso de sufrir violencia de género y cómo actuar en caso de sospechar que alguien la esté sufriendo.
- Prevenir y atajar las situaciones de violencia de género que se den en el entorno educativo.

✓ **Contenidos:**

- Violencia de género: Qué es, cómo detectarla y actuar.
- Empoderamiento de la mujer trabajadora y de los personajes históricos femeninos.
- Recursos externos a los que acudir.
- Protocolo de acoso escolar.

✓ **Metodología y actividades:**

- *Actividad I:* Durante diversas sesiones se mandará a los alumnos que investiguen y elaboren documentos que tengan como protagonistas a mujeres históricamente destacadas. Así mismo, mujeres trabajadoras acudirán al centro a charlar con los alumnos y resolver sus dudas.
- *Actividad II:* Con esta actividad se pretende que los alumnos tomen conciencia de los diferentes tipos de violencia de género que existen, de cómo actuar ante ellos y a dónde acudir, así como de la presencia de estereotipos negativos y actitudes discriminatorias hacia las mujeres en nuestra sociedad. La actividad se llevará a cabo en varias sesiones y se articulará en tres partes: Visionado de cortos, parte expositiva y debate grupal.
- *Protocolo de acoso escolar:* Ante situaciones que se puedan considerar de acoso se activará el Protocolo contenido en la publicación de la Consejería de Educación, Cultura y Deporte



del Principado de Asturias, Maltrato cero. Orientaciones sobre el acoso escolar (2006).

- ✓ **Recursos:** Se necesitan recursos tecnológicos y la guía Maltrato cero. Orientaciones sobre el acoso escolar (2006) e informes contenidos en la misma. Como recursos humanos: El personal docente encargado de la actividad y los profesionales externos. Los materiales audiovisuales a utilizar son:
  - Monólogo “No sólo duelen los golpes” (Pamela Palenciano Jódar, 2017).
  - “El orden de las cosas” (AlendaBros, 2013).
- ✓ **Temporalización:** Durante el 1º trimestre y 2º trimestre tendrán lugar las actuaciones de tutoría. El protocolo se aplicará durante todo el curso.
- ✓ **Evaluación:** Para medir las actitudes sexistas del alumnado se utilizará la Escala de Detección del Sexismo en Adolescentes (DSA) (Recio, Cuadrado y Ramos, 2007), éste se administrará dos veces, una como evaluación inicial y otra como evaluación final. Los resultados se analizarán utilizando el método test-retest y se considerará que la actuación es eficaz si las actitudes sexistas han decrecido. También se valorará la satisfacción del alumnado con las actividades mediante un cuestionario elaborado “ad hoc” que se les administrará la final de las mismas.

### **3.4. PROGRAMA DE ORIENTACIÓN PARA EL DESARROLLO DE LA CARRERA**

#### **1. Itinerarios formativos y laborales**

- ✓ **Objetivo:** Que el alumnado conozca cuáles son las opciones formativas y laborales a las que puede optar, que rutas debe elegir y qué estudios debe cursar.
- ✓ **Profesionales implicados:** El orientador elabora e imparte la charla.
- ✓ **Población diana:** 1º y 2º de Bachillerato, 3º y 4º de la ESO, y familias.
- ✓ **Temporalización:** 2º trimestre.



- ✓ **Descripción:** A través de una charla se les plantearán los distintos itinerarios formativos a los que pueden optar, qué deben de hacer/ estudiar para llegar a la profesión que desean, cuántos años académicos deben cursar, qué rama académica deben elegir y qué ocurre después de finalizar los estudios. Con el objetivo de mantener a los padres actualizados e incluirlos en la vida escolar, se les pondrá a su disposición en la página web del IES paneles interactivos realizados con Power Point en los cuales puedan recorrer los diferentes itinerarios formativos y salidas laborales.

## 2. Autoevaluación académica

- ✓ **Objetivo:** Fomentar la autocrítica y el autoconocimiento de los alumnos sobre su desarrollo académico.
- ✓ **Profesionales implicados:** El orientador elabora los recursos y los tutores se encargan de llevar a cabo la sesión y de analizar los resultados. Si hay resultados sorprendentes el tutor se pondría en contacto con el orientador para su debate en común.
- ✓ **Población diana:** Todo el alumnado desde 1º de la ESO hasta 2º de Bachillerato, así como las familias.
- ✓ **Temporalización:** Todo el curso, una vez por trimestre.
- ✓ **Descripción:** Al comienzo del primer trimestre se administra a los alumnos un cuestionario elaborado “ad hoc” en el que se reflejan aspectos tales como: Qué notas creo que voy a sacar en cada asignatura, cuáles son mis expectativas este curso, me siento motivado/ capacitado, etc. Al finalizar el trimestre, en otra tutoría se comparará con las notas que han sacado y se hace una autoevaluación crítica, a la vez que se sacan conclusiones sobre qué deben modificar de cara al siguiente para mejorar su rendimiento académico. Este mismo procedimiento se sigue en el 2º y 3º trimestre. A las familias se les facilita una copia del mismo con el fin de que puedan ayudar a sus hijos a mejorar en su rendimiento.



### 3. Acercamiento a la F.P.

- ✓ **Objetivo:** Dar a conocer al alumnado a qué módulos pueden acceder en el Principado de Asturias, en qué consisten y qué salidas profesionales permiten.
- ✓ **Profesionales implicados:** El orientador organiza las sesiones y los profesionales externos son los que lo imparten.
- ✓ **Población diana:** 3º y 4º de ESO.
- ✓ **Temporalización:** 2º trimestre.
- ✓ **Descripción:** En una de las sesiones los profesionales del CIFP de Cerdeño acudirán al centro y mostrarán mediante una presentación audiovisual y una clase expositiva su oferta formativa. En otra, se hará un recorrido expositivo con dichos alumnos por los módulos de FP que se ofertan en su mismo centro, de manera que vean las instalaciones, los productos y cómo se trabaja.

### 4. Técnicas de estudio

- ✓ **Justificación:** Durante las reuniones de ciclo los tutores han expresado reiteradamente la falta de hábitos de estudio entre los alumnos y el uso generalizado de estrategias superficiales; es decir, se ha observado que los alumnos utilizan preferentemente estrategias de memorización frente a las de comprensión y tienden a dejar para última hora las tareas y el estudio. En este sentido, esta actuación se enmarcaría en dos funciones que son competencia del DO: Facilitar el desarrollo académico del alumnado y dotarles de las competencias necesarias para favorecer su autonomía. Y, también, se apoyaría en uno de los objetivos que marca el Decreto 43/2015, el cual dice que se deben desarrollar y consolidar hábitos de estudio para favorecer que los alumnos realicen eficazmente las tareas de aprendizaje.
- ✓ **Destinatarios:** Los destinatarios serán los alumnos de 2º de ESO, dado que, aunque esta necesidad se ha detectado en más niveles, se pretende que tenga un carácter preventivo más que paliativo.



- ✓ **Objetivos:** El objetivo general de la actuación es dotar al alumnado de estrategias y recursos para que aprovechen al máximo su potencial de aprendizaje. En cuanto a los objetivos específicos:
  - Fomentar el uso un estilo profundo de aprendizaje.
  - Dotarles de estrategias para aumentar su concentración.
  - Enseñarles a seleccionar la información.
  - Dotarles de herramientas para mejorar su organización.
  - Fomentar la autocrítica y autoevaluación del alumnado.
  
- ✓ **Contenidos:**
  - Atención sostenida (concentración).
  - Atención selectiva.
  - Estilo profundo de aprendizaje.
  - Estrategias metacognitivas: Planificación y autoevaluación.
  
- ✓ **Metodología y actividades:** La actuación será elaborada y evaluada por la orientadora, que determinará qué actividades se llevarán a cabo, así como los recursos a utilizar. El tutor será el encargado de implementar las actividades. El desarrollo de la actuación se dividirá en dos sesiones, en la primera se llevará a cabo la “actividad I” y, en la segunda, las “actividades II y III”.
  - *Actividad I:* Tendrá por objeto enseñar al alumnado cómo crear un ambiente favorable para el estudio y cómo organizar los tiempos de estudio y descanso para aprender de forma eficiente. También se les enseñará a seleccionar la información relevante y a organizar ésta de forma clara a través de la explicación teórica y la puesta en práctica de la técnica del subrayado y la elaboración de esquemas.
  - *Actividad II:* A través de la explicación y ejemplificación de las técnicas de mapas conceptuales, el árbol de problemas y el



diagrama de Ishikawa se pretende que los alumnos aprendan a establecer relaciones y jerarquías entre conocimientos.

- *Actividad III:* Se les enseñará a diseñar un calendario en el cual se muestren de forma clara y visual las tareas pendientes, el plazo que resta para entregarlas y cuáles son más importantes. Con ello se pretende que aprendan a organizarse y a priorizar. Al finalizar esta tarea, se pedirá que la revisen con la finalidad de inculcarles la importancia de repasar lo hecho en busca de erratas y de incoherencias.

- ✓ **Recursos:** Pizarra, material fungible (papel, bolígrafos, tizas, etc.).
- ✓ **Temporalización:** Se llevará a cabo durante el 2º trimestre, a través de dos sesiones que tendrán lugar en las horas de tutorías.
- ✓ **Evaluación:** Como evaluación inicial se tomarán como indicador los resultados académicos del 1º trimestre y, como evaluación final, los resultados del 2º trimestre. De esta forma, mediante el método test-retest se pretende ver si los resultados del 2º trimestre son mejores que los del 1º, en cuyo caso se puede afirmar que la actuación ha sido eficaz. También se tendrá en cuenta la información reportada por los alumnos en la “Autoevaluación académica” para observar si refieren que han aumentado las horas dedicadas al estudio o que están utilizando un estilo profundo de aprendizaje.

## 5. Iniciación a la vida adulta

- ✓ **Justificación:** En el Decreto 42/2015 queda recogida que una de las funciones del DO es proporcionar orientación en los procesos de transición al mundo laboral. Por otro lado, en el centro se ha constatado la necesidad de llevar a cabo una actuación de este tipo debido a la falta de destreza de los alumnos para buscar recursos de forma autónoma y a su desconocimiento sobre los trámites propios del mundo laboral. Así mismo, aunque en el Decreto 43/2015 no aparezca reflejada esta circunstancia, desde el centro se considera importante que esta actuación abarque a los alumnos de PMAR,



dado que al finalizar el curso muchos de ellos se incorporarán al mercado laboral.

- ✓ **Destinatarios:** Alumnos de 2º de Bachillerato, y de 2º y 3º de PMAR, dado que son los cursos que presuponen la salida del sistema educativo.
- ✓ **Objetivos:** El objetivo principal es potenciar la autonomía de los alumnos y facilitarles la incorporación al mundo laboral. Los objetivos específicos serían:
  - Capacitarles para afrontar una entrevista de trabajo.
  - Dotarles de estrategias y recursos para encontrar empleo.
  - Ampliar sus conocimientos sobre los trámites laborales.
  - Instruirles sobre de la consulta y participación en los procesos selectivos públicos.
- ✓ **Contenidos:**
  - Entrevista laboral.
  - Contrato laboral.
  - Búsqueda de empleo.
  - Solicitud del paro y otros trámites legislativos.
  - Boletines oficiales y oferta de empleo público.
- ✓ **Metodología y actividades:** La actuación será elaborada y evaluada por la orientadora, e impartida por el tutor.
  - *Actividad I:* Se llevará a cabo durante la primera sesión. En la primera mitad, se trabajará mediante un “rol playing” el estilo comunicativo y la actitudinal que hay que presentar durante una entrevista de trabajo, así como ciertas técnicas que pueden poner en práctica para no ponerse nerviosos. En la segunda mitad se les presentarán modelos de contratos de trabajo y a través de su lectura comprensiva y explicación se pretende que sean capaces de entender las condiciones del contrato.



- *Actividad II:* Tendrá lugar en la segunda sesión. En primer lugar, se les proporcionarán recursos (páginas web y organismos oficiales) y estrategias para la búsqueda activa de empleo. Por otro lado, se les enseñará cuáles son los trámites legales más frecuentes y cómo realizarlos. Por último, a través de la consulta online del BOPA y del BOE y de la lectura de alguna convocatoria de empleo, se pretende que conozcan dónde consultar la oferta de empleo público, y que se familiaricen con el lenguaje de las convocatorias, así como que reconozcan los requisitos y los tipos.
- ✓ **Recursos:** Se necesitarán los recursos tecnológicos habituales y, además, contratos de trabajo y convocatorias de empleo público en papel, más los recursos web antes mencionados.
  - ✓ **Temporalización:** Se llevará a cabo durante el 3º trimestre. Tendrá lugar en dos horas de tutorías.
  - ✓ **Evaluación:** Evaluar la eficacia real de la actuación es complicado, puesto que es difícil desde el centro saber si han logrado poner en práctica estos recursos y si les han sido de utilidad. Debido a este hecho, para la evaluación final se contempla solamente la contestación a un breve cuestionario en el que se les harán preguntas relacionadas con los contenidos trabajados. También se les administrará un cuestionario para evaluar su nivel de satisfacción y cómo de útil lo valoran de cara a su vida cotidiana. Ambos cuestionarios serán elaborados “ad hoc” por la orientadora del centro.

### **3.5. ORGANIZACIÓN INTERNA DEL DEPARTAMENTO Y COORDINACIÓN EXTERNA**

Según el artículo 14 del Decreto 147/2014, “*los Departamentos de Orientación son órganos de coordinación docentes y orientación responsables de garantizar la intervención psicopedagógica y de contribuir al desarrollo de la orientación educativa y profesional del alumnado*”.



Su composición, que viene recogida en ese mismo artículo, determina que los DO deben de contar con:

- ✓ Al menos un profesor de la especialidad de orientación educativa.
- ✓ Al menos un PTSC cuando el número de alumnos del IES sea superior a 250.
- ✓ Profesores de PT.
- ✓ Profesores de AL.
- ✓ Así como del profesorado que corresponda para el diseño, implementación y evaluación de programas específicos.

Así mismo, se recoge que los centros que cuenten con fisioterapeuta, MC, auxiliar educativo, etc., éstos formarán parte del DO.

Concretamente, el DO de nuestro centro está formado por una orientadora, una PTSC, una profesora de PT, una de AL, una profesora del ámbito lingüístico y social, una del ámbito científico y matemático, ambas tutoras del PMAR; y una MC. Éstos llevarán a cabo una reunión semanal de coordinación.

La Jefatura del DO la ejerce la orientadora. Tal y como viene recogido en el artículo 16 del Decreto 147/2014 este cargo es designado por la dirección del centro, tendrá una duración de cuatro años y le corresponderán las siguientes funciones:

- ✓ Elaborar y coordinar la propuesta del Programa Anual de Actuación del DO, así como de su memoria anual de curso, velando por su aplicación, cumplimiento y evaluación.
- ✓ Coordinar las actividades del DO. Convocar y presidir las reuniones, levantando acta de las mismas.
- ✓ Proporcionar al alumnado, al profesorado y a las familias la información relativa a las actividades del DO.
- ✓ Coordinar la elaboración y seguimiento de los planes de trabajo y las programaciones docentes de las materias, ámbitos o módulos que imparta el profesorado perteneciente al DO, así como las actuaciones propias del DO incluidas dentro de los programas del PAT, el PAD y el PODC.



- ✓ Realizar junto con Jefatura de Estudios la organización de los recursos para la aplicación de las medidas de orientación.
- ✓ Participar en las reuniones de la comisión de coordinación pedagógica y del claustro.
- ✓ Participar en cuantas reuniones de coordinación sean convocadas por las distintas estructuras de la administración educativa.

En cuanto a la coordinación externa, la Jefa del DO mantiene una coordinación estrecha con el Equipo Directivo, del cual mantiene una dependencia directa. Así mismo, los miembros del DO participarán en las reuniones de coordinación de ciclo, las reuniones de coordinación pedagógica, el Claustro y en las reuniones de evaluación. Por otro lado, el DO se mantendrá en contacto permanente y se coordinará con instituciones y asociaciones externas, tales como: Salud Mental, Servicios Sociales, ALFALAR, etc. con el objetivo de mejorar la atención ofrecida a los alumnos.

### **3.6. EVALUACIÓN DEL PLAN DE ACTUACIÓN**

En la evaluación del Plan Anual de Actuación intervendrán los miembros del DO, el Equipo Directivo y los tutores. También se tendrá en cuenta la opinión de las familias y del alumnado.

Se llevará a cabo una evaluación de necesidades, a partir de las cuales se seleccionarán las actuaciones a implementar, con esto se persigue adaptar lo máximo posible el Plan a las necesidades detectadas en el centro. Esta evaluación la llevará a cabo el DO en colaboración con Jefatura de Estudios y, en su caso, con los tutores.

Concretamente, para cada una de las actuaciones se llevará a cabo una evaluación de necesidades, una evaluación de proceso, una evaluación sumativa y una evaluación de la satisfacción.

De manera general, se llevará a cabo una evaluación de proceso del Plan, que tendrá lugar de forma trimestral y la llevarán a cabo el DO en colaboración con Jefatura de Estudio y los tutores. La finalidad de dicha evaluación es realizar los cambios oportunos para garantizar la máxima adecuación de las actuaciones a las necesidades del centro y, por consiguiente, garantizar la eficacia de las mismas.



Los instrumentos que se utilizarán serán tanto de tipo cualitativo como cuantitativo. Más concretamente, se usarán pruebas psicométricas, registros, cuestionarios y entrevistas.

La evaluación final del Plan se materializará en la Memoria Anual, tal y como determina el artículo 29 del Decreto 147/2014. Dicha Memoria será elaborada por el DO a final de curso, en la cual aparecerán recogidos los resultados obtenidos de cada una de las actuaciones, el grado de consecución de los objetivos, el grado de adecuación de los contenidos, de las actividades y de la temporalización; la valoración general del Plan, la valoración sobre la coordinación establecida con el resto de servicios comunitarios, las limitaciones encontradas y las propuestas de mejora.

### **3.7. BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS A UTILIZAR EN EL DEPARTAMENTO**

#### **Recursos legislativos**

Circular de inicio de curso 2017 – 2018, para los centros docentes públicos. *Consejería de Educación y Cultura del Principado de Asturias*, 15 de septiembre de 2017.

Circular para la incorporación en la Programación General Anual de los Programas de educación y promoción de la salud y otros programas de innovación y de apoyo a la acción educativa que se desarrollen en los centros docentes. *Consejería de Educación y Cultura del Principado de Asturias*, 20 de septiembre de 2017.

Circular sobre la atención educativa al alumnado de incorporación tardía al sistema educativo español – centros docentes públicos. *Dirección General de ordenación académica e innovación educativa*, 14 de noviembre de 2017.

Decreto 147/2014, de 23 de diciembre, por el que se regula la orientación educativa y profesional en el Principado de Asturias. *Boletín Oficial del Principado de Asturias*, 299, de 29 de diciembre de 2014.

Decreto 42/2015, de 10 de junio, por el que se regula la ordenación y se establece el currículo del Bachillerato en el Principado de Asturias. *Boletín Oficial del Principado de Asturias*, 149, de 29 de junio de 2015.



Decreto 43/2015, de 10 de junio, por el que se regula la ordenación y se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en el Principado de Asturias. *Boletín Oficial del Principado de Asturias*, 150, de 30 de junio de 2015.

Instrucciones de la dirección general de ordenación académica e innovación educativa para los servicios especializados de orientación educativa referidas a la respuesta a la diversidad para el curso 2017/2018 y al proceso de escolarización del alumnado para el curso 2018/2019. *Dirección General de ordenación académica e innovación educativa*, 13 de febrero de 2018.

Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. *Boletín Oficial del Estado*, 106, de 4 de mayo de 2006.

Ley Orgánica 8/1985, de 3 de julio, reguladora del Derecho a la Educación. *Boletín Oficial del Estado*, 159, de 4 de julio de 1985.

Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa. *Boletín Oficial del Estado*, 295, de 10 de diciembre de 2013.

Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato. *Boletín Oficial del Estado*, 3, de 3 de enero de 2015.

Real Decreto 83/1996, de 26 de enero, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Enseñanza Secundaria. *Boletín Oficial del Estado*, 45, de 21 de febrero de 1996.

Resolución, de 12 de mayo de 2017, por la que se aprueba el calendario escolar para el curso 2017 – 2018. *Boletín Oficial del Principado de Asturias*, 126, 2 de junio de 2017.

### **Recursos bibliográficos**

Alonso-Tapia, J. (1995). *Orientación educativa: teoría, evaluación e intervención*. Madrid: Síntesis.

Álvarez-González, M., Bisquerra-Alzina, R. (1996). *Manual de orientación y tutoría*. Barcelona: Praxis.



- Álvarez-Villanueva, M. J., Castro-Dura, P., Fernández-Massé, C., Francos-Maldonado, C., González-Herrero, E., Granda-Rodríguez, L., Hompanera-Lanzós, I., Juan-Bartomeu, M., Llorente-Puerta, M. J., Menéndez-Menéndez, R. y Menéndez-Seigas, M. T. (2011). *Nuestro centro. Propuestas para la participación de las familias en los centros educativos*. Centro del Profesorado y de Recursos de Oviedo.
- Balbuena-Aparicio, F., Barrio-García, E., González-Álvarez, C., Pedrosa-Menéndez, B., Rodríguez-Pérez, C. y Yagüez-Soberón, L. A. (2014). *Protocolo para la detección y evaluación del alumnado con trastorno por déficit de atención e hiperactividad en el ámbito educativo. Guía para orientadores y orientadoras*. Consejería de Educación y Cultura del Principado de Asturias.
- Balbuena-Aparicio, F., Fernández-Rodríguez, A., García-Fernández, R. M., Turiel-Pintado, A. M., Velasco-Fernández, R. y Yagüez-Soberón, L. (2008). *Medidas de atención a la diversidad*. Consejería de Educación y Cultura del Principado de Asturias: Dirección General de Políticas Educativas y Ordenación Académica, Servicio de Alumnado, Participación y Orientación Educativa.
- Balbuena, A., Barrio, A., Pedrosa, M., Rodríguez, P. y Yágüez, S. (2014). *Protocolo para la detección y evaluación del alumnado con trastorno por déficit de atención e hiperactividad en el ámbito educativo. Guía para orientadores y orientadoras*. Principado de Asturias: Consejería de Educación, Cultura y Deporte.
- Bisquerra-Alzina, R. (1998). *Modelos de orientación e intervención psicopedagógica*. Barcelona: Praxis.
- Equipo específico de alteraciones del comportamiento y equipo educativo del Programa Trampolín (2011). *Alteraciones del comportamiento en contextos educativos*. Consejería de Educación y Cultura del Principado de Asturias: Dirección General de Políticas Educativas, Ordenación Académica y Formación Profesional, Servicio de Participación y Orientación Educativa.
- Equipo Técnico de la Dirección General de Ordenación Académica de la Consejería de Educación y Ciencia del Principado de Asturias (2006). *Maltrato cero*.



*Orientaciones sobre el acoso escolar.* Consejería de Educación y Cultura,  
Dirección General de Ordenación Académica e Innovación.

Grañeras-Pastrana, M. y Parras-Laguna, A. (2009). *Orientación educativa: fundamentos teóricos, modelos institucionales y nuevas perspectivas.* Secretaria General Técnica, Subdirección General de Información y Publicaciones.

Nuevo, E. y Morales, S. (2007) *GOT. Guía para Orientadores y Tutores.* Madrid: TEA Ediciones.

Suárez-Álvarez, M. L. (2011). *Construyo mi futuro. Programa de orientación académica y profesional para alumnado de Eso desde el enfoque de las competencias básicas.* Consejería de Educación y Universidades: Dirección General de Ordenación Académica, Autonomía Organizativa e Innovación.

### **Recursos web**

Blog del profesor Raúl. <https://raulprofe.wordpress.com>

Boletín Oficial del Estado. <https://www.boe.es>

Boletín Oficial del Principado de Asturias.

<https://sede.asturias.es/portal/site/Asturias/menuitem.048b5a85ccf2cf40a9be6aff100000f7/?vgnnextoid=c0c756a575acd010VgnVCM100000bb030a0aRCRD&i18n.http.lang=es&calendarioPqBopa=true>

Centro Nacional de Innovación e Investigación Educativa. <http://educalab.es/cniie>

Consejería de Educación y Cultura. Gobierno del Principado de Asturias.

<https://www.educastur.es/en/inicio>

Ministerio de Educación, Cultura y deporte. <http://www.mecd.gob.es/portada-mecd/>

Orientación Andújar. Recursos educativos accesibles y gratuitos.

<https://www.orientacionandujar.es>

### **Instrumentos de evaluación**

Arribas-Águila, D. y Corral-Gregorio, S. (2011). *BAS-II, Escalas de aptitudes intelectuales.* Madrid: TEA Ediciones.



- Blanca, M. J., Zalabardo, C. Rando, B. López-Montiel, D. y Luna, R. (2017). *AGL. Atención global – local* (2ª edición). Madrid: TEA Ediciones.
- Corbalán-Berná, F. J., Martínez-Zaragoza, F., Donolo, D., S., Alons-Monreal, C., Tejerina-Arreal, M<sup>a</sup>. Y Limiñana-Gras, R. M. (2015). *CREA. Inteligencia Creativa* (3ª edición). Madrid: TEA Ediciones.
- Cuetos, F., Ramos, J. L. y Ruano, E. (2004) *PROESC. Batería de Evaluación de los Procesos de Escritura*. Madrid: TEA Ediciones.
- Cuetos, F., Arribas, D. y Ramos, J. L. (2016). *PROLEC-SE-R. Batería de Evaluación de los Procesos Lectores en Secundaria y Bachillerato - Revisada*. Madrid: TEA Ediciones.
- Departamento de I+D+i (2015). *IAC. Inventario de Adaptación de Conducta*. Madrid: TEA Ediciones.
- Departamento de I+D+i (2017). *Factor g-R. Test de Inteligencia No Verbal – Revisado*. Madrid: TEA Ediciones.
- Fernández-Pinto, I., Santamaría, P., Sánchez-Sánchez, F., Carrasco, M. A. y del Barrio, V. (2015). *SENA. Sistema de Evaluación de Niños y Adolescentes. Manual de aplicación, corrección e interpretación*. Madrid: TEA Ediciones.
- Martínez-Vicente, J. M. y Santamaría, P. (2013). *EXPLORA. Cuestionario para la orientación vocacional y profesional*. Madrid: TEA Ediciones.
- Recio, P., Cuadrado, I. y Ramos, E. (2007). Propiedades psicométricas de la Escala de Detección del Sexismo en Adolescentes (DSA). *Psicothema*, 19(3), 522-528.
- Reynolds, C. R. y Kamphaus, R. W. (2004). *BASC. Sistema de Evaluación de la Conducta de Niños y Adolescentes*. Madrid: TEA Ediciones.
- Schuerger, J. M. (2005). *16 PF-APQ. Cuestionario de Personalidad para Adolescentes*. Madrid: TEA Ediciones.
- Thurstone, L. L. y Yela, M. (2012). *Caras – R. Test de percepción de diferencias – Revisado* (11ª edición). Madrid: TEA Ediciones.
- Wechsler, D. (2015). *WISC-V. Escala de Inteligencia de Wechsler para niños -V* (5ª edición). Madrid: Pearson Clinical.



## **4. PROPUESTA DE INNOVACIÓN**

### **4.1. DIAGNÓSTICO INICIAL**

La innovación se llevará a cabo en un IES de un núcleo urbano de línea cuatro. Dicho centro imparte tanto ESO, como Bachillerato, como FP, pero la innovación se centrará en la etapa de Secundaria. Concretamente, en la mejora del proceso de E-A, el cual se ve negativamente afectado por la presencia de rasgos compatibles con el “Síndrome de estar quemado” en los docentes. De hecho, Rodríguez-Mantilla y Fernández-Díaz (2017), encontraron que, el burnout en los docentes provocaba mayor ineficacia en el desempeño de su tarea, un aumento del cinismo y del agotamiento emocional, lo cual repercutía negativamente en el proceso de E-A.

La necesidad se puso de manifiesto durante las reuniones de ciclo, en las cuales los tutores manifestaban “estar sobrepasados” o sentirse desorientados/ incapaces de afrontar situaciones conflictivas que se daban en el centro educativo. Entendiendo éstas como los conflictos surgidos entre iguales (docente-docente o alumno-alumno) o entre profesor-alumno. Estas reuniones se llevaban a cabo de manera semanal y se dividían en una reunión para los tutores de 1º y 2º de la ESO y otra para los de 3º y 4º de la ESO. De este modo, las verbalizaciones realizadas por los tutores pueden relacionarse con el fenómeno conocido como “Síndrome de Burnout” que se caracteriza por el agotamiento físico y psicológico, una actitud fría y despersonalizada hacia los demás y por el sentimiento de inadecuación hacia las tareas que debe desempeñar (Maslach y Jackson, 1981).

Con el objetivo de medir objetivamente esta necesidad detectada se administró a los tutores de la ESO el Cuestionario de Burnout de Maslach para Docentes (MBI-Ed) (Maslach y Jackson, 1981; Seisdedos, 1997). Para ello se aprovecharon las citadas reuniones de coordinación de ciclo. El cuestionario se administró de forma anónima, pero sí se les pidió que marcasen los cursos en los que impartían docencia, y que, voluntariamente, señalaran de cuál eran tutores, con la finalidad de poder concretar en qué cursos se daban las mayores dificultades sin que se sintiesen cohibidos a contestar. En cuanto a los resultados, se registró una alta mortalidad experimental, de los 16 cuestionarios entregados, 4 fueron devueltos debidamente cumplimentados, 1 cumplimentado a medias, por lo que consideró nulo; 2 se negaron explícitamente a



participar y los 9 restantes no fueron devueltos, a pesar de que se hizo un recordatorio en la siguiente reunión. De entre los sujetos que devolvieron cumplimentado el cuestionario, se observó que tendían a responder de forma políticamente correcta, de tal manera que, los resultados, no concordaban con la realidad expuesta en las reuniones de ciclo. Mientras que, en las reuniones, se verbalizaba que la culpa era del mal comportamiento y la falta de disciplina del alumnado, las respuestas al cuestionario justificaban que los problemas se debían únicamente a la carga burocrática y que se sentían plenamente competentes y realizados con su labor como docentes. Este fenómeno se puede relacionar con el sesgo de deseabilidad social, que ya fue estudiado por Burga-León y Escurra-Mayaute (2017) en docentes, quien observó que éstos tienden a atribuirse rasgos de personalidad socialmente deseables y a rechazar aquellos indeseables. Además, Fernández-Arata y Merino-Soto (2016) al estudiar la relación entre la deseabilidad social y el Síndrome de Burnout, encontraron que, los sujetos tienden a contestar de manera socialmente deseable en los ítems que miden agotamiento emocional y despersonalización.

Por otro lado, con sólo cuatro sujetos no se puede llevar a cabo un análisis estadístico fiable, por lo que se rechazó esta opción.

Por estos motivos se decide cambiar de estrategia y se pasa a recoger la información de forma cualitativa mediante un registro observacional. Para ello, se registraron las verbalizaciones referentes al fenómeno de Burnout durante un total de 10 reuniones. Para recabar la información se elaboró una tabla “ad hoc” en la que se registraba la verbalización realizada o tipo de conflicto surgido, curso al que hacía referencia y se registró la frecuencia con la que se emitía, entendida ésta como el número de veces en las 10 reuniones en las que apareció esa misma verbalización o conflicto. Dichos registros se llevaron a cabo mediante la técnica de la observación indirecta durante 10 reuniones de coordinación de ciclo, 5 correspondientes a primer ciclo de la ESO, entendido en este centro como 1º y 2º de dicha etapa, y 5 correspondientes a segundo ciclo de la ESO, entendidos como 3º y 4º de la misma. Los resultados obtenidos fueron los siguientes:



Tabla 2. Registro de las verbalizaciones referidas a Burnout. Fuente: Elaborada "ad hoc".

<b>Verbalización</b>	<b>Curso al que se refiere (frecuencia)</b>
<i>“Llevo desde septiembre trabajando con ellos y no mejoraron nada”.</i>	1° ESO (I)
<i>“Llevo todo el curso queriendo que recojan la porquería y no hacen caso”</i>	1° ESO (I)
<i>“Si no tuviese que hacer tanto papeleo ya se hubiese solucionado el problema”</i>	1° ESO (I)
<i>“Tengo que estar todo el día con el hacha de guerra encima”</i>	1° ESO (I)
<i>Discrepancias entre profesionales</i>	Tutor de 1° - D.O. (I) Tutor de 3° - D.O. (II)
<i>“Estoy muy quemado”</i>	1°(II) 3° ESO (III)
<i>“Ya no sé qué hacer con ellos”</i>	1° ESO (I)
<i>“Tengo ganas de jubilarme ya”</i>	2°ESO (II) 3° ESO (III)
<i>“Nada de lo que se haga va a servir”</i>	3° ESO (II) 4° ESO (III)
<i>“A veces me parece como si no estuviera en clase”</i>	1° ESO (II)
<i>“No sé para qué me esfuerzo con ellos si ya están en 3° y todavía no saben lo que es un lexema”</i>	3° ESO (I)
<i>“¿Por qué tenemos que rellenar tantos papeles”</i>	Genérico (I)
<i>“No merece la pena trabajar con ellos porque no te lo agradecen en nada”</i>	1° ESO (I) 3° ESO (I)



En cuanto a la etiología de dichas verbalizaciones con los datos recabados se pueden inferenciar cuatro causas: Carga burocrática, entendida como los trámites legales, es decir, “papeleo administrativo”; discrepancias entre profesionales, entendidas como puntos de vista diferentes en cuanto al abordaje de la labor educativa; problemas comportamentales del alumnado y falta de motivación por los estudios del mismo. La observación mostró que la mayor tasa de verbalizaciones de este tipo se daba referida a problemas comportamentales del alumnado (66%), seguida por las causadas por el desinterés y desmotivación del alumnado (17%), en tercer lugar aparece la falta de consenso entre profesionales (10%) y, por último, la carga burocrática (7%). Los conflictos con los alumnos, bien por problemas entre ellos o bien por problemas con el profesor, y las discrepancias con otros docentes concuerdan con lo encontrado por Rodríguez-Mantilla y Fernández-Díaz (2017). El desinterés del alumnado se puede relacionar con la baja autopercepción de la eficacia para implicar a los alumnos encontrada por Bermejo-Toro y Prieto-Ursúa (2005).

Del mismo modo, la tabla permite inferenciar tres dimensiones personales de los docentes que se ven afectadas como consecuencia directa de su profesión, éstas son: Falta de realización personal, sobrecarga, actitud derrotista/ indefensión. La primera de ellas se perfila como consecuencia directa de la baja motivación del alumnado lo cual genera en el docente creencias de que su labor no es valorada y su esfuerzo es en vano. En cuanto a la sobrecarga de trabajo, esta se entiende como la cantidad de funciones o tareas que deben realizar. Por último, la actitud derrotista o indefensión hace referencia a la adopción de una actitud pasiva por parte de los docentes ya que están seguros de que hagan lo que hagan nada va a cambiar, ésta suele ser consecuencia de los problemas comportamentales de los alumnos.

Los datos también sugieren que el curso en el que se imparta clase puede ser un factor de riesgo, así, parece que el dar clase en 1º y 3º de la ESO, con un 40% cada uno de las verbalizaciones, resulta mucho más negativo para el bienestar emocional de los profesores que el impartirla en 2º o 4º, con un 8% y un 12%, respectivamente. Es decir, parece que existe cierta relación entre nivel y el aumento de la problemática.

Como limitación cabe reseñar que en un primer momento se planteó pasar más pruebas psicométricas (test de ansiedad, de calidad de vida, etc.) para afinar aún más en



las variables que afectaban a los docentes, sin embargo, debido a la presencia del sesgo de deseabilidad social se optó por no realizar nada más que el registro.

## 4.2. JUSTIFICACIÓN Y OBJETIVOS DE LA INNOVACIÓN

Esta innovación toma como marco de referencia la definición de orientación educativa dada por Bisquerra (2010, p.9), quien la entiende como *“Un proceso de ayuda continuo a todas las personas, en todos sus aspectos, con objeto de potenciar el desarrollo humano a lo largo de toda la vida”*.

Así mismo, se entiende la Innovación Educativa tal y como la define Carbonell:

*“Conjunto de ideas, procesos y estrategias, más o menos sistematizados, mediante los cuales se trata de introducir y provocar cambios en las prácticas educativas vigentes. La innovación no es una actividad puntual sino un proceso, un largo viaje o trayecto que se detiene a contemplar la vida en las aulas, la organización de los centros, la dinámica de la comunidad educativa y la cultura profesional del profesorado”* (Carbonell, citado en Cañal de León, 2002, p.11-12).

De los cuatro principios que rigen la acción orientadora, esta innovación se enmarca dentro del principio de empoderamiento personal, que es entendido según el Decreto 147/2014, como el *“Proceso en el que los individuos o grupos sociales llegan a adquirir las competencias necesarias para tomar el control de sus propias vidas y apoyan y refuerzan el fortalecimiento personal de los demás componentes de su grupo o comunidad”*. Ya que, aunque esta intervención trabaja con el profesorado, su finalidad es repercutir en la mejora del proceso de E-A del alumnado así como en su desarrollo socio-afectivo. De una parte, porque las pautas y herramientas que se van a proporcionar a los docentes generan que éstos se conviertan en un modelo de conducta para su alumnos y sepan transmitírselas, y por otro, porque al incidir en la mejora de la calidad de vida del profesorado, consecuentemente su implicación en la docencia aumenta, lo cual beneficia directamente al alumnado. También tiene un carácter preventivo, ya que pretende anticiparse a la aparición de problemas socio-emocionales en el profesorado que repercutan negativamente en su calidad de vida y en su labor docente.

Con esta innovación se pretende cumplir con las funciones fijadas por el Decreto 147/2014 y por el ROIES (1996) para la labor orientadora, en concreto, con las de:



Favorecer el desarrollo integral del alumnado a través de programas, fomentar un clima adecuado que facilite la convivencia, el aprendizaje y la creatividad, promover acciones de formación e innovación y proponer actividades de perfeccionamiento de sus miembros. Todo ello enmarcado dentro del ámbito de intervención del proceso de E-A, ya que, el fin último es mejorar el rendimiento académico del alumnado y facilitar su adecuado desarrollo personal, a través de la mejora de la calidad de la docencia y de presentar al profesorado como un modelo de conducta.

A pesar de los beneficios que puede aportar una intervención de estas características, a día de hoy las referencias a programas llevados a cabo en Secundaria o, incluso en Primaria, son escasas, ya que las actuaciones se dirigen casi en su totalidad a los alumnos, dejando relegados a un segundo plano a los profesores. Sin embargo, no debería de ser así, ya que la comunidad educativa no está conformada por estamentos individuales y aislados, sino que todas las partes que intervienen están interconectadas (familia, profesorado, comunidad...). Por tanto, trabajar directamente con los docentes repercute positivamente, no sólo en ellos, sino también en los alumnos y en las familias. Entre las pocas intervenciones que se pueden encontrar se puede citar la llevada a cabo por Bisquerra-Alzina y Hernández-Paniello (2017) quienes obtuvieron resultados positivos al trabajar con el profesorado en el “Programa Aulas Felices”, con la misma idea de que, mejorar el bienestar emocional del profesorado repercutiría favorablemente en el clima de aula y en rendimiento del alumnado. Otra de ellas es la implementada por Franco-Justo (2010), quien a través de la técnica del “mindfulness” logró reducir notablemente el burnout y aumentar la resiliencia del profesorado de secundaria. Por último, ya fuera de nuestro país, cabe mencionar el programa llevado a cabo por Yslado, Nuñez y Norabuena (2010), en Perú, que demostró que el cansancio emocional de los docentes se había reducido drásticamente tras la implementación del programa.

Por todo ello, el **objetivo general** de esta innovación es dotar a los profesores de secundaria de herramientas para hacer frente a los estresores que actúan como detonantes del “Síndrome de Burnout”. A tal efecto, y utilizando como referencia la definición dada por Maslach y Jackson (1981), se entenderá como estrés docente o “Síndrome de Burnout” la exposición continuada y sostenida en el tiempo a uno o varios estresores, en el caso de la docencia y en base al análisis de necesidades previamente realizado, éstos serían el alumnado, el resto del profesorado y la carga de



trabajo. Todo esto provoca en el docente agotamiento físico y psicológico, despersonalización y sentimientos de inadecuación.

En esta innovación no se va a trabajar con la carga de trabajo, dado que es un estresor sobre el que el docente tiene poca capacidad de modificación. Por tanto, se trabajará con las otras tres, que conformarán los **objetivos específicos**, de tal manera que éstos son:

- ✓ Mejorar el control que el docente ejerce sobre el aula.
- ✓ Dotarles de recursos para incentivar el interés del alumnado.
- ✓ Potenciar la adopción pautas de interacción que fomenten un buen clima de trabajo entre los profesores.

Tabla 3. Objetivos, indicadores y medidas de la innovación. Fuente: Elaborada "ad hoc".

Objetivo	Indicador	Medida
<b>Mejorar el control que el docente ejerce sobre el aula.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Disminución de incidencias (N).</li> <li>✓ Disminución de bajas laborales (N).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Partes de incidencias.</li> <li>✓ Días de baja laboral asociados a estrés laboral.</li> </ul>
<b>Dotarles de recursos para incentivar el interés del alumnado.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Disminución del absentismo (%).</li> <li>✓ Aumento de los aprobados (%).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Partes de asistencia.</li> <li>✓ Notas finales de la asignatura.</li> </ul>
<b>Potenciar la adopción de pautas de interacción que fomenten un buen clima de trabajo entre los profesores.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Disminución de bajas laborales (N).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Días de baja laboral asociados a estrés laboral.</li> </ul>



### 4.3. MARCO TEÓRICO DE REFERENCIA DE LA INNOVACIÓN

El “Síndrome de estar quemado” o estrés laboral hace referencia según la OMS (2004) a la reacción que tiene el trabajador cuando las exigencias y presiones laborales no se ajustan a sus conocimientos y competencias, por lo que pelagra su capacidad para afrontar el problema. Para Maslach y Jackson (1981) el “Síndrome de Burnout” es el resultado de la exposición a un estresor crónico por lo que se manifiesta preferentemente en profesiones que implican trabajar directamente con personas. Se caracteriza por el agotamiento físico y psicológico, una actitud fría y despersonalizada hacia los demás y por el sentimiento de inadecuación hacia las tareas que debe desempeñar.

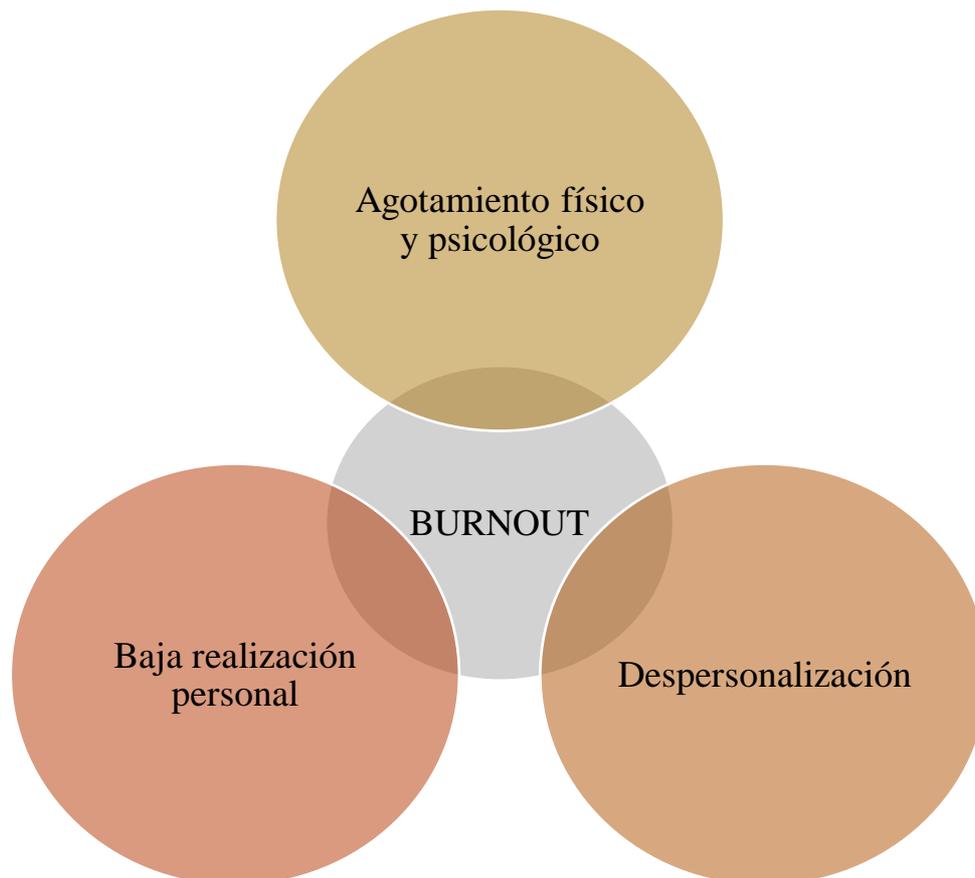


Gráfico 1. Dimensiones del Síndrome de Burnout (Maslach y Jackson, 1981). Fuente: Elaborado “ad hoc”.



Investigaciones llevadas a cabo en este campo han demostrado que existen ciertos factores que actúan como protectores y otros como factores de riesgo. Así, se han corroborado como factores de protección el ejercer un alto grado de control sobre el trabajo, el recibir numerosos apoyos (OMS, 2004), el ser un profesor joven frente a un profesor con mayor antigüedad (Rodríguez-Mantilla y Fernández-Díaz, 2012), el poseer una alta autopercepción de la eficacia para implicar/motivar al alumnado (Bermejo-Toro y Prieto-Ursúa, 2005), el poseer una buena relación con los superiores y una fluida relación con los compañeros (Rodríguez-Mantilla y Fernández-Díaz, 2017). Como factores de vulnerabilidad se pueden citar la baja creencia en la eficacia de la docencia (Bermejo-Toro y Prieto-Ursúa, 2005; Flores y Fernández-Castro, 2004), poseer una percepción pobre de la propia competencia personal, el uso de estrategias pobres e ineficaces de resolución de conflictos (Flores y Fernández-Castro, 2004) y el hostigamiento por parte de un alumno al profesor o a otro alumno (Rodríguez-Mantilla y Fernández-Díaz, 2017).

Como se pone de manifiesto existen variables externas al docente que afectan a su bienestar emocional y sobre las cuales éste no puede incidir, pero el estrés docente también está mediado por variables personales que el profesorado puede modificar. En base a ello parece adecuado orientar la intervención hacia las creencias del profesorado, su locus de control y hacia las habilidades para resolver conflictos y motivar al alumnado, con el fin de dotarles de factores de protección eficaces frente al estrés docente.

La intervención se abordará desde un modelo de programas (Bisquerra, 2010) que se define por tener un carácter preventivo y por tener como objetivo el desarrollo integral de las personas.

#### **4.4. DESARROLLO DE LA INNOVACIÓN**

La innovación se desarrollará durante dos cursos académicos. El primer año corresponderá a la aplicación de la actuación y a las pertinentes evaluaciones, el segundo año se dedicará al seguimiento de su eficacia. Más concretamente, durante el primer trimestre del primer año, se hará una evaluación inicial y se comenzarán a llevar a cabo las actividades con los docentes. En el segundo trimestre, continuarán realizándose actividades con los profesores y, además, se llevarán a cabo las



evaluaciones de proceso y de satisfacción. El tercer trimestre se utilizará para observar la efectividad de las actividades realizadas y para llevar a cabo la evaluación final.

Tanto el diseño de la innovación como su implementación y evaluación son responsabilidad del D.O., en colaboración con el Equipo Directivo. Ante la imposibilidad de convocar a los docentes de la ESO, bien por grupos o bien en su totalidad, dentro del horario lectivo, y teniendo en cuenta la oposición que podría surgir si se les obligase a acudir en horas extraescolares, se opta por darle al programa un carácter voluntario y establecer las sesiones por las tardes, de tal forma que acuda quien se encuentre interesado en el mismo. Se escoge como lugar de desarrollo de las actividades la biblioteca debido a la amplitud de espacio, a la distribución de las mesas en forma de herradura y a su disponibilidad por las tardes. Así mismo, se establece que las sesiones tengan lugar con una periodicidad quincenal durante el primer y el segundo trimestre, con una duración estimada cada una de una hora.

#### **4.4.1. Plan de actividades**

El programa consta de 10 sesiones. Aparte se realizarán una evaluación inicial, una evaluación sumativa o final y un seguimiento.

**Presentación del programa:** Aprovechando el Claustro de inicio de curso se dará a conocer a los docentes la propuesta. Se les explicará que es interesante participar porque adquirirán técnicas para potenciar la motivación del alumnado. Así mismo se explicará la estructura, los beneficios, el horario, la temporalidad y el carácter voluntario de la misma. También se entregará una hoja para que se anoten quienes estén interesados y se les hablará de que tienen 15 días para inscribirse.

**Sesión 1: Bienvenida, autoestima y autoconcepto:** En primer lugar se dará la bienvenida al curso a los participantes, se les explicarán detalladamente los contenidos, se les proporcionará un díptico con toda la información y se resolverán las dudas. El tiempo estimado para esta parte es de 15 minutos. Los restantes 40 minutos se utilizarán para desarrollar la actividad encaminada a trabajar la autoestima y el autoconcepto, y los 5 restantes para resolver cuestiones y repasar los contenidos.

El autoconcepto es la imagen mental que cada individuo tiene de sí mismo. Por su parte, la autoestima es el valor que cada individuo se atribuye a sí mismo en relación



con esa imagen mental. En base a que muchas veces no somos objetivos con nosotros mismos se plantea una dinámica por la cual un docente debe describir las cualidades positivas del otro. Con esto se pretende que los participantes sean conscientes de que son mejor valorados y poseen más cualidades positivas de las que ellos creen. En primer lugar, cada participante tiene que escribir en una hoja tres características que destaque de cada uno de sus compañeros. Luego, se mostrarán juntas todas las facultades que han salido sobre cada uno de ellos.

**Sesión 2: Esquema A-B-C:** Esta es una técnica desarrollada por el modelo psicológico cognitivo-conductual que se basa en la teoría de que los acontecimientos no son los que producen el malestar sino que son las cogniciones y valores que la persona haga sobre los mismos. En este esquema, A representa los acontecimientos, B, las creencias y valores subjetivos que el sujeto otorga a A y, C, son las reacciones emocionales y conductuales, que no son causadas por A, como en un primer momento cabe pensar, sino por B. Tras la explicación teórica se les pedirá que propongan dos casos reales que les hayan sucedido, éstos se intentarán resolver a través del uso de esta herramienta. En un primer momento se trabaja el caso de forma individual o en pequeño grupo, para posteriormente ponerlo en común en gran grupo. Tiempo estimado: 50’.

**Sesión 3: Sesgos cognitivos:** Se explicarán los sesgos cognitivos que pueden influir en el desempeño de la labor docente con ejemplos reales aplicados a la vida del aula. Así mismo, se les darán pautas para cambiar éstos de tal manera que favorezcan el éxito académico del estudiante, su labor como docentes y el bienestar emocional de ambos.

- ✓ **Efecto halo:** Es la tendencia a evaluar un rasgo específico de una persona, basándose en una impresión general favorable o desfavorable.
- ✓ **Efecto Pigmalion:** También conocido como “profecía autocumplida”, explica cómo las expectativas que una persona tiene sobre otra influyen sobre el rendimiento de esta última.
- ✓ **Autoeficacia percibida:** Hace referencia a que las cogniciones que una persona tiene sobre su capacidad para alcanzar un objetivo o realizar una conducta influyen en la consecución de la misma y en su regulación



emocional. De esta forma presentan menos estrés y percepción de amenaza quienes tienen una autoeficacia percibida alta.

Después, se presentarán una serie de casos (véase anexo 1), en los cuales los participantes tendrán que descubrir que sesgo está presente y cómo debería cambiarse la conducta/ creencias para que no hubiese sesgo cognitivo o que éste se convirtiese en algo positivo. El tiempo estimado para esta sesión es de 45’.

#### Sesión 4: Habilidades comunicativas:

- ✓ Lenguaje no verbal: Se enseñará la importancia de cuidar la kinesia y la prosodia. La kinesia es el estudio del lenguaje corporal. Por su parte, la prosodia trabaja la pronunciación y la entonación de la voz. Se darán pautas tales como: sonreír a los alumnos, mirarles a los ojos, moverse con tranquilidad por el aula, utilizar un tono de voz grave pero variando la entonación, etc. Después de la explicación teórica se propone como dinámica que se junten por tríos, de tal manera que dos establezcan una conversación y el tercero corrija las expresiones no verbales erróneas. Se opta por esta técnica porque muchas veces la propia persona no es consciente de su lenguaje corporal. El tiempo estimado para la realización de esta actividad es de 30’.
- ✓ Asertividad: Se explica el concepto y se trabajan las técnicas del “disco rayado” y de “el banco de niebla” utilizando la dinámica grupal del “rol playing”. La técnica del “disco rayado” consiste en ser persistente repitiendo nuestra idea sin irritarnos ni faltar al respeto a la otra persona, diga ésta lo que nos diga. Por su parte “el banco de niebla” se entiende como la habilidad para defender nuestra idea, dando la razón en parte a la otra persona aunque no estemos de acuerdo, evitando entrar en un conflicto con ella y sin renunciar a nuestra postura. El tiempo estimado para esta actividad es de 30’.

#### Sesión 5: Técnicas de relajación:

- ✓ Relajación progresiva de Jacobson: Consiste en ir centrando la atención en distintas partes del cuerpo. Cada una de ellas hay que tensarla al máximo para luego, poco a poco, ir aflojando siendo conscientes del



placer de la relajación. Primero se explicará teóricamente y después la ejercitarán un par de veces individualmente. Tiempo estimado: 30'.

- ✓ *Aprender a respirar*: El ejercicio consiste en tomar aire por la nariz y, haciéndolo bajar hasta el abdomen, se aguanta la respiración unos segundos, para posteriormente expulsarlo despacio por la boca. Para trabajar esta técnica se procederá del mismo modo que con la relajación progresiva de Jacobson. Tiempo estimado: 20'.

*Sesión 6: Repaso, evaluación de proceso y de satisfacción:* Se realizará un repaso teórico de 15' por las técnicas vistas en las primeras sesiones, a continuación, se provocará un clima de debate sobre la utilidad y facilidad de uso de las mismas. Igualmente, si hay alguna técnica en la que encuentren dificultades se utilizarán otros 15' para practicarla. Los 30' restantes se utilizarán para administrar los cuestionarios de evaluación de proceso y de satisfacción.

*Sesión 7: Autoanálisis:*

- ✓ *Espina de Ishikawa*: Más que una técnica de autoanálisis sería una técnica de resolución de problemas. Sin embargo, se puede utilizar para lo primero, en tanto que, permite analizar una conducta/ actitud propia en referencia con un problema. Los participantes se centrarán en un problema que hayan tenido con algún otro compañero docente o con algún alumno y que no hayan sido capaces de abordar, a raíz de este análisis podrán vislumbrar qué es lo que está entorpeciendo la resolución eficaz del problema.
- ✓ *Análisis DAFO*: Esta herramienta se compone de dos dimensiones internas, es decir, que dependen del sujeto y, por tanto, pueden ser modificadas por éste, éstas son: debilidades y fortalezas. Y de otras dos externas, es decir, que no dependen de la conducta del sujeto, que son: amenazas y oportunidades. Aparte de mostrar de forma clara y visual qué variables están influyendo sobre el hecho que estamos evaluando, tiene la ventaja de que permite, en función de ello, decidir qué variables deben modificarse y cómo debe de hacerse para perseguir la meta propuesta. Los participantes deberán realizar un análisis DAFO centrado en su desempeño



en aquel aula que más problemas les cause. Dada la complejidad y el tiempo que conlleva este análisis se comenzará a trabajar en la sesión pero luego deberán continuar con el mismo en su tiempo libre. Durante la sesión serán guiados por la orientadora en el desarrollo del mismo. Podrán traer el documento elaborado en la siguiente sesión y sucesivas para que sea supervisado por la misma.

Como se ha visto ambas se trabajarán de forma individual, dejando para la primera un tiempo aproximado de 20' y para la segunda de 45'.

**Sesión 8: Manejo de emociones:** Para abordar esta temática se utilizará una adaptación de la técnica del “psicodrama”. Para ello tres personas deben representar una situación cotidiana en un centro educativo, una de ellas ejercerá de profesor y las otras dos de padres molestos y pesados. El objetivo es que el participante que hace de profesor aguante lo máximo posible siendo educado y paciente, en el momento en que lo desborde la situación debe ceder el puesto a otra persona del público que, voluntariamente, se habrá ofrecido para cambiar el desenlace. Con esta dinámica se pretende que los docentes mejoren su bienestar emocional, al aprender a evitar emociones negativas y, que además, tomen conciencia de que se consiguen mejores resultados por las buenas. El tiempo estimado para el desarrollo de esta actividad es de 50'.

**Sesión 9: Formación de redes de apoyo:** Después de una breve explicación teórica acerca del concepto de redes de apoyo y de su aplicación y beneficios al ámbito escolar, se iniciará una dinámica grupal que fomente la cooperación, la comunicación y fortalezca el trabajo en equipo. Dicha dinámica consistirá en un caso (véase anexo 2) para resolverlo deben juntarse en grupos de 7 personas. Lo que se espera es que tomen conciencia de la importancia de defender los argumentos propios pero también de ceder en ciertos momentos, así como lo fundamental que puede llegar a ser el trabajo en equipo. Si han sabido trabajar en equipo al final del tiempo señalado se habrán organizado y habrán sobrevivido. Se dejan 50' para la realización de esta actividad.



**Sesión 10: Pautas y recursos para mejorar la atención y motivación del alumnado y evaluación de satisfacción:** Los primeros 30' se dedicarán a mostrarles pautas para potenciar la motivación del alumnado, algunos de ellos serían: reforzar los logros del estudiante y no los errores, utilizar el sentido del humor en el aula, prestar ayuda individualizada y ajustada a las necesidades de cada alumno, utilizar recursos dinámicos y ejercicios prácticos, relacionar los contenidos teóricos con su utilidad para la vida diaria, etc. Los últimos 15' se utilizarán para rellenar el cuestionario de satisfacción y para intercambiar impresiones sobre el programa y el impacto que éste ha tenido en su vida diaria.

#### **4.4.2. Agentes implicados**

La responsable del diseño, desarrollo y evaluación del programa será la orientadora del centro, en estrecha colaboración y siempre bajo la aprobación del Equipo Directivo. Por la otra parte, como destinatarios, están los profesores que imparten docencia en la ESO y que voluntariamente dedican acudir a las sesiones.

#### **4.4.3. Materiales de apoyo y recursos necesarios**

Una ventaja de esta innovación es que los recursos a utilizar serán escuetos y todos ellos están en la actualidad disponibles en el centro, lo que facilita la puesta en marcha del programa.

En todas las actividades se les proporcionarán documentos con el resumen o los pasos a seguir de las actividades realizadas, para que sean capaces de practicarlas de forma autónoma, así como, los casos prácticos en aquellas que lo requieran. Igualmente, en la primera sesión se les dará un díptico informativo. Por tanto, se necesitarán como recursos materiales: *ordenador con software para diseñar los documentos, impresora/ fotocopiadora y folios.*

De otra parte, para la explicación de los ejercicios se utilizará una presentación digital, por lo que será necesario poseer un *ordenador y un proyector.*

Por parte de los participantes será necesario que acudan provistos de *folios/ libreta y bolígrafo* para tomar anotaciones.



#### 4.4.4. Cronograma

La aplicación del programa tiene lugar en el presente curso (2017/2018) y el seguimiento se hará durante el próximo (2018/2019), por lo que en total el programa tendrá una duración de dos cursos académicos.

Durante el primer año lo primero es la presentación del programa al Claustro. Tras lo cual se dejará un periodo de 15 días para apuntarse. Una vez finalizado éste, comenzarán las actividades y se realizará la evaluación inicial. Las sesiones se llevarán a cabo con una periodicidad de 15 días cada una, a excepción de la sesión 5 y 8, para las cuales se dejará un espacio de tres semanas para evitar que coincidan con los puentes. La sesión 6 se corresponderá con una evaluación de proceso y de satisfacción. Por último, se realizará la evaluación final.

El cronograma de esta actuación se ajusta al calendario escolar fijado por la Resolución de 12 de mayo de 2017, de la Consejería de Educación y Cultura, por la que se aprueba el calendario escolar para el curso 2017-2018.

Tabla 4. Cronograma de la innovación. Fuente: Elaborada "ad hoc".

<b>1º trimestre (2017/2018)</b>		
<b>Septiembre</b>	Día 20.	Presentación del programa ante el Claustro.
	Semana del 20 de septiembre al 4 de octubre	Plazo de presentación de solicitudes.
<b>Octubre</b>	Día 10.	Sesión 1: Bienvenida, autoestima y autoconcepto.
	Semana del 10 al 17.	Evaluación inicial.
	Día 24.	Sesión 2: Esquema A-B-C.
<b>Noviembre</b>	Día 7.	Sesión 3: Sesgos cognitivos.
	Día 21.	Sesión 4: HH. Comunicat.



<b>Diciembre</b>	Día 12.	Sesión 5: Técnicas de relajación.
<b>2° trimestre (2017-2018)</b>		
<b>Enero</b>	Día 16.	Sesión 6: Repaso, evaluación de proceso (cuestionario) y de satisfacción.
	Semana del 16 al 23.	Evaluación de proceso (indicadores).
	Día 30.	Sesión 7: Formación de redes de apoyo.
<b>Febrero</b>	Día 20.	Sesión 8: Manejo de emociones.
<b>Marzo</b>	Día 6.	Sesión 9: Autoanálisis.
	Día 20.	Sesión 10: Estrategias motivacionales, cierre del programa y evaluación de satisfacción.
<b>3° trimestre (2017-2018)</b>		
<b>Mayo</b>	Semana del 7 al 14.	Evaluación sumativa.
<b>Curso escolar 2018/2019</b>		
<b>A lo largo de los tres trimestres</b>		Seguimiento (indicadores).

#### 4.5. EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO DE LA INNOVACIÓN

El programa constará de una evaluación inicial, una evaluación de proceso, dos evaluaciones de satisfacción, de una evaluación sumativa o final y de un fase de seguimiento.

Una limitación importante de las evaluaciones inicial y final es que no se pueden utilizar pruebas estandarizadas ni cuestionarios cualitativos debido a la presencia de los sesgos de deseabilidad social y de autoengaño. Este problema ya se ha puesto en



evidencia durante la detección de necesidades, por lo que se ha optado por descartar dicha opción. De igual modo, el uso de técnicas cualitativas como el registro, resulta en este caso complicado, ya que no hay momentos suficientes a lo largo del curso académico en los cuales se puedan llevar a cabo éstos.

Debido a todas estas limitaciones se ha optado por utilizar indicadores indirectos. Entre sus ventajas están que evitan los sesgos cognitivos antes citados, no ocupan tiempo extra a los docentes, mantienen el anonimato y son objetivos. Se han tomado como indicadores: el número de incidencias en el aula, los días de baja laboral, el porcentaje de aprobados y el porcentaje de absentismo. Con éstos se pretende evaluar la eficacia del programa para reducir las causas que en la detección de necesidades se habían remarcado como desencadenantes del burnout en docentes. Éstas cuatro eran: carga burocrática, problemas comportamentales del alumnado, falta de motivación del mismo y discrepancias entre los profesionales. Con la carga burocrática no se trabaja en este programa dado que es un factor externo sobre el que no tiene control el docente. El indicador “número de incidencias” evalúa si el programa ha incidido eficazmente sobre la causa “problemas comportamentales del alumnado”. Los indicadores “porcentaje de absentismo” y “porcentaje de aprobados” se relacionan con la causa “falta de motivación del alumnado”. Y, el indicador “días de baja laboral” abarca las dos causas relativas al alumnado más la de “discrepancias entre profesionales”.

Para la **evaluación inicial** se tomarán como referencia los valores del curso anterior en el tercer trimestre, para cada uno de los profesores que formen parte del programa. Para la **evaluación final** se tomarán como referencia los valores de dichos indicadores en el tercer trimestre del presente curso.

El “número de incidencias en el aula” hace referencia al número de problemas comportamentales de los alumnos que han tenido lugar durante las clases con dicho profesor. Se entenderá que la intervención está siendo eficaz si al final de curso éstas han disminuido con respecto al mismo periodo en el curso anterior.

Para computar el número de “días de baja laboral”, se entenderán éstas cómo aquellas que hayan podido tener como detonante el estrés laboral. Se solicitará permiso para acceder a dicha información. Al igual que con el indicador anterior, se considerará eficaz si éstas han disminuido.



El indicador “porcentaje de aprobados” se define como el porcentaje de alumnos de dicho profesor que aprueban a final de curso la asignatura. Si dicho porcentaje aumenta después de la aplicación del programa entonces es que la intervención está siendo eficaz.

Por último, respecto al “porcentaje de absentismo” se entenderá éste como el porcentaje de faltas a su asignatura que no estén justificadas por etiología médica. Si el porcentaje disminuye tras la implementación del programa entonces que está siendo eficaz.

Las **evaluaciones de satisfacción** se llevarán a cabo durante las sesiones 6 y 10 y consistirán en la aplicación de un cuestionario elaborado “ad hoc” (véase anexo 3). Dicho cuestionario será anónimo y constará de una primera parte cuantitativa, utilizando una escala Likert y, de una segunda cuantitativa mediante una pregunta abierta. El objetivo de la evaluación de satisfacción es obtener una valoración de lo atractivo y útil que está resultando el programa para los participantes. Para el análisis de los resultados se hará la media de cada cuestionario y después la media global sobre 5. Si ésta es igual o inferior a 3 se entenderá que el programa no está ajustado a las demandas de los docentes y que, por tanto, debe cambiarse antes de continuar con el mismo. Si, por el contrario, el resultado es superior a 3 se continuará con la intervención ya que se considera que se adapta a las necesidades de los participantes.

Con respecto a la **evaluación de proceso**, se utilizarán dos instrumentos de medida. Por un lado, se utilizarán los indicadores mencionados para la evaluación inicial y final, referidos al segundo trimestre del curso. Por el otro, se les administrará un cuestionario elaborado “ad hoc” (véase anexo 4) que consta de una escala Likert de 1 a 3 y cuya finalidad es evaluar si los sujetos creen que las actividades llevadas a cabo han sido eficaces para mejorar su desempeño profesional. Este cuestionario se administrará junto con el de satisfacción coincidiendo con la sesión 6 y será anónimo. Aunque se es consciente del riesgo de que los resultados salgan contaminados por la presencia del sesgo de deseabilidad social y de autoengaño, se defiende el uso de este cuestionario como complemento al análisis de los indicadores. Si después de analizar los indicadores se ve que éstos muestran resultados favorables y, además, se observa que la media de cada elemento de los cuestionarios es superior a “igual”, excepto para



el primero que está formulado en negativo y, por tanto, debe ser inferior a “igual”; se considera eficaz la aplicación del programa. Aun así, debido al carácter subjetivo del cuestionario en esta evaluación tendrá más peso el resultado de analizar los indicadores.

Para finalizar, durante el siguiente curso académico se realizará la **fase de seguimiento** para lo cual se estudiarán los indicadores seleccionados anteriormente. Por tanto, el programa tendrá eficacia a largo plazo si los resultados favorables se mantienen un curso después o incluso mejoran.



## 5. CONCLUSIONES

Este trabajo comienza realizando un repaso por las asignaturas del Máster y por el practicum. Ello me ha servido para tomar conciencia de lo mucho que me han aportado cada una de las asignaturas que conforman este Máster, tanto para profundizar y actualizar mis conocimientos sobre orientación educativa, como para, poder hacer frente al período de prácticas. Éste no ha sido menos importante, ya que me ha permitido observar la realidad de un instituto y poner en práctica lo aprendido a nivel teórico. Por tanto, puedo decir que este Máster me ha servido para crecer como persona y como profesional.

Respecto a la elaboración de un Plan Anual de Actuación, me ha permitido plasmar a nivel teórico las actuaciones que consideraba necesarias en base a mi experiencia como alumna en prácticas. Además, me ha hecho consciente de la importancia de estar actualizado en materia legislativa y de poseer unos documentos de centro bien elaborados.

En cuanto a la innovación, el tema propuesto puede resultar chocante en un primer momento, al centrarse en el profesorado. Sin embargo, y, como se ha puesto de manifiesto, tanto en mi experiencia en el centro de prácticas como en la fundamentación bibliográfica de la actuación, el “Síndrome del profesor quemado” tiene una alta prevalencia en los institutos y su abordaje es, por el contrario, escaso. Por ello, trabajar sobre las causas que sustentan el estrés docente se postula como una prioridad. De este modo, no sólo se estaría favoreciendo el bienestar emocional y la calidad de vida de los docentes, sino que, además, se repercutiría favorablemente sobre el proceso de E-A y sobre la relación con las familias. Soy consciente de que es una innovación un poco ambiciosa, por las trabas que puede llevar asociado trabajar con el profesorado, sin embargo, si se llega a implementar los efectos serían beneficiosos.

En resumen, el presente trabajo me ha sido de utilidad, por un lado, para realizar una síntesis valorativa de todo lo aprendido, y, del otro, para poner en práctica los conocimientos teóricos y prácticos adquiridos durante este curso académico. Así mismo, el diseño de un Plan Anual de Actuación y de una Innovación Docente ha servido para tomar contacto con las funciones de un orientador escolar.



## 6. FUENTES Y BIBLIOGRAFÍA

- Bermejo-Toro, L. y Prieto-Ursúa, M. (2005). Malestar docente y creencias de autoeficacia del profesor. *Revista española de pedagogía*, 232, 493–510.
- Birkett, M., Espelage, D. L., y Koenig, B. (2009). LGB and questioning students in schools: the moderating effects of homophobic bullying and school climate on negative outcomes. *Journal of Youth and Adolescence*, 38(7), 989–1000.
- Bisquerra-Alzina, R. y Álvarez-González, M. (2010) Concepto de orientación e intervención psicopedagógica. En Bisquerra-Alzina, R. (Ed.), *Modelos de orientación e intervención psicopedagógica* (pp. 9-22). Madrid: Wolters Kluwer.
- Bisquerra-Alzina, R. y Hernández-Paniello, S. (2017). Psicología positiva, educación emocional y el programa aulas felices. *Papeles del Psicólogo*, 38(1), 58–65.
- Burga-León, A. y Ecurra-Mayaute, M. (2017). Propiedades psicométricas de la escala de deseabilidad social de Marlowe y Crowne en docentes peruanos. *Liberabit*, 23(2), 189-210.
- Carbonell, J. (2002). El profesorado y la innovación educativa. En Cañal de León, P. (Ed.), *La innovación educativa* (pp. 11-26). Madrid: Akal.
- Decreto 147/2014, de 23 de diciembre, por el que se regula la orientación educativa y profesional en el Principado de Asturias. *Boletín Oficial del Principado de Asturias*, 299, de 29 de diciembre de 2014.
- Delegación del Gobierno para la Violencia de Género, Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad (2015) *Percepción de la violencia de género en la adolescencia y la juventud*. Recuperado de [http://www.violenciagenero.msssi.gob.es/violenciaEnCifras/estudios/investigaciones/2015/pdf/Libro20\\_Percepcion\\_Social\\_VG\\_.pdf](http://www.violenciagenero.msssi.gob.es/violenciaEnCifras/estudios/investigaciones/2015/pdf/Libro20_Percepcion_Social_VG_.pdf)
- Fernández-Arata, M. y Merino-Soto, C. (2016). El lado socialmente deseable de las respuestas a medidas de Burnout y Engagement: un estudio preliminar. *Revista Colombiana de Psicología*, 25(1), 83-94.
- Flores, M. D. y Fernández-Castro, J. (2004). Creencias de los profesores y estrés docente en la experiencia profesional. *Estudios de Psicología*, 25(3), 343–358.



- Franco-Justo, C. (2010). Intervención sobre los niveles de *burnout* y resiliencia en docentes de educación secundaria a través de un programa de conciencia plena (*mindfulness*). *Revista Complutense de Educación*, 21(2), 271–288.
- Leka, S., Griffiths, A. y Cox, T. (2004). *La organización del trabajo y el estrés. Serie de protección de la salud de los trabajadores nº 3*. Francia: Organización Mundial de la Salud.
- Martxueta, A., y Etxeberria, J. (2014). Análisis diferencial retrospectivo de las variables de salud mental en lesbianas, gais y bisexuales (LGB) víctimas de bullying homofóbico en la escuela. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 19(1), 23–35.
- Maslach, C. y Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behaviour*, 2, 99–113.
- Real Decreto 83/1996, de 26 de enero, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Enseñanza Secundaria. *Boletín Oficial del Estado*, 45, de 21 de febrero de 1996.
- Resolución de 12 de mayo de 2017, de la Consejería de Educación y Cultura, por la que se aprueba el calendario escolar para el curso 2017-2018. *Boletín Oficial del Principado de Asturias*, 126, de 2 de junio de 2017.
- Rodríguez-Mantilla, J. M. y Fernández -Díaz, M. J. (2012). El síndrome de Burnout en el profesorado de Secundaria y su relación con las variables personales y profesionales. *Revista española de pedagogía*, 252, 259–278.
- Rodríguez-Mantilla, J. M. y Fernández -Díaz, M. J. (2017). The effect of interpersonal relationships on burnout syndrome in Secondary Education teachers. *Psicothema*, 29(3), 370-377.
- Yslado, M. R., Nuñez, Z. LL. y Norabuena, F. R. (2010). Diagnóstico y programa de intervención para el síndrome de burnout en profesores de educación primaria de distritos de Huaraz e independencia. *Revista de Investigación en Psicología*, 13(1), 151–162.



## 7. ANEXOS

Anexo 1. Sesión 3: sesgos cognitivos. Casos prácticos.

<p>Juan ha llegado nuevo como sustituto y le han dicho en la Sala de Profesores que el grupo que le toca es muy conflictivo.</p> <p><u>Pensamiento de Juan</u>: “No voy a lograr controlarlos”.</p>
<p><b>Tipo de sesgo:</b></p>
<p><b>¿Qué cambiarías?:</b></p>
<p>Marcos es un chico de 12 años, por lo que acaba de empezar este año el instituto y está adaptándose a esta nueva etapa. Su hermano, que es 3 años mayor y va al mismo IES, tiene un expediente académico de sobresaliente.</p> <p><u>Pensamiento del profesor</u>: “Va a ser un alumno excelente, no va tener ninguna dificultad”.</p>
<p><b>Tipo de sesgo:</b></p>
<p><b>¿Qué cambiarías?:</b></p>
<p>Triana es una chica de 15 años, los estudios no se le dan muy bien pero es responsable y trabajadora. Le encanta la moda y la estética por lo que le comenta a su tutora que quiere hacer el módulo de peluquería y estética.</p> <p><u>Pensamiento de la tutora</u>: “¿Para qué va a quitarle la plaza a otro? Total, es gitana, en cuanto se casan dejan los estudios”.</p>
<p><b>Tipo de sesgo:</b></p>
<p><b>¿Qué cambiarías?:</b></p>



Anexo 2. Sesión 9: formación de redes de apoyo. Caso práctico.

Estabais en la Sala de Profesores cuando una explosión nuclear ha arrasado toda la ciudad, por suerte, la ubicación y estructura de la Sala de Profesores ha hecho que ésta resista y, vosotros siete, habéis sido los únicos supervivientes. Después de hacer una inspección por el instituto descubriste que lo único que ha resistido ha sido:

- Dos botellas de vodka que algunos alumnos habían introducido en el instituto.
- Algunos libros de texto.
- Algunas monedas y billetes con un valor en total de: 80,32€.
- Tres mecheros.
- Dos balones del Departamento de Educación Física.
- Una lata de refresco.
- Una guitarra del Departamento de Música.
- Un teléfono móvil sin cobertura.
- Una de las porterías del gimnasio.
- Las mesas y las sillas de la Sala de Profesores.

En primer lugar, tenéis que ordenar los objetos por orden de prioridad y justificar por qué habéis elegido ese orden. Después, deberéis realizar un reparto de tareas y explicar brevemente cómo las llevaríais a cabo.



Anexo 3. Cuestionario de satisfacción.

El siguiente cuestionario es anónimo, por favor, responda con sinceridad a las siguientes cuestiones, en las que:

1= Totalmente en desacuerdo  
 2= Parcialmente en desacuerdo  
 3= No sabe/ no desea contestar  
 4= Parcialmente de acuerdo  
 5= Totalmente de acuerdo

	1	2	3	4	5
Los contenidos tratados hasta ahora me resultan interesantes.					
Considero que es fácil aplicarlos en el aula.					
Me están siendo de utilidad en mi día a día.					
Recomendaría este programa a compañeros míos.					
Los contenidos se explican de forma clara.					
Los materiales aportados son adecuados y suficientes.					
Valoración global					
Si te parece que hay algún tema que no se está abordando o que debería de trabajarse en mayor profundidad, por favor, indíquelo a continuación:					



Anexo 4. Cuestionario de evaluación de proceso.

A continuación va a leer una serie de afirmaciones, por favor, conteste a las mismas comparándose consigo mismo como se siente en el momento actual frente a principio de curso o en el curso anterior. El cuestionario es anónimo.			
	Peor/ Menos	Igual	Mejor/ Más
Me incomodan los contratiempos que surgen con los alumnos o con otros docentes.			
Me siento seguro de mí mismo al dar clase.			
Evalúo mejor cuál es el origen del problema y dónde está la solución.			
Me siento realizado dando clases.			
Me siento valorado por mis alumnos.			
Tengo sentimientos/ pensamientos positivos cuando pienso en mi labor como docente.			