

MEMORIA FINAL

Actuaciones Avaladas para la Mejora Docente, Formación del Profesorado y Difusión de Resultados Modalidad B

Identificación de la actuación	
Código:	AAB_13_010
Título:	La Mejora del Malestar Docente

Responsable	
Apellidos y nombre:	Serrano Díaz, M ^a Noemí
Correo electrónico:	noemi.serrano@uca.es
Departamento:	Didáctica

1. Incluya el calendario de actividades realizadas.

Las actividades formativas han estado constituidas por una serie de cursos impartidos por los expertos en las distintas disciplinas, que el grupo de profesores que las íbamos a recibir, entendimos como necesarias para nuestra formación. Los cursos han sido los que detallamos a continuación.

Primer curso. *El malestar docente: estrés, mobbing y burnout.*

Curso impartido por Dña. Ana Guil Bozal el día 25 de octubre de 2012, con una duración de 5 horas. Es Catedrática de Escuela de la Universidad de Sevilla, su especialidad es la Psicología Social y es experta en *burnout*.

Comenzó los estudios en el síndrome de *burnout* desde sus inicios en España de la mano de dos de sus pioneros en Andalucía y en toda España como Felicidad Loscertales Abril Catedrática de Psicología Social de la Universidad de Sevilla y José M. Esteve Zaragoza doctor en Ciencias de la Educación por la Universidad de Málaga. Ana Guil lleva desde principios de los 90 trabajando en el síndrome del *burnout*.

Fue el primer curso que nos adentró con profundidad al síndrome y todos los aspectos tanto personales como ambientales que rodean al padecimiento del síndrome.

Su contribución formativa en el proyecto ha ido acompañada de un capítulo que se ha introducido en el Dossier-Guía y se ha puesto a disposición de la comunidad universitaria en el repositorio *RODIN*. En concreto se trata del capítulo número 2, que toma el nombre del curso *El malestar docente: estrés, mobbing y burnout* que versa sobre el contenido del propio curso impartido.

Segundo curso. *Resiliencia y burnout.*

Curso impartido por Dña. Teresa Falls el día 26 de octubre de 2012, con una duración de 4 horas.

Licenciada en Dirección Empresas y Psicología por la Universidad de Maryland, con un Master en Coaching de Constructivismo Social. Especializada en Psicología Positiva. Aborda el malestar docente desde el punto de vista de la Psicología Positiva, tratando de concretar situaciones que favorezcan el afrontamiento de circunstancias que puedan llevar a padecer el síndrome como a desarrollar la resiliencia al *burnout*.

Su contribución formativa en el proyecto ha ido acompañada de un capítulo que se ha introducido en el Dossier-Guía y se ha puesto a disposición de la comunidad universitaria en el repositorio *RODIN*. En

concreto se trata del capítulo número 4, que toma el nombre del curso *Resiliencia y burnout* que versa sobre el contenido del propio curso impartido.

Tercer curso. *Burnout, flujo y comunicación no verbal.*

Curso impartido por D. Rafael M. López Pérez y D^a. Alicia Martos Garrido los días 8 y 9 de noviembre de 2012 con una duración total de 8 horas.

Doctor en Psicología por la Universidad Camilo José Cela, Licenciado CC Económicas y Empresariales en la Universidad Complutense de Madrid, Master en Investigación en Emoción, Cognición y Salud y Experto en Coaching Personal y D^a. Alicia Martos Garrido Licenciada en Psicología y Master en Orientación y Evaluación Socioeducativas (miembro de su grupo de trabajo).

En una sesión teórica, la del día 8, y otra práctica el día 9 nos fundamentó y puso en práctica su propuesta para combatir el *burnout* en el profesorado; esta vendrá determinada por el incremento de las capacidades de comunicación no verbal del docente como vía para desarrollar su inteligencia emocional, basándose en diferentes estudios que han mostrado que es posible minimizar los efectos de padecer *burnout* mediante programas de entrenamiento en habilidades socioemocionales. Por otra parte y según Extremera (2003) los profesores con más tendencia a suprimir sus pensamientos y menos inteligencia emocional tienen más síntomas de *burnout*.

Su contribución formativa en el proyecto ha ido acompañada de un capítulo que se ha introducido en el Dossier-Guía y se ha puesto a disposición de la comunidad universitaria en el repositorio RODIN. En concreto se trata del capítulo número 6, que toma el nombre del curso *Burnout, flujo y comunicación no verbal* que versa sobre el contenido del propio curso impartido.

Cuarto curso. *El desarrollo profesional en el marco institucional.*

Curso impartido por D. Ignacio Rivas Flores, el día 1 de diciembre 2012 con una duración de 3 horas. Catedrático de Didáctica de la Universidad de Málaga.

El profesor Ignacio Rivas nos vino a exponer otro aspecto relevante en el desarrollo de estados de estrés y *burnout* en el profesorado: la institución. Nos habló de la cultura institucional y de cómo esta influye en el desarrollo saludable del profesorado en ejercicio. La importancia del marco institucional para un desarrollo óptimo del trabajador de la enseñanza dentro de unos medidas equilibradas, tanto laborales como emocionales, que inciden directamente en la salud del profesorado.

Su contribución formativa en el proyecto ha ido acompañada de un capítulo que se ha introducido en el Dossier-Guía y se ha puesto a disposición de la comunidad universitaria en el repositorio RODIN. En concreto se trata del capítulo número 7, que toma el nombre del curso *El desarrollo profesional en el marco institucional* que versa sobre el contenido del propio curso impartido.

Quinto curso. *Aprender a Enseñar. Los cimientos de la identidad profesional.*

Curso impartido por D. Julio Vera Vila el día 1 diciembre 2012 con una duración de 2,30 horas.

Profesor de la Universidad de Málaga. Formación de profesores y educadores en habilidades sociales y emocionales.

El profesor Julio Vera enfocó el aspecto que nos movió a la gestación del proyecto: las nuevas necesidades formativas de los alumnos del Grado en Magisterio y futuro profesorado.

Su curso se centró principalmente en la formación inicial y las nuevas necesidades que debe desarrollar un futuro profesor en habilidades sociales y emocionales, también nos habló de educación y calidad de vida.

Su contribución formativa en el proyecto ha ido acompañada de un capítulo que se ha introducido en el Dossier-Guía y se ha puesto a disposición de la comunidad universitaria en el repositorio RODIN. En concreto se trata del capítulo número 9, que toma el nombre del curso *Aprender a Enseñar. Los cimientos de la identidad profesional* que versa sobre el contenido del propio curso impartido.

Sexto curso. *Herramientas para prevenir el burnout*

Curso impartido por Dña. M^a José Ruiz Troncoso, el día 13 de diciembre con una duración total de 2,30 horas. Licenciada en Filosofía y Letras.

Su curso fue eminentemente práctico, realizando ejercicios de respiración, relajación y meditación. Todo ello enfocado a un mayor control de las emociones dado que las emociones juegan una función básica en la formación, tanto desde el punto de vista del alumno como del profesor. El profesor realiza un esfuerzo emocional cuando interacciona con los alumnos, en especial cuando se produce o siente emociones negativas. El momento de la evaluación también puede producir desgaste en el profesorado. El conocimiento y la práctica de métodos de relajación ayudan a controlar estas emociones negativas y prevenir el *burnout*.

También nos habló de la Pedagogía sistémica y de la aplicación de los órdenes del amor en todos los ámbitos y vínculos del sistema educativo.

Su contribución formativa en el proyecto ha ido acompañada de un capítulo que se ha introducido en el Dossier-Guía y se ha puesto a disposición de la comunidad universitaria en el repositorio RODIN. En concreto se trata del capítulo número 10, que toma el nombre del curso *Técnicas de autocuidado para prevenir el burnout* que versa sobre el contenido del propio curso impartido.

Datos relacionados con el Dossier-Guía elaborado como resultado de la formación.

Título: *La Mejora del Malestar Docente*

ISBN: 978-84-940056-4-0

Nos han parecido tan relevantes los aprendizajes extraídos de los cursos de formación previos a la implementación de los talleres, que se han recogido en 10 capítulos las producciones de los expertos y los estudios desarrollados por el profesorado que ha recibido la formación participante en el proyecto. A continuación queda recogida la relación de capítulos y el ISBN del Dossier-Guía que queda a la disposición de toda la comunidad UCA en el repositorio RODIN.

Capítulo 1: *Orientaciones educativas para prevenir el malestar docente*

Autores: Verónica Hidalgo Departamento de Psicología UCA
Noemí Serrano Díaz Departamento de Didáctica UCA

Capítulo 2: *El malestar docente: estrés, mobbing, burnout*

Autora: Ana Guil Bozal Universidad de Sevilla

Capítulo 3: *Formación versus rechazo tecnológico. De las causas a las consecuencias de la tecnofobia*

Autor: Víctor Amar Rodríguez Departamento de Didáctica UCA

Capítulo 4: *Resiliencia y Burnout*

Autora: Teresa Falls. Licenciada en dirección de empresa y Psicología por la Universidad de Maryland y Master en Coaching de Constructivismo Social

Capítulo 5: *El aspecto psicológico y emocional del Burnout y del Estrés*

Autores: José Miguel Mestre Navas Departamento de Psicología UCA
Rocío Guil Bozal Departamento de Psicología UCA

Capítulo 6: *Burnout, flujo y comunicación no verbal*

Autores: Rafael López Director del Club del Lenguaje no Verbal. Doctor en Psicología, Licenciado CC Económicas y Empresariales y Máster en Investigación en Emoción, Cognición y Salud.
Alicia Martos Psicóloga del Club del Lenguaje no verbal. Máster en Orientación y Evaluación Educativas

Capítulo 7: *El desarrollo profesional en el marco institucional*

Autor: Ignacio Rivas Flores Departamento de Didáctica UMA

Capítulo 8: *Condiciones sociales en las que se ejerce la docencia que afectan a la actividad del profesorado: Una perspectiva social del malestar docente*

Autoras: Marta Dodero Fuejo Departamento de Sociología UCA
Carmen Vázquez Domínguez Departamento de Historia Geografía y Filosofía UCA

Capítulo 9: *Aprender a Enseñar. Los cimientos de la identidad profesional*

Autor: Julio Vera Vila Departamento de Teoría e Historia UMA

Capítulo 10 *Técnicas de autocuidado para prevenir el burnout*

Autora: M^a José Ruiz Troncoso Licenciada Filosofía y letras

2. Indique los participantes que han recibido la formación incluyendo el porcentaje de asistencia de cada uno de ellos a las actividades realizadas.

El nivel de compromiso de profesorado ha sido muy alto. Ha acudido a cuantas reuniones se les ha convocado y a todas las sesiones de formación ya que como coordinadora adecuaba el establecimiento de los cursos a las agendas personales del profesorado participante y a continuación concertaba con el ponente o formador. Es por ello que en alguna ocasión hemos tenido que acudir a la formación en sábado.

Fruto de estos cursos se han implementado unos talleres con una duración de 26 horas lectivas denominados *Talleres para la mejora del bienestar docente*, que han sido impartidos por el profesorado participante en este proyecto de formación. Estos talleres han sido ofertados dentro del Plan de Actividades Universitarias Complementarias (PAUC) a todo el alumnado vinculado a la Facultad de Ciencias de la Educación: alumnado de los Grados en Educación Infantil y Primaria, CC de la actividad Física y el Deporte, Grado en Psicología, Licenciatura en Psicopedagogía y Máster en Profesorado de Enseñanza Secundaria Obligatoria y Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanza de Idiomas.

Estos talleres han sido impartidos al número máximo de plazas ofertadas (35 plazas) con una lista de espera para el próximo curso de 50 alumnos más, con lo que por el momento hay demanda para la formación de 2 grupos para el curso 2013-14.

El profesorado participante ha sido el siguiente:

Carmen Vázquez Domínguez

Porcentaje de asistencia 100%

Una vez finalizada su formación ha participado en un módulo formativo en los talleres para la Mejora del Bienestar Docente y ha contribuido al Dossier Guía con el capítulo número 8: *Condiciones sociales en las que se ejerce la docencia que afectan a la actividad del profesorado: Una perspectiva social del bienestar docente*.

Así mismo, ha participado con una comunicación y un capítulo titulado: *Una reflexión para la mejora del Bienestar Docente* en el Congreso de la Sociedad Española de Psicoterapia y Técnicas de grupo celebrado en Madrid del 15 al Estrategias para la prevención del *Burnout* 17 de marzo de 2013.

Verónica Hidalgo Hernández

Porcentaje de asistencia 100%

Una vez finalizada su formación ha participado en un módulo formativo en los talleres para la Mejora del Bienestar Docente y ha contribuido al Dossier Guía con el capítulo número 1: *Orientaciones educativas para prevenir el bienestar docente*

José Miguel Mestre Navas

Porcentaje de asistencia 100%

Una vez finalizada su formación ha participado en un módulo formativo en los talleres para la Mejora del Bienestar Docente y ha contribuido al Dossier Guía con el capítulo número 5: *El aspecto psicológico y emocional del Burnout y del Estrés*

Marta Dodero Fuejo

Porcentaje de asistencia 100%

Una vez finalizada su formación ha participado en un módulo formativo en los talleres para la Mejora del Bienestar Docente y ha contribuido al Dossier Guía con el capítulo número 8: *Condiciones sociales en las que se ejerce la docencia que afectan a la actividad del profesorado: Una perspectiva social del bienestar docente*.

Víctor Amar Rodríguez

Porcentaje de asistencia 100%

Una vez finalizada su formación ha participado en un módulo formativo en los talleres para la Mejora del Bienestar Docente y ha contribuido al Dossier Guía con el capítulo número 3: *Formación versus rechazo tecnológico. De las causas a las consecuencias de la tecnofobia*

Serafin Cruces Montes

Porcentaje de asistencia 100%

Una vez finalizada su formación ha participado en un módulo formativo en los talleres para la Mejora del Bienestar Docente y ha contribuido en la creación del material audiovisual para el campus virtual.

M^a Jesús Bernal Acuña

Porcentaje de asistencia 100%

Una vez finalizada su formación ha participado en un módulo formativo en los talleres para la Mejora del Malestar Docente y ha contribuido al diseño y creación de la portada del libreto así como de los posters anunciadores de los cursos.

Rocío Guil Bozal

Porcentaje de asistencia 100%

Una vez finalizada su formación ha participado en un módulo formativo en los talleres para la Mejora del Malestar Docente y ha contribuido al Dossier Guía con el capítulo número 5: *El aspecto psicológico y emocional del Burnout y del Estrés*

Noemí Serrano Díaz

Porcentaje de asistencia 100%

Ha desempeñado las labores de coordinación del proyecto.

Una vez finalizada su formación ha participado en un módulo formativo en los talleres para la Mejora del Malestar Docente y ha contribuido al Dossier Guía con el capítulo número 1: *Orientaciones educativas para prevenir el malestar docente*.

Así mismo, ha participado con una comunicación y un capítulo titulado: Estrategias para la prevención del *Burnout* en el XL CONGRESO DE LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE PSICOTERAPIA Y TÉCNICAS DE GRUPO (SEPTG) celebrado en Madrid del 15 al 17 de marzo de 2013.

También ha contribuido a la difusión del proyecto con una comunicación en el X FORO INTERNACIONAL SOBRE LA EVALUACIÓN DE LA CALIDAD DE LA INVESTIGACIÓN Y DE LA EDUCACIÓN SUPERIOR (FECIES). Celebrado en Granada del 25-28 de Junio, 2013.

3. Informe sobre el nivel de satisfacción con la actividad y sobre las incidencias que haya podido acontecer en el transcurso de la actuación.

El nivel de satisfacción es muy alto. La razón fundamental ha sido la oportunidad que nos brinda la Universidad de Cádiz con esta formación tan relevante desde el punto de vista de la prevención en nuestra salud laboral como profesorado perteneciente a esta institución, así como, por el nivel de las ponencias a las que hemos tenido la oportunidad de asistir en los cursos de formación.

Otra razón de satisfacción ha sido poder trasladar los conocimientos recibidos en la formación a la comunidad UCA. Esto se ha podido llevar a cabo con la implementación de unos talleres formativos que han sido un éxito de asistencia por parte del alumnado de los grados vinculados a la Facultad de Ciencias de la Educación (sobre todo de los Grados de E. Infantil y Primaria) como prevención del Malestar Docente en el futuro profesorado y la publicación en el repositorio RODIN de un dossier-guía que se encuentra a disposición de la comunidad UCA.