



Universidad de Oviedo  
*Universidá d'Uviéu*  
*University of Oviedo*

**Facultad de Formación del Profesorado y Educación**

**Máster en Formación del Profesorado de  
Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y  
Formación Profesional**

**Análisis DAFO-CAME para fomentar el autoconocimiento y  
la toma de decisiones en alumnado de 3º y 4º de Educación  
Secundaria Obligatoria.**

**SWOT-CAME analysis to encourage self-knowledge and  
decision-making among 9<sup>th</sup> and 10<sup>th</sup> grade students.**

**TRABAJO FIN DE MÁSTER**

Autora: Natalia Zamora Plana

Tutora: Trinidad García Fernández

Junio, 2020

## RESUMEN

El presente Trabajo Fin de Máster integra la formación teórica y práctica aprendida en el Máster de Formación del Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y Formación Profesional en la Especialidad de Orientación Educativa. El trabajo se estructura en tres partes conectadas entre sí. Primero, se plasma una reflexión acerca de la formación recibida y las prácticas profesionales realizadas en un Instituto de Educación Secundaria en el curso académico 2019-2020. Seguidamente, se diseña un Programa Anual de Actuación del Departamento de Orientación para dar respuesta a las necesidades detectadas en el Instituto donde se ha realizado el Practicum, desarrollándose cinco unidades de actuación para cada uno de los tres ámbitos de la Orientación Educativa y Profesional, y explicándose detalladamente seis de ellas. Finalmente, en la tercera parte del trabajo, se desarrolla extensamente una de las quince actuaciones, que corresponde a la propuesta de innovación educativa. El objetivo de la propuesta es emplear el análisis DAFO-CAME para fomentar el autoconocimiento y la toma de decisiones académicas y profesionales en alumnado de 3º y 4º de Educación Secundaria Obligatoria.

**Palabras clave:** Análisis DAFO-CAME, autoconocimiento, toma de decisiones, Orientación Académica-Profesional, Educación Secundaria.

## ABSTRACT

This Final Master's Project integrates the theory and practice learned in the Master's Degree in Compulsory Secondary Education, A levels and Professional Training in the Educational Guidance field. The work is structured in three connected parts. First, a reflection on the theory and professional practice in High School during the school year 2019-2020 is presented. Next, an Annual Action Program of the Guidance Department to respond to the needs detected in the Practicum's High School is designed, developing five action units for each one of the three basic fields of Educational and Vocational Guidance. Six of them are explained in detail. Last, in the third part of the work, the educational innovation proposal is extensively developed. The objective of the proposal is to use SWOT-CAME analysis to encourage self-knowledge and the ability to take academic and professional choices among 9th and 10th grade students.

**Keywords:** SOWT-CAME analysis, self-knowledge, decision-making, Academic-Professional Guidance, Secondary Education.

## ÍNDICE

<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	4
---------------------------	---

### PRIMERA PARTE

<b>1. BREVE REFLEXIÓN SOBRE LA FORMACIÓN RECIBIDA Y LAS PRÁCTICAS PROFESIONALES REALIZADAS</b> .....	5
--	---

1.1. Análisis reflexivo sobre la formación recibida .....	5
1.2. Análisis reflexivo sobre las prácticas profesionales realizadas .....	13

### SEGUNDA PARTE

<b>2. PROPUESTA DE PROGRAMA ANUAL DE ACTUACIÓN DE UN DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN</b> .....	21
--	----

2.1. Objetivos del Programa de Actuación del Departamento.....	21
2.2. Organización interna del Departamento de Orientación y coordinación externa con otros agentes y servicios comunitarios .....	25
2.3. Unidades de actuación para los tres ámbitos de la Orientación Educativa y Profesional .....	29
2.4. Evaluación del Programa Anual de Actuación del Departamento de Orientación.....	62

### TERCERA PARTE

<b>3. PROPUESTA DE INNOVACIÓN EDUCATIVA</b> .....	64
---	----

3.1. Diagnóstico inicial .....	64
3.1.1. Identificar los ámbitos de mejora .....	64
3.1.2. Describir el contexto donde se llevará a cabo la innovación .....	67
3.2. Justificación de la innovación.....	67
3.3. Marco teórico de referencia de la innovación.....	68
3.3.1. Origen y definición de la Orientación Profesional.....	68
3.3.2. Principios, niveles de intervención y dimensiones de la Orientación Académica-Profesional.....	69

3.3.3. Modelos teóricos basados en el proceso de toma de decisiones.....	71
3.3.4. Matriz DAFO-CAME para favorecer el proceso de toma de decisiones.....	73
3.4. Desarrollo de la innovación .....	75
3.4.1. Objetivos de la innovación.....	76
3.4.2. Destinatarios.....	77
3.4.3. Metodología .....	77
3.4.4. Planificación y estructuración del trabajo en sesiones .....	77
3.4.5. Temporalización (cronograma).....	88
3.4.6. Recursos y agentes implicados.....	89
3.4.7. Evaluación.....	91
<b>4. CONCLUSIONES Y LÍNEAS FUTURAS DE TRABAJO .....</b>	<b>92</b>
<b>5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>94</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>101</b>

Nota sobre lenguaje inclusivo y no sexista: Se ha empleado el masculino genérico en todas las referencias de personas mencionadas en el TFM, aludiéndose a personas del género masculino y femenino de manera indiferenciada.

## INTRODUCCIÓN

La Orientación Educativa y Profesional es un proceso continuo que fomenta el desarrollo integral del alumnado a través del trabajo conjunto y colaborativo de los miembros de la Comunidad Educativa. En la etapa de Educación Secundaria se hace necesaria, ya que sirve de guía y asesoramiento al alumnado en su elección de itinerarios educativos y profesionales más ajustados a sus características y motivaciones personales, tal como se detalla en el Decreto 147/2014, de 23 de diciembre, por el que se regula la Orientación Educativa y Profesional en el Principado de Asturias (de aquí en adelante, Decreto 147/2014).

El presente documento hace alusión al Trabajo Fin de Máster (de aquí en adelante, TFM), donde se detalla la experiencia y la formación, tanto teórica como práctica, adquirida en el Máster Universitario de la Universidad de Oviedo en Formación del Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y Formación Profesional en la Especialidad de Orientación Educativa en el presente curso académico. La estructura del TFM se divide en tres partes, las cuales, están coordinadas entre sí.

En la primera de ellas, se procede a realizar un análisis crítico y reflexivo de la asignatura Practicum en un Instituto de Educación Secundaria Obligatoria (de aquí en adelante, IES) y de la formación teórica recibida en el Máster. Así mismo, esta primera parte se complementa con un análisis contextual del centro educativo y una interpretación acerca del alumnado matriculado en el IES, así como del profesorado, tanto docente como no docente. Todo ello, dejando constancia de lo relevante que es una base teórica para lograr un aprendizaje significativo en las prácticas profesionales recibidas.

Seguidamente, en la segunda parte, se elabora un Programa de Actuación para el Departamento de Orientación del IES donde se ha llevado a cabo el Practicum. En él, se enuncian 15 unidades de actuación para los tres ámbitos de intervención de la Orientación Educativa y Profesional; es decir, el Proceso de Enseñanza-Aprendizaje, la Acción Tutorial y la Orientación para el Desarrollo de la Carrera (Decreto 147/2014). De la totalidad de estas actuaciones, se detallarán extensamente 6 de ellas, 2 de cada ámbito, explicando en profundidad los siguientes apartados: justificación, destinatarios, objetivos, contenidos, metodología y actividades, recursos, temporalización y evaluación. En esta segunda parte del trabajo, se muestra la importancia de que todos los miembros de la

Comunidad Educativa trabajen en equipo, así como de una buena comunicación y coordinación con agentes e instituciones externas al IES.

Finalmente, en la tercera parte del trabajo se describe la propuesta de innovación educativa para el IES, a partir de las necesidades documentadas a lo largo del transcurso del Practicum en el centro educativo, específicamente, en el Departamento de Orientación. La propuesta tiene como objetivo principal fomentar la toma de decisiones personales, académicas y profesionales en el alumnado de 3º y 4º ESO a través de la matriz DAFO-CAME, ya que es una herramienta que permite analizar al alumno sus factores personales y contextuales y determinar estrategias para potenciar los factores positivos y minimizar los negativos. Por último, se presentan las conclusiones finales y las líneas futuras de trabajo.

## **PRIMERA PARTE**

### **1. BREVE REFLEXIÓN SOBRE LA FORMACIÓN RECIBIDA Y LAS PRÁCTICAS PROFESIONALES REALIZADAS**

#### **1.1. Análisis reflexivo sobre la formación recibida**

A continuación, en este apartado se refleja un análisis y reflexión objetiva acerca de la utilidad y necesidad de la formación, tanto teórica como práctica, recibida a lo largo del Máster de Formación del Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y Formación Profesional en la Especialidad de Orientación Educativa. La formación teórica recibida en el presente Máster, con un marcado carácter práctico, se ha puesto en marcha en el Practicum y ha sido la base para poder ponerse en la piel de un Orientador Educativo y desempeñar sus funciones. Así mismo, este Máster ha servido para concretar en mayor profundidad conocimientos teóricos vistos en el Grado Universitario de Psicología, entre las que cabe destacar las siguientes materias: *Psicología de la Educación, Evaluación y Diagnóstico Psicológico, Procesos y Contextos del Desarrollo, Trastornos del Aprendizaje, Orientación Psicoeducativa y Necesidades Específicas de Apoyo Psicoeducativo*. Por último, otro de los beneficios del Máster que se destaca, a parte de la formación y conocimientos adquiridos, ha sido la relevancia dada

a la exposición oral, fomentando así las habilidades de escucha activa y comunicativas, imprescindibles para un buen desempeño del Practicum.

Seguidamente, se procede a realizar un resumen explicativo de aquellas asignaturas o módulos cursados en el Máster, y cómo los conocimientos adquiridos, tanto teóricos como prácticos, se han puesto en marcha para desempeñar las tareas y funciones propias del Departamento de Orientación en el IES. También se detalla cómo se conectan y se complementan las asignaturas del Máster entre sí. Las tres primeras asignaturas mencionadas pertenecen a las asignaturas obligatorias del módulo genérico, las tres asignaturas obligatorias siguientes pertenecen al módulo específico y las tres últimas asignaturas están inmersas en el módulo de la Especialidad de Orientación Educativa. Finalmente, se expone la reflexión sobre la asignatura optativa; *Estrategias y Recursos para la Búsqueda Activa de Empleo*.

En la asignatura “**Desarrollo, Aprendizaje y Educación**” se han explicado y abordado temas necesarios de cara a realizar el Practicum. Entre ellos, se destaca la explicación de las teorías del aprendizaje y cómo se pueden aplicar en las aulas, lo cual, es de relevancia en las entrevistas familiares, donde analizando el lenguaje que usan las familias, se puede saber en qué teoría del aprendizaje se encuadran y, por lo tanto, lo involucrados que van a estar en el centro educativo, en el aprendizaje de su hijo y cómo entienden el papel del profesorado y del alumnado. Además, se ha explicado todo lo que rodea a la adolescencia de una manera muy detallada, la cual, se caracteriza por ser una etapa complicada del desarrollo marcada por diversos cambios en las relaciones sociales y en el desarrollo emocional. Ha sido de utilidad este tema para poder ponerse en la piel del Orientador Educativo y saber cómo afrontar las entrevistas e intervenciones con el alumnado de Educación Secundaria Obligatoria (de aquí en adelante, ESO) y Bachillerato, así como para diseñar las unidades de actuación del ámbito de Apoyo al Proceso de Enseñanza-Aprendizaje, específicamente, las destinadas a favorecer el desarrollo de la parentalidad positiva y la mediación familiar. A su vez, con esta asignatura se complementa y se refuerza el temario de otras asignaturas, entre las que se destaca “*Sociedad, Familia y Educación*”. En las dos asignaturas se abordan los estilos parentales, pero en la presente materia se pone hincapié en cómo influyen los estilos parentales en la relación entre conflictos familiares y el ajuste personal del adolescente. También cabe mencionar los recursos proporcionados para intervenir en casos de

alumnado con falta de motivación hacia el aprendizaje, lo cual, ha sido útil para desarrollar la actuación de reducción del absentismo en el Programa de Mejora del Aprendizaje y del Rendimiento (de aquí en adelante, PMAR). Por último, se destaca la importancia que han transmitido en la presente materia de que todos los estudiantes tienen algún talento o punto fuerte. Esto ha servido de inspiración para una de las actuaciones en el ámbito de Orientación para el Desarrollo de la Carrera (de aquí en adelante, PODC), el Programa “Y tú, ¿sabes cuánto vales?”, en el que se busca que todo el alumnado sea consciente de las fortalezas que posee. Finalmente, la parte eminentemente práctica de la asignatura, así como el fomento del trabajo en equipo, ha favorecido un aprendizaje significativo de la misma.

La asignatura “**Los Procesos y Contextos Educativos**” se subdivide a su vez en dos partes enlazadas entre sí, la primera de ellas más enfocada a nivel de centro educativo y la segunda más centrada a nivel de aula. En la primera, se ha proporcionado una trayectoria y explicación jurídica acerca de cómo han ido evolucionando las leyes en el sistema educativo español. Por ello, es una asignatura necesaria antes de la estancia en prácticas, ya que ha permitido conocer el funcionamiento y organización de los IES, así como toda la documentación institucional que hay que saber manejar como futuros Orientadores Educativos. La presente materia ha sido de utilidad para elaborar el apartado del TFM respecto a la organización interna del Departamento de Orientación y su coordinación con agentes externos, ya que ha permitido entender las relaciones y conexiones que se dan entre los diversos órganos de Gobierno y los órganos de Coordinación Docente del IES donde se han realizado las prácticas profesionales. Además, se ha reflexionado acerca de los diferentes documentos institucionales, los cuales, sirven de base y guía para la elaboración del TFM. Todos los documentos examinados en la presente materia se han analizado con el fin de mejorar la calidad en los centros educativos, prevenir el fracaso escolar y promover valores basados en la convivencia y el respeto, atendiendo a toda la diversidad del alumnado a nivel tanto de centro como de aula. En la segunda parte se ha puesto relevancia a la dinámica de los grupos, así como a los roles que tiene cada individuo en ellos y en los diversos estilos de liderazgo docente. Todo ello, acompañado de un análisis crítico acerca de la importancia de una correcta comunicación en el aula, tanto verbal como no verbal. Por ello, esta parte también ha sido importante para los futuros docentes como para los Orientadores

Educativos, al proporcionarse estrategias que permitan enfrentarse a la dinámica de una clase y la resolución de posibles conflictos que puedan surgir en ella.

La asignatura “**Sociedad, Familia y Educación**” se divide a su vez en dos partes interrelacionadas entre sí. En la primera parte se han abordado los roles sexuales y estereotipos de género enfocados en el ámbito educativo, mediante una metodología dinámica que permitió ponerse en la piel del profesorado y reflexionar acerca de qué discriminaciones se dan en los centros educativos actualmente. Esta primera parte ha servido de base para la elaboración de la actuación destinada a prevenir la violencia de género incluida dentro del ámbito de Apoyo al Plan de Acción Tutorial (de aquí en adelante, PAT). Así mismo, los contenidos abordados en esta materia han servido para inculcar valores basados en el respeto, la empatía y la tolerancia entre todo el alumnado del IES. En la segunda parte de la asignatura se han explicado detalladamente los distintos estilos parentales en relación a conocer la implicación de las familias en el proceso de aprendizaje de sus hijos, aspecto muy valioso como futura Orientadora a la hora de enfrentarme a las entrevistas familiares y a las intervenciones, tanto con alumnado como con familias. Además, toda la materia ha girado en torno a la importancia de la cooperación familia-profesorado del centro educativo y la necesidad de una comunicación fluida y frecuente entre estos dos agentes. Es más, se ha abordado esta colaboración en ESO, Bachillerato y Formación Profesional (de aquí en adelante, FP), lo cual, ha sido especialmente valioso en el IES donde se han realizado las prácticas profesionales, ya que se imparten los tres niveles educativos.

La asignatura “**Diseño y Desarrollo del Currículum**” ha sido una de las materias que me ha brindado más conocimientos acerca de cómo plantear las presentes unidades de actuación a desarrollar en el TFM, ya que se ha analizado y reflexionado sobre todos sus elementos, con un enfoque práctico y participativo. La metodología tan activa y dinámica de esta materia ha sido clave para elaborar diversas unidades de actuación empleando la formación teórica que había recibido previamente. Es más, no sólo se ha elaborado un alto número de unidades de actuación, sino que se han realizado en grupos heterogéneos y se han expuesto oralmente, fomentando así el trabajo en equipo y mejorando las habilidades comunicativas. Otro aspecto a destacar es la formación teórica acerca de las diferentes metodologías activas que se pueden emplear en el aula, la cual, fue la base para posteriormente abordarlas en profundidad y detalle en la asignatura

*“Educación Inclusiva y Atención a la Diversidad”*. Además, la importancia dada en la asignatura al hecho de que las unidades de actuación deben estar contextualizadas, fue un punto clave para contextualizar las presentes quince unidades de actuación del TFM y para tener una visión de la Orientación como un proceso transversal. Por otro lado, esta asignatura me despertó una mirada crítica hacia la escuela y la Comunidad Educativa, explorando la realidad de los centros en la actualidad. Todo ello, complementado con la explicación y la toma de contacto con diversos documentos institucionales del centro, analizados con más detalle en la asignatura *“Procesos y Contextos Educativos”*, por lo que, sirvieron de base teórica y ha sido una formación útil en el Practicum. Es de destacar la relevancia que se hizo en la Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la Educación Primaria, la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato, para explicar la necesidad de que el alumnado desarrolle las competencias clave del currículo y la utilidad del aprendizaje basado en competencias para que el alumno sepa hacer frente a las diversas demandas del entorno (Orden ECD/65, 2015).

En la asignatura **“Investigación e Innovación Educativa y la Gestión de Centros”** se ha desarrollado un marco teórico y práctico de las trayectorias tan cambiantes que ha sufrido la innovación en los centros educativos, permitiendo así entender y contextualizar la propuesta de innovación del TFM en el IES donde se han desarrollado las prácticas profesionales. Al elaborar un proyecto de innovación en la presente asignatura, se han abordado todos los apartados de la propuesta de innovación del TFM y se han proporcionado pautas y recursos para mejorar la propuesta y su diseño. Todo ello, se ha complementado con un foro virtual semanal donde el alumnado compartía sus ideas y percepciones respecto a temas educativos, lo cual, resultó enriquecedor poder contrastar y comentar las diversas opiniones de los compañeros. Entre los temas analizados y debatidos, cabe señalar el que versa sobre cómo se podrían emplear las Tecnologías de la Información y Comunicación (de aquí en adelante, TIC) en educación de una manera innovadora, observándose una concordancia entre la presente asignatura y otras materias del Máster como *“Tecnologías de la Información y la Comunicación”*. Por último, es de destacar la sinergia entre todos los compañeros que consiguió esta asignatura mediante la realización de un debate grupal, fomentando el trabajo en equipo, la escucha activa y las habilidades comunicativas. El mensaje principal

que me ha transmitido esta materia es que los cambios innovadores en las aulas son factibles y a veces, sencillos; con una simple reorganización de los pupitres en el aula se favorece una clase más dinámica y participativa, donde se pueden introducir metodologías y actividades innovadoras, creativas y rompedoras, como fue el caso real de la elaboración de un periódico realizado entre toda la clase.

La asignatura “**Tecnologías de la Información y la Comunicación**” ofrece un amplio abanico de conocimientos acerca de las innovaciones tecnológicas que se están empleando en la realidad en los centros educativos. Sin embargo, su metodología cooperativa y, sobre todo, reflexiva, fomenta el debate sobre si se están aplicando de manera adecuada las TIC en la educación y si podemos hablar realmente de una innovación educativa en nuestros días. Ha sido una asignatura necesaria ya que hemos tomado contacto con las TIC al crear un recurso tecnológico para usar en las aulas de los IES donde se han tenido que analizar recursos y herramientas educativas que fomentasen el desarrollo integral del alumnado, sobre todo, de aquel con más dificultades. Así mismo, en la presente asignatura se ha reflexionado sobre cómo la buena utilización de las TIC puede fomentar un aprendizaje significativo en el alumnado. Es más, se ha puesto de relieve cómo las nuevas tecnologías fomentan la transmisión del conocimiento y la motivación y participación de todos los estudiantes, así como el trabajo en equipo y la colaboración entre compañeros. Por ello, esta materia ha servido para reflexionar acerca de las diversas ventajas que nos ofrecen las TIC y para diseñar la actuación del TFM que promueve un uso seguro y responsable de las TIC en el alumnado.

La asignatura “**Los Ámbitos de la Orientación Educativa y el Asesoramiento Psicopedagógico**” ha sido de especial utilidad tanto por los conocimientos teóricos recibidos como por servir de base para el TFM, ya que en esta materia se ha tomado contacto con documentación institucional básica y necesaria para el presente trabajo, entre los que se destaca el Decreto 147/2014. Respecto a la formación teórica recibida en esta asignatura se ha explicado en profundidad los tres ámbitos de intervención de la Orientación Educativa y Profesional (Proceso de Enseñanza-Aprendizaje, Acción Tutorial y Orientación para el Desarrollo de la Carrera), los cuales, son la base y el punto de partida de las presentes quince actuaciones del TFM. Así mismo, se han transmitido conocimientos y formación acerca de la evaluación psicopedagógica, al poder tomar contacto con diversas pruebas y test psicopedagógicos, que posteriormente se han

administrado al alumnado del IES. Respecto a la visión tan amplia y completa que se ha proporcionado de la evaluación psicopedagógica, es de destacar la posibilidad de ponerse en la piel de los Orientadores al realizar informes y dictámenes psicoeducativos antes de comenzar el Practicum, poder reflexionar sobre ellos y entender y recalcar que la evaluación psicoeducativa debe ser una evaluación multidimensional y entenderse como un proceso que acompaña al alumnado en toda su escolarización. Por último, todo lo mencionado anteriormente ha sido reforzado por las exposiciones orales realizadas. Por lo tanto, se concluye que, en esta asignatura, gracias a su metodología activa y participativa, se han proporcionado adecuadas herramientas y estrategias que han servido de base para la realización del Practicum, su Cuadernillo y el TFM, consiguiendo así un aprendizaje significativo en ella.

En la asignatura **“Los Procesos de la Orientación Educativa y el Asesoramiento Psicopedagógico”** a través de una metodología dinámica y participativa, se ha reflexionado primeramente acerca del recorrido histórico que ha sufrido la Orientación Educativa hasta nuestros días. Partiendo de esta visión histórica general, se ha podido analizar y comprender lo complejo que es definir la Orientación Educativa y la poca delimitación de las funciones del Orientador en los centros educativos. Al igual que en el resto de las asignaturas del Máster, se le da especial trascendencia a la Orientación como proceso de acompañamiento continuo al alumnado a lo largo de toda su trayectoria escolar. Esta asignatura, a su vez, se complementa con la anterior asignatura *“Los Ámbitos de la Orientación Educativa y el Asesoramiento Psicopedagógico”*, en el sentido de que las dos hacen especial énfasis en el Decreto 147/2014. En la presente materia, además de incidir en los tres ámbitos de intervención de la Orientación Educativa y Profesional de manera teórica y práctica, también se mencionan los principios de la Orientación Educativa y Profesional, necesarios para entender la Orientación como un proceso. Además, en esta asignatura se aborda la evaluación psicopedagógica de manera detallada y completa, queriendo transmitir el mensaje de que la diversidad hay que celebrarla y aprender de ella. Dentro de la evaluación psicopedagógica, se le ha dado importancia a la necesidad de informar a las familias y a la necesaria relación armoniosa y comunicación fluida entre todos los miembros de la Comunidad Educativa. Este aspecto, se vuelve a reiterar en la asignatura *“Sociedad, Familia y Educación”* de manera más pormenorizada. Por último, se han explicado las dificultades específicas de

aprendizaje desde una visión global y desde la visión del DSM-5 (APA, 2013), con el objetivo de reflexionar sobre los diferentes criterios diagnósticos.

En la asignatura **“Educación Inclusiva y Atención a la Diversidad”** se ha abordado el marco general de la educación inclusiva de forma pormenorizada, tanto de manera teórica como práctica, con una metodología y actividades que conducían a la reflexión, al análisis crítico, y, sobre todo, al trabajo en equipo. Todo ello, teniendo como base la exposición oral, contribuyendo así a mejorar las habilidades comunicativas tan necesarias para la posterior defensa del presente trabajo. También, ha sido de utilidad durante el transcurso de las prácticas, al proporcionarse una visión realista y reflexiva acerca del clima en los centros educativos, posibles obstáculos y barreras propias de los IES y la necesidad de comunicación entre profesorado y familias, así como su implicación, lo cual, ha servido de base y apoyo para identificar las necesidades en el IES y así poder proponer las presentes 15 unidades de actuación contextualizadas. Finalmente, es de destacar que ha servido de broche final para reforzar y complementar los conocimientos acerca del diagnóstico y la intervención en alumnado con Necesidades Específicas de Apoyo Educativo (de aquí en adelante, NEAE), ya visto en otras materias como *“Los Procesos de la Orientación Educativa y el Asesoramiento Psicopedagógico”* o *“Los Ámbitos de la Orientación Educativa y el Asesoramiento Psicopedagógico”*.

En la asignatura optativa **“Estrategias y Recursos para la Búsqueda Activa de Empleo”** se ha realizado un recorrido teórico acerca de los cambios acontecidos en el mercado de trabajo, influidos a su vez, por los diversos contextos socioeconómicos propios de cada época. Esta materia ha sido el cimiento para desarrollar las cinco unidades de actuación en el ámbito de Orientación para el Desarrollo de la Carrera al poder analizar críticamente los factores que influyen en la inserción sociolaboral y cuáles son las actitudes y aptitudes laborales más demandadas por las empresas actualmente. A su vez, esta asignatura optativa se relaciona con el contenido de la materia anteriormente mencionada *“Tecnologías de la Información y la Comunicación”*, ya que en las dos asignaturas se ha reflexionado sobre la visión de las TIC en el ámbito educativo, específicamente, en el módulo optativo se ha explicado la innovación disruptiva en las aulas, aquella innovación que produce un cambio brusco en la educación al sumergirse en el mundo de las nuevas tecnologías. Por último, cabe mencionar las herramientas analizadas con vistas a mejorar la toma de decisiones, entre las que se destaca la

herramienta DAFO, la cual, es la base de la propuesta de innovación del TFM. El análisis DAFO-CAME ha sido elegido debido a que permite poner en marcha estrategias para mejorar la empleabilidad del alumnado y favorecer la toma de decisiones. Esto se considera necesario en los estudiantes, los cuales, se encuentran a lo largo de toda su trayectoria escolar ante diversas decisiones personales, académicas y laborales.

## **1.2. Análisis reflexivo sobre las prácticas profesionales realizadas**

En este apartado se procede a contextualizar el centro educativo donde se han realizado las prácticas profesionales, el cual, es un IES de titularidad pública. La información para realizar este apartado ha sido obtenida de la Programación General Anual (en adelante, PGA) del presente curso académico 2019-2020.

El IES se sitúa en el centro de Oviedo, muy cercano a dos colegios de Educación Infantil y Primaria de titularidad pública, dos Institutos y tres Facultades. Además, tiene 9 centros educativos de Educación Primaria adscritos a él, de titularidad tanto pública como concertada-privada. Cabe mencionar otros servicios cercanos al centro, entre los que se encuentran la estación de trenes de Oviedo, el Registro General Central del Principado de Asturias, el Centro Cívico Comercial y el Palacio de Exposiciones y Congresos Ciudad de Oviedo. El IES se localiza en el barrio de Buenavista, el cual, se caracteriza por presentar una alta población, con gran variedad de nacionalidades y una media de edad entre 55-75 años.

Cabe destacar la ubicación tan céntrica del IES y las buenas comunicaciones que posee. Todo ello incide en que, de un total de 1.173 alumnos matriculados en el IES en el presente curso académico 2019-2020, un 75% de ellos reside en un entorno urbano y pertenece a una clase media/media-alta. Por el contrario, el restante alumnado posee un nivel socioeconómico más bajo y proviene de un entorno rural.

La fecha de creación oficial del centro data de 1928, estableciéndose como una Escuela Elemental de Trabajo, a la que acudían los hijos de familias con un nivel de vida más modesto y cuyo fin era la especialización. En 1955 se transforma en una Escuela de Maestría Industrial, y en 1970 se convierte en un Instituto Politécnico de Formación Profesional, con la entrada en vigor de la Ley 14/1970, de 4 de agosto, General de Educación y Financiamiento de la Reforma Educativa (LGE, 1970), en la que se

contempla la FP como un itinerario educativo. Finalmente, tras diversas reformas, se funda como Instituto de Educación Secundaria, donde se imparten tres niveles educativos: Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y Formación Profesional.

Cabe mencionar que en 1998 era un centro de integración preferente para alumnado de Necesidades Educativas Especiales (en adelante, NEE) con discapacidad auditiva. Sin embargo, en el presente curso académico el alumnado con NEE más numeroso es aquel con Trastorno del Espectro Autista (en adelante, TEA).

El IES es un centro educativo muy grande, dividido a su vez en dos espacios y tres edificios diferentes llamados “Edificio Aulario”, “Edificio LEGO” y “Edificio Principal” separados por escasos metros. Los dos primeros edificios conforman un espacio, caracterizado por tener instalaciones y aulas más modernas y el último edificio, de más antigüedad, corresponde al otro espacio. Los tres edificios poseen recursos materiales y tecnológicos, entre los que se encuentran aulas específicas de Informática, Tecnología y Música, laboratorios, bibliotecas y todas las aulas del centro están equipadas con un cañón y una pizarra digital. Como aspecto diferenciador, en el Edificio Principal es donde se localiza el salón de actos, la secretaría, la Jefatura de Estudios y los diferentes despachos de los Departamentos, entre los que se encuentra el despacho del Departamento de Orientación.

De los tres niveles educativos que se imparten en el IES, ESO se imparte en el Edificio Aulario (1º y 2º curso de ESO) y en el Edificio LEGO (3º y 4º curso de ESO). Por su parte, Bachillerato y FP se imparten en el Edificio Principal. En el IES las modalidades impartidas en Bachillerato son la de Humanidades y Ciencias Sociales y la de Ciencias. Por su parte, en la FP se imparten ciclos formativos de Grado Básico, Medio y Superior, los cuales, quedan detallados en la Tabla 1.

Tabla 1. Ciclos formativos de FP impartidos en el IES (adaptado de la Programación General Anual, 2019-2020).

<b>FP</b>		
<b>FAMILIAS PROFESIONALES</b>	<b>CICLOS FORMATIVOS</b>	<b>GRADO</b>
Edificación y Obra Civil	Proyectos de Edificación	Superior
	Proyecto de Obra Civil	Superior
Administración y Gestión	Administración y Finanzas	Superior
	Asistencia a la Dirección	Superior
	Gestión Administrativa	Medio
	Servicios Administrativos	Básico
Electricidad y Electrónica	Sistemas Electrotécnicos y Automatizados	Superior
	Instalaciones Eléctricas y Automáticas	Medio
	Electricidad y Electrónica	Básico
Informática	Administración de Sistemas Informáticos en Red	Superior
	Desarrollo de Aplicaciones Multiplataforma	Superior
	Desarrollo de Aplicaciones Web	Superior

Fuente: elaboración propia.

Como se ha mencionado anteriormente, son 1.173 los alumnos matriculados en el presente curso académico 2019-2020 en este IES de Oviedo. El desglose del número total de alumnado según los niveles educativos se encuentra reflejado en la Tabla 2.

Tabla 2. Distribución del alumnado en el presente curso académico (adaptado de la Programación General Anual, 2019-2020).

<b>N.º TOTAL ALUMNADO POR NIVELES EDUCATIVOS</b>			
<b>CURSO</b>	<b>N.º TOTAL ALUMNADO</b>	<b>ALUMNADO POR RAZÓN DE GÉNERO</b>	<b>ALUMNADO INMIGRANTE</b>
1º ESO	98	Hombres: 54 Mujeres: 44	3
2º ESO	101	Hombres: 59 Mujeres: 42	6
3º ESO	92	Hombres: 40 Mujeres: 52	3
4º ESO	92	Hombres: 43 Mujeres: 49	6
PMAR	11	Hombres: 9 Mujeres: 2	1
1º BACH.	86	Hombres: 42 Mujeres: 44	3
2º BACH.	106	Hombres: 52 Mujeres: 54	6
1º EOC	34	Hombres: 24 Mujeres: 10	8
2º EOC	37	Hombres: 23 Mujeres: 14	9
1º ADG	141	Hombres: 61 Mujeres: 80	28
2º ADG	107	Hombres: 51 Mujeres: 56	28
1º EE	76	Hombres: 75 Mujeres: 1	18
2º EE	31	Hombres: 28 Mujeres: 3	9

1º I	85	Hombres: 78 Mujeres: 7	8
2º I	76	Hombres: 62 Mujeres: 14	9
<b>N.º ALUMNADO IES TOTAL</b>	1.173		

*Nota.* ESO=Educación Secundaria Obligatoria; PMAR=Programa de Mejora del Aprendizaje y del Rendimiento; BACH.=Bachillerato; EOC=Edificación y Obra Civil; ADG=Administración y Gestión; EE=Electricidad y Electrónica; I=Informática; IES=Instituto de Educación Secundaria; N.º=Número.

Fuente: elaboración propia.

Se observa la influencia del género masculino en el nivel de FP, mientras que en ESO y Bachillerato la distribución de géneros se encuentra mucho más igualada. Es de destacar que en la modalidad de Bachillerato de Enseñanzas Aplicadas predomina el género masculino mientras que en la modalidad de Enseñanzas Académicas hay superioridad del género femenino. Es más, en FP, también cabe recalcar que en todos sus ciclos formativos hay más alumnos que alumnas, excepto en los ciclos formativos pertenecientes a la familia profesional de Administración y Gestión.

En cuanto a la procedencia del alumnado matriculado en el IES, es muy heterogénea, así como sus culturas y costumbres, especialmente en FP. El total de alumnado inmigrante en FP asciende este curso académico al 19,93%, frente al 4,82% del alumnado inmigrante en ESO y al 4,68% de alumnado inmigrante en Bachillerato. Se detecta, por tanto, diversos niveles socioeconómicos y culturales en el alumnado de FP, por lo que es necesario que toda la Comunidad Educativa transmita valores que fomenten el respeto y la tolerancia hacia todas las diversidades culturales. Además, el rango de edad de todo el alumnado matriculado en el centro es muy dispar, entre 12 y 57 años. Así mismo, son 38 los alumnos del centro con NEAE, siendo el más numeroso el alumnado con TEA, por lo que se hace necesaria la formación a familias con hijos con TEA para que se les proporcionen estrategias y competencias que mejoren el clima familiar. Esta heterogeneidad ha permitido entender la riqueza de la diversidad en el alumnado, así como ponerse en la piel del Orientador Educativo y desempeñar sus diversas funciones.

Así mismo, se hace necesario favorecer la adaptación e inclusión del alumnado del IES, sobre todo, en la etapa de ESO, así como mejorar la convivencia en el alumnado de FP Básica, específicamente, en la familia de Electricidad y Electrónica (de aquí en adelante, EE) donde es importante transmitir un clima de respeto y tolerancia entre los

compañeros. Por ello, es necesario dotar al alumnado de estrategias emocionales y así, promover el desarrollo integral de los estudiantes de FP Básica. Es más, también es necesario aumentar la motivación e implicación hacia los contenidos curriculares en el alumnado de PMAR. A todo ello, se suma la relevancia de proporcionar al alumnado estrategias y competencias que favorezcan el proceso de toma de decisiones académicas-profesionales, un proceso importante que requiere de autoconocimiento y conocimiento del sistema educativo y del mercado laboral, caracterizado por ser cambiante y dinámico.

En relación al profesorado, son 128 profesores los que imparten docencia en el IES, de los cuales, 100 imparten docencia en la etapa de Educación Secundaria y 24 en FP, tanto en horario diurno como vespertino. El primero de ellos tiene un horario de 8:30-15:15 horas y el segundo de 16:00-21:50 horas. Entre el profesorado del IES también se encuentra un profesional cuyas funciones son de biblioteca y tres maestras especialistas en Pedagogía Terapéutica (de aquí en adelante, PT) y en Audición y Lenguaje (de aquí en adelante, AL). El Orientador Educativo forma parte del profesorado de Educación Secundaria y las dos Profesoras Técnicas de Servicios a la Comunidad (en adelante, PTSC) están adscritas al cuerpo de profesores Técnicos de FP. Del total del profesorado, un 64% son mujeres frente al restante 35% de profesores, situándose la mayoría de ellos en edades comprendidas entre los 55 y 59 años. En esta línea, otros miembros de la Comunidad Educativa son el personal no docente, el cual, está formado por 6 conserjes, 3 secretarías y 3 operarios de limpieza. Todos ellos se muestran estrechamente implicados en la dinámica del Instituto.

La relación y comunicación con el profesorado y las familias es, en términos generales, adecuada, y desde el centro educativo se le da relevancia a mantener contactos frecuentes y a una comunicación estrecha entre estos dos agentes. Sin embargo, se detectan necesidades a la hora de llevar a cabo las entrevistas familiares, donde en algunos casos, el profesorado de las etapas de ESO y Bachillerato señala, en algunas ocasiones, tener dificultades en cuanto a estrategias y mecanismos para comunicarse con las familias. Por otro lado, sería necesario dotar al profesorado que imparte docencia en PMAR y en FP Básica herramientas y recursos que fomenten su motivación e implicación en el proceso de Enseñanza-Aprendizaje de su alumnado.

Respecto al Departamento de Orientación del presente IES, tal y como se especifica en el Artículo 11 del Decreto 147/2014, está compuesto por los siguientes profesionales: un Orientador Educativo, que a su vez, es el Jefe del Departamento de Orientación; dos PTSC, una de ellas con contrato fijo y a jornada completa y otra profesional interina a tiempo parcial; dos maestras especialistas en PT; una maestra especializada en AL; y dos profesoras de PMAR del ámbito Científico-Matemático y Lingüístico-Social.

El presente Departamento, donde han transcurrido la mayor parte de las prácticas en el centro educativo, se sitúa en el primer piso del Edificio Principal, a la entrada del IES, convirtiéndolo es un despacho con una localización céntrica y operativa para todo el alumnado.

Además, se hace necesario que el Departamento de Orientación mantenga una relación estrecha y contactos frecuentes con los miembros que conforman la estructura organizativa del IES.

Estas estructuras organizativas se clasifican según su función en órganos de Gobierno y en órganos de Coordinación. Los **órganos de Gobierno** son los encargados de la gestión del IES tanto en su vertiente directiva como administrativa y los **órganos de Coordinación** son los encargados de favorecer los cauces de información y comunicación entre todas las estructuras del organigrama, actuando en concordancia con los órganos de Gobierno del IES (Blasco y Pérez, 2017).

Cabe destacar que el Departamento de Orientación, no sólo debe mantener relaciones bidireccionales con los miembros de la Comunidad Educativa del IES, también es necesaria la cooperación con agentes y asociaciones externas al IES. Durante mi estancia en prácticas se destacan las colaboraciones con Servicios Sociales y Equipos de Intervención Técnica de Apoyo a la Familia (de aquí en adelante, EITAF); Salud Mental; centro privado de Enseñanza la Milagrosa; clínicas y centros de psicología; Ayuntamiento de Oviedo; y, finalmente, asociaciones de familiares y personas con autismo; ADANSI. Así mismo, también cabe mencionar el lema base del IES *“Todo el alumnado tiene derecho a la educación”* amparándose en el Artículo 27 de la Constitución (Constitución Española, 1978, Art., 27). El centro educativo promueve la inclusión de todo el alumnado y entiende la riqueza de la diversidad. Es más, los valores que transmite son el trabajo en equipo, la igualdad de oportunidades, el respeto, la no discriminación y el diseño

universal y flexible de aprendizaje para que todo el alumnado pueda superar los objetivos de Enseñanza-Aprendizaje del currículo. Para ello, se le da importancia a que todos los miembros de la Comunidad Educativa trabajen en sintonía.

Por último, entre los diversos planes y programas del IES, se destacan:

- **Programa de Prevención del Abandono Escolar:** su objetivo principal es evitar el fracaso escolar y que el alumnado se inserte en el sistema educativo, para así, indirectamente mejorar su estilo de vida. Lo cual, está relacionado con la necesidad detectada en FP Básica y PMAR, donde se hace necesario proporcionar al profesorado de estos dos niveles educativos estrategias y recursos para aumentar su motivación hacia la labor docente, con el fin de favorecer una mayor participación e involucración en el proceso educativo de su alumnado.
- **Programa Anual de Actividades Complementarias y Extraescolares:** se realizan actividades que fomentan el desarrollo integral del alumnado, su inclusión y su motivación hacia el aprendizaje. Indirectamente, con estas Actividades Complementarias y Extraescolares se quiere inculcar en el alumnado valores, hábitos saludables e instaurar un clima de armonía y respeto. Cabe mencionar aquí la necesidad de introducir nuevas rutinas y hábitos alimenticios más saludables en el alumnado, específicamente en las etapas de ESO y Bachillerato, así como la necesidad de instaurar un clima de convivencia, tolerancia y respeto, sobre todo, en el 4º curso de ESO, en Bachillerato y en FP Básica, donde es necesario promover conductas igualitarias y no discriminativas. Las presentes actividades también se consideran de utilidad para motivar al alumnado de PMAR y FP Básica hacia el aprendizaje. Por último, otro beneficio a destacar de la realización de estas actividades es que sirven para conocer y aprender a respetar culturas y estilos de vida muy dispares, lo que va en consonancia con la necesidad detectada de fomentar la inclusión del alumnado inmigrante de FP en el centro educativo.
- **Programa de Préstamo y Reutilización del Material Escolar:** este programa tiene como finalidad reutilizar recursos escolares. Con ello, se ayuda económicamente a ese alumnado mencionado anteriormente que posee un nivel socioeconómico más bajo y escasos recursos. Además, es un programa que fomenta valores de respeto, solidaridad y compañerismo.

- **Programa de TIC:** uno de los diversos objetivos del presente programa es la información y formación a los alumnos sobre el uso seguro de las TIC. Se considera un programa relevante ya que se ha observado la necesidad de formar al alumnado, sobre todo, al del 1º ciclo de ESO, sobre el uso adecuado de las nuevas tecnologías, específicamente de los videojuegos.
- **Programa Específico Complementario para FP Básica:** consiste en añadir una hora más de tutoría en FP Básica, es decir, que el alumnado de FPB disponga de dos horas semanales de tutoría, frente a la hora semanal que tienen los alumnos de los restantes niveles educativos. Este programa surge a raíz de las latentes necesidades encontradas en este grupo, donde es importante motivar al alumnado para mejorar así su proceso de Enseñanza-Aprendizaje y fomentar una adecuada convivencia entre los compañeros.

Como se ha podido observar en esta descripción del contexto del centro, se identifican necesidades en relación con la motivación del alumnado hacia el aprendizaje, donde se hace necesario aumentarla, así como fomentar conductas y rutinas más saludables y transmitir valores basados en la no violencia, la inclusión y la solidaridad. Además, se hace necesario proporcionarles estrategias y competencias para la resolución pacífica de conflictos, con el fin de mejorar la convivencia en el aula y favorecer el trabajo en equipo. También es importante facilitar al alumnado recursos que mejoren su autoconocimiento y el conocimiento del contexto laboral para mejorar su toma de decisiones académicas y profesionales. Respecto al profesorado, es relevante facilitarle estrategias que potencien su involucración y motivación en el proceso educativo de su alumnado y que fomenten el trabajo cooperativo con las familias.

Partiendo de esta identificación de necesidades en el IES, se procede a diseñar en el siguiente apartado 15 unidades de actuación del Programa Anual de Actuación que den respuesta a ellas.

## SEGUNDA PARTE

### 2. PROPUESTA DE PROGRAMA ANUAL DE ACTUACIÓN PARA UN DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN

#### 2.1. Objetivos del Programa de Actuación del Departamento

La Orientación Educativa y Profesional es un proceso continuo y específico, cuyo fin es el desarrollo integral del alumnado. Para lograr este objetivo es necesario el trabajo en equipo de todos los miembros del Departamento de Orientación y a su vez, con todos los miembros de la Comunidad Educativa (Decreto 147, 2014, Art., 2.1).

El Programa de Actuación del Departamento de Orientación del IES donde se han llevado a cabo las prácticas se basa en los 4 principios de la Orientación Educativa y Profesional (Decreto 147, 2014, Art., 3):

- **Principio de prevención:** la Orientación Educativa y Profesional es un proceso proactivo que previene las dificultades en el desarrollo del alumnado.
- **Principio de desarrollo:** la Orientación Educativa y Profesional es un proceso continuo que se da a lo largo de toda la vida académica de los alumnos cuyo fin es fomentar el desarrollo de las potencialidades y talentos en el alumnado.
- **Principio de intervención social:** la Orientación Educativa y Profesional es un proceso que tiene en cuenta las condiciones del contexto y el ambiente en el que está inmerso el alumno, especialmente, el familiar, el cual, incide de manera relevante en la toma de decisiones y el desarrollo personal del alumnado.
- **Principio de empoderamiento personal y social:** la Orientación Educativa y Profesional es un proceso en el que se dota a los alumnos o grupos sociales de competencias para que puedan tomar el control de sus vidas y favorezcan, a su vez, el empoderamiento personal de los demás miembros del grupo.

El Programa Anual de Actuación del Departamento de Orientación del IES donde se han realizado las prácticas profesionales se encuentra recogido en la PGA del presente curso académico y sus objetivos generales se encuentran en concordancia con los valores mencionados en el Proyecto Educativo de Centro (de aquí en adelante, PEC). En la PGA también se encuentran recogidos los tres programas que concretan el Programa de Actuación del Departamento de Orientación: el Programa de Atención a la Diversidad, el

Programa de Acción Tutorial y el Programa de Orientación para el Desarrollo de la Carrera, como se menciona en el Decreto 147/2014 (Decreto 147, 2014, Art., 25).

En la PGA y en el PEC del IES donde se ha realizado el Practicum se especifican los siguientes apartados en los tres programas que conforman el Programa Anual de Actuación: justificación; objetivos generales; órganos que intervienen en su elaboración y revisión; procedimientos y criterios a seguir para elaborarlo y para evaluar su eficacia y viabilidad; y, finalmente, seguimiento del programa y mejoras realizadas en base a lo detectado a lo largo de todo el proceso.

A continuación, tomando como base la definición de la Orientación Educativa y Profesional y los principios en los que se basa, en la segunda parte del trabajo se procede a describir la propuesta de Programa Anual de Actuación para un Departamento de Orientación.

Los objetivos generales y las 15 unidades de actuación del Programa Anual del Departamento de Orientación planteado se han enunciado en base a las necesidades identificadas en el centro durante mi estancia, y a los objetivos del IES donde se han realizado las prácticas profesionales en el presente curso académico 2019-2020, recogidos en la PGA. Estos objetivos se muestran en la Tabla 3, clasificados a su vez en los tres ámbitos de la Orientación Educativa y Profesional.

Tabla 3. Objetivos generales formulados en el IES según los tres ámbitos de la Orientación Educativa y Profesional (Programación General Anual, 2019-2020).

<b>OBJETIVOS DEL ÁMBITO DE APOYO AL PROCESO DE ENSEÑANZA- APRENDIZAJE</b>
1) Entender la diversidad como riqueza.
2) Inculcar valores basados en la igualdad, el respeto y la no discriminación para conseguir la inclusión de todo el alumnado.
3) Formar e informar a las familias, así como proporcionarles estrategias y recursos para la mejora del clima familiar.
4) Fomentar los vínculos y la comunicación entre el profesorado y las familias.
5) Proporcionar estrategias y herramientas al alumnado para favorecer el desarrollo de su autonomía, así como de su autoestima y motivación.
6) Promover medidas educativas individualizadas y contextualizadas para dar respuesta a aquel alumnado con más necesidades y dificultades.
7) Facilitar estrategias al profesorado para fomentar el proceso educativo de su alumnado.

<b>OBJETIVOS DEL ÁMBITO DE APOYO AL PLAN DE ACCIÓN TUTORIAL</b>
1) Fomentar el desarrollo de hábitos saludables y beneficiosos en el alumnado.
2) Asesorar y proporcionar estrategias y competencias de gestión emocional y resolución de conflictos a los alumnos.
3) Favorecer relaciones personales armoniosas entre el alumnado del Instituto.
4) Promover un clima de tolerancia y no violencia con el fin de mejorar la convivencia de toda la Comunidad Educativa.
5) Proporcionar estrategias al alumnado con más dificultades y necesidades para aumentar su autoestima y motivación hacia el aprendizaje.
6) Hacer consciente al alumnado de las consecuencias de sus actos.
<b>OBJETIVOS DEL ÁMBITO DE ORIENTACIÓN PARA EL DESARROLLO DE LA CARRERA</b>
1) Orientar y asesorar al alumnado de manera realista en la toma de decisiones personales, académicas y profesionales, así como a sus familias.
2) Formar e informar al alumnado acerca de los diversos itinerarios formativos y profesionales adaptados a su nivel educativo.
3) Fomentar el autoconocimiento en el alumnado para conocer sus fortalezas y debilidades y potenciar así las primeras.
4) Favorecer la igualdad de oportunidades en la inserción sociolaboral del alumnado.
5) Ayudar a los alumnos a que encuentren su talento y descubran sus motivaciones e intereses académicos y profesionales.
6) Colaborar y contactar con agentes y servicios externos al Instituto que faciliten la inserción del alumnado al mercado de trabajo.

Fuente: elaboración propia.

Como se puede observar, se da especialmente relevancia a la atención individualizada del alumnado, a la riqueza que proporciona la diversidad y heterogeneidad de los estudiantes, a facilitarles estrategias, competencias y recursos y a formarles e informarles acerca de aspectos educativos y profesionales para fomentar así el desarrollo integral de todo el alumnado y dar respuesta a sus necesidades educativas.

A continuación, en la Tabla 4, se presentan los títulos de las 15 unidades de actuación propuestas y su correspondencia con los objetivos generales formulados por el IES en el curso académico 2019-2020; 5 actuaciones en cada uno de los tres ámbitos expuestos en el Decreto 147/2014. En cada uno de los tres ámbitos de la Orientación se muestran en negrita dos unidades de actuación, las cuales, serán las unidades que se desarrollarán de manera más detallada.

Tabla 4. Representación de las 15 unidades de actuación y su correspondencia con los objetivos generales formulados por el IES en el presente curso académico.

ÁMBITOS	ACTUACIONES	OBJETIVOS
Apoyo al Proceso de Enseñanza-Aprendizaje	1.Jornada de acogida para alumnado inmigrante de FP Básica, Media y Superior.	1-2-5
	<b>2.Programa de formación a familias con hijos en ESO y/o Bachillerato para fomentar el desarrollo de la parentalidad positiva.</b>	1-3-4-6-7
	3.Jornada deportiva ¡Actívate! para fomentar la inclusión del alumnado del 1º y 2º ciclo de ESO.	1-2-5-6-7
	4.Programa de mediación familiar en profesorado de ESO y Bachillerato.	3-4-6-7
	<b>5.Programa de prevención del síndrome de Burnout en profesorado de FP Básica y PMAR.</b>	1-4-6-7
Apoyo al Proceso de Acción Tutorial	<b>1.Programa de prevención de Trastornos de la Conducta Alimentaria y buenos hábitos alimenticios en alumnado de 4º de ESO y 1º y 2º de Bachillerato.</b>	1-2-6
	2.Programa de prevención y sensibilización de la violencia de género en alumnado de 4º ESO y 1º y 2º de Bachillerato.	2-3-4-6
	<b>3.Scape-Room para prevenir conflictos y fomentar el control emocional en alumnado de FP Básica de la familia de Electricidad y Electrónica.</b>	2-3-4-5
	4.Programa de prevención de la adicción a videojuegos y uso responsable de las nuevas tecnologías en alumnado del 1º ciclo de ESO.	1-2-6
	5.Programa de reducción del absentismo virtual en PMAR.	2-3-5-6
Orientación para el Desarrollo de la Carrera	1.Análisis DAFO-CAME para fomentar el autoconocimiento y la toma de decisiones en alumnado de 3º y 4º de ESO.	1-2-3-5
	2.Jornadas informativas de FP para alumnado de 3º y 4º curso de ESO y 1º y 2º curso de Bachillerato.	1-2-4
	<b>3.Programa “El mundo del voluntariado” para mejorar la empleabilidad en el alumnado de 1º de Bachillerato.</b>	4-5-6
	4.Programa “Sin Barreras” para fomentar la autonomía de todo el alumnado con TEA del IES.	1-2-4-6
	<b>5.Programa “Y tú, ¿sabes cuánto vales?” para fomentar las habilidades socioemocionales en alumnado de 1º y 2º de Bachillerato.</b>	2-3-5

Nota. FP=Formación Profesional; ESO=Enseñanza Secundaria Obligatoria; PMAR=Programa de Mejora del Aprendizaje y del Rendimiento; TEA=Trastorno del Espectro Autista; IES=Instituto de Educación Secundaria.

Fuente: elaboración propia.

## **2.2. Organización interna del Departamento de Orientación y coordinación externa con otros agentes y servicios comunitarios**

Tal y como establece el Artículo 14 del Decreto 147/2014, “los Departamentos de Orientación son los órganos de Coordinación Docente y Orientación responsables de garantizar la intervención psicopedagógica y de contribuir al desarrollo de la Orientación Educativa y Profesional del alumnado” (Decreto 147, 2014, p.6).

Los miembros que compondrán el Departamento de Orientación son los siguientes (Decreto 147, 2014., Art 14):

- Un profesor de la Especialidad de Orientación Educativa, al cual, le corresponde la Jefatura del Departamento de Orientación.
- Un PTSC en el caso de que haya más de 250 alumnos en ESO.
- Tutores de PMAR que impartan docencia del ámbito Científico-Matemático y Lingüístico-Social.
- Profesorado de PT.
- Profesorado de AL.

Tal y como se muestra en el Real Decreto 83/1996, de 26 de enero, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria, el Departamento de Orientación es un órgano de Coordinación Docente que requiere de una comunicación estrecha y fluida entre sus miembros y a su vez, entre el Departamento de Orientación y los demás Departamentos y miembros que conforman la Comunidad Educativa. Por ello, es pertinente que el Departamento de Orientación realice reuniones de coordinación con todos los miembros de la Comunidad Educativa, con el fin de trabajar en equipo de manera conjunta, colaborativa y participativa todos los agentes educativos, tal y como se muestra en la Tabla 5. Así mismo, también se le da importancia a implicar a las familias en el proceso de Enseñanza-Aprendizaje de sus hijos y a mantener contactos frecuentes entre el profesorado del IES y las familias.

En la Tabla 5 se muestran las reuniones de coordinación que realizará el Departamento de Orientación con los diferentes miembros de la Comunidad Educativa, con el fin de trabajar conjuntamente todos los agentes educativos y conseguir los objetivos generales propuestos con anterioridad.

Tabla 5. Reuniones de coordinación que realizará el Departamento de Orientación.

<b>REUNIONES</b>	<b>TEMPORALIZACIÓN</b>
Reuniones de los profesionales que conforman el Departamento de Orientación	1 hora/semana
Reuniones con el Equipo Directivo	1 hora/semana
Reuniones con los Departamentos Didácticos	1 hora/semana
Reuniones con los tutores de los cuatro cursos de ESO	1 hora semanal cada curso
Reuniones con los tutores de los dos cursos de Bachillerato	1 hora semanal cada curso
Reuniones con los tutores de FP	1 hora/semana
Reuniones con familias	Cuando se demande
Reuniones con alumnado	Cuando se demande

*Nota.* ESO=Enseñanza Secundaria Obligatoria; FP=Formación Profesional.

Fuente: elaboración propia.

Respecto a las funciones propias que desempeña el Departamento de Orientación con los miembros de la Comunidad Educativa y con su entorno, recogidas en el Artículo 10 del Decreto 147/2014, en el Programa de Actuación del Departamento del IES de referencia, se destacan las funciones de colaborar y cooperar con agentes externos al IES; informar y formar a las familias del alumnado; elaborar, asesorar y formular propuestas acerca de programas y documentos oficiales del centro; y, finalmente, favorecer el desarrollo de la Orientación Educativa, Psicopedagógica y Profesional del alumnado. En la Figura 1 se muestran cada una de estas funciones, en relación a los agentes a las que van dirigidas (Decreto 147, 2014., Art 10).

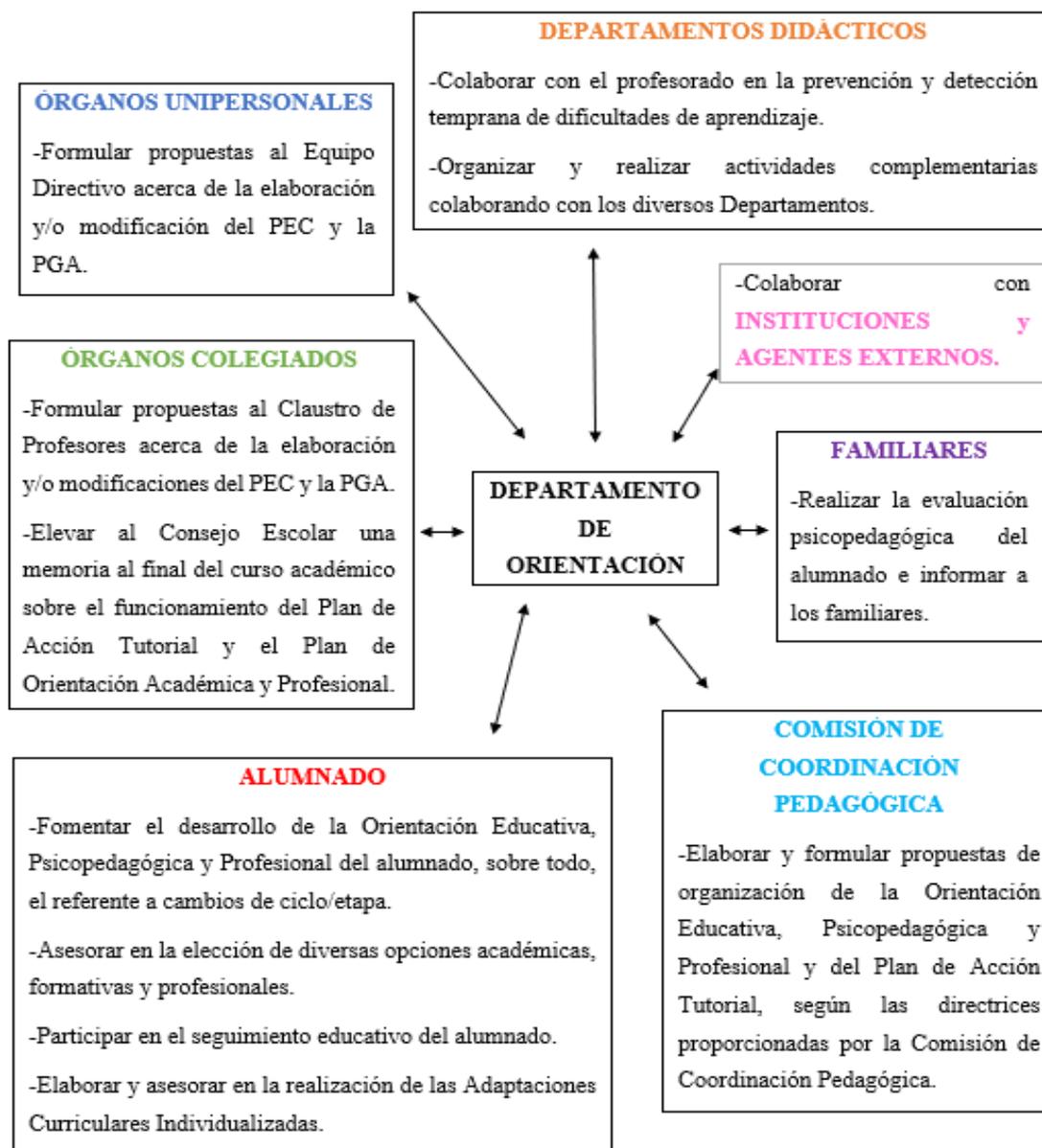


Figura 1. Funciones del Departamento de Orientación con los miembros del IES y de su entorno (adaptado de Blasco y Pérez, 2017).

*Nota.* PEC=Proyecto Educativo de Centro; PGA=Programación General Anual.

Fuente: elaboración propia.

Finalmente, para lograr los objetivos generales mencionados con anterioridad y el buen desarrollo de las 15 unidades de actuación, se necesita la cooperación y el trabajo conjunto del Departamento de Orientación con otros agentes y servicios externos al IES, entre los que se mencionan:

- Centros educativos de Educación Primaria adscritos al IES, los cuales, serán una fuente de información importante respecto al proceso educativo del alumnado.
- Unidades y Equipos de Orientación.
- EITAF.
- Equipo Regional para la atención al alumnado con Necesidad Específica de Apoyo Educativo.
- Servicios Sociales.
- Especialista en parentalidad positiva externo al IES que será el encargado de impartir las sesiones de la unidad de actuación destinada a fomentar el desarrollo de relaciones positivas y saludables entre padres e hijos.
- Nutricionista que asesorará y formará al alumnado de 4º de ESO y Bachillerato en conductas y hábitos alimenticios saludables.
- Profesional del Instituto Asturiano de la Mujer que impartirá las sesiones, junto con el Orientador y la PTSC, destinadas a sensibilizar al alumnado acerca de la violencia de género y fomentar relaciones de pareja sanas.
- Exalumnos del IES que compartirán sus experiencias respecto a la toma de decisiones académicas-laborales e informarán al alumnado sobre diferentes trayectorias formativas y profesionales.
- Familia de alumnado del IES de 3º y 4º ESO que debatirán sobre cuáles son los factores más influyentes en las elecciones académicas-laborales de los alumnos.
- Profesional de Cruz Roja Oviedo que explicará la misión del voluntariado en Cruz Roja, qué objetivos persigue y qué tipos de voluntariados se pueden realizar.
- Experto en inserción sociolaboral que proporcionará al alumnado con TEA del IES competencias que mejoren su autonomía y faciliten su acceso al mercado laboral.

Se observa la importancia y la variedad de funciones que desempeña el Departamento de Orientación, así como las diversas instituciones y servicios externos al IES con los que se tiene que coordinar y colaborar para su correcto funcionamiento. Por ello, en el siguiente apartado del TFM se muestran las 15 actuaciones del Programa Anual de Actuación, en las cuales se implica al alumnado, a las familias, al centro educativo y a la Comunidad.

### **2.3. Unidades de actuación para los tres ámbitos de la Orientación Educativa y Profesional**

Para diseñar las actuaciones recogidas en el presente Programa de Actuación del Departamento de Orientación del IES y contextualizarlas de manera realista, se toma como referencia el Decreto 147/2014, las necesidades del centro educativo y los objetivos del IES para el curso 2019-2020.

Las actuaciones del Programa Anual de Actuación se estructuran según los tres ámbitos principales de la Orientación Educativa y Profesional, estos son, el Proceso de Enseñanza-Aprendizaje, la Acción Tutorial y la Orientación para el Desarrollo de la Carrera (Decreto 147, 2014, Art., 2.2).

En las 15 actuaciones se hace partícipe y se involucra al profesorado, al alumnado y a sus familias, así como a agentes externos al IES. Así mismo, se pone importancia en el trabajo conjunto y cooperativo de toda la Comunidad Educativa y entre ella e instituciones externas.

A continuación, se detallan las actuaciones diseñadas para cada uno de estos tres ámbitos:

## **Primer ámbito: Apoyo al Proceso de Enseñanza-Aprendizaje**

El IES donde se han realizado las prácticas se caracteriza por tener un alumnado diverso y heterogéneo en capacidades, en niveles socioeconómicos y culturales, en motivaciones y en historias personales y escolares. La importancia de la atención a la diversidad para dar respuesta a las necesidades educativas del alumnado en las etapas de ESO y Bachillerato, se plasma en el 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 y en el 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 (Decreto 42, 2015, Art., 17; Decreto 43, 2015, Art., 17).

Entre las funciones del Departamento de Orientación en el ámbito del Proceso de Enseñanza-Aprendizaje se encuentra la de proporcionar medidas de atención a la diversidad, tanto ordinarias como extraordinarias, y una atención personalizada para dar respuesta a la diversidad de alumnado del IES (Decreto 42, 2015, Art., 17; Decreto 43, 2015, Art., 17).

En el IES, hasta el momento actual, se han adoptado una serie de medidas de atención a la diversidad. Entre las medidas de carácter ordinario se destacan los desdobles en Primera Lengua Extranjera y en Tecnología, los agrupamientos flexibles, la hora de recuperación lectiva para alumnado de 2º de Bachillerato con materias pendientes y las adaptaciones curriculares de acceso. Entre las medidas de carácter extraordinario se mencionan las Adaptaciones Curriculares Individualizadas, el apoyo impartido por profesorado de PT y AL, la flexibilización del periodo de escolarización para alumnado con altas capacidades y PMAR (Programación General Anual, 2019-2020).

En la Tabla 6 se detallan las 5 unidades de actuación del presente ámbito, las cuales, están destinadas a completar las anteriores medidas expuestas, fomentando el desarrollo y la inclusión del alumnado de todos los niveles educativos, independientemente de sus dificultades y necesidades, amparándose bajo la idea de que la diversidad proporciona riqueza al IES. La actuación 2 y la actuación 5, señaladas en negrita, se van a desarrollar más detalladamente. En las cinco actuaciones se explica la justificación de las mismas, los agentes implicados, los objetivos que persiguen y el número de sesiones que componen las actuaciones, así como el trimestre en el que se va a desarrollar.

Tabla 6. Unidades de actuación dentro del ámbito de Apoyo al Proceso de Enseñanza-Aprendizaje

<b>ACTUACIONES</b>	<b>JUSTIFICACIÓN</b>	<b>AGENTES</b>	<b>DESTINAT.</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>CALENDARIO</b>
ACTUACIÓN 1. Jornada de acogida para alumnado inmigrante de FP Básica, Media y Superior.	El número de alumnado inmigrante en los centros educativos es cada vez mayor. De ahí, que los Institutos y toda la Comunidad Educativa deban realizar actuaciones que fomenten la inclusión del alumnado inmigrante en el centro educativo y en la Comunidad en general, así como entender la diversidad cultural como riqueza (Azorín, 2019).	Tutores de FP, Equipo Directivo y Departamento de Orientación, aunque se quiere hacer partícipe a toda la Comunidad Educativa.	Alumnado inmigrante de FP Básica, Media y Superior.	-Respetar diferentes costumbres y culturas. -Favorecer la inclusión del alumnado inmigrante de FP. -Implicar a toda la Comunidad Educativa en la adaptación del alumnado inmigrante.	Cinco sesiones de tutoría (1 hora/sesión) en el 1º trimestre.
<b>ACTUACIÓN 2.</b> <b>Programa de formación a familias con hijos en ESO y/o Bachillerato para fomentar el desarrollo de la parentalidad positiva.</b>	La adolescencia es una etapa del desarrollo marcada por diversos cambios. Ante esta etapa complicada sería necesario proporcionar a las familias competencias para desempeñar la parentalidad positiva, esto es “promover relaciones positivas entre padres e hijos; unas relaciones que deben estar basadas en el ejercicio de la responsabilidad parental y que deben garantizar los derechos de niños y adolescentes, así como promover su desarrollo potencial y su bienestar” (Jiménez e Hidalgo, 2016, p.92).	Especialista en parentalidad positiva externo al IES, Orientador Educativo y PTSC, los cuales, van a trabajar en equipo conjuntamente.	Familias con hijos en ESO y/o Bachillerato del IES que quieran asistir de manera voluntaria.	-Proporcionar estrategias y recursos a las familias para favorecer el ejercicio de la parentalidad positiva. -Favorecer el desarrollo integral del alumnado. -Mejorar el desarrollo y la comunicación familiar.	Ocho sesiones en horario de tarde durante el 2º y 3º trimestre (1 hora/sesión).
ACTUACIÓN 3. Jornada deportiva ¡Actívate! para fomentar la inclusión del	Se hace necesario proporcionar al alumnado competencias y estrategias que favorezcan su inclusión, sobre todo, de aquel alumnado con baja autoestima y complejo de inferioridad. Para ello, se propone realizar una jornada deportiva, ya que a través de la actividad física	La imparte el profesorado de Educación Física con el asesoramiento y la previa	Alumnado de 1º y 2º ciclo de la ESO.	-Fomentar la inclusión y adaptación del alumnado a través del deporte. -Educar en valores basados en la empatía y el respeto.	Tres sesiones (2 horas/sesión) en el polideportivo del IES durante el 3º trimestre.

alumnado del 1º y 2º ciclo de ESO.	se favorece la inclusión y adaptación del alumnado, así como la transmisión de valores como el respeto, la no discriminación y la riqueza de la diversidad (Fernández, 2017).	formación del Departamento de Orientación.		-Aumentar la autoestima y la motivación del alumnado. -Mejorar el autoconcepto en el alumnado de ESO.	
<b>ACTUACIÓN 4.</b> Programa de mediación familiar en profesorado de ESO y Bachillerato.	La implicación de las familias en el centro educativo y el trabajo colaborativo entre familias y profesorado favorece el proceso de Enseñanza-Aprendizaje del alumnado (Decreto 147, 2014). Por ello, cobra importancia proporcionar al profesorado de estos dos niveles educativos estrategias para enfrentarse adecuadamente a las entrevistas familiares y para fomentar así la coordinación entre docentes y familias.	Orientador Educativo y PTSC.	Profesorado de ESO y Bachillerato.	-Dotar al profesorado de estrategias que mejoren la cooperación y colaboración entre profesorado y familias. -Favorecer la involucración y participación de las familias en el proceso educativo de sus hijos. -Mejorar los cauces de comunicación entre las familias y el centro educativo.	Dos sesiones (2 horas/sesión) a lo largo del 2º trimestre.
<b>ACTUACIÓN 5.</b> <b>Programa de prevención del síndrome de Burnout en profesorado de FP Básica y PMAR.</b>	El síndrome de “estar quemado” o Burnout es un síndrome que sufren los profesionales definido por “cansancio emocional, despersonalización y reducción de la realización personal” (Martínez, 2015, p.2). El síndrome es muy frecuente entre el profesorado y produce importantes consecuencias negativas en el proceso educativo del alumnado (Martínez, 2015). Se hace necesario dotar al profesorado de estrategias para prevenir el síndrome, específicamente a los docentes de PMAR y FP Básica donde se hace más notable.	Orientador Educativo y PTSC.	Profesorado de FP Básica y PMAR.	-Analizar los niveles de Burnout del profesorado. -Fomentar la implicación del profesorado en el proceso educativo de sus alumnos. -Aumentar la autoestima y motivación del profesorado. -Proporcionar competencias a los docentes para prevenir el síndrome de Burnout.	5 sesiones (1 hora/sesión) cada dos semanas en el 1º trimestre en los meses de octubre, noviembre y diciembre.

Fuente: elaboración propia.

## **ACTUACIÓN 2. Programa de formación a familias con hijos en ESO y/o Bachillerato para fomentar el desarrollo de la parentalidad positiva.**

### **JUSTIFICACIÓN**

La adolescencia es una etapa compleja e importante, ya que, en ella es cuando se construye la propia identidad. Así mismo, es una etapa marcada por conflictos en el seno familiar que requiere de nuevas competencias y estrategias educativas (Antolín-Suárez et al., 2016).

El término de parentalidad positiva surge en 2006 con el Consejo de Europa y hace referencia a “la conducta de los padres basada en el interés superior del niño que es nutritiva, empoderadora, no violenta y proporciona reconocimiento y guía que implica establecer límites para permitir el desarrollo completo del niño” (Consejo de Europa, 2006, p.2).

En el Programa-Guía para el Desarrollo de Competencias Emocionales, Educativas y Parentales (Martínez, 2009), se destaca la necesidad y relevancia de formar a las familias acerca de los cambios y características propios de la adolescencia, de dotar a las familias de competencias que promuevan estilos parentales adecuados y de proporcionar estrategias para la resolución pacífica de conflictos familiares (Martínez, 2009).

Las actividades realizadas en la presente actuación tienen como base que hay una gran heterogeneidad de familias y que cada contexto familiar es único. De ahí, la relevancia de que las actividades sean abiertas y flexibles, para que los contenidos teóricos puedan ajustarse y adaptarse a cada dinámica familiar, tal como se menciona en la guía *Promoción de la Parentalidad Positiva en el Programa de Salud Infantil y Adolescente de Andalucía* de la Consejería de Salud y Familias de la Junta de Andalucía en 2018.

### **DESTINATARIOS**

Son las familias del IES cuyos hijos están cursando ESO y/o Bachillerato y quieren asistir de manera voluntaria. Se han escogido estos dos niveles educativos debido a que su alumnado está pasando por una etapa del desarrollo complicada que conlleva grandes cambios.

## OBJETIVOS

El objetivo general es formar a las familias con hijos en ESO y/o Bachillerato del IES para mejorar sus competencias parentales.

Los objetivos específicos de la actuación son:

- Reflexionar acerca de las diferentes rutinas y dinámicas familiares.
- Informar y formar a los padres sobre los distintos tipos de apego y los cambios propios de la adolescencia.
- Mejorar la relación familiar y establecer pautas de comunicación que faciliten la escucha activa y la involucración de los hijos en asuntos familiares.
- Enseñar a las familias límites y normas eficaces y adaptadas a la etapa de la adolescencia que potencien la madurez y el compromiso de los hijos.
- Favorecer la resolución de conflictos mediante la negociación cooperativa entre padres e hijos y la explicación de las consecuencias de las conductas inapropiadas, sin recurrir a castigos.
- Proporcionar una atención personalizada y adaptada a cada contexto familiar, teniendo presente la diversidad de estructuras familiares existentes.

## CONTENIDOS

- Prácticas y dinámicas familiares.
- Tipos de apego.
- Cambios en la etapa de la adolescencia: desarrollo físico, cognitivo y emocional.
- Comunicación afectiva y asertiva entre padres e hijos.
- Límites y normas en la adolescencia.
- Resolución pacífica y negociada de conflictos.

## METODOLOGÍA Y ACTIVIDADES

La metodología de la actuación combinará parte teórica con parte práctica. Por un lado, se quiere formar a las familias del IES y dotarles de competencias que favorezcan la parentalidad positiva. Por otro lado, se hace partícipe a los padres de su propio aprendizaje, fomentando su implicación e involucración en el programa, a través de un diálogo, de la puesta en común de opiniones y experiencias educativas y de un role-playing. En la Tabla 7 se muestran las 8 sesiones planificadas dentro de la actuación, de una hora de duración cada una, así como sus respectivas actividades.

Tabla 7. Sesiones y actividades de la Actuación 2 del ámbito de Apoyo al Proceso de Enseñanza-Aprendizaje.

SESIONES	ACTIVIDADES Y DURACIÓN
<b>1ª Sesión</b>	Presentación del programa por parte del especialista en parentalidad positiva externo al IES (40 minutos) y puesta en común de expectativas acerca del programa y conocimientos previos por parte de las familias a través de un cuestionario inicial (20 minutos).
<b>2ª Sesión</b>	Cumplimentación del Anexo I por parte de las familias del IES acerca de sus rutinas y experiencias familiares (15 minutos) y diálogo abierto en el que las familias intercambien opiniones y respuestas bajo un clima de respeto y seguridad (45 minutos).
<b>3ª Sesión</b>	Formación acerca de los cuatro tipos de apego, estos son “estilo seguro, evitativo, ambivalente y desorganizado” (Garrido, Guzmán, Pía, Vitriol y Baeza, 2015, p.286) y cómo influyen estos en la dinámica familiar.
<b>4ª Sesión</b>	Formación acerca del desarrollo físico, cognitivo y emocional propio de la adolescencia (Anexo II). Para ello, se tomará como base la guía para profesionales “ <i>Promoción de la Parentalidad Positiva en el Programa de Salud Infantil y Adolescente de Andalucía</i> ”, Junta de Andalucía. Consejería de Salud y Familias (2018).
<b>5ª Sesión</b>	Formación para fomentar la comunicación afectiva y asertiva. Se trabajará a partir de la guía “ <i>Llegó la adolescencia</i> ” del Programa de Salud Infantil y Adolescente de Andalucía. Guías anticipatorias y consejos, Junta de Andalucía. Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales (2014), disponible en el Anexo III.
<b>6ª Sesión</b>	Formación para establecer límites y normas efectivos. Se trabajará usando la guía “ <i>Llegó la adolescencia</i> ” del Programa de Salud Infantil y Adolescente de Andalucía. Guías anticipatorias y consejos, Junta de Andalucía. Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales (2014), disponible en el Anexo IV.
<b>7ª Sesión</b>	Formación para la resolución pacífica de conflictos. Se tomará como base la guía “ <i>Llegó la adolescencia</i> ” del Programa de Salud Infantil y Adolescente de Andalucía. Guías anticipatorias y consejos, Junta de Andalucía. Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales (2014), disponible en el Anexo V.
<b>8ª Sesión</b>	Role-playing en el que las familias tengan que ponerse en la piel de los adolescentes con el fin de conocer si han comprendido cómo se sienten y los cambios que sufren. También tendrán que desempeñar el rol de padres para poder analizar si han adquirido las estrategias parentales adecuadas para un desarrollo de la parentalidad positiva. Seguidamente, el Orientador les dará feedback y explicará posibles errores o dudas. Finalmente, los padres rellenarán un cuestionario de satisfacción y un cuestionario de conocimientos al terminar la sesión.

Fuente: elaboración propia.

## RECURSOS

Los **recursos humanos** son el Orientador Educativo y la PTSC, los cuales, van a diseñar, coordinar y evaluar las sesiones del programa; un profesional externo experto en parentalidad positiva, que será el encargado de impartir la sesión 4ª, 5ª, 6ª y 7ª; y, finalmente, familias cuyo hijo esté cursando ESO y/o Bachillerato y quieran acudir al programa para fomentar el desarrollo de sus competencias parentales.

Los **recursos materiales** son: salón de actos donde tendrán lugar las sesiones, Anexos I, II, III, IV y V, bolígrafos y lapiceros, y mesas y sillas.

Los **recursos tecnológicos** son: pizarra digital, proyector y conexión a Internet.

## TEMPORALIZACIÓN

La actuación se realizará a lo largo de 8 sesiones de una hora de duración cada una en horario de tarde. Las sesiones se impartirán cada dos semanas durante el 2º y 3º trimestre en los meses de enero, febrero, marzo y abril.

## EVALUACIÓN

La evaluación consistirá en tres tipos: evaluación inicial, continua o formativa, y final o sumativa.

- **Evaluación inicial:** consistirá en un cuestionario inicial rellenado por las familias en la 1ª sesión donde se plasme lo que esperan aprender en el programa y qué expectativas tienen sobre el mismo, así como una evaluación breve de los conocimientos previos sobre el contenido del programa. El cuestionario será elaborado por el Orientador.
- **Evaluación formativa:** se realizará a través de dos reuniones a las que asistirán el Orientador Educativo y la PTSC. En ellas, se hará un seguimiento del transcurso de las sesiones y se analizará la participación de las familias en el programa, la asistencia y si los contenidos y actividades son adecuados.
- **Evaluación final:** consistirá en un cuestionario de satisfacción a rellenar por la familia donde se analice el nivel de satisfacción y utilidad de la actuación y en un cuestionario de conocimientos donde se examine los contenidos aprendidos.

## **ACTUACIÓN 5. Programa de prevención del síndrome de Burnout en profesorado de FP Básica y PMAR.**

### **JUSTIFICACIÓN**

El síndrome de Burnout o del “profesional quemado” implica un estrés laboral prolongado en el tiempo que conduce a un agotamiento emocional y personal, a un sentimiento de incapacidad y de alejamiento respecto a la función docente (Martínez, 2015). Las tres dimensiones del síndrome son: “cansancio emocional, despersonalización y baja realización personal” (Malandar, 2016, p.178).

El síndrome de Burnout cada vez es más común entre el profesorado y conlleva graves problemas de salud físicos y psicológicos y agotamiento emocional, lo que repercute negativamente en el proceso de Enseñanza-Aprendizaje del alumnado (Malandar, 2016).

Finalmente, en el Decreto 147/2014, se refleja la importancia de proporcionar ayuda y estrategias al profesorado, así como formarle y trabajar de manera conjunta. Por ello, se hace necesario dotar al profesorado de estrategias que le permitan hacer frente a la situación docente y aumentar su autoestima y motivación (Martínez, 2015).

### **DESTINATARIOS**

Son los profesionales del IES que imparten docencia en PMAR y FP Básica, ya que es donde se identifica menor implicación y desmotivación del profesorado hacia el proceso educativo de sus alumnos.

### **OBJETIVOS**

El objetivo general de la actuación es facilitar al profesorado de PMAR y FP Básica estrategias, competencias y recursos para prevenir el síndrome de Burnout.

Los objetivos específicos de la actuación son:

- Analizar los niveles de Burnout del profesorado del IES.
- Formar e informar a los docentes sobre el síndrome de Burnout y cómo prevenirlo.
- Compartir experiencias y opiniones sobre la función docente en el IES.

- Dotar al profesorado de estrategias de afrontamiento frente a la función docente, para así potenciar su motivación y participación en el proceso de Enseñanza-Aprendizaje de su alumnado.
- Enseñar a los docentes técnicas de relajación: respiración diafragmática y relajación muscular progresiva.

## CONTENIDOS

- Síndrome de Burnout: definición, dimensiones, fases, causas y consecuencias.
- Prácticas y experiencias docentes.
- Estrategias y competencias para afrontar y favorecer la función docente.
- Motivación, autoestima e implicación del profesorado en el proceso de Enseñanza-Aprendizaje.
- Técnicas de relajación: respiración diafragmática y relajación muscular progresiva.

## METODOLOGÍA Y ACTIVIDADES

La metodología será reflexiva y participativa, fomentando el análisis y el pensamiento del profesorado acerca de sus emociones y percepciones respecto a su función docente. Para ello, se favorecerá un clima de respeto y confianza. En la Tabla 8 se exponen las 5 sesiones de la actuación y sus correspondientes actividades. La actuación tiene una duración total de 5 horas.

Tabla 8. Sesiones y actividades de la Actuación 5 del ámbito de Apoyo al Proceso de Enseñanza-Aprendizaje.

SESIONES	ACTIVIDADES Y DURACIÓN
<b>1ª Sesión</b>	Presentación del programa (35 minutos) y cumplimentación por parte del profesorado de PMAR y FP Básica la encuesta “Maslach Burnout Inventory”, MBI (Maslach y Jackson, 1981) (25 minutos). El cuestionario está formado por 22 ítems y examina las tres dimensiones del síndrome de Burnout (Anexo VII).
<b>2ª Sesión</b>	Formación a los docentes por parte del Orientador acerca del síndrome de Burnout, sus dimensiones, sus fases, sus causas y sus consecuencias (30 minutos). Seguidamente, se llevará a cabo un diálogo donde el profesorado ponga en común sus opiniones y experiencias en relación a su docencia en el IES (30 minutos). El Orientador y la PTSC controlarán los turnos de palabra y guiarán y moderarán el diálogo para que se aborden las tres dimensiones del síndrome de Burnout.

<b>3ª Sesión</b>	Pautas y estrategias de afrontamiento (60 minutos). El Orientador proporcionará al profesorado competencias para disminuir su agotamiento emocional y aumentar su motivación e implicación en el proceso educativo de sus estudiantes.
<b>4ª Sesión</b>	Técnicas de relajación (60 minutos): respiración diafragmática y relajación muscular progresiva. La sesión será impartida por el Orientador.
<b>5ª Sesión</b>	Resolución de caso práctico: el profesorado cumplimentará individualmente un caso práctico de un profesor que sufre el síndrome de Burnout (Anexo VI) (45 minutos) y posteriormente se pondrán en común las opiniones y respuestas. Finalmente, los docentes rellenarán un cuestionario de satisfacción (15 minutos).

Fuente: elaboración propia.

## RECURSOS

Los **recursos humanos** son el Orientador Educativo y la PTSC, los cuales, se encargarán de diseñar, impartir y evaluar las sesiones, y el profesorado de PMAR y FPB.

Los **recursos materiales** son: biblioteca del IES, caso práctico de síndrome de Burnout (Anexo VI), cuestionario Maslach Burnout Inventory (Maslach y Jackson, 1981) (Anexo VII), bolígrafos y lapiceros, y mesas y sillas.

Los **recursos tecnológicos** son: proyector, pizarra digital y conexión a Internet.

## TEMPORALIZACIÓN

La actuación se compone de 5 sesiones que se realizarán cada dos semanas. Cada sesión tiene una hora de duración y se realizarán a lo largo del 1º trimestre en los meses de octubre, noviembre y diciembre (1ª y 3ª semana de octubre, 1ª y 3ª semana de noviembre y 1ª semana de diciembre).

## EVALUACIÓN

La evaluación se realizará en tres momentos, esto es, será una evaluación inicial, formativa y final.

- **Evaluación inicial:** el profesorado rellenará el instrumento Maslach Burnout Inventory (Maslach y Jackson, 1981) (Anexo VII) con el fin de analizar los niveles de Burnout del profesorado del IES.
- **Evaluación formativa:** el Orientador Educativo y la PTSC rellenarán un registro de observación tras la finalización de las sesiones de la actuación donde se haga una observación directa participante con el fin de analizar las experiencias

docentes del profesorado respecto a las tres dimensiones del síndrome de Burnout, su motivación e involucración en el programa, su asistencia a las sesiones y la adquisición de competencias y estrategias de afrontamiento frente a las tres dimensiones del síndrome de Burnout.

- **Evaluación final:** el profesorado de PMAR y FP Básica resolverá un caso práctico acerca de un profesional que sufre el “síndrome de estar quemado” (Anexo VI) con el fin de evaluar los conocimientos adquiridos por los docentes acerca de este síndrome. Finalmente, el profesorado rellenará un cuestionario sobre su nivel de satisfacción con el programa, así como la utilidad del mismo.

## **Segundo ámbito: Apoyo al Plan de Acción Tutorial**

En el Artículo 5 del Decreto 147/2014, de 23 de diciembre, por el que se regula la Orientación Educativa y Profesional en el Principado de Asturias, se mencionan los tres niveles de intervención de la Orientación Educativa y Profesional. Cabe destacar el primer nivel, el cual, consiste en que el profesorado, sobre todo, los tutores, fomenten una atención directa a su alumnado.

Entre las funciones del Orientador con relación al presente ámbito, destaca la de desarrollar las actividades programadas en las sesiones de tutoría, así como asesorar y formar a los tutores de cada grupo para el correcto desarrollo de la Acción Tutorial y el seguimiento educativo del alumnado (PGA, 2019-2020). Para ello, es necesario el trabajo en equipo de los miembros del Departamento de Orientación con los tutores y con los demás miembros de la Comunidad Educativa. A través de las cinco reuniones semanales de coordinación que tiene el Orientador Educativo con la PTSC y los Jefes de Estudios, se realiza un seguimiento de las acciones y actividades llevadas a cabo en las sesiones de tutoría y en caso necesario, se introducen cambios con vistas a mejorarlas.

Las actividades y actuaciones enmarcadas en el PAT del IES tienen un carácter flexible, dinámico y son adaptadas a cada grupo de alumnos según sus necesidades e intereses.

En la Tabla 9 se detallan las 5 unidades de actuación del presente ámbito y se realiza una descripción general de cada una de ellas que engloba su justificación, los destinatarios, los agentes implicados, los objetivos y su temporalización. Se resaltan en negrita la actuación 1 y la actuación 3, las cuales se van a desarrollar con más detalle.

Tabla 9. Unidades de actuación dentro del ámbito de Apoyo al Plan de Acción Tutorial

<b>ACTUACIONES</b>	<b>JUSTIFICACIÓN</b>	<b>AGENTES</b>	<b>DESTINAT.</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>CALENDARIO</b>
<b>ACTUACIÓN 1.</b> <b>Programa de prevención de Trastornos de la Conducta Alimentaria y buenos hábitos alimenticios en alumnado de 4º de ESO y 1º y 2º de Bachillerato.</b>	Se ha detectado un caso de una alumna con Anorexia Nerviosa y la necesidad de mejorar los hábitos y rutinas alimenticias del alumnado, así como la importancia de que reflexionen acerca de la cultura de la delgadez que nos transmite la sociedad y los medios de comunicación. El alumnado del 2º ciclo de ESO y de Bachillerato es el mayor grupo de riesgo para sufrir un Trastorno de la Conducta Alimentaria, especialmente, las mujeres (Raich, 2017).	Orientador Educativo, tutores de 4º ESO y 1º y 2º de Bachillerato y un nutricionista.	Alumnado de 2º ciclo de ESO y 1º y 2º curso de Bachillerato.	-Facilitar al alumnado hábitos y conductas saludables. -Mejorar la percepción de la imagen corporal de los estudiantes, fomentando la satisfacción hacia ella. -Analizar y reflexionar la publicidad de extrema delgadez que nos transmite la televisión.	6 sesiones semanales en el 3º trimestre en los meses de abril y mayo.
<b>ACTUACIÓN 2.</b> Programa de prevención y sensibilización de la violencia de género en alumnado de 4º ESO y 1º y 2º de Bachillerato.	En la adolescencia se tiende a normalizar las conductas de violencia física y verbal en las relaciones de pareja, por ello, se hace necesario implementar un programa de prevención de la violencia de género dirigido a estas edades ya que en la adolescencia es cuando se inician las primeras relaciones de pareja (Alba, Navarro y López, 2015).	Orientador Educativo, PTSC, Equipo Directivo y profesional externo del Instituto Asturiano de la Mujer.	Alumnado de 4º ESO y 1º y 2º de Bachillerato.	-Prevenir y sensibilizar sobre la violencia de género. -Fomentar un clima de convivencia, tolerancia y respeto. -Favorecer relaciones de pareja saludables basadas en la igualdad. -Analizar las primeras relaciones de pareja y qué tipos de conductas perjudiciales se producen en ellas.	4 sesiones (1 hora/sesión) cada dos semanas en el 3º trimestre.
<b>ACTUACIÓN 3.</b> <b>Scape-Room para prevenir conflictos y fomentar el control emocional en alumnado de FP Básica de la</b>	En términos generales, el alumnado de FPB se caracteriza por presentar fracaso escolar, desmotivación hacia el aprendizaje y escasas competencias para resolver conflictos (Fernández, García y García, 2019). El alumnado de FP Básica de EE del IES también presenta estas características, por ello, se hace necesario	La actuación se realizará en el polideportivo del IES y los agentes implicados son Orientador Educativo,	Alumnado de FP Básica de la familia profesional de Electricidad y Electrónica.	-Desarrollar competencias para la resolución pacífica de conflictos. -Mejorar la convivencia en el aula. -Aumentar la motivación del alumnado hacia su proceso de Enseñanza-Aprendizaje. -Promover el trabajo en grupo.	En el 2º trimestre en el mes de enero con una duración total de 5 horas.

<b>familia de Electricidad y Electrónica.</b>	proporcionarles estrategias para fomentar una mejor convivencia, la resolución de conflictos, el trabajo en equipo y aumentar su motivación hacia los contenidos curriculares.	PTSC, tutores de FPB de EE y Equipo Directivo.			
ACTUACIÓN 4. Programa de prevención de la adicción a videojuegos y uso responsable de las nuevas tecnologías en alumnado del 1º ciclo de ESO.	Internet y los videojuegos se nos brindan como herramientas que ofrecen múltiples ventajas. Sin embargo, se pueden convertir en perjudiciales para la salud cuando se usan de manera abusiva, lo cual, puede desarrollar un trastorno (Marco y Chóliz, 2017), lo que se conoce en el DSM como “Trastorno por juegos de Internet” (APA, 2013). Los adolescentes constituyen un grupo de riesgo debido a que son los que invierten más tiempo en las tecnologías (Marco y Chóliz, 2017).	Orientador Educativo, PTSC y tutores de 1º, 2º y 3º de ESO.	Alumnado de 1º, 2º y 3º de ESO.	-Reflexionar acerca de los peligros y consecuencias que conlleva la adicción a Internet y un uso inadecuado de ella. -Prevenir la adicción a videojuegos y reducir su uso. -Conocer el número de horas diarias que el alumnado emplea a jugar a videojuegos.	4 sesiones (1 hora/sesión) en el 2º trimestre.
ACTUACIÓN 5. Programa de reducción del absentismo virtual en PMAR.	El absentismo virtual es un término que hace referencia a la situación en el que el alumnado está en clase presente físicamente, pero no mentalmente, es decir, aquel alumnado que asiste a las clases, sin embargo, no participa ni se involucra en ellas (González, 2006). En el IES se ha detectado la necesidad de proporcionar al alumnado de PMAR recursos y metodologías que aumenten su motivación hacia el aprendizaje.	Orientador Educativo y tutores de PMAR del ámbito Científico-Matemático y Lingüístico-Social.	Alumnado de PMAR.	-Fomentar el desarrollo de la motivación del alumnado de PMAR hacia los contenidos curriculares. -Dotar al alumnado de recursos y herramientas que faciliten su proceso educativo. -Utilizar metodologías activas y dinámicas que motiven al alumnado a participar e implicarse en las clases.	En el 2º trimestre en las horas de tutoría con una temporalización total de 5 horas (1 hora/sesión).

Fuente: elaboración propia.

## **ACTUACIÓN 1. Programa de prevención de Trastornos de la Conducta Alimentaria y buenos hábitos alimenticios en alumnado de 4º de ESO y 1º y 2º de Bachillerato.**

### **JUSTIFICACIÓN**

Los malos hábitos alimenticios, las creencias irreales y negativas acerca de la propia imagen corporal, y la distancia con la imagen de canon de belleza que nos transmite la sociedad y los medios de comunicación conllevan a una insatisfacción corporal, la cual, es un factor de riesgo para sufrir un Trastorno de la Conducta Alimentaria (de aquí en adelante, TCA) (Raich, 2017).

Por ello, se considera necesario proporcionar al alumnado del IES estrategias que conduzcan a hábitos más saludables y a un mayor agrado y satisfacción con la propia imagen corporal.

Así mismo, en esta actuación cobra importancia el principio de prevención de la Orientación Educativa y Profesional, el cual, se basa en prever posibles problemas y dificultades que puedan influir negativamente en el desarrollo del alumnado (Decreto 147, 2014, Art. 3).

### **DESTINATARIOS**

Son los alumnos de 4º de ESO y 1º y 2º de Bachillerato, ya que esta franja de edad constituye un grupo de riesgo para sufrir un TCA.

### **OBJETIVOS**

El objetivo general de la actuación es instaurar en el alumnado de 4º ESO y de Bachillerato hábitos saludables y conductas de satisfacción con la imagen corporal para la prevención de TCA.

Los objetivos específicos son los siguientes:

- Formar al alumnado acerca de los TCA y la insatisfacción con la imagen corporal, así como la relación entre ambas.
- Analizar la percepción del alumnado respecto a su figura corporal.
- Calcular el Índice de Masa Corporal (de aquí en adelante, IMC) y explicar cómo éste está relacionado con la insatisfacción con la imagen corporal y los TCA.

- Conocer qué partes del cuerpo generan mayor insatisfacción con la imagen corporal.
- Analizar el canon de belleza que nos transmiten los medios de comunicación.
- Promover en el alumnado pautas y rutinas alimenticias saludables.

## **CONTENIDOS**

- Trastornos de la Conducta Alimentaria.
- Insatisfacción con la imagen corporal.
- Autoconocimiento de la figura corporal.
- Índice de Masa Corporal.
- Canon de belleza de extrema delgadez transmitido en la publicidad.
- Menús saludables.

## **METODOLOGÍA Y ACTIVIDADES**

La metodología es primordialmente reflexiva y analítica, donde el alumnado es el protagonista de las sesiones. En ellas, se combina una formación teórica y práctica, con el fin de fomentar la participación e implicación del alumnado en las diversas sesiones. Para ello, las actividades tendrán un carácter dinámico y activo.

En la Tabla 10 se muestran las sesiones de la actuación, siendo un total de 6 sesiones con una duración total de 7 horas y media de duración. Así mismo, se exponen las actividades realizadas en cada sesión y la duración de las mismas.

Tabla 10. Sesiones y actividades de la Actuación 1 del ámbito de Apoyo al Plan de Acción Tutorial.

<b>SESIONES</b>	<b>ACTIVIDADES Y DURACIÓN</b>
<b>1ª Sesión</b>	Explicación de los TCA y de cómo la insatisfacción corporal es un factor de riesgo para desarrollarlos (30 minutos). Cumplimentación del cuestionario Body Shape Questionnaire, BSQ (Cooper, Taylor, Cooper y Fairburn, 1987) con el fin de conocer la percepción que tiene el alumnado de su imagen corporal antes de comenzar la actuación (Anexo VIII) (30 minutos).
<b>2ª Sesión</b>	Cálculo del IMC y estudio de qué partes del cuerpo producen más insatisfacción corporal. Primeramente, el Orientador Educativo explicará cómo se calcula el IMC al alumnado y cómo estar descontento con tu IMC y querer tener uno menor conlleva insatisfacción corporal (Raich, 2004) (20 minutos). Seguidamente, el alumnado deberá reflexionar acerca de qué partes de su cuerpo le producen más insatisfacción con su imagen corporal y por qué (Anexo IX) (40 minutos).
<b>3ª Sesión</b>	Juego de cartulinas para fomentar el análisis crítico y reflexivo acerca del canon de belleza que nos transmiten los medios de comunicación: el tutor proyectará en la pizarra digital anuncios publicitarios de uno en uno y el alumnado tendrá que levantar una cartulina en aquellos anuncios que se ajusten al canon de belleza (35 minutos). Finalmente, se reflexionará y discutirá acerca del modelo de belleza basado en la extrema delgadez que nos transmite la televisión, cómo se asocia este modelo con un proyecto vital exitoso y por qué nos comparamos con él (25 minutos).
<b>4ª Sesión</b>	Visualización de la película “Pequeña Miss Sunshine” (2 horas) y cumplimentación del Anexo X acerca del ideal de belleza que nos transmite la película (30 minutos).
<b>5ª Sesión</b>	Charla informativa acerca de cómo construir un menú semanal sano y cómo mejorar los hábitos alimenticios (60 minutos). Será impartida por un nutricionista externo al Instituto.
<b>6ª Sesión</b>	Actividad de reflexión final donde el alumnado debe decir qué anuncio publicitario visualizado en la 3ª sesión se corresponde con su figura corporal y si eso le produce insatisfacción corporal (35 minutos). Finalmente, el alumnado rellenará un cuestionario final de conocimientos con el fin de analizar el grado de adquisición de los contenidos impartidos en el programa (15 minutos) y un cuestionario de satisfacción con el fin de conocer la satisfacción y la utilidad de la actuación (10 minutos).

*Nota.* TCA=Trastornos de la Conducta Alimentaria; IMC=Índice de Masa Corporal.

Fuente: elaboración propia.

## RECURSOS

Los **recursos humanos** son el Orientador, encargado de diseñar, desarrollar y coordinar la actuación, así como su evaluación; los tutores de 4º ESO y 1º y 2º

Bachillerato que impartirán y evaluarán las sesiones junto con el Orientador; el alumnado de 4º ESO y 1º y 2º Bachillerato; y, finalmente, un nutricionista que impartirá la 5ª sesión.

Los **recursos materiales** son: aula ordinaria donde se impartirán la 1ª, 2ª, 3ª y 6ª sesión, salón de actos donde tendrá lugar la 4ª y 5ª sesión, Anexos IX y X, cuestionario Body Shape Questionnaire (Cooper et al., 1987) (Anexo VIII), cartulinas, anuncios publicitarios, mesas y sillas, bolígrafos y lapiceros, cuestionario final de conocimientos, cuestionario de satisfacción y la película “Pequeña Miss Sunshine”.

Los **recursos tecnológicos** son: proyector, pizarra digital y conexión a Internet.

## TEMPORALIZACIÓN

La actuación tendrá lugar a lo largo de 6 sesiones semanales de una hora de duración cada una, excepto la 4ª sesión de visualización de la película “Pequeña Miss Sunshine” de 2 horas y media de duración. Se realizará en el 3º trimestre durante los meses de abril y mayo. Las tres primeras sesiones tendrán lugar en la 1ª, 2ª y 3ª semana de abril y las tres restantes sesiones en la 1ª, 2ª y 3ª semana de mayo, respectivamente.

## EVALUACIÓN

La evaluación de la actuación se realizará en tres momentos:

- **Evaluación inicial:** el alumnado destinatario de la actuación cumplimentará el cuestionario Body Shape Questionnaire, BSQ (Cooper et al., 1987) para conocer cómo perciben su figura corporal antes de comenzar las sesiones del programa.
- **Evaluación formativa:** el Orientador y los tutores analizarán y registrarán los comentarios del alumnado tras las sesiones que conforman la actuación a través de la técnica de grupo de discusión, con el fin de analizar cómo evoluciona su percepción acerca de su imagen corporal, los conocimientos adquiridos sobre los TCA, el IMC y conductas saludables, la motivación e implicación del alumnado a lo largo de las sesiones, así como su interés en los contenidos.
- **Evaluación final:** el alumnado cumplimentará un cuestionario final de conocimientos con el fin de examinar si se han comprendido los contenidos que aborda el programa y el conocimiento adquirido por los alumnos. Así mismo, el alumnado rellenará un cuestionario de satisfacción para analizar su satisfacción personal con el programa y si les ha resultado de utilidad para adquirir una

percepción más realista y satisfactoria de su imagen corporal, así como hábitos y conductas saludables.

**ACTUACIÓN 3. Scape-Room para prevenir conflictos y fomentar el control emocional en alumnado de FP Básica de la familia de Electricidad y Electrónica.**

## **JUSTIFICACIÓN**

Según el Decreto 49/2016, de 10 de agosto, por el que se regula la ordenación y se establece el currículo de quince ciclos de Formación Profesional Básica en el Principado de Asturias, la metodología a emplear en los ciclos formativos de nivel Básico debe incorporar las competencias transversales a los contenidos curriculares de cada ciclo formativo y debe fomentar la autonomía, el compromiso, la motivación hacia el aprendizaje y el trabajo en equipo.

Así mismo, entre los objetivos de Enseñanza-Aprendizaje que persigue la FP Básica mencionados en la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa, se destaca el siguiente:

Aprender por sí mismos y trabajar en equipo, así como formarse en la prevención de conflictos y en la resolución pacífica de los mismos en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social, con especial atención a la prevención de la violencia de género (LOMCE, 2013, p.31).

Por ello, se considera necesario poner en marcha esta actuación para favorecer el trabajo en equipo entre el alumnado de FP Básica y aumentar la motivación hacia el aprendizaje, así como la resolución de conflictos y la mejora de la convivencia, al mismo tiempo que se aprendan contenidos curriculares del Módulo “Instalaciones Eléctricas y Domóticas” de este ciclo de FP. Se ha escogido diseñar un Scape-Room ya que es una actividad lúdica con diferentes pruebas y enigmas para trabajar en equipo, al mismo tiempo que motiva al alumnado en su aprendizaje curricular. Así mismo, también permite trabajar la resolución de conflictos de una manera dinámica, activa y entretenida.

## **DESTINATARIOS**

Son los alumnos de FP Básica de la familia profesional Electricidad y Electrónica debido a que es el grupo donde se ha observado más necesidades en este sentido.

## **OBJETIVOS**

El objetivo general es proporcionar al alumnado competencias y estrategias para la resolución de conflictos y mejorar así la convivencia entre el alumnado.

Los objetivos específicos de la actuación son:

- Conocer y mejorar los contenidos curriculares que posee el alumnado en el Módulo “Instalaciones Eléctricas y Domóticas” del ciclo formativo de EE.
- Motivar al alumnado hacia los contenidos curriculares del ciclo formativo de EE.
- Desarrollar habilidades de resolución de problemas y de comunicación mediante el trabajo en equipo.

## **CONTENIDOS**

- Convivencia y resolución de conflictos.
- Módulo “Instalaciones Eléctricas y Domóticas” impartido en el ciclo formativo de EE nivel Básico.
- Trabajo en equipo.

## **METODOLOGÍA Y ACTIVIDADES**

La metodología será participativa, dinámica y cooperativa. A través de esta metodología activa y colaborativa se quiere fomentar el aprendizaje significativo de los contenidos curriculares en el alumnado de FPB de Electricidad y Electrónica, así como mejorar la convivencia en el aula. Por ello, se ha escogido diseñar e implementar un Scape-Room para favorecer el trabajo en grupo y aumentar la motivación e involucración del alumnado en sus objetivos de Enseñanza-Aprendizaje, mediante una metodología lúdica y divertida.

En la Tabla 11 se presentan las tres sesiones que componen la actuación, la cual, se desarrollará en horario de mañana durante 5 horas.

Tabla 11. Sesiones y actividades de la Actuación 3 del ámbito de Apoyo al Plan de Acción Tutorial.

SESIONES	ACTIVIDADES Y DURACIÓN
1ª Sesión	Explicación de la actividad a realizar por parte del Orientador (25 minutos). Seguidamente, el alumnado rellenará un cuestionario inicial de autoevaluación acerca de los contenidos curriculares que se imparten en el Módulo “Instalaciones Eléctricas y Domóticas” del ciclo formativo de Electricidad y Electrónica (35 minutos).
2ª Sesión	Puesta en marcha de las pruebas del Scape-Room en el polideportivo del IES por parte del Orientador y la PTSC (30 minutos). Seguidamente, durante las restantes 2 horas y media el alumnado trabajará en equipo resolviendo las diferentes pruebas y enigmas del Scape-Room. El Orientador, PTSC y tutores estarán observando al alumnado y analizarán la convivencia del grupo, el grado de resolución de conflictos y el trabajo en equipo durante el desarrollo de la actividad. Para ello, los tutores y el Orientador rellenarán la ficha de observación (Anexo XI) al principio y al final de la sesión. Así mismo, a lo largo del transcurso de la sesión, cuando observen que algún grupo es incapaz de resolver un conflicto de manera pacífica, el Orientador les dará pautas y estrategias para ayudarles a solucionarlo.
3ª Sesión	Cumplimentación de un cuestionario de satisfacción por parte del alumnado para conocer si la actividad le ha resultado de utilidad para mejorar la convivencia en el aula y para adquirir estrategias de resolución de conflictos, así como si los recursos empleados han sido adecuados (25 minutos). Además, los tutores realizarán en clase una evaluación oral a cada equipo de trabajo con el fin de conocer si el alumnado de FP Básica ha adquirido los contenidos curriculares del Módulo “Instalaciones Eléctricas y Domóticas” (35 minutos).

Fuente: elaboración propia.

## RECURSOS

Los **recursos humanos** son el Orientador, el cual, será el encargado de diseñar, implementar y evaluar la actuación, así como de asesorar y formar a los tutores de FPB; la PTSC que ayudará al Orientador a diseñar y desarrollar la actuación; los tutores de FP de EE, los cuales, implementarán, evaluarán y ayudarán en el seguimiento de la actuación; alumnado de FPB; y, finalmente, el Equipo Directivo que será el encargado de aprobar la actuación y de ayudar a coordinarla.

Los **recursos materiales** son: polideportivo del IES, bolígrafos, lápices, folios, mesas, Anexo XI y recursos didácticos utilizados en la materia de Educación Física, entre los que se destacan pelotas, combas, cuerdas, conos, una canasta y una portería.

Los **recursos tecnológicos** son: proyector, pizarra digital y conexión a Internet.

## TEMPORALIZACIÓN

La actuación se compone de tres sesiones que tendrán lugar en el 2º trimestre a lo largo de toda la mañana de un día lectivo del mes de enero, durante cinco horas consecutivas.

## EVALUACIÓN

Como en el caso de las anteriores actuaciones, la evaluación se realizará en tres momentos distintos, contando así con una evaluación inicial, formativa y final.

- **Evaluación inicial:** consiste en que el alumnado rellene un cuestionario inicial de autoevaluación acerca de los contenidos curriculares propios del Módulo “Instalaciones Eléctricas y Domóticas” del ciclo formativo de EE. El cuestionario será diseñado e implementado por los tutores de FPB de la familia de EE del IES.
- **Evaluación formativa:** los tutores de FP Básica y el Orientador rellenarán una ficha de observación elaborada previamente por el Orientador (Anexo XI). Estos dos agentes educativos cumplimentarán la ficha de observación en dos momentos, estos son, al principio y al final de la 2ª sesión de la presente actuación con el fin de analizar la resolución de conflictos, la convivencia y el control emocional del alumnado.
- **Evaluación final:** el alumnado rellenará un cuestionario final orientado a evaluar si la actuación le ha resultado útil. Para ello, en el cuestionario se va a analizar la convivencia, la resolución pacífica de conflictos, el control emocional y el trabajo en grupo. Así mismo, los tutores de FPB realizarán una evaluación oral al alumnado por equipos de trabajo acerca de los contenidos curriculares básicos del Módulo “Instalaciones Eléctricas y Domóticas” para analizar los conocimientos adquiridos.

### **Tercer ámbito: Orientación para el Desarrollo de la Carrera**

Este tercer ámbito de intervención persigue que el alumnado del IES sea conocedor de sí mismo y de su entorno profesional, académico, personal, social y medioambiental, para reflexionar acerca de cuáles son sus puntos fuertes y débiles con el fin de planificar su trayectoria académica-laboral y favorecer su toma de decisiones personales, académicas y profesionales.

En el presente ámbito, se llevan a cabo actuaciones encaminadas a suplir las necesidades encontradas en el IES. Para ello, se proporcionará al alumnado estrategias para tomar decisiones en el ámbito académico y profesional. Estas decisiones a veces resultan difíciles y acompañan al alumnado a lo largo de toda su trayectoria escolar. También, es necesario favorecer el autoconocimiento en el alumnado y la formación e información acerca de las diferentes trayectorias académicas y profesionales, favoreciendo así el proceso de toma de decisiones. Todo ello, al mismo tiempo que se potencie el trabajo en equipo y se mejoren las habilidades socioemocionales en el alumnado (PGA, 2019-2020). Esto cobra relevancia en el alumnado con TEA, el cual, es un colectivo numeroso en el IES donde se hace necesario que estos alumnos construyan hábitos autónomos y mejoren así su inserción sociolaboral.

Para poner en marcha estas actuaciones y facilitar su desarrollo se mantiene una relación estrecha entre los miembros del Departamento de Orientación, los tutores de cada grupo y los diversos profesionales externos al IES. Se destaca el Programa de Auto-Orientación del IES dirigido al alumnado de 3º y 4º de ESO, impartido por el Orientador Educativo y los tutores a lo largo del 2º y 3º trimestre del curso académico, y cuyo fin es favorecer la autorreflexión del alumnado acerca de sus intereses y fortalezas.

En la Tabla 12 se detallan las 5 unidades de actuación del presente ámbito de intervención y se realiza una descripción general de cada una de ellas que engloba su justificación, los destinatarios, los agentes implicados, los objetivos y su temporalización. De las cinco unidades de actuación, se van a desarrollar la actuación 3 y la actuación 5, las cuales, se marcan en negrita.

Tabla 12. Unidades de actuación dentro del ámbito de Orientación para el Desarrollo de la Carrera

<b>ACTUACIONES</b>	<b>JUSTIFICACIÓN</b>	<b>AGENTES</b>	<b>DESTINAT.</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>CALENDARIO</b>
<b>ACTUACIÓN 1.</b> Análisis DAFO-CAME para fomentar el autoconocimiento y la toma de decisiones en el alumnado de 3º y 4º de ESO.	Se hace necesario fomentar el autoconocimiento, el análisis del mercado de trabajo y la toma de decisiones a estas edades, debido a la relevancia de las decisiones que van a tomar respecto de la modalidad de Bachillerato que van a cursar, así como la elección de qué puesto laboral se adapta mejor a las necesidades y destrezas de cada alumno (Rodríguez, Peña e Inda, 2016).	Orientador Educativo, tutores de 3º y 4º ESO, padres del alumnado de 3º y 4º de ESO, Jefatura de Estudios y exalumnos del IES.	Alumnado de 3º y 4º de ESO.	-Proporcionar estrategias al alumnado para mejorar su toma de decisiones personales, académicas y profesionales. -Dotar al alumnado de recursos y herramientas que favorezcan su autoconocimiento y el conocimiento del mercado laboral.	En el 1º y 2º trimestre del próximo curso escolar a lo largo de 7 sesiones de tutoría.
<b>ACTUACIÓN 2.</b> Jornadas informativas de FP para alumnado de 3º y 4º curso de ESO y 1º y 2º curso de Bachillerato.	Con la LOMCE (2013) se quiere promover y dar más valor a la FP en todos sus niveles y actualmente son muchos los alumnos que optan por la FP, sobre todo, del Grado Medio y Superior (García y Lorente, 2015). Se quiere informar al alumnado acerca de la FP con el fin de que tenga diversas visiones acerca de todas las posibles salidas profesionales.	Orientador Educativo, Equipo Directivo y exalumnos del IES que hayan estudiado un ciclo formativo de FP.	Alumnado de 3º y 4º de ESO y 1º y 2º de Bachillerato.	-Formar e informar al alumnado sobre la FP en todos sus niveles. -Fomentar decisiones autónomas, realistas y significativas. -Compartir experiencias acerca de diferentes trayectorias académicas-laborales.	En el 2º trimestre con una duración de 4 horas durante la mañana del 25 de marzo.
<b>ACTUACIÓN 3.</b> <b>Programa “El mundo del voluntariado” para mejorar la empleabilidad en</b>	El voluntariado es un recurso didáctico que completa los contenidos curriculares enseñados en los centros educativos y enseña en valores (Gaete, 2015). El voluntariado es el gran olvidado en el sistema educativo, sobre todo, entre el alumnado de Bachillerato. Se quiere	Orientador Educativo, Equipo Directivo, tutores de 1º de Bachillerato y profesional	Alumnado de 1º de Bachillerato.	-Reflexionar acerca de qué valores transmite el voluntariado. -Analizar qué ventajas conlleva en la futura inserción laboral. -Aumentar la implicación del alumnado en la sociedad.	4 sesiones en el 1º y 2º trimestre en los meses de noviembre, diciembre, enero, febrero y marzo.

<b>el alumnado de 1º de Bachillerato.</b>	hacer consciente a los estudiantes de que el voluntariado inculca buenos valores, fomenta las habilidades sociales y favorece su posterior inserción laboral.	externo de Cruz Roja Oviedo.		-Trabajar las habilidades sociales, la empatía, la iniciativa y el trabajo grupal.	
ACTUACIÓN 4. Programa “Sin Barreras” para fomentar la autonomía de todo el alumnado con TEA del IES.	Entre las funciones de la Orientación Educativa y Profesional se destaca “prevenir, detectar y dar respuesta a las necesidades educativas del alumnado a través del trabajo en equipo del profesorado en coordinación con los servicios especializados de Orientación, con las familias, con los agentes comunitarios y con la Administración Educativa” (Decreto 147, 2014, p.3). Por ello, se considera importante brindar al alumnado con TEA del IES estrategias para mejorar sus hábitos de autonomía y su posterior inserción sociolaboral.	Orientador Educativo, PTSC, Equipo Directivo y profesional en inserción laboral de alumnado con TEA externo al Instituto.	Todo el alumnado con TEA del IES.	-Dar respuesta al alumnado con más necesidades y dificultades. -Dotar al alumnado de competencias que fomenten su autonomía. -Favorecer el futuro acceso al mercado laboral del alumnado con TEA. -Promover el desarrollo integral del alumnado.	6 sesiones (1 hora/sesión) cada dos semanas durante el 2º y 3º trimestre.
<b>ACTUACIÓN 5.</b> <b>Programa “Y tú, ¿sabes cuánto vales?” para fomentar las habilidades socioemocionales en alumnado de 1º y 2º de Bachillerato.</b>	En la LOMCE (2013) se refleja que la sociedad y el mercado de trabajo evoluciona de manera rápida, lo que conlleva cambios en las características del mercado laboral y en las ocupaciones profesionales, las cuales, requieren conocimientos teóricos junto con habilidades socioemocionales, estas son, las habilidades comunicativas y sociales, la empatía, la proactividad y el control emocional (Vera, 2016).	Orientador Educativo y tutores de Bachillerato.	Alumnado de 1º y 2º de Bachillerato.	-Desarrollar y potenciar las habilidades socioemocionales, así como fomentar el conocimiento de las mismas. -Analizar las actitudes y aptitudes laborales demandadas en el mercado laboral. -Desarrollar las habilidades comunicativas y sociales y el trabajo en equipo.	3 sesiones de tutoría (1 hora/sesión) en el 3º trimestre.

Fuente: elaboración propia.

### **ACTUACIÓN 3. Programa “El mundo del voluntariado” para mejorar la empleabilidad en el alumnado de 1º de Bachillerato.**

#### **JUSTIFICACIÓN**

El voluntario comprende acciones y actuaciones solidarias y no monetarias dirigidas a prestar ayuda a otras personas. Así mismo, el voluntariado favorece la educación en valores y fomenta la empleabilidad del alumnado (Gaete, 2015).

Entre las funciones de la Orientación Educativa y Profesional, mencionadas en el Artículo 4 del Decreto 147/2014, se destaca la función de “integrar en las acciones educativas valores que fomenten relaciones interpersonales satisfactorias, la igualdad de hombres y mujeres, la no violencia, la cooperación y la solidaridad y el respeto por el entorno físico y medioambiental” (p.3).

Así mismo, en la LOMCE (2013), se destaca la relevancia de que el sistema educativo facilite la toma de decisiones académicas-profesionales en el alumnado y fomente su empleabilidad, con el fin de que trace un camino profesional satisfactorio, significativo y autónomo. Se considera importante llevar a cabo la presente actuación para favorecer el desarrollo integral del alumnado de 1º Bachillerato y conjugar los objetivos de Enseñanza-Aprendizaje con valores tan relevantes como son la empatía, el respeto y la no discriminación.

#### **DESTINATARIOS**

Son los alumnos de 1º curso de Bachillerato, debido a que es importante desde edades tempranas realizar experiencias de voluntariado con el fin de construir futuramente un Currículum Vítae que posibilite y facilite el acceso al mercado laboral.

#### **OBJETIVOS**

El objetivo general de la actuación es favorecer la empleabilidad del alumnado a través de la realización de acciones solidarias y de ayuda en Cruz Roja Oviedo.

Los objetivos específicos son:

- Reflexionar acerca de los valores que transmite el voluntariado.

- Informar al alumnado de la relación entre el voluntariado y la empleabilidad.
- Concienciar sobre la importancia del voluntariado y sobre los beneficios que aporta para acceder al mercado laboral.
- Explicación de la labor del voluntariado en Cruz Roja Oviedo, así como los diferentes voluntariados que se pueden realizar en la asociación.
- Analizar las experiencias y sensaciones que transmite realizar un voluntariado.
- Fomentar la participación e involucración del alumnado del IES en su Comunidad.
- Promover las habilidades comunicativas y sociales del alumnado, así como la iniciativa y el trabajo en equipo.

## **CONTENIDOS**

- Voluntariado: valores transmitidos, beneficios en el ámbito personal y en el ámbito académico-profesional.
- Empleabilidad.
- Cruz Roja Oviedo: misión, labor de las personas voluntarias y voluntariados ofertados.

## **METODOLOGÍA Y ACTIVIDADES**

La metodología usada durante la actuación será activa y participativa, sobre todo, en la 3ª sesión donde el alumnado llevará a cabo el voluntariado. Para ello, se usarán técnicas que fomenten la involucración del alumnado. En la Tabla 13 se muestran las 4 sesiones que conforman la presente actuación de 5 horas de duración, así como las actividades realizadas en cada sesión.

Tabla 13. Sesiones y actividades de la Actuación 3 del ámbito de Orientación para el Desarrollo de la Carrera.

SESIONES	ACTIVIDADES Y DURACIÓN
<b>1ª Sesión</b>	Lluvia de ideas en la que el alumnado reflexione y exprese qué valores transmite el voluntariado (15 minutos). Seguidamente, se hará un análisis de la canción “Girasoles” de Rozalén: el tutor proyectará la canción en la pizarra digital para posteriormente debatir entre toda la clase qué mensaje y valores transmite la canción “Girasoles” (20 minutos). Así mismo, se reflexionará acerca de si estos valores coinciden con los valores que nos proporciona el voluntariado. Finalmente, la sesión culminará con la explicación por parte del tutor del término empleabilidad y cómo los valores comentados anteriormente influyen de manera positiva en ella (25 minutos).
<b>2ª Sesión</b>	Charla impartida por un profesional de Cruz Roja Oviedo sobre la labor de los voluntarios, qué voluntariados se pueden realizar en la presente asociación y los beneficios que conlleva ser voluntario (45 minutos). Finalmente, los alumnos tendrán que rellenar la ficha “El mundo del Voluntariado” (Anexo XII) y escoger entre los 11 voluntariados ofertados por Cruz Roja Oviedo cuál quiere hacer según sus intereses y motivaciones (15 minutos). Los 11 voluntariados se dirigen a prestar ayuda a diferentes colectivos: jóvenes, personas en riesgo de exclusión social y personas especialmente vulnerables. Así mismo, también se pueden realizar actividades para cuidar el entorno medioambiental y acciones de sensibilización, capacitación y formación.
<b>3ª Sesión</b>	Realización del voluntariado escogido previamente por el alumnado en Cruz Roja Oviedo durante una tarde a lo largo del 1º y 2º trimestre (2 horas).
<b>4ª Sesión</b>	Puesta en común por parte de los estudiantes de las experiencias vividas como voluntarios y las sensaciones surgidas (45 minutos). Finalmente, el alumnado, los tutores y el profesional externo de Cruz Roja Oviedo cumplimentarán un cuestionario de satisfacción (15 minutos).

Fuente: elaboración propia.

## RECURSOS

Los **recursos humanos** son el Orientador Educativo, el cual, será el encargado de diseñar, implementar, coordinar y evaluar la actuación, junto con los tutores de 1º Bachillerato; un profesional de Cruz Roja Oviedo que impartirá la charla de la 2ª sesión y asesorará al alumnado en la 3ª sesión; el Equipo Directivo, que aprobará y ayudará en la coordinación con Cruz Roja; y, finalmente, el alumnado de 1º Bachillerato.

Los **recursos materiales** son: salón de actos, aulas de Cruz Roja donde se desarrolle el voluntariado, bolígrafos, lápices, folios, sillas, mesas, vídeo “Girasoles”, ficha “El mundo del Voluntariado” (Anexo XII) y cuestionario de satisfacción.

Los **recursos tecnológicos** son: ordenador, pizarra digital, proyector y conexión a Internet.

## TEMPORALIZACIÓN

La actuación tendrá una duración de 5 horas totales y se distribuirá en 4 sesiones. Las dos primeras sesiones se realizarán en noviembre debido a que al principio de curso la carga académica que tiene el estudiante es menor que en el 2º y 3º trimestre y se considera mejor impartir la actuación al comienzo de curso para que el alumnado disponga de tiempo suficiente para realizar la 3ª sesión durante los meses de noviembre, diciembre, enero, febrero y marzo del presente curso académico. Finalmente, la 4ª sesión tendrá lugar el 27 de marzo y será coordinada por el tutor y el Orientador Educativo.

## EVALUACIÓN

La evaluación de la actuación será inicial, formativa y final.

- **Evaluación inicial:** será de carácter cualitativo y el Orientador Educativo y los tutores de 1º Bachillerato realizarán una observación de campo con el fin de analizar el comportamiento y el diálogo del alumnado. A lo largo del transcurso de la 1ª sesión, estos dos agentes educativos anotarán en el diario de campo todas las observaciones e información relevante, para finalmente, contrastarlas. Se quiere evaluar si el alumnado conoce la alta variedad de valores que transmite el voluntariado, así como si son conscientes de los beneficios que proporcionan las acciones voluntarias en el ámbito personal y en la incorporación al mercado de trabajo. Para ello, el Orientador previamente habrá diseñado una lista de preguntas con todas las temáticas a tratar.
- **Evaluación formativa:** se hará mediante un cuestionario de evaluación después de cada sesión, cumplimentado por el alumnado. El cuestionario será elaborado por el Orientador Educativo y se va a evaluar los conocimientos aprendidos por el alumnado y su motivación e implicación hacia las sesiones. Así mismo, también

se realizarán reuniones de coordinación a la que asistirán el Orientador y los tutores, donde se examine el desarrollo de las sesiones y aspectos a mejorar.

- **Evaluación final:** el alumnado de 1º Bachillerato, los tutores y el profesional de Cruz Roja Oviedo rellenarán un cuestionario de satisfacción de carácter cualitativo y cuantitativo para conocer el grado de satisfacción con la actuación y si los recursos proporcionados han sido correctos para el desarrollo de la actividad.

**ACTUACIÓN 5. Programa “Y tú, ¿sabes cuánto vales?” para  
fomentar las habilidades socioemocionales en alumnado de 1º y 2º de  
Bachillerato.**

## JUSTIFICACIÓN

Como se menciona en el Decreto 147/2014, entre las funciones del Orientador Educativo en un Departamento de Orientación se encuentra el desarrollo de la Orientación Profesional de los alumnos y el asesoramiento en la toma de decisiones sobre las diversas opciones académicas, formativas y profesionales. Así mismo, en el Preámbulo IV de la LOMCE (2013) queda constancia de los cambios tan vertiginosos y abruptos que se están produciendo en la sociedad actual, caracterizada por ser dinámica y globalizada. Así mismo, hoy en día se demandan nuevos perfiles profesionales que aúnen formación y conocimientos junto con actitudes y aptitudes laborales. Por esta razón, en los centros educativos se debe formar al alumnado en competencias transversales, entre las que se destaca saber pensar y analizar reflexivamente, tener habilidades comunicativas, ser creativo e innovador, tener iniciativa y saber trabajar en equipo (Vera, 2016). De estas competencias transversales, la presente actuación persigue fomentar, concretamente, las siguientes: el trabajo en equipo, las habilidades comunicativas, la expresión oral y el pensamiento reflexivo.

Se considera relevante trabajar el ámbito socioemocional del alumnado y poner más énfasis en el desarrollo de las habilidades blandas o *Soft Skills* y no tanto en los propios conocimientos o *Hard Skills*. Estas habilidades blandas o socioemocionales hacen referencia a las habilidades comunicativas y sociales de la persona, a ser responsable, empático, proactivo y saber manejar las propias emociones. Por otra parte, las habilidades

duras o *Hard Skills* se refieren al conocimiento que una persona adquiere a lo largo de su trayectoria formativa (Vera, 2016).

En suma, esta actuación se considera importante en el alumnado de Bachillerato para que desarrollen sus habilidades socioemocionales y así fomentar su autoconocimiento y favorecer una inserción sociolaboral satisfactoria y de éxito.

## **DESTINATARIOS**

Son los alumnos de 1º y 2º curso de Bachillerato, debido a la necesidad de guiar a los alumnos de esta etapa para que alcancen sus objetivos profesionales en un mercado laboral de incertidumbre y constantes cambios y demandas.

## **OBJETIVOS**

El objetivo general de la actuación es potenciar las habilidades y competencias socioemocionales en el alumnado y favorecer así su futura inserción al mercado laboral.

Los objetivos específicos son los siguientes:

- Potenciar el trabajo en grupo mediante la creación de una empresa imaginaria.
- Fomentar el autoconocimiento de los puntos fuertes y talentos del alumnado, aumentando así su motivación y autoestima.
- Promover el desarrollo de habilidades sociales y favorecer la exposición oral.
- Reflexionar sobre la diferencia entre las habilidades blandas o *Soft Skills* y las habilidades duras o *Hard Skills* y cuáles son más demandadas por las empresas actualmente.
- Analizar la tasa de éxito laboral y la importancia de conjugar las habilidades interpersonales con los conocimientos teóricos.

## **CONTENIDOS**

- Trabajo en equipo.
- Construcción de empresas.
- Autorreflexión y autoconocimiento de las propias actitudes y aptitudes laborales.
- Exposición oral.
- Rango de habilidades más demandadas por las empresas: habilidades blandas frente a habilidades duras.

- Tasa de éxito laboral.

## METODOLOGÍA Y ACTIVIDADES

La metodología a emplear será principalmente participativa, dinámica y activa, así como lúdica. Se usará la técnica de grupos de discusión, en la que en pequeños grupos heterogéneos se reflexione acerca de las habilidades y competencias que tiene cada miembro del grupo para posteriormente discutir qué habilidades son las más demandadas por las empresas actualmente, las cuales, conducen al éxito laboral. Cabe mencionar que en la actuación el papel protagonista lo tiene el alumnado de Bachillerato, con un rol activo.

En la Tabla 14 se exponen las tres sesiones que componen la actuación de 3 horas totales de duración, junto con las actividades realizadas.

Tabla 14. Sesiones y actividades de la Actuación 5 del ámbito de Orientación para el Desarrollo de la Carrera.

SESIONES	ACTIVIDADES Y DURACIÓN
<b>1ª Sesión</b>	Cumplimentación por parte del alumnado de un cuestionario inicial con el fin de conocer sus conocimientos respecto a los contenidos que se van a abordar (15 minutos). Seguidamente, se procederá a la creación de una empresa trabajando en equipo (45 minutos). Para ello, el Orientador y el tutor serán los encargados de dividir la clase en pequeños grupos heterogéneos elegidos al azar. Una vez conformados los grupos de trabajo, cada alumno deberá explicar a su equipo cuáles son sus puntos fuertes y en qué habilidades y destrezas destaca. Una vez que todos los grupos de trabajo tengan una lista con las habilidades en las que sobresale cada alumno, deberán relacionar entre sí todas esas competencias para crear una empresa que resulte lo más eficaz posible, aunando todas las fortalezas del grupo.
<b>2ª Sesión</b>	Exposición oral de cada grupo de trabajo acerca de qué cualidades caracterizan a su empresa y las características de los profesionales que la componen (60 minutos). Con esta tarea se quiere mejorar las habilidades comunicativas del alumnado a la vez que se fomenta su autoestima y motivación, haciendo hincapié en que todo el alumnado tiene algún talento y punto fuerte que aportar.
	Charla impartida por el Orientador en la que se aborde y se reflexione acerca de los siguientes contenidos (45 minutos): -Qué habilidades son las más demandadas por las empresas actualmente en el mercado laboral, diferenciando las habilidades blandas y las habilidades duras. Como se ha mencionado anteriormente, las segundas son aquellos conocimientos y formación teórica de la persona. Por el

<b>3ª Sesión</b>	<p>contrario, las primeras, son aquellas habilidades más demandadas por las empresas y hacen referencia a determinadas características y cualidades personales. Entre ellas, las habilidades blandas más demandadas en el mercado laboral son la honestidad, la comunicación efectiva, el pensamiento crítico y el trabajo en equipo (Vera, 2016).</p> <p>-Cuál es la tasa de éxito para acceder al mercado laboral. Para lograr un adecuado equilibrio laboral es necesario conjugar conocimientos teóricos con habilidades socioemocionales. La tasa de éxito laboral depende en un 80% del Cociente Emocional de la persona, esto es, la capacidad y competencia del individuo para comunicarse y tener relaciones sociales satisfactorias con los demás compañeros. El 20% restante del éxito laboral hace referencia al Cociente Intelectual (Vera, 2016).</p> <p>Finalmente, el alumnado rellenará un cuestionario de satisfacción (Anexo XIII) (15 minutos).</p>
------------------	---

Fuente: elaboración propia.

## RECURSOS

Los **recursos humanos** son el Orientador Educativo, el cual, será el encargado de elaborar, implementar y evaluar la actuación; los tutores de Bachillerato, que trabajando conjuntamente con el Orientador implantarán y evaluarán la actuación; y, finalmente, el alumnado de 1º y 2º curso de Bachillerato.

Los **recursos materiales** son: aula, presentación visual en formato Power Point, bolígrafos y lapiceros, folios, mesas y sillas, cuestionario inicial y cuestionario de satisfacción (Anexo XIII).

Los **recursos tecnológicos** son: ordenador, proyector, pizarra digital y acceso a Internet.

## TEMPORALIZACIÓN

La actuación se realizará en tres sesiones de tutoría semanales, de una hora de duración cada una. Tendrá lugar en el 3º y último trimestre del curso académico durante el mes de marzo (1ª, 2ª y 3ª semana de marzo).

## EVALUACIÓN

Para evaluar la actuación se realizará una evaluación inicial y final.

- **Evaluación inicial:** se realizará mediante un breve cuestionario individual en el que se valore el grado de conocimientos que tiene el alumnado acerca de las

habilidades blandas y duras, si conocen cómo influyen las presentes habilidades en el mercado laboral y si son conocedores de sus propias habilidades. El cuestionario será previamente elaborado por el Orientador y lo cumplimentarán los alumnos en la 1ª sesión.

- **Evaluación final:** en la tercera sesión tendrá lugar un debate final donde todo el alumnado dialogue y reflexione sobre los conocimientos adquiridos y muestre sus opiniones y conclusiones respecto al tema. Así mismo, el Orientador y el tutor comprobarán si se han logrado los objetivos, tanto generales como específicos de la actuación, si se han adquirido los contenidos planteados y se anotará cualquier posible incidencia surgida para mejorarla en las futuras implementaciones del programa. La evaluación finalizará con un cuestionario de satisfacción (Anexo XIII) a rellenar por todo el alumnado participante donde valore el grado de satisfacción y utilidad de las tres sesiones que conforman la actuación.

## **2.4. Evaluación del Programa Anual de Actuación del Departamento de Orientación**

La evaluación del Programa Anual de Actuación es un componente esencial, debido a que a partir de ella se obtiene información útil que permite conocer si se están logrando los objetivos propuestos y si las actividades y acciones realizadas están siendo útiles para el alumnado, así como comprobar si es necesario alguna modificación o cambio para mejorar el desarrollo de las actuaciones. La evaluación del Programa Anual de Actuación propuesto y la evaluación de cada una de las actuaciones que componen el Programa se realizará en tres momentos distintos, esto es, será una evaluación inicial, formativa y final.

La **evaluación inicial** consistirá en un proceso de identificación de necesidades en el IES de referencia para posteriormente diseñar y elaborar las 15 unidades de actuación que den respuesta a ellas. La evaluación inicial la realizará el Departamento de Orientación, contando con el asesoramiento y cooperación de los tutores de ESO, Bachillerato y FP y Jefatura de Estudios. El Orientador Educativo recogerá datos e información objetiva y detallada acerca del profesorado de los diferentes Departamentos Didácticos del IES, el alumnado, su familia y el Equipo Directivo. Se tomarán como indicadores relevantes el % de alumnado inmigrante matriculado en el IES y el número

de partes y sanciones al alumnado, tanto leves como graves, por comportamientos opuestos a las normas de convivencia del IES.

La **evaluación formativa** hace referencia al seguimiento del Programa de Actuación. La evaluación se realizará a través de las reuniones de coordinación semanales con el Departamento de Orientación, el Equipo Directivo y los tutores de los tres niveles educativos impartidos en el IES, esto es, ESO, Bachillerato y FP. En dichas reuniones, los agentes educativos implicados en las actuaciones analizarán el desarrollo de las mismas y se examinarán los resultados obtenidos en las evaluaciones propias de cada actuación que componen el Programa.

Finalmente, la **evaluación final** del Programa Anual se realizará mediante cuestionarios de satisfacción, procesos de observación y cumplimentación de cuestionarios y pruebas, con el fin de conocer el nivel de satisfacción y utilidad de las sesiones, si los recursos empleados y los contenidos abordados han sido los adecuados y si se han logrado los objetivos expuestos. Esta información será útil para saber si es necesario realizar alguna modificación o propuesta de mejora en el próximo curso académico. En esta evaluación estarán implicados diversos agentes educativos, estos son, el Departamento de Orientación, el Equipo Directivo, los tutores de ESO, Bachillerato y FP, Jefatura de Estudios y el alumnado destinatario de las actuaciones, así como las familias de los mismos.

En los tres momentos de la evaluación se recogerá información de carácter cualitativo y cuantitativo, a través de fichas de observación, cuestionarios de evaluación, cuestionarios de satisfacción, grupos de discusión y reuniones de coordinación. Así mismo, se destaca la importancia de que todos los agentes implicados en las actuaciones trabajen de manera conjunta y coordinada.

En el Artículo 29 del Decreto 147/2014, se refleja que la evaluación del Programa Anual de Actuación del Departamento de Orientación, al terminar el curso académico, se plasmará en la Memoria Anual. En esta Memoria Anual quedará recogida la evaluación acerca del logro de los objetivos, la valoración final del Programa Anual y la valoración de cada una de las actuaciones que componen el Programa, así como las actividades y la temporalización de cada una de ellas, los fallos acontecidos, las propuestas de mejora y si la coordinación con instituciones externas al IES ha sido eficaz y adecuada.

## **TERCERA PARTE**

### **3. PROPUESTA DE INNOVACIÓN EDUCATIVA**

En este apartado final del TFM se presenta la propuesta de innovación educativa, la cual, surge de las necesidades identificadas en el IES donde se han llevado a cabo las prácticas profesionales. Las necesidades surgen en el ámbito formativo y laboral respecto al proceso de toma de decisiones académicas-profesionales. El fin de la propuesta innovadora es dar respuesta a esta necesidad, proporcionando estrategias y recursos al alumnado que favorezcan su toma de decisiones personales, académicas y profesionales.

La innovación educativa puede definirse como “un 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” (Cañal de León, 2002, p.11). La presente propuesta de innovación pertenece a una de las cinco unidades de actuación planteadas dentro del ámbito de Orientación para el Desarrollo de la Carrera, mencionadas y explicadas con anterioridad en este mismo trabajo.

La estructura de la propuesta de innovación es la siguiente:

En primer lugar, se procede a contextualizar y justificar la propuesta, tomando como cimiento su marco teórico y la identificación de necesidades en el IES que motivaron a ponerla en marcha.

En segundo lugar, se describe el diseño y el desarrollo de la propuesta de innovación. Para ello, se explica de manera pormenorizada los siguientes apartados: los objetivos, tanto generales como específicos, que persigue lograr la propuesta de innovación; los destinatarios; la metodología y el plan de trabajo en sesiones; su temporalidad en forma de cronograma; los recursos y agentes implicados en la propuesta; y, finalmente, su evaluación.

#### **3.1. Diagnóstico inicial**

##### **3.1.1. Identificar los ámbitos de mejora**

En el 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, se reflejan los objetivos de la etapa ESO, entre los que se destaca “desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en su persona, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades” (p.3). Así mismo, una de las múltiples finalidades de la etapa ESO es favorecer el acceso del alumnado al mercado laboral.

En este sentido, entre las funciones del Orientador se destaca la función destinada a proporcionar estrategias al alumnado que ayuden a fomentar su autoconocimiento y el conocimiento de su entorno, así como asesorar y guiar a los estudiantes con el fin de tomar decisiones personales, académicas y profesionales de éxito y satisfactorias, para finalmente favorecer el completo desarrollo del alumno (Suárez, 2011).

Como menciona este mismo autor, para poner en marcha este proceso de toma de decisiones realista, progresivo y autónomo, se necesita que el alumnado determine sus metas académicas-profesionales a corto, medio y largo plazo, haga un autoanálisis crítico y reflexivo y examine las distintas trayectorias e itinerarios posibles.

Seguidamente, se procede a explicar, dentro del Plan de Orientación Académica y Profesional del IES, el Programa de Auto-Orientación para el Desarrollo de la Carrera, impartido por el Orientador y los tutores de 3º y 4º ESO en las sesiones de tutoría durante el 2º y 3º trimestre, cuyos destinatarios son el alumnado de 3º y 4º de ESO del IES.

El Programa de Auto-Orientación para el Desarrollo de la Carrera del IES aborda tres grandes bloques de contenidos, especificados en la PGA del presente curso escolar:

- El 1º bloque de contenido es el bloque de autoconocimiento, cuyo fin es favorecer en el alumnado la reflexión acerca de sus características e intereses personales.
- El 2º bloque es el de conocimiento del contexto laboral y del sistema educativo. Su objetivo es formar e informar al alumnado mediante charlas y jornadas acerca de los diferentes itinerarios académicos-profesionales autonómicos.
- El 3º y último bloque hace referencia al proceso de toma de decisiones, el cual, consiste en tomar una decisión académica-profesional en base al análisis reflexivo realizado en los dos bloques anteriores, entendiendo que el estudiante debe ser el agente principal y activo en el proceso de toma de decisiones.

La presente propuesta de innovación comienza con la identificación de necesidades en el IES, las cuales, han motivado a realizar la innovación educativa propuesta. Estas necesidades han sido detectadas a través de las reuniones de coordinación con los tutores de 3º y 4º ESO, donde se han analizado y examinado el desarrollo de las sesiones de tutoría en estos dos cursos académicos en el ámbito académico-profesional, sobre todo, las verbalizaciones y opiniones del alumnado sobre su toma de decisiones. Los tutores manifiestan que se hace necesario dotar y proporcionar al alumnado de 3º y 4º ESO recursos y estrategias que favorezcan una toma de decisiones personales, académicas y profesionales satisfactorias y realistas, así como orientar y guiar al alumnado para que reconozca y examine sus características personales y las diferentes opciones formativas-laborales posibles, analizando los puntos fuertes y débiles de cada una de ellas.

Así mismo, el Orientador ha proporcionado información valiosa y objetiva acerca del proceso de toma de decisiones en el alumnado de 3º y 4º ESO del IES. El Orientador expresa que son varios los alumnos que acuden al Despacho de Orientación debido a que han tomado una trayectoria académica-profesional errónea, y reclaman asesoramiento para modificar su itinerario educativo, el cual, a veces, resulta complejo de modificar.

Finalmente, esta identificación de necesidades se ha complementado con mi proceso de observación en el aula durante el transcurso de las tutorías acerca del Programa de Auto-Orientación para el Desarrollo de la Carrera del IES en 3º y 4º ESO a lo largo del 2º trimestre del presente curso escolar. La observación se ha realizado en base a unas preguntas previamente elaboradas (Anexo XIV) donde se ha observado las estrategias que posee el alumnado para tomar decisiones académicas-profesionales, las verbalizaciones de los estudiantes acerca del conocimiento de sí mismo, del sistema educativo y laboral y el proceso de toma de decisiones, así como la seguridad y confianza que muestra el alumnado en sus decisiones formativas y laborales.

Partiendo de esta identificación de necesidades, se detecta que el proceso de toma de decisiones académicas-profesionales resulta complicado para el alumno, el cual, se muestra inseguro en su toma de decisiones e influenciado por sus compañeros. Además, se hace necesario aumentar el conocimiento del alumnado acerca de sí mismo, así como del sistema educativo y laboral, con el fin de favorecer una toma de decisiones

académicas-profesionales segura, razonada, autónoma y adaptada a sus características personales y a las demandas del mercado laboral.

### **3.1.2. Describir el contexto donde se llevará a cabo la innovación**

La propuesta de innovación educativa se va a llevar a cabo en el IES donde se han realizado las prácticas profesionales del presente Máster, el cual, es un IES de titularidad pública situado en el centro de Oviedo.

El Instituto presenta una localización céntrica y buenas comunicaciones donde la mayor parte de su alumnado vive en un entorno urbano y pertenece a una clase social media/media-alta. El IES ofrece una oferta educativa amplia, impartiendo docencia de los siguientes niveles educativos: ESO, Bachillerato y FP. La propuesta de innovación se destina a la etapa educativa de ESO, específicamente a los cursos de 3º y 4º, ya que a estas edades tienen que formar y afianzar una trayectoria educativa, la cual, será determinante en su futuro académico, y, a veces, resultan complicadas de modificar. La contextualización del centro se encuentra explicada de manera más pormenorizada en el apartado 1.2. del presente documento.

## **3.2. Justificación de la innovación**

Actualmente, el alumnado se encuentra ante un futuro lleno de incertidumbre marcado por las nuevas demandas y exigencias del mercado laboral y por los continuos cambios de la sociedad. Esto dificulta la Orientación Académica-Profesional y requiere que el sistema educativo se adapte a la complejidad y heterogeneidad del mundo laboral (Martínez, Pérez y Martínez, 2014).

Como también señalan estos autores, la Orientación Académica-Profesional se hace relevante y necesaria en todos los niveles educativos pero cobra especial importancia en la etapa de 3º y 4º ESO debido a que es una edad donde el alumnado tiene que tomar decisiones trascendentes que influyen en su futuro laboral (Rodríguez et al., 2016), sobre todo, al finalizar dos etapas importantes: al terminar la etapa de la Educación Obligatoria el alumno debe elegir si sigue formándose en el sistema educativo (Bachillerato o FP) o si accede al mercado laboral; y al terminar la etapa de Bachillerato el alumno debe decidir

si accede a un Grado Universitario, a un ciclo formativo de FP, si estudia Enseñanzas Artísticas, Enseñanzas Deportivas o si se incorpora al mundo laboral. Por ello, se hace necesaria una orientación proactiva y continua donde se guíe al alumnado en su trayectoria formativa-laboral. Para que el estudiante alcance ese proyecto académico-profesional satisfactorio es necesario proporcionarle estrategias y competencias que fomenten su conocimiento (análisis de sus fortalezas y debilidades) y el conocimiento del contexto laboral (estudio de amenazas y oportunidades externas), para así favorecer la toma de decisiones personales, académicas y profesionales realistas y autónomas (Badia, Mauri y Monereo, 2014; Martínez et al., 2014; Santana y Feliciano, 2009; Suárez, 2011).

Para tomar una decisión realista hay que analizar los factores personales y los contextuales, en base a su valor positivo y negativo (Rodríguez et al., 2016). La matriz DAFO-CAME en la que se basa la propuesta de innovación permite al alumno hacer este análisis. La matriz DAFO (Debilidades, Amenazas, Fortalezas, Oportunidades) es una herramienta estratégica que permite al alumno analizar los factores personales internos y los factores contextuales del entorno. Partiendo de este análisis de factores, se realiza la matriz CAME (Corregir, Afrontar, Mantener, Explotar), la cual, es una herramienta complementaria al DAFO que permite determinar estrategias para corregir y afrontar los factores personales y contextuales con valor negativo y explotar y mantener los factores internos y externos positivos (González, de León, Eslava y López, 2017).

Además, también hay que tener presente que estos factores tienen un carácter cambiante y variable, por ello se hace necesaria desde los IES una adecuada Orientación Académica-Profesional para que el alumnado alcance un proyecto profesional satisfactorio y eficaz, siendo el alumno el eje protagonista en la toma de decisiones (Sánchez y Suárez, 2018).

### **3.3. Marco teórico de referencia de la innovación**

#### **3.3.1. Origen y definición de la Orientación Profesional**

El término de Orientación Académica-Profesional aparece por primera vez en 1908 con Frank Parsons, entendida como una ayuda puntual y fuera del ámbito escolar, siendo más frecuente en la etapa de la adolescencia. La Orientación Académica-Profesional se

subdivide a su vez en tres pasos, los cuales, son los siguientes: comprensión y conocimiento de las aptitudes, actitudes, motivaciones y puntos fuertes y débiles de uno mismo; información sobre el mundo laboral y sobre las ventajas y desventajas de los diversos itinerarios profesionales; y finalmente, combinar estos dos tipos de conocimientos y adaptar a la persona la profesión más pertinente para él, lo cual, se entendería como un ajuste definitivo (Pérez, Filella y Bisquerra, 2009).

Sin embargo, el concepto de Orientación Académica-Profesional ha sufrido diversas transformaciones y evoluciones. Actualmente, se considera un proceso integral y continuo de apoyo al alumnado en el que el orientador educativo forma, informa y orienta al estudiante con el fin de que tome una decisión profesional realista, satisfactoria y con posibilidad de cambio (Tintaya, 2016).

Finalmente, entre las funciones del Orientador Educativo y los tutores respecto a la Orientación Académica-Profesional, se destacan las siguientes funciones: formar e informar al alumnado sobre los itinerarios educativos y laborales; guiar a los estudiantes en su toma de decisiones académicas y laborales, fomentar la autonomía y maduración vocacional del alumnado; facilitar estrategias y recursos que aumenten el conocimiento de sí mismos; examinar las amenazas y oportunidades de los diversos itinerarios educativos y laborales; y, finalmente, analizar qué ocupaciones profesionales se adaptan mejor a cada alumno según sus intereses y características personales.

### **3.3.2. Principios, niveles de intervención y dimensiones de la Orientación Académica-Profesional**

Los principios en los que se rige la Orientación Académica-Profesional son aquellos principios en los que se basa todo proceso de Orientación Educativa y Profesional. Estos principios se encuentran mencionados en el Artículo 3 del Decreto 147/2014 y son los siguientes: principio de prevención, principio de desarrollo, principio de intervención social y principio de empoderamiento personal y social.

- Según el **principio de prevención**: la Orientación Académica-Profesional es un proceso proactivo que previene posibles dificultades personales y contextuales que puedan surgir proporcionando estrategias al alumnado para afrontarlas.

- Según el **principio de desarrollo**: la Orientación Académica-Profesional es un proceso continuo que busca el desarrollo integral del alumnado dotándole de competencias que fomenten sus potencialidades y puntos fuertes.
- Según el **principio de intervención social**: la Orientación Académica-Profesional es un proceso que tiene en cuenta el contexto inmediato donde se desarrolla el alumno, dando importancia al contexto familiar, ya que es un factor muy influyente en el proceso de toma de decisiones y en el desarrollo integral del alumno.
- Según el **principio de empoderamiento personal y social**: la Orientación Académica-Profesional es un proceso que consiste en proporcionar estrategias, competencias y recursos al alumnado que favorezcan la toma de decisiones.

El ámbito de la Orientación Académica-Profesional requiere intervenciones a nivel de centro educativo, a nivel de aula y a nivel de alumnado (Suárez, 2011). A **nivel de centro educativo**, se destaca la función del Orientador de fomentar los planes y proyectos innovadores del IES (Decreto 147, 2014, Art., 4). A **nivel de aula**, cabe mencionar la función de asesorar a los tutores de 3º y 4º de ESO sobre la implementación de las sesiones que componen la propuesta innovadora. A **nivel de alumnado**, cabe señalar la función de orientar y guiar en la toma de decisiones sobre las diversas opciones personales, formativas y profesionales y de fomentar el desarrollo integral y de la personalidad del alumno (Decreto 147, 2014., Art 4). Así mismo, también es necesario destacar la necesidad de asesorar a las familias, las cuales, son una pieza clave en la decisión académica-profesional del estudiante (Suárez, 2011).

Para que el Orientador ponga en marcha las presentes funciones es necesario un trabajo en equipo de manera conjunta y armónica entre todos los profesionales del IES (Suárez, 2011), especialmente, entre el Orientador y los profesores tutores de 3º y 4º ESO.

Respecto a las áreas de intervención o dimensiones de la Orientación Académica-Profesional en la etapa de Educación Secundaria, son las tres siguientes:

- **Autoconocimiento**: hace referencia al conocimiento de uno mismo, esto es, los intereses y motivaciones vocacionales, las aptitudes y actitudes y las capacidades y características personales (Martínez et al., 2014) que conllevan a la formación de una identidad personal realista y positiva (Suárez, 2011).

- **Conocimiento del sistema educativo y del mercado laboral:** consiste en formar e informar al alumnado acerca de las diferentes trayectorias académicas y profesionales posibles y del contexto laboral, tomando como punto de partida el primer bloque; la reflexión sobre el conocimiento de uno mismo (Carrasco, Flores, Gil y Caballer, 2016).
- **Proceso de toma de decisiones académicas-profesionales:** este proceso radica en que el alumnado examine las diferentes trayectorias formativas-laborales posibles teniendo en cuenta sus puntos fuertes y débiles y escoja la opción que mejor se adapte a él en base al análisis previo de sus características personales y de su entorno laboral (Suárez, 2011). La toma de decisiones se favorece proporcionando al alumnado estrategias, recursos y competencias (Carrasco et al., 2016). La herramienta que se le va a facilitar al alumnado para evaluar las distintas alternativas académicas-profesionales y mejorar su toma de decisiones es la matriz DAFO-CAME, ya que es una herramienta que permite al estudiante analizar sus factores internos y externos, además de determinar estrategias para potenciar aquellos factores con valor positivo y disminuir los factores negativos.

### **3.3.3. Modelos teóricos basados en el proceso de toma de decisiones**

Los enfoques teóricos que se basan en el proceso de toma de decisiones analizan la conducta de las personas a la hora de tomar una decisión y examinan cómo se lleva a cabo este proceso (Sánchez, 2017). Según estos modelos teóricos, un proceso de toma de decisiones adecuado conduce a un proyecto profesional de éxito, de ahí la relevancia dada a este proceso (Parras, Madrigal, Redondo, Vale y Navarro, 2009).

Los modelos teóricos que se fundamentan en la toma de decisiones se agrupan en dos tipos de modelos: modelos descriptivos y modelos prescriptivos. Los primeros entienden la toma de decisiones como un proceso natural y detallan las diferentes formas de tomar decisiones. Los segundos son los modelos que se basan en enseñar a la persona a tomar decisiones idóneas dotándola de competencias y recursos para ello (Álvarez, 2019).

Entre los modelos teóricos prescriptivos más relevantes que fundamentan el proceso de toma de decisiones se encuentra el Modelo de Toma de Decisiones de Gelatt

de 1962 (Gelatt, 1962), el Modelo de Toma de Decisiones de Krumboltz de 1979 (Álvarez, 2019) y el Modelo de Decisión Vocacional de Katz de 1966 (Katz, 1966) (Parras et al., 2009).

El **Modelo de Toma de Decisiones de Gelatt** es un modelo teórico que considera que el aspecto más relevante a la hora de tomar decisiones es recopilar datos e información. El modelo se compone de 5 fases (Parras et al., 2009):

- La 1ª fase se llama “objetivo” debido a que la persona se expone a las diferentes opciones posibles.
- En la 2ª fase “recogida de información”, el individuo recoge datos e información para finalmente poder elegir una de las múltiples opciones posibles.
- En la 3ª fase “posibles alternativas”, la persona primeramente reconoce las distintas trayectorias y seguidamente hace una predicción respecto a los posibles desenlaces de cada opción teniendo en cuenta qué valores son más relevantes.
- En la 4ª fase de “decisión” es donde la persona toma su decisión según el análisis de los posibles resultados, los valores personales y la opción más conveniente. La decisión tomada puede ser una decisión definitiva o una decisión investigadora. La decisión definitiva recibe este nombre ya que se considera que ha sido la decisión acertada y no es necesario ir a la primera fase para recoger más información. La decisión investigadora se considera que no ha sido la decisión adecuada y se vuelve otra vez a empezar el proceso y a recoger nueva información que conlleve a un nuevo proceso de toma de decisiones.
- En la 5ª fase “evaluación”, la persona evalúa el proceso de toma de decisiones para volver a empezar en el caso de que la decisión tomada no resulte exitosa.

Por lo que respecta al **Modelo de Toma de Decisiones de Krumboltz** o “**Modelo DECIDES**”, se entiende que el proceso de toma de decisiones es un proceso de aprendizaje (Álvarez, 2019) y se le da especial relevancia al contexto en el que está inserto el sujeto, entendiendo que los contextos son cambiantes e inciden en la toma de decisiones de la persona (Sánchez, 2017). Según este modelo, el proceso de toma de decisiones está formado por 7 fases: “definir bien la situación problemática; establecer un plan de acción; clarificar valores; identificar alternativas; descubrir resultados posibles; eliminar alternativas; y empezar la acción” (Álvarez y Obiols, 2009, p.887).

Finalmente, el tercer enfoque teórico, **el Modelo de Decisión Vocacional de Katz** (Katz, 1966) es un modelo prescriptivo que comparte gran parecido con el Modelo de Toma de Decisiones de Gelatt. Sin embargo, cabe mencionar su principal diferencia: la primera fase del Modelo de Gelatt es la recogida de información. Por el contrario, la 1ª fase del Modelo de Katz y el punto de partida de la toma de decisiones es la definición del autoconcepto y el análisis de los valores personales (Parras et al., 2009).

Los tres modelos mencionados son modelos vigentes hoy en día en los IES y han tenido gran aceptación en el ámbito académico-profesional. Son modelos basados en fases secuenciales, donde se da importancia al autoconocimiento y al conocimiento de los diferentes itinerarios académicos-profesionales antes de tomar una decisión racional. Así mismo, estos modelos consideran al alumnado con un papel activo y autónomo, siendo el protagonista en su toma de decisiones. Por su parte, el papel del Orientador Educativo sería el de guía y apoyo en el proceso de toma de decisiones (Parras et al., 2009).

Sin embargo, estos modelos no contemplan que el alumno identifique estrategias para minimizar sus factores personales y contextuales con valor negativo, ni estrategias para potenciar los factores internos y externos positivos. Estas estrategias de corrección y fortalecimiento realizadas a través de la matriz DAFO-CAME (González et al., 2017) son de ayuda en el proceso de toma de decisiones y eficaces para que el alumno consiga un objetivo profesional realista y satisfactorio (Sánchez, 2015).

### **3.3.4. Matriz DAFO-CAME para favorecer el proceso de toma de decisiones**

Partiendo del análisis realizado de los modelos teóricos que se basan en el proceso de toma de decisiones, se procede a explicar la herramienta que se va a emplear en la propuesta de innovación con el fin de favorecer la toma de decisiones personales, académicas y profesionales en el alumnado. Este recurso es la matriz DAFO-CAME personal (González et al., 2017).

La matriz DAFO, también llamada SWOT o FODA, es una herramienta analítica que tiene su origen en el mundo empresarial a raíz de una falta de planificación detectada en las empresas (Aliaga, Gutiérrez-Braojos y Fernández-Cano, 2018). Para dar respuesta

a esta planificación inadecuada, se consideró necesario hacer un análisis de la empresa, tanto en su vertiente positiva como negativa. Así, surge la matriz DAFO en 1960 en el Instituto de Investigación de Stanford bajo las siglas SOFT (Satisfactorio, Oportunidad, Fallo, Amenaza), hasta que en 1964 se cambia el acrónimo SOFT por el de SWOT (Strengths, Weaknesses, Opportunities, Threats) (Fortalezas, Debilidades, Oportunidades, Amenazas) (Nieves, 2018).

Actualmente, el DAFO está ganando terreno en ámbitos más diversos, entre los que se destaca el ámbito educativo (Aliaga et al., 2018; Escudero, 2004).

El análisis DAFO es una metodología estratégica usada para evaluar la situación real y presente de una persona de manera profunda y detallada, para así hacer un diagnóstico de la situación e identificar los factores positivos y negativos, tanto personales como contextuales (Caballero, 2015).

La matriz DAFO permite hacer, por tanto, un autoanálisis desde dos puntos de vista. Por un lado, un análisis interno, propio a la persona (Fortalezas y Debilidades) y un análisis externo del entorno en el que está inmerso el individuo (Oportunidades y Amenazas). Por otra parte, ese análisis interno y externo se entiende que tiene valor positivo (Fortalezas y Oportunidades) o negativo (Amenazas y Debilidades) (Aliaga et al., 2018). Los 4 factores o cuadrantes que conforman esta matriz son los siguientes:

- Las **debilidades** son factores internos a la persona, hacen referencia a los puntos débiles que dificultan alcanzar las metas profesionales.
- Las **amenazas** son aquellos factores del contexto sociolaboral que obstaculizan el logro de los objetivos profesionales.
- Las **fortalezas** son factores internos al individuo, que se refieren a los puntos fuertes y talentos personales.
- Las **oportunidades** son los factores externos a la persona que influyen de manera positiva en su meta profesional.

Por su parte, la matriz CAME, cuyas siglas corresponden a Corregir, Afrontar, Mantener y Explotar (González et al., 2017), es una metodología diagnóstica que se realiza posteriormente a la realización de la matriz DAFO con el fin de idear y poner en marcha estrategias y acciones para corregir y afrontar los factores internos y externos con

valor negativo y explotar y mantener los factores internos y externos positivos y así alcanzar el objetivo profesional. Las cuatro estrategias son las siguientes (Sánchez, 2015):

- **Estrategias D/O o de reorientación:** son estrategias para superar las debilidades usando las oportunidades.
- **Estrategias D/A o de supervivencia:** son estrategias para disminuir las debilidades y evitar las amenazas.
- **Estrategias F/A o defensivas:** son estrategias para explotar las fortalezas y paliar las amenazas.
- **Estrategias F/O o ofensivas:** son acciones que impulsan las fortalezas personales y las oportunidades.

Finalmente, respecto a las referencias encontradas acerca del uso de la herramienta DAFO en los IES son muchos Institutos los que usan la matriz DAFO para analizar la calidad de los Departamentos de Orientación, el funcionamiento del IES y los programas del mismo. Sin embargo, son pocos los Institutos que emplean la matriz DAFO para fomentar la toma de decisiones académicas-profesionales en el alumnado. Cabe mencionar un proyecto que se llevó a cabo en los IES de Murcia destinado a fomentar la inserción laboral de alumnado de 2º y 3º ESO de PMAR. Entre las herramientas empleadas en el proyecto, se encuentra la matriz DAFO. Así mismo, después de la realización de la matriz DAFO se asesoró al alumnado para determinar qué estrategias poner en marcha para conseguir su objetivo profesional, lo cual resultó de ayuda en la toma de decisiones y en su futura inserción laboral (Pérez, 2016).

### **3.4. Desarrollo de la innovación**

Tomando como base el análisis de la contextualización de la propuesta innovadora y el marco teórico en el que se basa, en esta sección, se procede a explicar el desarrollo de la innovación educativa propuesta, cuyos apartados son los siguientes: objetivos de la innovación; destinatarios; metodología; plan y estructura del trabajo en sesiones; temporalidad (cronograma); recursos y agentes implicados; y, finalmente, evaluación.

### 3.4.1. Objetivos de la innovación

El **objetivo general** de esta propuesta es favorecer la toma de decisiones personales, académicas y profesionales en el alumnado de 3º y 4º ESO empleando la matriz DAFO-CAME como medio para examinar los factores internos del alumno y los factores contextuales, así como para identificar estrategias que mantengan y mejoren los factores positivos y disminuyan y afronten los factores negativos.

Este objetivo se concreta en una serie de **objetivos específicos** respecto al alumnado, los tutores y las familias.

#### **Objetivos para el alumnado de 3º y 4º de ESO:**

- Fomentar el conocimiento de sí mismos y de sus capacidades y motivaciones vocacionales, desde el punto de vista de sus fortalezas y debilidades.
- Equiparar los factores internos (Fortalezas y Debilidades) con los factores externos al alumno (Amenazas y Oportunidades) para favorecer el proceso de toma de decisiones.
- Aumentar la información acerca de los posibles itinerarios académicos y profesionales una vez termine la etapa de ESO.
- Adaptar los objetivos profesionales a los intereses y capacidades personales del alumnado.
- Proporcionar competencias y herramientas que capaciten a los estudiantes para tomar decisiones satisfactorias, autónomas y realistas.

#### **Objetivos para los tutores de 3º y 4º de ESO:**

- Facilitar estrategias y recursos a los tutores de 3º y 4º ESO para favorecer la toma de decisiones de su alumnado.
- Promover un trabajo conjunto y colaborativo entre todos los agentes implicados en la propuesta.

#### **Objetivos para las familias del alumnado:**

- Implicar a las familias del alumnado de 3º y 4º de ESO en el proceso de toma de decisiones de sus hijos.

- Informar a los padres acerca de la toma de decisiones académicas-profesionales de sus hijos.
- Analizar cuáles son los factores más influyentes en el proceso de toma de decisiones educativas y laborales de sus hijos.
- Fomentar el apoyo de las familias respecto a las elecciones académicas-profesionales de sus hijos.

### **3.4.2. Destinatarios**

Los destinatarios principales de la propuesta innovadora son alumnos de 3º y 4º ESO del IES donde se han realizado las prácticas profesionales. De los 1.173 alumnos matriculados en el IES en el presente curso escolar, son 195 alumnos los que cursan 3º y 4º de ESO; 92 alumnos en 3º de ESO, 11 en PMAR y 92 en 4º de ESO.

### **3.4.3. Metodología**

La metodología usada en la presente propuesta innovadora conjuga la teoría con actividades prácticas. Se quiere formar e informar a los estudiantes con el fin de favorecer su toma de decisiones, al mismo tiempo que se pongan en marcha actividades que involucren y hagan partícipe al alumnado en su propio proceso de toma de decisiones. Por ello, es una metodología de carácter dinámico y reflexivo que fomenta en el alumnado un análisis personal y contextual crítico y realista donde los estudiantes de 3º y 4º de ESO son los protagonistas de las sesiones, con un rol activo. Es más, es una metodología inclusiva, cooperativa y basada en la enseñanza de valores, que quiere fomentar el trabajo en grupo y la autonomía y libertad de decisión en el alumnado.

### **3.4.4. Planificación y estructuración del trabajo en sesiones**

La propuesta está formada por 7 sesiones y tiene una duración total de 14 horas. Todas las actividades que componen la propuesta están destinadas a dotar al alumnado de competencias y estrategias que favorezcan su toma de decisiones personales, académicas y profesionales, teniendo como herramienta protagonista la matriz DAFO-CAME.

Las 7 sesiones se estructuran en 3 fases, siendo el punto de partida de la propuesta de innovación la identificación de necesidades (fase 1). Seguidamente, tiene lugar la fase 2, la cual, consiste en formar e informar a los tutores y al alumnado de 3º y 4º ESO. Así mismo, la fase 3 se compone a su vez de tres bloques de contenidos, los cuales, se corresponden con las tres dimensiones de la Orientación Académica-Profesional: bloque 3.1 autoconocimiento, bloque 3.2 conocimiento del sistema educativo y del mercado laboral y bloque 3.3 toma de decisiones. Es en este último bloque donde se aplica la propuesta de innovación; la matriz DAFO-CAME. Finalmente, la propuesta culmina con la evaluación y seguimiento del proceso para comprobar el nivel de satisfacción y de utilidad de las sesiones, así como si se han cumplido los objetivos propuestos.

En la Tabla 15 se muestran las 7 sesiones que se van a llevar a cabo con los respectivos recursos a emplear y las tres fases que conforman la propuesta innovadora.

Tabla 15. Fases, sesiones y recursos a emplear en la propuesta innovadora.

<b>FASES</b>	<b>SESIONES Y RECURSOS</b>
<b>Fase 1</b> Detección de necesidades	Reuniones de coordinación docente. Observación directa en las sesiones de tutoría. Información proporcionada por el Orientador Educativo.
<b>Fase 2</b> Formación a los tutores e información al alumnado	<b>1ª Sesión:</b> Formación a los tutores de 3º y 4º ESO.
	<b>2ª Sesión:</b> Información al alumnado de los contenidos de la propuesta. Materiales de apoyo: -Tarjetas de reflexión (Anexo XV) -Vídeo “¿Cómo escoger una carrera?” -Auto-informe sobre el proceso de toma de decisiones académicas-profesionales (Anexo XVI)
<b>Fase 3</b> Desarrollo de la propuesta	<b>3ª Sesión:</b> “Regando el árbol de la vida” ( <b>bloque 3.1 autoconocimiento</b> ) Material de apoyo: -Ficha “el árbol de la vida” (Anexo XVII)
	<b>4ª Sesión:</b> Jornada “compartiendo experiencias sobre el futuro laboral” ( <b>bloque 3.2 conocimiento del sistema educativo y del mercado laboral</b> )
	<b>5ª Sesión:</b> “Y yo, ¿qué camino elijo?” ( <b>bloque 3.3 toma de decisiones</b> ) Material de apoyo: -Vídeo “¿Cómo elegir qué estudiar?”
	<b>6ª Sesión:</b> “Matriz DAFO-CAME” ( <b>bloque 3.3 toma de decisiones</b> ) Material de apoyo: -Matriz DAFO-CAME personal (Anexo XVIII)
	<b>7ª Sesión:</b> “¿Qué factores influyen en mi toma de decisiones? Hablemos

	<p>con la familia” (<b>bloque 3.3 toma de decisiones</b>)</p> <p>Materiales de apoyo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Auto-informe sobre el proceso de toma de decisiones académicas-profesionales (Anexo XVI)</li> <li>-Cuestionario de satisfacción (Anexo XX)</li> </ul>
--	---

Fuente: elaboración propia.

Seguidamente, se procede a explicar más detalladamente las 3 fases de la propuesta y las 7 sesiones que la componen con sus respectivas actividades y su temporalización.

### **Fase 1: Detección de necesidades**

La propuesta de innovación comienza con la identificación de necesidades, las cuales, han motivado a realizar la presente innovación educativa. Las necesidades han sido detectadas mediante el proceso de observación sistemática en las sesiones de tutoría acerca del Programa de Auto-Orientación para el Desarrollo de la Carrera del IES en 3º y 4º ESO durante el 2º trimestre del presente curso escolar. Para ello, antes del proceso de observación se han elaborado unas preguntas (Anexo XIV) con el fin de conocer los recursos y competencias que tiene el alumnado respecto a su toma de decisiones, el conocimiento que posee de sí mismo y de los itinerarios educativos y laborales, así como las incertidumbres y opiniones acerca del proceso de toma de decisiones académicas-profesionales. Así mismo, esta detección de necesidades se ha complementado con la información acerca del ámbito académico-profesional dada por el Orientador y con las reuniones de coordinación, donde los tutores de 3º y 4º ESO expresan la necesidad de facilitar al alumnado de 3º y 4º ESO estrategias que fomenten una toma de decisiones personales, académicas y profesionales exitosas, realistas y razonadas.

En este proceso, se detecta que sería necesario y de gran utilidad incorporar más sesiones de Orientación Académica-Profesional y proporcionar al alumnado más competencias y herramientas para favorecer la toma de decisiones personales, académicas y profesionales significativas y fundamentadas. Una explicación más detallada del proceso y los resultados de la detección de necesidades se encuentra en el apartado “3.1.1. Identificar los ámbitos de mejora” del presente trabajo.

## **Fase 2: Formación a los tutores e información al alumnado**

Esta fase está formada por dos sesiones con una duración de dos horas cada una. Los materiales de apoyo a usar en la fase 2 son: 8 tarjetas de reflexión acerca de los contenidos de la propuesta (Anexo XV), vídeo “¿Cómo escoger una carrera?” y autoinforme sobre el proceso de toma de decisiones académicas-profesionales (Anexo XVI).

Las sesiones, que serán impartidas en el mes de septiembre y octubre de 2020, se detallan a continuación:

### **1ª Sesión: Formación a los tutores de 3º y 4º de ESO.**

En la 1ª sesión de la propuesta, el Orientador del IES formará a los tutores de 3º y 4º ESO. La formación tendrá una duración de 2 horas, distribuidas a lo largo de dos semanas (1 hora semanal) durante los meses de septiembre y octubre en 2020 del próximo curso académico.

La sesión se realizará en la biblioteca del Edificio LEGO del IES. En la primera parte de la sesión (60 minutos) se abordarán las tres dimensiones de la Orientación Académica-Profesional.

En la segunda parte de la sesión (60 minutos), el Orientador explicará las herramientas a usar en las diferentes sesiones que conforman la propuesta de innovación.

Así mismo, el Orientador complementará la formación a los tutores con el asesoramiento, guía y suministro de los recursos y materiales necesarios para implementar las siete sesiones de la propuesta.

### **2ª Sesión: Información al alumnado de 3º y 4º de ESO.**

Una vez concluida la formación a los tutores por parte del Orientador Educativo, tendrá lugar esta segunda sesión en la 2ª y 3ª semana de octubre, la cual, consiste en una primera toma de contacto por parte del alumnado de 3º y 4º ESO.

Su objetivo es informar al alumnado de estos dos cursos académicos acerca de los contenidos que se van a desarrollar en la propuesta, estos son, el autoconocimiento, el conocimiento del sistema educativo y del entorno laboral y el proceso de toma de

decisiones. También se les explicará la duración total de la propuesta innovadora, el número de sesiones que la componen y su finalidad.

La sesión será impartida por el Orientador y los tutores de 3º y 4º ESO, empleando una metodología participativa, dinámica y lúdica con el fin de que el alumnado se involucre en la propuesta, le resulte interesante y relevante los contenidos a abordar y se cree un clima propicio para el diálogo y la reflexión.

Esta segunda sesión, de 2 horas de duración, se divide en dos partes:

En la primera parte (60 minutos), la cual, consiste en que el alumnado tome contacto con los contenidos de la propuesta, se realizarán las siguientes actividades:

- Primeramente, el alumnado rellenará un auto-informe de 7 ítems (Anexo XVI) sobre el proceso de toma de decisiones académicas-profesionales al principio de la propuesta. Con él, se quiere analizar los objetivos profesionales del alumnado, los itinerarios académicos-profesionales que se plantea al finalizar la etapa de ESO, los factores y personas más influyentes en su toma de decisiones, las expectativas que tiene acerca de la propuesta y los aspectos donde necesita mayor asesoramiento y estrategias (10 minutos).
- Una vez cumplimentado el auto-informe, el tutor dividirá la clase en pequeños grupos heterogéneos de 6 alumnos y les entregará ochos tarjetas (Anexo XV) a cada grupo, 3 tarjetas pertenecen al bloque de contenidos de autoconocimiento, 1 al bloque de conocimiento del sistema educativo y mercado laboral y 4 al bloque de toma de decisiones. En cada tarjeta aparece una frase escrita de un fragmento de un libro o película que conduce a reflexionar y discutir sobre algunos de los contenidos que se van a abordar en la propuesta innovadora (10 minutos).
- Seguidamente, el tutor explicará la actividad a realizar (5 minutos): cada grupo de trabajo debe apuntar qué reflexiones les suscitan cada una de las tarjetas trabajando en equipo de manera colaborativa, para lo cual, tendrán 10 minutos. Posteriormente, un representante de cada grupo de trabajo elegido al azar por el tutor compartirá oralmente ante toda la clase esas reflexiones (20 minutos), las cuales, serán apuntadas por el Orientador en una libreta.
- El Orientador cerrará la primera parte de la sesión explicando qué van a realizar en la segunda parte (5 minutos).

En la segunda parte de la sesión (60 minutos), se llevará a cabo la siguiente actividad:

- El Orientador explicará al alumnado los contenidos que se van a abordar a lo largo de las restantes sesiones de la propuesta, basándose en las reflexiones previas del alumnado expuestas en la anterior parte de la sesión. Para la formación, se apoyará en la visualización del vídeo “¿Cómo escoger una carrera?” donde se resumen los tres bloques de contenidos que conforman la fase 3 de la propuesta de innovación.

### **Fase 3: Desarrollo de la propuesta**

Esta fase corresponde a la fase del desarrollo de la propuesta de innovación, la cual, cobra especial importancia ya que en ella es donde se lleva a cabo la parte más importante de la innovación educativa, esta es, la implementación de la matriz DAFO-CAME personal para fomentar el proceso de toma de decisiones, junto con las demás actividades realizadas que favorecen este proceso.

Las 5 sesiones que forman esta 3ª fase se agrupan a su vez en tres bloques de contenido: bloque 3.1 autoconocimiento, bloque 3.2 conocimiento del sistema educativo y del mercado laboral y bloque 3.3 toma de decisiones, que transcurrirán entre el 26 de octubre de 2020 y el 8 de febrero de 2021 del próximo curso académico.

Los recursos de apoyo que se van a emplear en la fase 3 son: ficha “el árbol de la vida” (Anexo XVII) (adaptado de Campillo y Villegas, 2015), vídeo “¿Cómo elegir qué estudiar?”, matriz DAFO-CAME personal (Anexo XVIII), auto-informe sobre el proceso de toma de decisiones (Anexo XVI) y cuestionario de satisfacción (Anexo XX).

A continuación, se explican las cinco sesiones que conforman estos tres bloques:

#### **Bloque 3.1 Autoconocimiento.**

Este bloque está formado por una sesión y tiene como objetivo principal que el alumnado mejore el conocimiento de sí mismo. Su duración es de 60 minutos y tendrá lugar el día 26 de octubre de 2020. El material de apoyo a usar es la técnica llamada “el árbol de la vida” (Campillo y Villegas, 2015) plasmada en el Anexo XVII, la cual, permite al alumnado analizar y reflexionar acerca de sí mismo (cuáles son sus puntos fuertes,

dónde se ve en un futuro profesionalmente y qué actividades le gusta realizar) y acerca de su contexto (qué personas de su entorno son más importantes para él y le brindan más apoyo).

### **3ª Sesión: “Regando el árbol de la vida”.**

En esta sesión se quiere que el alumnado analice y reflexione acerca de diversos aspectos importantes en su vida para fomentar así el conocimiento de sí mismo y configurar su historia de vida (Campillo y Villegas, 2015). Para ello, cumplimentarán la técnica “el árbol de la vida”, la cual, recibe este nombre debido a que cada parte del árbol hace referencia a un aspecto o persona importante en la vida del alumno (Anexo XVII).

La sesión tendrá 60 minutos de duración y será impartida por el tutor del IES. Las actividades que se van a desarrollar son:

- El tutor explicará en qué consiste la técnica “el árbol de la vida”, su finalidad y cómo se realiza (10 minutos).
- El alumnado cumplimentará su ficha del “árbol de la vida” (20 minutos).
- Posteriormente, los alumnos intercambiarán su ficha con otro compañero de clase elegido por el tutor, de manera que todos los alumnos tengan la ficha de otro estudiante. A continuación, el alumno deberá leer la ficha de su compañero y en la parte del tronco del árbol añadirá competencias y talentos de esa persona (15 minutos).
- La sesión culminará con una puesta en común y retroalimentación de aquellos talentos y puntos fuertes del compañero (15 minutos). Esta sesión recibe su nombre “Regando el árbol de la vida” debido a que gracias a este feedback el alumnado puede comparar el análisis que ha realizado él con el que le han proporcionado sus compañeros, lo cual, favorece el autoconocimiento.

### **Bloque 3.2 Conocimiento del sistema educativo y del mercado de trabajo.**

El presente bloque se compone de una sesión cuyo fin es que el alumnado conozca diferentes experiencias y opiniones acerca de diversas trayectorias académicas-profesionales. El bloque tiene una duración total de 4 horas aproximadamente y tendrá lugar en el mes de noviembre de 2020 durante los días 2, 9, 16 y 23, todos ellos caen en

lunes. En este bloque estarán implicados exalumnos del IES que quieran participar en la jornada de manera voluntaria.

#### **4ª Sesión: Jornada “compartiendo experiencias sobre el futuro laboral”.**

En esta sesión se va a realizar unas jornadas donde antiguos alumnos del centro educativo cuenten sus propias experiencias acerca de su formación en el IES, de sus trayectorias académicas-profesionales y de su proceso de toma de decisiones en el ámbito formativo-laboral. Para ello, el secretario del IES organizará en el salón de actos estas charlas informativas y contactará con exalumnos del IES que quieran participar voluntariamente en esta actividad. Se quiere que el alumnado de 3º y 4º ESO tenga un amplio abanico de información y se puedan compartir opiniones y experiencias diversas, por lo que las jornadas se componen de un total de 4 charlas, de 60 minutos de duración cada una. La 1ª charla la impartirá un exalumno del IES que haya estudiado un Grado Universitario; la 2ª charla un alumno que haya cursado un ciclo formativo de FP; la 3ª uno que haya estudiado Enseñanzas Artísticas; y la 4ª un alumno que haya estudiado Enseñanzas Deportivas.

### **Bloque 3.3 Toma de decisiones.**

En este tercer y último bloque de la fase 3 de la propuesta es donde el alumnado va a cumplimentar su matriz DAFO-CAME, tomando como base la reflexión y los conocimientos previos adquiridos en los dos bloques anteriores.

Este bloque se compone de tres sesiones, la primera de 60 minutos de duración y las dos restantes de 2 horas. Será impartido durante los meses de enero y febrero de 2021. El objetivo de este bloque es que el alumnado comprenda y favorezca el proceso de toma de decisiones académicas-profesionales, así como que reflexione junto con su familia cuáles son los factores más influyentes en las decisiones de este ámbito.

#### **5ª Sesión: “Y yo, ¿qué camino elijo?”.**

La primera sesión de este bloque (60 minutos), consiste en explicar al alumnado el proceso de toma de decisiones, visto desde un carácter evolutivo y de acompañamiento al alumno a lo largo de toda su trayectoria. Esta formación se basará en una metodología dinámica que anime a los estudiantes a participar y a debatir en la explicación. Para ello, la sesión será impartida por el tutor, el cual, pondrá en marcha las presentes actividades:

- La sesión comenzará con una ronda de preguntas orales acerca de aspectos relevantes a tener en cuenta antes de tomar una decisión académica-profesional con el fin de ver los pensamientos y opiniones del alumnado (25 minutos). Las seis preguntas son las siguientes: ¿debo estudiar lo que me satisface o lo que me ofrece más salidas en el mercado laboral?; si estoy entre varias profesiones que me gustan, ¿cómo puedo elegir una de ellas?; ¿hay alguna profesión que se ajuste mejor a mis características personales?; ¿es mejor estudiar un Grado Universitario que un ciclo formativo de FP?; ¿cómo puedo conocer si mi decisión ha sido la adecuada?; y, finalmente, si mi familia no está de acuerdo con mi decisión, ¿qué hago?.
- Seguidamente, el tutor pondrá en la pizarra digital el vídeo “¿Cómo elegir qué estudiar?” en el que se darán respuesta a las preguntas debatidas con anterioridad (5 minutos).
- Para culminar la sesión, el tutor analizará las respuestas de los estudiantes a las seis preguntas previas en el ámbito académico-profesional que se le han realizado y explicará con más detalle aquellas preguntas que sean más conflictivas y dudosas para el alumnado (30 minutos). Finalmente, el tutor, al terminar la sesión, adelantará a los estudiantes que la pregunta “Si estoy entre varias profesiones que me gustan, ¿cómo puedo elegir una de ellas?” se abordará con mayor detalle en la siguiente sesión.

### **6ª Sesión: Análisis DAFO-CAME personal para favorecer la toma de decisiones.**

En sesiones anteriores de la propuesta el alumnado ha reflexionado acerca de sus características y habilidades personales y se ha informado acerca de las diferentes trayectorias académicas-profesionales. Partiendo de esos conocimientos, en esta sesión se quiere favorecer la toma de decisiones en el alumnado, a través del análisis y la reflexión de su situación real y actual, basándose en sus fortalezas y debilidades y en factores contextuales, los cuales, pueden obstaculizar o favorecer el objetivo profesional (Pérez, 2014). Para ello, el alumno realizará su matriz DAFO-CAME personal (Anexo XVIII).

Esta sesión será impartida por el tutor y el Orientador y se divide en dos partes de 60 minutos de duración cada una de ellas.

En la primera parte, se realizarán las siguientes actividades:

- El tutor y el Orientador explicarán al alumnado de 3º y 4º de ESO qué es la matriz DAFO y la matriz CAME, cómo se construyen y cuál es la finalidad de cada una (25 minutos).
- Seguidamente, los estudiantes cumplimentarán su matriz DAFO-CAME personal (35 minutos).

En la segunda parte, se llevará a cabo el siguiente procedimiento:

- El alumnado expondrá su matriz DAFO-CAME y su reflexión y análisis final acerca de su situación real (25 minutos).
- Una vez que se ha realizado la puesta en común de todos los miembros de la clase acerca de los resultados obtenidos en su matriz DAFO-CAME, el Orientador Educativo revisará la matriz DAFO personal, y asesorará y ayudará al alumnado para que de manera autónoma identifiquen y pongan en marcha aquellas estrategias recogidas en su matriz CAME con el fin de potenciar sus factores positivos y corregir sus factores negativos, tanto personales como contextuales, proporcionándoles pautas y actividades específicas para ello (35 minutos).

### **7ª Sesión: ¿Qué factores influyen en mi toma de decisiones? Hablemos con la familia.**

La toma de decisiones académicas-profesionales es un proceso complicado que requiere de madurez en el alumnado. Este proceso está influenciado por aspectos individuales y por agentes contextuales. Entre los primeros se mencionan las motivaciones personales, las capacidades y las habilidades personales. Entre los agentes contextuales se destacan la familia, el nivel socioeconómico y cultural, el grupo de amistades, el profesorado y el Orientador Educativo (Rodríguez et al., 2016).

Las familias ejercen un gran poder de influencia a la hora de que el alumnado tome las decisiones académicas-profesionales (Fernández, García y Rodríguez, 2016), por eso, es de importancia que las familias escuchen y apoyen a sus hijos a la hora de establecer

sus objetivos profesionales y fomenten su autonomía en la toma de decisiones (Rodríguez et al., 2016).

Los destinatarios de la sesión son los alumnos de 3º y 4º de ESO y sus padres. El objetivo es debatir y reflexionar acerca de qué factores son los más influyentes a la hora de tomar decisiones en el ámbito formativo y laboral y de analizar conjuntamente el alumnado y su familia la decisión académica-laboral escogida por el alumno tras la realización de todas las actividades que componen la propuesta.

Esta sesión, de 2 horas de duración, será impartida por el Orientador, en horario de tarde para facilitar la asistencia de las familias. La sesión se divide en dos partes:

Durante la primera parte de la sesión, de 60 minutos de duración, se utilizará una metodología cualitativa empleando la técnica del grupo de discusión, en la cual, las familias debatirán y reflexionarán acerca de cómo los siguientes factores influyen en el proceso de toma de decisiones, que según Fernández et al. (2016) serían los siguientes: ocupación y nivel de formación de las familias; nivel cultural y socioeconómico; vínculos familiares y comunicación padres-hijos; influencia de los pares; reconocimiento de determinadas ocupaciones profesionales; reconocimiento del Bachillerato y FP; factores individuales (capacidades y aptitudes); y, finalmente, estereotipos de género.

En la segunda parte de la sesión se realizarán las siguientes acciones:

- El alumnado cumplimentará un auto-informe sobre el proceso de toma de decisiones académicas-profesionales que examine los objetivos profesionales de los estudiantes, las trayectorias académicas-profesionales que tienen en mente al terminar ESO, los factores más influyentes en la toma de decisiones, las expectativas sobre la propuesta y los aspectos donde requiere más apoyo (Anexo XVI). Este auto-informe es una prueba idéntica a la que rellenaron en la segunda sesión informativa de la presente innovación, con el fin de analizar si las sesiones de la propuesta han sido útiles al alumnado en su toma de decisiones académicas-laborales, tanto de aquel alumnado que no sabía qué camino formativo-laboral escoger como de aquel alumnado que estaba indeciso entre varias opciones académicas-profesionales (15 minutos). El alumnado rellenará un cuestionario de satisfacción (Anexo XX) para conocer el grado de utilidad y satisfacción de las sesiones impartidas en la propuesta (15 minutos).

- Finalmente, la familia pondrá en común oralmente su opinión y percepciones acerca de la decisión académica-profesional tomada por sus hijos. El Orientador anotará aquellas verbalizaciones de la familia más relevantes (30 minutos).

### **3.4.5. Temporalización (cronograma)**

En este apartado se detalla el cronograma de las 3 fases que conforman la propuesta de innovación, así como de su evaluación (Tabla 16).

La propuesta está conformada por 7 sesiones impartidas en horario lectivo de tutorías los lunes, excepto la 7ª sesión que tendrá lugar en horario de tarde. Todas las sesiones tienen una duración comprendida entre 60 minutos y 2 horas, teniendo las siete sesiones de la propuesta una duración total de 14 horas aproximadamente.

La propuesta se desarrolla en el 1º y 2º trimestre del próximo curso académico 2020-2021 en los meses de septiembre, octubre, noviembre, enero y febrero, así como su evaluación, y surge para dar respuesta a las necesidades identificadas en el 2º trimestre del presente curso escolar.

La primera sesión de la propuesta comienza el día 28 de septiembre y culmina el día 8 de febrero. A lo largo de esos meses las sesiones se realizan semanalmente, excepto en el mes de diciembre y en las dos primeras semanas de enero de 2021 que no hay sesiones programadas para que no coincidan con días festivos.

Tabla 16. Cronograma de las fases y sesiones de la propuesta de innovación por semanas.

Cuatrimestre/ año académico		2º/2019- 2020		1º/2020-2021								2º/2020-2021					
Fases y Sesiones		Meses		Sept		Oct				Nov				Ener		Febr	
		Semanas		4ª	1ª	2ª	3ª	4ª	1ª	2ª	3ª	4ª	3ª	4ª	1ª	2ª	
<b>Fase 1</b>																	
<b>Fase 2</b>	<b>1ª Sesión</b>																
	<b>2ª Sesión</b>																
<b>Fase 3</b>	<b>3ª Sesión</b>																
	<b>4ª Sesión</b>																
	<b>5ª Sesión</b>																
	<b>6ª Sesión</b>																
	<b>7ª Sesión</b>																
<b>Evalua ción</b>	<b>Inicial</b>																
	<b>Conti.</b>																
	<b>Final</b>																

Fuente: elaboración propia.

### 3.4.6. Recursos y agentes implicados

La propuesta de innovación se va a desarrollar trabajando de manera colaborativa entre todos los agentes implicados en la misma, los cuales, son los siguientes:

- El **alumnado de 3º y 4º de ESO**, que es el agente principal de esta propuesta. Son los destinatarios de la mayor parte de las sesiones que conforman la innovación.

- El **Departamento de Orientación**, específicamente, el **Orientador Educativo**, el cual, es el encargado de diseñar, desarrollar y evaluar las sesiones de la propuesta, así como su seguimiento. Es más, también orienta y apoya al alumnado y a su familia y forma a los tutores del IES de 3º y 4º ESO.
- Los **tutores** del IES de estos dos cursos académicos, encargados de impartir, evaluar y hacer el seguimiento de la propuesta innovadora, junto con el Orientador.
- La **familia** de este alumnado, a la cual se dirige una sesión de la propuesta, ya que ejercen una influencia importante en ellos a la hora de tomar decisiones.
- **Jefatura de estudios**, la cual, acude a las reuniones de coordinación semanales. Para un adecuado desarrollo de las actividades es necesario el trabajo conjunto y colaborativo del Orientador, los tutores y Jefatura de Estudios.
- **Exalumnos** del IES, los cuales, van a impartir la jornada “compartiendo experiencias sobre el futuro laboral” de la 4ª sesión, donde explicarán al alumnado experiencias acerca de la toma de decisiones académicas-laborales.

Respecto a los recursos, se van a emplear tres tipos de recursos: humanos, materiales y tecnológicos.

- **Recursos humanos:** alumnado de 3º y 4º ESO, Orientador Educativo, tutores de 3º y 4º ESO, familia del alumnado, Jefatura de Estudios y exalumnos del IES.
- **Recursos materiales:** aula de 3º y 4º de ESO donde tendrán lugar la mayor parte de las sesiones; salón de actos donde se realizará la sesión con la familia; biblioteca del Edificio LEGO donde se desarrollarán las reuniones de coordinación; lapiceros y bolígrafos; mesas y sillas; 8 tarjetas de reflexión acerca de los contenidos de la propuesta (Anexo XV); auto-informe (Anexo XVI); ficha “el árbol de la vida” (Anexo XVII); matriz DAFO-CAME personal (Anexo XVIII); vídeos “¿Cómo escoger una carrera?” y ¿Cómo elegir qué estudiar?”; cuestionario de registro y observación directa (Anexo XIX); y, finalmente, cuestionario de satisfacción (Anexo XX).
- **Recursos tecnológicos:** ordenador, pizarra digital, proyector y conexión a Internet.

### 3.4.7. Evaluación

Siguiendo a Rojas, Jaimes y Valencia (2018), la evaluación de la **propuesta de innovación** debe basarse en los siguientes objetivos:

- **Eficiencia:** hace referencia a si la propuesta de innovación ha logrado los objetivos empleando adecuadamente los recursos y materiales.
- **Eficacia,** esto es, si la propuesta de innovación ha conseguido los objetivos planteados en el apartado 3.4.1. del presente documento.
- **Efectividad:** se refiere al grado de satisfacción a la hora de alcanzar los objetivos.

La evaluación se llevará a cabo en tres momentos distintos empleando diversas técnicas o instrumentos de evaluación.

- **Evaluación inicial:** el alumnado rellenará en la 2ª semana de octubre de 2020 al comienzo de la 2ª sesión de la propuesta un auto-informe de 7 ítems sobre el proceso de toma de decisiones académicas-profesionales (Anexo XVI) en el que se refleje si el alumnado tiene claro qué trayectorias académicas-profesionales va a tomar una vez termine la etapa de ESO, si conoce sus objetivos profesionales, qué factores y agentes le influyen más en sus decisiones, qué expectativas tiene acerca de la propuesta y en qué aspectos considera que necesita más estrategias.
- **Evaluación formativa:** esta evaluación se va a realizar empleando un cuestionario de registro basado en la observación directa participante acerca del desarrollo de las sesiones de tutoría. El cuestionario está formado por 8 ítems de carácter cuantitativo y cualitativo (Anexo XIX) y será rellenado por los tutores de 3º y 4º ESO al finalizar cada sesión. El cuestionario lo proporcionarán al Orientador en las reuniones de coordinación. A través de la observación de las sesiones de tutoría se quiere analizar si el alumnado está implicado en la propuesta, si muestra interés en participar en las sesiones, si los contenidos son de su interés y si mejoran sus competencias respecto al conocimiento de sí mismos y de su entorno académico-profesional, con el fin de favorecer su toma de decisiones. Es más, en las reuniones de coordinación el Orientador proporcionará los recursos necesarios a los tutores para implementar las sesiones, así como el asesoramiento para un buen desarrollo de las actividades.

- **Evaluación final:** la evaluación final de la propuesta se llevará a cabo mediante las presentes acciones. En primer lugar, el alumnado rellenará de nuevo el autoinforme (Anexo XVI) de carácter cualitativo, con el fin de contrastar las decisiones académicas-profesionales del alumnado al principio y al final de la propuesta y comprobar si el estudiante ha adquirido los conocimientos y las herramientas necesarias para poder tomar una decisión realista y adaptada a sus características personales. Así, se comprobará si se han alcanzado los objetivos, es decir, la eficacia. Seguidamente, el alumnado rellenará un cuestionario de satisfacción (Anexo XX) de carácter cuantitativo con el objetivo de comprobar el nivel de satisfacción y utilidad en el proceso de toma de decisiones personales, académicas y profesionales del alumnado y detectar si los recursos y materiales de apoyo empleados han sido suficientes, esto es, la efectividad y la eficiencia, respectivamente.

Finalmente, el **seguimiento** de la propuesta de innovación se realizará una vez concluida la propuesta innovadora a través de reuniones de coordinación a la que asistirán el Departamento de Orientación, los tutores de 3º y 4º ESO y Jefatura de Estudios durante el 2º y 3º trimestre del próximo curso académico. En estas reuniones se analizará el desarrollo de las sesiones con sus correspondientes actividades, además se reflexionará sobre aquellos aspectos o contenidos incompletos y posibles propuestas de mejora y cambios para las futuras implementaciones de la innovación educativa propuesta.

#### **4. CONCLUSIONES Y LÍNEAS FUTURAS DE TRABAJO**

En el presente trabajo del Máster queda constancia de lo relevante que es adquirir una base teórica para el buen desempeño de las prácticas profesionales realizadas en el centro educativo y para poner en marcha las múltiples funciones que desempeña el Orientador en los Institutos. Estos conocimientos teóricos fundamentados y completos se han adquirido a través de las diversas materias que componen el Máster de Formación del Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y Formación Profesional en la Especialidad de Orientación Educativa. La presente formación ha permitido comprender la organización y el funcionamiento de los centros educativos, así como

fomentar las habilidades comunicativas, la iniciativa, la asertividad y el trabajo en grupo, tan necesarios y valorados para ejercer las funciones propias del Orientador Educativo.

Así mismo, cabe mencionar la importancia de contextualizar el centro educativo y conocer las características del alumnado matriculado en el mismo, para identificar las necesidades del IES. Para ello, las quince unidades de actuación recogidas en el Programa Anual de Actuación del Departamento de Orientación y la propuesta innovadora tienen como punto de partida esta detección de necesidades, con el fin de dar respuesta a ellas.

Además, se muestra la importancia del ámbito de Orientación para el Desarrollo de la Carrera, específicamente, del proceso de toma de decisiones académicas y profesionales, el cual, acompaña al alumnado a lo largo de toda su trayectoria escolar y requiere de un análisis exhaustivo acerca de sí mismo y de su contexto académico y laboral. Por ello, se hace necesario desarrollar acciones y actividades en este ámbito que fomenten decisiones realistas, satisfactorias y razonadas y que no sean puntuales, si no que guíen al alumnado durante todo su recorrido educativo.

Finalmente, cabe destacar la importancia del trabajo conjunto, colaborativo y armónico entre el Departamento de Orientación y todos los miembros de la Comunidad Educativa, así como con los diversos agentes e instituciones externas al Instituto para favorecer el desarrollo integral de todo el alumnado.

Así mismo, como posibles limitaciones de la propuesta innovadora, se destaca la franja de edad acotada de la propuesta, donde sería relevante que se implementase desde 1º de ESO y se extendiese a la etapa de Bachillerato, donde el alumnado también tiene que tomar decisiones relevantes respecto a su futuro profesional.

Por último, respecto a las líneas futuras de trabajo, como se ha mencionado con anterioridad, la matriz DAFO está ganando terreno en el ámbito educativo, sin embargo, apenas se ha utilizado la matriz para mejorar en el alumnado su proceso de decisiones académicas-profesionales. Por ello, sería interesante ampliar el presente trabajo en un futuro, incorporando más sesiones y actividades, con el fin de proporcionar al alumnado mayor variedad de recursos y competencias para enfrentarse a la toma de decisiones académicas-profesionales. Así mismo, sería enriquecedor dotar a las familias de mayor protagonismo en la propuesta de innovación, ya que son un agente imprescindible e influyente en la toma de decisiones del alumnado.

## 5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alba, J.L., Navarro, L., y López, M.J. (2015). La violencia de pareja entre adolescentes: revisión de los programas preventivos actuales y propuesta de intervención. *Misión Jurídica: Revista de Derecho y Ciencias Sociales*, 8(9), 69-86.
- Aliaga, F.M., Gutiérrez-Braojos, C., y Fernández-Cano, A. (2018). Las revistas de investigación en educación: Análisis DAFO. *Revista de Investigación Educativa*, 36(2), 563-579.
- Álvarez, J. (2019). Las dimensiones cognitiva, emocional y social en la toma de decisiones de la carrera en el alumnado de Educación Secundaria. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 30(3), 140-153.
- Álvarez, M., y Obiols, M. (2009). El proceso de toma de decisiones profesionales a través del coaching. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 7(2), 877-900.
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5 th. Ed.)*. Washington, DC: APA.
- Antolín-Suárez, L., Rodríguez-Meirinhos, A., García-Pineda, O., Oliva, A., Jiménez, L., Trigo, E., y Aguilera, D. (2016). Promoción de una parentalidad positiva en familias con adolescentes que padecen problemas de salud mental. *Apuntes de Psicología*, 34(2-3), 129-137.
- Azorín, C. (2019). Diseño y evaluación de un plan para la atención del alumnado inmigrante con desconocimiento del español. *Contextos Educativos*, 23, 179-197.
- Badia, A., Mauri, T., y Monereo, C. (2014). *La práctica psicopedagógica en educación formal*. Barcelona, España: Editorial UOC.
- Baile, J.I., Guillén, F., y Garrido, E. (2002). Insatisfacción corporal en adolescentes medida con el Body Shape Questionnaire (BSQ): efecto del anonimato, el sexo y la edad. *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud*, 2(3), 439-450.
- Blasco, P., y Pérez, A. (2017). *Orientación y Acción Tutorial en contextos educativos. De la teoría a la práctica*. Valencia, España: Nau Llibres.

- Caballero, P. (2015). *Estrategia y Organización Comercial. Manual Teórico*. Madrid, España: Editorial CEP.
- Campillo, M., y Villegas, E. (2015). Innovaciones en Terapia Narrativa con el Árbol de la Vida: Intervención con Jóvenes que se Cortan la Piel. *Procesos Psicológicos y Sociales*, 11(1), 1-24.
- Cañal de León, P. (2002). *La Innovación Educativa*. Colección Sociedad, Cultura y Educación. Madrid: Universidad Internacional de Andalucía AKAL.
- Carrasco, C., Flores, R., Gil, J.M., y Caballer, A. (junio de 2016). Orientación Vocacional-Profesional y Atención a la Diversidad. Análisis de necesidades para estudiantes de Educación Secundaria. En J.L. Castejón (coord.). *VIII Congreso Internacional de Psicología y Educación (CIPE2016)*. Congreso llevado a cabo en Alicante, España.
- Consejo de Europa (2006). *Recommendation Rec (2006)19 of the Committee of Ministers to members states on policy to support positive parenting. Adopted by the Committee of Ministers on 13 December 2006 at the 983rd Meeting of the Ministers' Deputies*. [<http://www.coe.int/es>].
- Constitución Española (BOE núm. 311, de 29 de diciembre de 1978).
- Cooper, P.J., Taylor, M.J., Cooper, Z., y Fairburn, C.G. (1987). El desarrollo y validación del cuestionario de forma corporal. *Revista Internacional de Trastornos Alimentarios*, 6(4), 485-494.
- 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*. 29-XII-2014(299), 1-14.
- 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*. 29-VI-2015(149), 1-577.
- 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*. 30-VI-2015(150), 1-521.

- Decreto 49/2016, de 10 de agosto, por el que se regula la ordenación y se establece el currículo de quince ciclos de Formación Profesional Básica en el Principado de Asturias. *Boletín Oficial del Principado de Asturias*. 17-VIII-2016(191), 1-74.
- Escudero, J. (2004). *Análisis de la realidad local: Técnicas y métodos de investigación desde la Animación Sociocultural*. Madrid, España: Narcea.
- Fernández, C.M., García, O., y Rodríguez, S. (2016). Los padres y madres ante la toma de decisiones académicas de los adolescentes en la Educación Secundaria: Un estudio cualitativo. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 21(71), 1111-1133.
- Fernández, D. (noviembre de 2017). Deporte inclusivo ¿realidad o ficción? Una aproximación práctica en Castilla y León. En C. Álvarez (Presidencia). *I Congreso Internacional de Discapacidad Intelectual. Actividad Física y Salud*. Congreso llevado a cabo en Sevilla, España.
- Fernández, A., García, J.L., y García, M. (2019). La Formación Profesional Básica, una alternativa para atender las necesidades educativas de los jóvenes en riesgo social. *Revista de Humanidades*, 36, 211-232.
- Gaete, R. (2015). El voluntariado Universitario como ámbito de aprendizaje servicio y emprendimiento social. Un estudio de caso. *Última Década*, 23(43), 235-260.
- García, E., y Lorente, R. (2015). Recorrido por la imagen social de la Formación Profesional: un camino hacia su revalorización. *Revista Española de Educación Comparada*, 26, 119-134.
- García, F.J., Vaquer, A.V., y Gomis, C. (2010). *Intervención y Mediación Familiar*. Castellón, España: Colección Universitas.
- Garrido, L., Guzmán, M., Pía, M., Vitriol, V., y Baeza, E. (2015). Estudio comparativo de los estilos de apego adulto en un grupo de mujeres con y sin diagnóstico de depresión. *Terapia Psicológica*, 33(3), 285-295.
- Gazteaukera. (27 enero, 2015). *Cómo elegir qué estudiar* [Archivo de vídeo]. Recuperado de [https://www.youtube.com/watch?time\\_continue=130&v=yN0me\\_jFpVs&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?time_continue=130&v=yN0me_jFpVs&feature=emb_logo)

- Gelatt, H.B. (1962). Decision-Making: A conceptual frame of reference for counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 9(3), 240-245.
- González, I., de León, C., Eslava, M.D., y López, A.B. (2017). De la realidad del aula a la realidad profesional: créditos prácticos integrados para la formación de competencias en educación social. *Revista de Innovación y Buenas Prácticas Docentes*, 3(3), 46-52.
- González, M.T. (2006). Absentismo y Abandono Escolar: una Situación Singular de la Exclusión Educativa. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 4(1), 1-15.
- Jiménez, L., e Hidalgo, M.V. (2016). La incorporación de prácticas basadas en evidencias en el trabajo con familias: los programas de promoción de parentalidad positiva. *Apuntes de Psicología*, 34(2-3), 91-100.
- Junta de Andalucía (2014). *Programa de Salud Infantil y Adolescente de Andalucía. Guías anticipatorias y consejos (guía "Llegó la adolescencia")*. Junta de Andalucía. Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales. Recuperado de [https://si.easp.es/psiaa/wp-content/uploads/psiaa\\_guias\\_consejos\\_nov18.pdf](https://si.easp.es/psiaa/wp-content/uploads/psiaa_guias_consejos_nov18.pdf)
- Junta de Andalucía (2018). *Promoción de la Parentalidad Positiva en el Programa de Seguimiento de la Salud Infantil y Adolescente de Andalucía (guía para profesionales)*. Junta de Andalucía. Consejería de Salud y Familias. Recuperado de <https://si.easp.es/psiaa/temas/promocion-de-la-parentalidad-positiva-guia-para-profesionales/>.
- Katz, M.R. (1966). A Model of Guidance for Career Decision-Making. *Vocational Guidance Quarterly*, 15, 2-10.
- Ley 14/1970, de 4 de agosto, General de Educación y Financiamiento de la Reforma Educativa. *Boletín Oficial del Estado*, 6 de agosto de 1970(187), 12525-12546.
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa. *Boletín Oficial del Estado*, 10 de diciembre de 2013(295), 97858-97921.
- Malander, N.M. (2016). Síndrome de Burnout y Satisfacción Laboral en Docentes de Nivel Secundario. *Ciencia y Trabajo*, 18(57), 177-182.

- Marco, C., y Chóliz, M. (2017). Eficacia de las técnicas de control de la impulsividad en la prevención de la adicción a videojuegos. *Terapia Psicológica*, 35(1), 57-69.
- Martínez, J.P. (2015). Cómo se defiende el profesorado de Secundaria del estrés: Burnout y estrategias de afrontamiento. *Journal of Work and Organizational Psychology*, 31(1), 1-9.
- Martínez, P., Pérez, F.J., y Martínez, M. (2014). Orientación Profesional en Educación Secundaria. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 17(1), 57-71.
- Martínez, R.A. (2009). *Programa-Guía para el Desarrollo de Competencias Emocionales, Educativas y Parentales*. Madrid: Ministerio de Sanidad y Política Social.
- Maslach, C., y Jackson, S.E. (1981). The Measurement of Experienced Burnout. *Journal of Occupational Behaviour*, 2, 99-113.
- Nieves, M.L. (2018). Origen y evolución de la matriz TOWS en la administración estratégica del siglo XXI. *Revista de Administración y Finanzas*, 5(16), 8-27.
- Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la Educación Primaria, la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato. *Boletín Oficial del Estado*, 29 de enero de 2015(25), 1-18.
- Parras, A., Madrigal, A.M., Redondo, S., Vale, P., y Navarro, E. (2009). *Orientación Educativa: fundamentos teóricos, modelos institucionales y nuevas perspectivas*. Ministerio de Educación: CIDE.
- Pérez, E.I. (2014). *Orientación laboral y promoción de la calidad en la Formación Profesional para el empleo: Apoyo a la enseñanza e inserción en el mercado de trabajo*. Vigo, España: Ideaspropias Editorial.
- Pérez, M.D. (2016). La Inserción socio-laboral en los Institutos educativos. Un programa de Intervención. *Documentos de Política Social: Historia, Investigación y Desarrollo*, 4(36), 1-19.

- Pérez, N., Filella, G., y Bisquerra, R. (2009). A los 100 años de la Orientación: de la Orientación Profesional a la Orientación Psicopedagógica. *Qurrriculum: Revista de Teoría, Investigación y Práctica Educativa*, 22, 55-71.
- Practicopedia. (15 noviembre, 2011). *Cómo escoger una carrera* [Archivo de vídeo]. Recuperado de [https://www.youtube.com/watch?v=kfdHi2EmCbs&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?v=kfdHi2EmCbs&feature=emb_logo).
- Programación General Anual (2019-2020). Documento de centro. Oviedo, España.
- Raich, R.M. (2004). Una perspectiva desde la Psicología de la Salud de la imagen corporal. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 22(1), 15-27.
- Raich, R.M. (2017). *Anorexia, Bulimia y otros Trastornos Alimentarios*. Madrid, España: Ediciones Pirámide.
- Real Decreto 83/1996, de 26 de enero, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria. *Boletín Oficial del Estado*, 21 de febrero de 1996(45), 1-32.
- Rodríguez, M.C., Peña, J.V., e Inda, M.M. (2016). “Esto es lo que me gusta y lo que voy a estudiar”: Un estudio cualitativo sobre la toma de decisiones académicas en Bachillerato. *Revista Complutense de Educación*, 27(3), 1351-1368.
- Rojas, M., Jaimes, L., y Valencia, M. (2018). Efectividad, eficacia y eficiencia en equipos de trabajo. *Revista ESPACIOS*, 39(6), 11-25.
- Rosales, Y., y Cobos, D. (2011). Diagnóstico del Síndrome de Burnout en trabajadores del Centro de Inmunología y Biopreparados. *Medicina y Seguridad del Trabajo*, 57(225), 313-318.
- Rozalén. (23 junio, 2017). *Girasoles* [Archivo de vídeo]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=0228mfBzZEK>
- Sánchez, M.F., y Suárez, M. (2018). *Orientación para la Construcción del Proyecto Profesional*. Madrid, España: Universidad Nacional de Educación a Distancia.
- Sánchez, M.J. (2015). *Modelo de Gestión de Calidad de los Departamentos de Orientación Educativa en los Institutos de Educación Secundaria de la Comunidad Valenciana* (Tesis Doctoral). Universidad de Valencia, España.

- Sánchez, M.F. (2017). *Orientación Profesional y Personal*. Madrid, España: Universidad Nacional de Educación a Distancia.
- Santana, L.E., y Feliciano, L. (2009). Dificultades en el proceso de toma de decisiones académico-profesionales: el reto de repensar la orientación en Bachillerato. *Revista de Educación*, 350, 323-350.
- Suárez, 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 del Principado de Asturias. Recuperado de [https://www.educastur.es/documents/10531/40652/ConstruyoMiFuturo\\_v2.pdf/8571f698-9c04-42cf-b41a-0edf847e8234](https://www.educastur.es/documents/10531/40652/ConstruyoMiFuturo_v2.pdf/8571f698-9c04-42cf-b41a-0edf847e8234)
- Tintaya, P. (2016). Orientación Profesional y Satisfacción Vocacional. *Revista de Psicología*, 15, 45-58.
- Vera, F. (2016). Infusión de habilidades blandas en el currículo de la Educación Superior: Clave para el desarrollo de capital humano avanzado. *Revista Akadèmeia*, 7(1), 53-73.

## ANEXO I. Puesta en común de experiencias y rutinas parentales.

# COMPARTE TUS EXPERIENCIAS PARENTALES

¿CUÁNTO TIEMPO DEDICA EN CONVERSAR CON SU HIJO/S DIARIAMENTE?

¿LE RESULTA DIFÍCIL IMPONER LÍMITES Y NORMAS DE CONVIVENCIA?

¿SU HIJO/S LE EXPRESA SUS EMOCIONES CON FRECUENCIA?

¿SU HIJO/S TIENE AUTONOMÍA PARA TOMAR DECISIONES EN EL ÁMBITO FAMILIAR?

CUANDO SU HIJO/S REALIZA UN COMPORTAMIENTO INAPROPIADO, ¿SE LE EXPLICAN LAS CONSECUENCIAS QUE CONLLEVA O SE LE IMPONE UN CASTIGO?

## ANEXO II. Formación sobre los cambios de la adolescencia.

Programa de  
Salud Infantil  
y Adolescente  
de Andalucía

TEMAS

PROMOCIÓN DE LA PARENTALIDAD POSITIVA.  
GUÍA PARA PROFESIONALES

Ficha “Adolescencia. De los diez a los diecisiete años”

### Desarrollo físico

- Durante la adolescencia, los chicos y las chicas experimentan muchos cambios físicos a los que deben adaptarse. Es importante que padres y madres faciliten esta adaptación tratando de comprender sus miedos y preocupaciones. Se debe recomendar a los progenitores que traten estos cambios con naturalidad y eviten bromas relacionadas con el aspecto físico de su hijo o hija.
- Los cambios hormonales que tienen lugar durante la adolescencia suelen provocar cambios de humor en el adolescente. Es conveniente concienciar a padres y madres para que se muestren comprensivos con sus hijos e hijas, indicándoles que las muestras de irritabilidad e inestabilidad emocional son reacciones normales en esta etapa.
- En los primeros años de la adolescencia, chicos y chicas suelen implicarse en comportamientos de riesgo y búsqueda de sensaciones. Es importante recomendar a padres y madres que

supervisen de forma adecuada la conducta de sus hijos para evitar que asuman riesgos innecesarios.

### Desarrollo cognitivo

- Durante la adolescencia surge una forma más compleja de pensar sobre la realidad que en ocasiones llevará a que muchos chicos y chicas se muestren más críticos y rebeldes, especialmente con las personas de su entorno con las que tienen más confianza. Resulta conveniente indicar a padres y a madres que no se tomen las críticas como algo personal, sino que las interpreten como un avance en el desarrollo intelectual de su hijo o hija.
- Es importante aconsejar a los progenitores que procuren reaccionar con calma y tranquilidad ante las críticas de sus hijos o hijas adolescentes, pues reacciones muy emocionales y subidas de tono provocarán conflictos y distanciamiento entre ellos.

### Desarrollo socio-afectivo

- A lo largo de la adolescencia es normal que chicos y chicas muestren dudas e inseguridades sobre asuntos políticos, religiosos, ideológicos y/o profesionales. Se trata de una situación natural por la que pasan la mayoría de los adolescentes, y que les ayudará a madurar y a construir una identidad propia. Es conveniente indicar a los padres y madres que deben orientarles y apoyarles, sin presionarles y permitiéndoles tomar sus propias decisiones.
- La autoestima suele descender al inicio de la adolescencia. Se debe informar a los progenitores de esta cuestión y transmitirles que ellos pueden ayudar a sus hijos e hijas a recuperar la confianza. Para ello, será importante recomendar que le proporcionen muestras de afecto adecuadas a su edad, que los animen y apoyen, y que les devuelvan una imagen positiva de sí mismos.
- Las relaciones con los amigos y amigas son muy importantes durante la adolescencia, ya que aquellos y aquellas adolescentes que tengan buenas relaciones de amistad se mostrarán más seguros y satisfechos. Es conveniente transmitir a padres y madres la importancia que tiene para el o la adolescente contar con unas buenas relaciones de amistad.
- El deseo sexual suele aumentar durante la adolescencia, por lo que es frecuente que chicos y chicas se inicien en la sexualidad. Es importante recomendar a los padres y las madres que mantengan una actitud natural y abierta, de manera que el o la adolescente pueda vivir su sexualidad de forma natural y sin culpabilidad.

Fuente: Guía para profesionales “*Promoción de la Parentalidad Positiva en el Programa de Salud Infantil y Adolescente de Andalucía*”, Junta de Andalucía. Consejería de Salud y Familias (2018).

### ANEXO III. Consejos prácticos para una comunicación afectiva entre padres e hijos.

- **Escuchad lo que dice vuestro hijo o hija, dejadle terminar:** Dejar que vuestro hijo o hija hable y diga lo que piensa o siente es muy beneficioso para el buen funcionamiento de la familia y para su bienestar. Si no dejáis que termine lo que quiere decir y le interrumpís porque pensáis que ya sabéis lo que os va a decir, nunca sabréis realmente qué ideas tiene ni cómo se siente.
- **No critiquéis, no juzguéis, no culpabilicéis:** No sois jueces. Si os dedicáis a criticar su conducta constantemente estaréis poniendo una barrera entre vosotros. Si muestra su enfado y grita, podéis corregir su comportamiento con algo como: "ya veo que estás enfadado/a, pero si me gritas no me entero bien. Cuando te tranquilices podremos seguir hablando".
- **No deis lecciones:** Tendemos a decir a nuestros hijos e hijas todo lo que deben hacer. Sin embargo, es mucho más útil y beneficioso enseñarles a buscar soluciones por sí mismos, y razonar con ellos las ventajas e inconvenientes de cada elección.
- **Dad importancia a lo que os dice:** A veces se preocuparán por asuntos que para vosotros no tienen la menor importancia y pensaréis: "no son más que tonterías, ya se le pasará". Si cuenta con vosotros para hablar de sus cosas, valoradlo. Si no dais importancia a lo que quiere contaros, puede que en el futuro deje de hablaros de eso y de muchas otras cosas.
- **Enseñadle a comunicar sus sentimientos:** No es suficiente preguntarle qué ha hecho, sino también cómo se ha sentido. Podéis ayudarle a que entienda qué siente preguntándole "¿estás enfadado o triste?" o diciéndole "yo estoy orgullosa ¿y tú?". Todos tenemos que aprender a expresar nuestros sentimientos y vosotros podéis ayudar a vuestro hijo o hija a hacerlo.
- **Controlad vuestros impulsos:** Puede ocurrir que os cuente que ha hecho cosas que no os gustan (por ejemplo, que ha faltado a una hora de clase porque no tenía ganas de ir). En esos casos, no os dejéis llevar por los nervios; si reaccionáis de forma impulsiva y no razonáis con él o ella, puede que la próxima vez no confíe en vosotros y no os lo cuente. Evitad gritarles, amenazarles y ordenarles lo que tienen que hacer. Cuando estéis más serenos hablad con él o ella y explicadle qué es lo que no os gusta.
- **Ya no es un niño o una niña:** No lo olvidéis; se está convirtiendo en una persona adulta, si actuáis como si fuera como vuestra niña o niño pequeño sentirá vergüenza, sobre todo delante de sus amigos y amigas. Evitad invadir su espacio personal, criticarle o darle lecciones en todo momento, especialmente cuando esté con su pandilla.

Fuente: "Llegó la adolescencia" del Programa de Salud Infantil y Adolescente de Andalucía. Guías anticipatorias y consejos, Junta de Andalucía. Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales (2014).

## ANEXO IV. Establecimiento de límites y normas.

### PONIENDO LÍMITES

En muchas ocasiones, con la llegada de la adolescencia, los padres y madres tienden a relajar el control sobre sus hijos e hijas porque consideran que ya no es tan necesario. Sin embargo, al igual que el afecto, el establecimiento de límites continúa siendo muy importante durante la adolescencia, y cuando estos faltan es muy probable que chicos y chicas se sientan desorientados y que piensen que no nos preocupamos por ellos. Por otra parte, la ausencia de control, de normas y de límites, está muy relacionada con la aparición de algunos problemas de conducta, como los comportamientos antisociales y delictivos o el consumo abusivo de drogas y alcohol.

#### Las normas de casa deben ser...



- **Claras, razonadas y justificadas.** Tendréis que hablar con vuestros hijos e hijas, conocer su punto de vista, explicarles los motivos de una determinada norma y cambiarla cuando os convenzan de que es injusta. Así les estaréis reconociendo su derecho a participar en las decisiones que les afectan, aunque vosotros sigáis siendo los que tenéis la última palabra.
- **Flexibles.** Los límites necesarios para un niño o niña de 10 años no deben ser los mismos que para un adolescente de 13, y menos aún si tiene 15. El control excesivo es tan perjudicial como su ausencia, por lo que tendréis que concederles de forma gradual más libertad para actuar y tomar decisiones.
- **Coherentes.** Es importante que mantengáis las normas, los límites, y las sanciones ante su incumplimiento. Además, debe existir acuerdo entre padres y madres, porque la falta de acuerdo y coherencia respecto a normas y consecuencias puede ser tan negativa como la ausencia de límites.
- **Si las normas no se cumplen, hay que sancionar.** Manteniendo la calma, escuchando la justificación que vuestro hijo o hija os da y evitando reacciones exageradas. Habrá veces en las que será conveniente sancionar su conducta. Es importante que el chico o la chica tenga claro que rechazáis su comportamiento y no a él o ella. No obstante, puede haber alternativas al castigo, como hacerles ver lo decepcionados que estáis por su comportamiento. Otra posibilidad es no sancionarlos y dejar que experimenten las consecuencias de sus errores: un suspenso les obligará a estudiar o una resaca les hará sufrir los efectos del abuso de alcohol.

Fuente: “Llegó la adolescencia” del Programa de Salud Infantil y Adolescente de Andalucía. Guías anticipatorias y consejos, Junta de Andalucía. Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales (2014).

## ANEXO V. Resolución pacífica de conflictos.

### El valor educativo del conflicto

Por lo general, los conflictos surgen por diferencias entre vuestras opiniones y deseos y los de vuestros hijos e hijas, y pueden servir para que toméis conciencia de sus necesidades, que no siempre coincidirán con las vuestras. **Estos primeros conflictos pueden tener un efecto positivo**, ya que **pueden favorecer el cambio o reajuste en las relaciones familiares** y el estilo parental que deben adaptarse a las nuevas necesidades del adolescente: mayor intimidad, mayor autonomía, tomar decisiones, horarios más flexibles, etc.

Cuando se produce ese cambio en el trato que padres y madres dan a sus hijos e hijas, los conflictos suelen disminuir y las relaciones tienden a normalizarse.



Si aprendéis a resolver bien los conflictos, disfrutaréis más de las relaciones familiares. Para ello, la mejor forma es utilizar **la negociación**. Tiene como objetivo la búsqueda de soluciones que satisfagan a todos y todas, teniendo en cuenta los deseos y necesidades de todas las personas implicadas.

### Pasos para resolver un conflicto utilizando la negociación

- Escuchad a vuestro hijo o hija tranquilamente, sin juzgarle ni criticarle, e intentad comprender su punto de vista.
- Tratad de concretar con él o ella en qué consiste el desacuerdo e intentad comprender lo que siente.
- Buscad soluciones concretas que beneficien a la familia y no perjudiquen a nadie. Es importante que todas las personas implicadas deis vuestra opinión sobre las soluciones propuestas.
- Podéis cambiar las propuestas hasta llegar a un acuerdo que os contente a todos. En algunos casos este acuerdo no será posible, y seréis vosotros quienes tendréis la última palabra. Procurad que esto ocurra con la menor frecuencia posible.

Fuente: “Llegó la adolescencia” del Programa de Salud Infantil y Adolescente de Andalucía. Guías anticipatorias y consejos, Junta de Andalucía. Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales (2014).

## **ANEXO VI. Caso práctico del síndrome de Burnout para el profesorado.**

E. es un profesor de ESO de un IES de Oviedo. Comenzó a trabajar como docente a la edad de 25 años y continúa ejerciendo en la actualidad a sus 45 años. E. desde pequeño ha querido ser profesor de Matemáticas, siempre le ha gustado enseñar y transmitir conocimientos a otras personas.

Durante sus primeros momentos como docente, E. estaba muy entusiasmado con su alumnado y motivado para realizar proyectos innovadores y dinámicos que ayudaran a sus estudiantes a lograr un aprendizaje significativo en su materia. Las tardes siempre las dedicaba a pensar actividades originales que fomentaran la motivación de sus estudiantes hacia el aprendizaje.

Sin embargo, a medida que pasaban los años se sentía anulado y estancado, ya no se sentía realizado como en sus comienzos como profesor ni con el mismo ánimo. Tampoco tenía las estrategias adecuadas para enfrentarse al día a día con su alumnado. Así mismo, sentía que su labor era menospreciada y no se le otorgaba la importancia que tenía. E. comenzó a estar a disgusto con su profesión y estaba enojado todo el día. A raíz de todo ello, E. comenzó a no poder dormir bien por las noches y a tener dolores de cabeza.

A medida que pasaban los días y los meses, E. estaba más agotado y desinteresado. Además, se mostraba indiferente y frío con su alumnado. E. finalmente llegó a pensar si sería mejor abandonar su trabajo como docente y dedicarse a otra ocupación profesional más acorde a su persona. No se encontraba a gusto con su labor y cada vez su insomnio y sus dolores de cabeza eran mayores.

- 1) Define brevemente el “síndrome de estar quemado”.
- 2) Detecta las 5 fases por las que ha transcurrido E. en su profesión como docente.
- 3) Relaciona alguna frase del texto con cada una de las 3 dimensiones del síndrome.
- 4) Describe las causas y consecuencias del presente síndrome en la vida de E.
- 5) ¿Sería necesario proporcionar a E. estrategias para poder afrontar su situación?

Fuente: elaboración propia.

**ANEXO VII. Maslach Burnout Inventory, MBI (Maslach y Jackson, 1981).**

Nombre: \_\_\_\_\_

Apellidos: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_

Años ejerciendo en la docencia: \_\_\_\_\_

A continuación, va a cumplimentar la encuesta Maslach Burnout ~~Inventory~~. Se ruega realizarla con la mayor sinceridad posible.

Marca una X según corresponda teniendo en cuenta lo siguiente:

- 1: Nunca
- 2: Pocas veces al año
- 3: Una vez al mes
- 4: Unas pocas veces al mes
- 5: Una vez a la semana
- 6: Pocas veces a la semana
- 7: Todos los días

1. Me siento emocionalmente defraudado de mi trabajo.									
2. Cuando termino mi jornada de trabajo me siento agotado.									
3. Cuando me levanto en la mañana y me enfrento a otra jornada de trabajo me siento fatigado.									
4. Siento que puedo comunicarme fácilmente con las personas que tengo que relacionarme con el trabajo.									
5. Siento que estoy tratando a algunos de mis subordinados como si fueran objetos impersonales.									
6. Siento que tratar todo el día con personas me cansa.									
7. Siento que trato, con mucha efectividad, los problemas de las personas a las que tengo que atender.									
8. Siento que mi trabajo me está desgastando.									
9. Siento que estoy influyendo en la vida de otras personas a través de mi trabajo.									
10. Siento que mi trato con la gente es más duro.									
11. Me preocupa que este trabajo me está endureciendo emocionalmente.									
12. Me siento muy enérgico en mi trabajo.									
13. Me siento frustrado por mi trabajo.									
14. Siento que estoy demasiado tiempo en mi trabajo.									
15. Siento indiferencia ante el resultado del trabajo de las otras personas.									
16. Siento que trabajar con la gente me cansa.									
17. Siento que puedo crear con facilidad un clima agradable en el trabajo.									
18. Me siento estimulado después de haber trabajado estrechamente.									
19. Creo que consigo muchas cosas valiosas en este trabajo.									
20. Me siento como si estuviera en el límite de mis posibilidades.									
21. Siento que en mi trabajo los problemas emocionales son tratados de forma adecuada.									
22. Me parece que mis subordinados me culpan de algunos de sus problemas.									

Fuente: Rosales y Cobos (2011).

### ANEXO VIII. Body Shape Questionnaire, BSQ (Cooper et al., 1987).

Edad: \_\_\_\_\_

Se dispone a rellenar un cuestionario de 34 ítems acerca de cómo te has sentido con tu imagen corporal estas últimas cuatro semanas.

Es totalmente anónimo y se ruega cumplimentarlo con total sinceridad.

Marca una X según corresponda teniendo en cuenta lo siguiente:

1: Nunca

2: Raramente

3: Alguna vez

4: A menudo

5: Muy a menudo

6: Siempre

ÍTEMS	1	2	3	4	5	6
1. Cuando te has aburrido, ¿te has preocupado por tu figura?						
2. ¿Te has preocupado tanto por tu figura que has pensado que tendrías que ponerte a dieta?						
3. ¿Has pensado que tenías los muslos, caderas o nalgas demasiado grandes en relación con el resto del cuerpo?						
4. ¿Has tenido miedo a engordar?						
5. ¿Te ha preocupado que tu carne no sea suficientemente firme?						
6. Sentirte lleno (después de una gran comida), ¿te ha hecho sentir gorda?						
7. ¿Te has sentido tan mal con tu figura que has llegado a llorar?						
8. ¿Has evitado correr para que tu carne no botara?						
9. Estar con personas delgadas, ¿te ha hecho fijarte en tu figura?						
10. ¿Te ha preocupado que tus muslos se ensanchen cuando te sientas?						
11. El hecho de comer poca comida ¿te ha hecho sentir gorda?						
12. Al fijarte en la figura de otras personas, ¿la has comparado con la tuya desfavorablemente?						
13. Pensar en tu figura, ¿ha interferido en tu capacidad de concentración (cuando miras la TV, lees o mantienes una conversación)?						

14. Estar desnuda (por ejemplo, cuando te duchas), ¿te ha hecho sentir gorda?						
15. ¿Has evitado llevar ropa que marque tu figura?						
16. ¿Te has imaginado cortando partes gruesas de tu cuerpo?						
17. Comer dulces, pasteles u otros alimentos con muchas calorías, ¿te ha hecho sentir gorda?						
18. ¿Has evitado ir a actos sociales (por ejemplo, una fiesta) porque te has sentido mal con tu figura?						
19. ¿Te has sentido excesivamente gorda o redondeada?						
20. ¿Te has sentido acomplejada por tu cuerpo?						
21. Preocuparte por tu figura, ¿te ha hecho ponerte a dieta?						
22. ¿Te has sentido más a gusto con tu figura cuando tu estómago estaba vacío (por ejemplo, por la mañana)?						
23. ¿Has pensado que la figura que tienes es debido a t falta de autocontrol?						
24. ¿Te ha preocupado que otra gente vea michelines alrededor de tu cintura o estomago?						
25. ¿Has pensado que no es justo que otras chicas sean más delgadas que tú?						

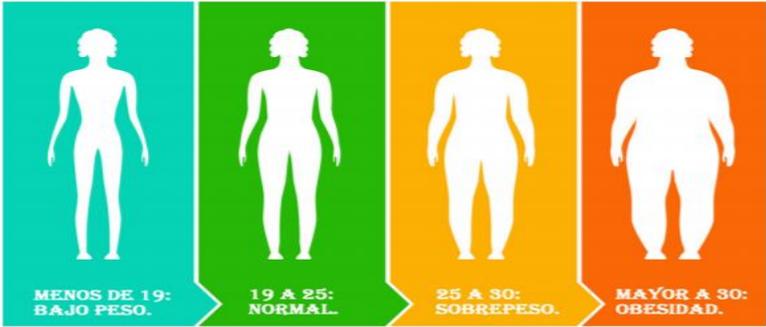
26. ¿Has vomitado para sentirte más delgada?						
27. Cuando estás con otras personas, ¿te ha preocupado ocupar demasiado espacio (por ejemplo, sentándote en un sofá o en el autobús)?						
28. ¿Te ha preocupado que tu carne tenga piel de naranja (celulitis)?						
29. Verte reflejada en un espejo o en un escaparate, ¿te ha hecho sentir mal por tu figura?						
30. ¿Te has pellizcado zonas del cuerpo para ver cuanta grasa tenías?						
31. ¿Has evitado situaciones en las que la gente pudiese ver tu cuerpo (por ejemplo, en vestuarios comunes de piscinas o duchas)?						
32. ¿Ha tomado laxantes para sentirte más delgada?						
33. ¿Te has fijado más en tu figura estando en compañía de otras personas?						
34. La preocupación por tu figura, ¿te ha hecho pensar que deberías hacer ejercicio?						

Fuente: Baile, Guillén y Garrido (2002).

**ANEXO IX. Cálculo del Índice de Masa Corporal y análisis de la insatisfacción corporal.**

 1) Calcula tu **IMC**

$$\text{IMC} = \frac{\text{PESO(kg)}}{\text{ALTURA(metros)}^2} = \boxed{\phantom{00}}$$

$$\text{IMC ejemplo} = \frac{62}{(1.76)^2} = 20.02$$


MENOS DE 19: BAJO PESO.    19 A 25: NORMAL.    25 A 30: SOBREPESO.    MAYOR A 30: OBESIDAD.

2) Señala con una X las partes de tu cuerpo que representen un problema para ti:

- Cabello
- Cutis
- Nariz
- Pecho
- Brazo
- Abdomen
- Cintura
- Nalgas
- Cadera
- Piernas



ANEXO X. Preguntas para analizar y reflexionar el ideal de belleza que nos transmite la película “Pequeña Miss Sunshine”.

## Pequeña Miss Sunshine



1. ¿Qué ideal de belleza nos transmite la película?
2. ¿Se relaciona tener un cuerpo delgado y esbelto con el éxito?
3. ¿Qué mensaje nos transmite de los concursos de belleza?
4. Analiza las siguientes frases:

"Si no comes helado, serás guapa y delgada"

"Las modelos no se inflan a comer"



**ANEXO XI. Ficha de observación de la Actuación 3 del ámbito de Apoyo al Plan de Acción Tutorial.**

Cumplimenta la siguiente ficha teniendo en cuenta lo siguiente:

1: Siempre

2: A veces

3: Casi nunca

ÍTEMS	1	2	3
Los miembros del equipo aceptan las indicaciones y sugerencias que le proporcionan los demás compañeros.			
El equipo ha mantenido una comunicación clara y eficaz.			
El grupo se trata con respeto e igualdad.			
Han sabido resolver los problemas y acertijos de manera pacífica y colaborativa.			
Se han ayudado mutuamente.			
El grupo se ha mostrado interesado y motivado en relación a los contenidos de los Módulos profesionales.			
El equipo se ha mostrado participativo e involucrado en la actividad.			

Fuente: elaboración propia.

ANEXO XII. “El mundo del voluntariado”: elección de voluntariado en Cruz Roja Oviedo.

# El mundo del voluntariado

Nombre \_\_\_\_\_

Apellidos \_\_\_\_\_

Marca con una X el voluntariado que prefieras realizar

Actividades de ocio y tiempo libre	<input type="checkbox"/>	→	Actuar con los jóvenes
Promoción del Éxito Escolar	<input type="checkbox"/>		
Actividades de apoyo emocional	<input type="checkbox"/>	→	Asistir a población en riesgo social
Asistencia a infancia vulnerable	<input type="checkbox"/>		
Rehabilitación de espacios	<input type="checkbox"/>	→	Cuidar el medio ambiente
Acciones de vida saludable	<input type="checkbox"/>		
Actividades de ocio y tiempo libre	<input type="checkbox"/>	→	Acompañamiento a personas vulnerables
Talleres y charlas de sensibilización	<input type="checkbox"/>	→	Sensibilizar y comunicar
Apoyo en eventos y campañas	<input type="checkbox"/>		
Apoyo educativo infancia y juventud	<input type="checkbox"/>	→	Capacitar y empoderar
Fomento de la empleabilidad	<input type="checkbox"/>		

Fuente: elaboración propia.

### ANEXO XIII. Cuestionario de satisfacción de la Actuación 5 del ámbito de Orientación para el Desarrollo de la Carrera.

A continuación, se presenta un cuestionario de 8 ítems con el fin de conocer el grado de utilidad y satisfacción acerca de las tres sesiones de tutoría que conforman la actuación “Y tú, ¿sabes cuánto vales?”.

El cuestionario es totalmente anónimo, por lo que se ruega que se responda con total sinceridad. Se trata de una escala tipo Likert, en la que el número 1 representa totalmente en desacuerdo y el número 5 totalmente de acuerdo. Marca una X en aquel cuadrante que mejor se adapte a su respuesta. ¡Muchas gracias por su participación!

ÍTEMS	1	2	3	4	5
Me ha resultado de utilidad el programa.					
He adquirido conocimiento y formación acerca de las nuevas demandas del mercado de trabajo.					
Me han proporcionado las estrategias suficientes para fomentar mis habilidades blandas/habilidades socioemocionales.					
Los contenidos que aborda el programa me han resultado adecuados.					
La actividad de “creación de una empresa” ha aportado valor a la explicación teórica.					
Los recursos empleados han sido idóneos y suficientes.					
La metodología participativa y dinámica ha resultado útil para afianzar los conocimientos.					
El clima en el aula ha sido correcto, promoviendo valores de igualdad, respeto y tolerancia.					

Fuente: elaboración propia.

**ANEXO XIV. Preguntas previamente elaboradas para la observación de las sesiones de tutoría de 3º y 4º de ESO.**

<b>PREGUNTAS PREVIAS</b>
¿El alumnado dispone de las herramientas y recursos necesarios para afrontar el proceso de toma de decisiones?
¿El alumnado verbaliza que tomar decisiones en el ámbito académico y profesional es un proceso complejo?
¿El alumnado tiene competencias y estrategias necesarias para tomar decisiones personales, académicas y profesionales exitosas y realistas?
¿El alumnado muestra un buen conocimiento y reflexión acerca de sí mismo; de sus características, motivaciones, aptitudes y actitudes personales?
¿El alumnado posee información suficiente acerca de las diferentes opciones académicas y profesionales posibles?
¿El alumnado tiene claro qué trayectoria formativa-laboral va a escoger?
¿El alumnado conoce sus talentos y debilidades?
¿El alumnado sabe qué factores contextuales obstaculizan y/o favorecen lograr sus objetivos académicos-profesionales?

Fuente: elaboración propia.

ANEXO XV. Tarjetas de reflexión acerca de los tres bloques de contenidos a abordar en la propuesta de innovación.

**Bloque 1: Autoconocimiento.**



*Es mucho más difícil juzgarse a sí mismo,  
que juzgar a los otros.  
Si consigues juzgarte rectamente,  
es que eres un verdadero sabio.*



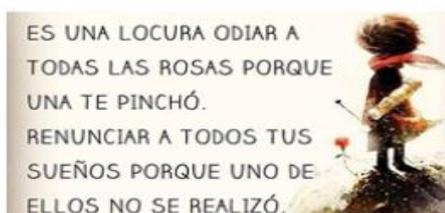
Mirate a ti misma de manera objetiva. Analízate y sé sincera contigo misma. Afronta tus defectos y no intentes esconderlos, en lugar de ello desarróllate, mejora, crece."



**Bloque 2: Conocimiento del sistema educativo y del mercado laboral.**



**Bloque 3: Proceso de toma de decisiones.**



“Me pregunto si las estrellas se iluminan con el fin de que algún día, cada uno pueda encontrar la suya”



**ANEXO XVI. Auto-informe sobre el proceso de toma de decisiones.**

A continuación, te dispones a cumplimentar un cuestionario en el que tienes que reflexionar sobre tus futuras decisiones académicas-profesionales.

Nombre: \_\_\_\_\_

Curso y grupo: \_\_\_\_\_

1) Una vez termines la etapa de Educación Secundaria Obligatoria vas a:

(marca con una X tu respuesta y contesta a la pregunta si fuese tu caso)

Estudiar Bachillerato

En el caso de que Bachillerato haya sido tu respuesta, ¿qué modalidad de Bachillerato?:

\_\_\_\_\_

Estudiar Formación Profesional

En el caso de que FP haya sido tu respuesta, ¿qué ciclo formativo?:

\_\_\_\_\_

Acceder al mercado laboral

No lo sé

2) En el caso de que hayas marcado la opción de Bachillerato o de FP, una vez finalizados vas a:

(marca con una X tu respuesta)

Seguir formándote

Acceder al mercado laboral

No lo sé

3) ¿Por qué has decidido esa opción formativa-profesional?:

---

4) ¿Cuáles son tus objetivos o metas profesionales? Escribe tres:

---

5) Ordena estos factores de mayor a menor influencia en tu toma de decisiones académicas-profesionales: familia, vocación, intereses personales, amistades, Orientador Educativo, tutores del Instituto, satisfacción de adquirir nuevos conocimientos y facilidad de estudios.

1- \_\_\_\_\_

2- \_\_\_\_\_

3- \_\_\_\_\_

4- \_\_\_\_\_

5- \_\_\_\_\_

6- \_\_\_\_\_

7- \_\_\_\_\_

8- \_\_\_\_\_

6) ¿Qué expectativas tienes acerca de la propuesta?:

---

7) ¿En qué aspectos del ámbito académico-profesional consideras que necesitas más orientación y estrategias?:

---

## ANEXO XVII. Ficha “el árbol de la vida”.

Para cumplimentar la ficha del árbol de la vida debes responder a las siguientes preguntas acerca de tu vida personal:



Fuente: elaboración propia (adaptado de Campillo y Villegas, 2015).

## ANEXO XVIII. Matriz DAFO-CAME personal.

A continuación, debes cumplimentar tu DAFO personal. Para ello, es necesario que determines cuáles son tus objetivos profesionales y que reflexiones acerca de ti mismo y de tu entorno con la mayor sinceridad posible, con el fin de que puedas hacer una autoevaluación real de tu situación.

Para rellenar los cuatro cuadrantes te puedes basar en las siguientes preguntas:

- **Cuadrante OPORTUNIDADES** (factor externo/valor positivo): ¿qué características del mercado de trabajo y de tu entorno facilitan conseguir tu objetivo vocacional?
- **Cuadrante FORTALEZAS** (factor interno/valor positivo): ¿cuáles son tus puntos fuertes?, ¿qué características personales destacas de ti?, ¿cuáles son tus habilidades y aptitudes?, ¿qué cosas te gusta hacer y se te dan bien?
- **Cuadrante DEBILIDADES** (factor interno/valor negativo): ¿cuáles son tus puntos débiles?, ¿qué actividades no te gusta hacer y no eres bueno en ellas?, ¿qué desventajas y características personales te dificultan lograr tu meta profesional?
- **Cuadrante AMENAZAS** (factor externo/valor negativo): ¿qué características del mercado laboral y de tu contexto dificultan alcanzar tu meta profesional?



Partiendo de tu análisis DAFO personal, seguidamente vas a cumplimentar la matriz CAME con el fin de poner en marcha estrategias y acciones determinadas que fomenten tus aspectos positivos y corrijan tus factores negativos, tanto en tu vertiente individual como externa y favorecer así tu toma de decisiones académicas-profesionales.

- **Cuadrante FORTALEZAS:** ¿qué actividades vas a poner en marcha para mantenerlas y fomentarlas?
- **Cuadrante DEBILIDADES:** ¿qué estrategias vas a llevar a cabo para transformar tus puntos débiles en puntos fuertes?
- **Cuadrante OPORTUNIDADES:** ¿qué acciones vas a realizar para beneficiarte de ellas?
- **Cuadrante AMENAZAS:** ¿qué solución vas a emplear para afrontarlas?



Fuente: elaboración propia.

**ANEXO XIX. Cuestionario de registro y observación directa de las sesiones de la propuesta de innovación a rellenar por los tutores.**

A continuación, se te muestra un cuestionario de 8 ítems con el fin de evaluar y valorar el desarrollo de las sesiones que conforman la propuesta innovadora. Se ruega responder con sinceridad, ya que esto ayudará a incorporar mejoras en las futuras implementaciones. Marca una “X” según lo que más consideres, teniendo en cuenta que 1 es totalmente en desacuerdo y 5 totalmente de acuerdo.

ÍTEMS	1	2	3	4	5
1) El alumnado se ha mostrado implicado e interesado en la sesión.					
2) El alumnado ha participado en la sesión.					
3) Los recursos usados durante la sesión han sido de utilidad y suficientes.					
4) La comunicación durante la sesión ha sido fluida.					
5) Los contenidos que aborda la sesión han sido adecuados.					
6) El alumnado ha preguntado dudas y ha aportado sugerencias durante la sesión.					
7) Los alumnos han aprendido durante la sesión.					
8) El clima del aula ha favorecido el diálogo y compartir experiencias y sugerencias entre los compañeros.					

¿Aspectos importantes a destacar durante el transcurso de la sesión?:

Fuente: elaboración propia.

## ANEXO XX. Cuestionario de satisfacción para el alumnado.

A continuación, vas a realizar un cuestionario con el fin de conocer tus opiniones y grado de satisfacción con las sesiones que conforman la propuesta de innovación.

Es un cuestionario totalmente anónimo, por lo que se pide que contestes con la mayor sinceridad posible. Se emplea una escala tipo Likert donde el número 1 significa totalmente en desacuerdo y el número 5 totalmente de acuerdo.

Muchas gracias por tu participación.

ÍTEMS	1	2	3	4	5
Las actividades realizadas en la propuesta me han ayudado a tomar una decisión académica-profesional realista.					
La información acerca de los diferentes itinerarios formativos y laborales contada desde la experiencia de otros alumnos me ha parecido útil y de interés.					
Las estrategias y herramientas proporcionadas son de utilidad para aplicarlas dentro del centro educativo, pero también fuera del Instituto en aspectos de la vida diaria.					
Los contenidos que aborda la propuesta han sido adecuados e interesantes.					
La matriz DAFO-CAME me ha servido de utilidad para tomar una decisión académica-profesional.					
Los recursos y materiales de apoyo usados han sido idóneos y suficientes.					
La metodología ha favorecido la implicación y participación del alumnado.					
El clima del aula ha sido el adecuado, fomentando valores de igualdad, tolerancia e inclusión.					

Fuente: elaboración propia.

**ANEXO XXI. Vídeos empleados en el TFM.**

- Vídeo “Girasoles” de Rozalén, empleado en la 1ª sesión de la Actuación 3 del ámbito de Orientación para el Desarrollo de la Carrera:  
<https://www.youtube.com/watch?v=0228mfBzZEK>.
- Vídeo “¿Cómo escoger una carrera?”, empleado en la 2ª sesión de la propuesta innovadora:  
[https://www.youtube.com/watch?time\\_continue=2&v=kfdHi2EmCbs&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?time_continue=2&v=kfdHi2EmCbs&feature=emb_logo).
- Vídeo “¿Cómo elegir qué estudiar?”, empleado en la 5ª sesión de la propuesta innovadora:  
[https://www.youtube.com/watch?time\\_continue=130&v=yNOME\\_jFpVs&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?time_continue=130&v=yNOME_jFpVs&feature=emb_logo).