

TRABAJO FIN DE MÁSTER

CURSO ACADÉMICO 2025-2026



La comunicación entre padres/madres e hijos/as: Programa de Actuación Específico para un aula de 1º de ESO

Titulación de Postgrado: Máster Universitario en Profesorado ESO y Bachillerato

Autor/a: Maite Moreno de Blas

Director/a: María Andrés Mascuñana

Modalidad: TFM de Programa de Actuación Específico

Fecha de presentación: 20/01/2026

Índice

Resumen y Abstract (max 200 palabras)	4
1. Introducción (1-2 hojas).....	5
2. Justificación del programa de actuación (8-10 hojas).....	7
2.1. Justificación teórica.....	7
2.2. Marco normativo	12
3. Contextualización del centro educativo (4-6 hojas).....	13
4. Plan de actuación específico (10-12 hojas).....	14
5. Reflexión personal (2-4 hojas)	30
6. Aserciones finales (1-2 hojas).....	30
Bibliografía.....	30
Comunidad de Madrid (2019). Decreto 32/2019, de 9 de abril, del Consejo de Gobierno, por el que se establece el marco regulador de la convivencia en los centros docentes de la Comunidad de Madrid. Boletín Oficial de la Comunidad de Madrid (BOCM). https://www.bocm.es/eli/es-md/d/2019/04/09/32/con	30
Fernández, M. M. (2002). Áreas prioritarias de la orientación en el contexto educativo. Una propuesta de revisión. <i>Educación</i> XX1, (5), 153-167. https://scholar.google.com/scholar_url?url=https://www.redalyc.org/pdf/706/70600509.pdf&hl=es&sa=T&oi=gsr-r-ggp&ct=res&cd=0&d=3752777662408716248&ei=eFkjaY_SDY2v6rQPzvzsmAY&sci sig=ABGrvJV2jYtBo0BKpGTum3HbHI1	30
Gutiérrez, J. M. (2015). El adolescente normal. <i>Cambios psicosociales en los adolescentes y en sus padres</i> . Alicante, Madrid, España. http://www.adolescenciaalape.com/sites/www.adolescenciaalape.com/files/Adolescente%20Normal%20Cambios%20Psicosociales.pdf	30
Jefatura del Estado (2020). Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. Boletín Oficial del Estado (BOE), (340), 122868-122953. https://www.boe.es/eli/es/lo/2020/12/29/3	30
Miguel, M. F., & Islas, N. P. (2025). La comunicación entre padres e hijos adolescentes. Un estudio de caso mediante la orientación educativa. http://ixplora.upn.mx/jspui/bitstream/RIUPN/186155/1/4010%20-%20UPN092LPFAMA2025.pdf	30
Portal web del Ayuntamiento de Madrid (2012). Escuelas de padres y madres en todos los distritos. https://www.madrid.es/portales/munimadrid/es/Inicio/Actualidad/Noticias/Escuelas-de-padres-y-madres-en-todos-los-districtos/?vgnextfmt=default&vgnextoid=5714e92b01a57310VgnVCM2000000c205a0aRCRD&vgnextchannel=a12149fa40ec9410VgnVCM100000171f5a0aRCRD	31
Timoneda, G. C. (1999). UNA PROPUESTA DE DIAGNÓSTICO E INTERVENCIÓN PSICOPEDAGÓGICA BASADA EN Y DESDE LA PRÁCTICA. <i>Revista de Investigación Educativa</i> , 1999 (Journal of Educational Research, 1999).	

INSTITUTION Interuniversity Association for Experimental Pedagogical, 17(2), 515-520.....	31
Anexos (si procede).....	31

Resumen y Abstract (max 200 palabras)

1. Introducción (1-2 hojas)

La adolescencia es una etapa vital marcada por muchos cambios significativos en los diferentes aspectos de la vida del adolescente, y uno de esos cambios vitales que más me llama la atención (por el contexto social del momento histórico actual), y a la sociedad también le produce cierta inquietud, es el descenso de comunicación entre las figuras parentales y sus hijos/as.

Esta inquietud de la sociedad puede parecer natural y una tendencia que ha estado presente a lo largo de la historia de la humanidad (porque, a pesar de que el deseo de independencia de los hijos hacia los padres es un proceso natural propio de la adolescencia, es inevitable que los progenitores se preocupen por la seguridad de sus hijos y su bienestar). Sin embargo, en los últimos años recientes ha aparecido una nueva capa en esta esfera temática que genera aún más preocupación entre los padres de esta generación de adolescentes actual: las redes sociales.

Las problemáticas que enfrentan hoy en día los adolescentes tienen ciertas características identificativas de la sociedad actual hiperconectada digitalmente, por lo tanto, los padres/madres de estos adolescentes podrían sentirse desorientados en la forma en la que sus hijos perciben emocionalmente el mundo, puesto que estos progenitores no vivieron en la sociedad actual cuando eran adolescentes (en su juventud vivieron en una sociedad mucho más analógica y con unas reglas socioculturales diferentes). En diversos medios de comunicación, tanto tradicionales como en redes sociales, se muestra la desorientación y preocupación de los padres y madres respecto a su gestión en la construcción de una buena comunicación con sus hijos. A continuación, se muestran algunos ejemplos:

https://www.instagram.com/reel/DSZ-Q_9DJq6/?igsh=NzAyYXMxdTk5c2c2

<https://www.instagram.com/reel/DPlpse7jLJK/?igsh=bW41b3B1azd5ejdw>

<https://www.instagram.com/reel/DPI3Za7DMIG/?igsh=MXVtZDY3ZXN4OGdybQ%3D%3D>

Entiéndase comunicación en el tema que estoy tratando, no como una forma de perpetuar la infantilización emocional de los hijos a través de la sobreprotección de los padres, sino como una nueva forma relacional más madura entre padres/madres e hijos.

Esta nueva forma relacional conlleva que, a pesar de que los progenitores respeten el desarrollo de la independencia del hijo/a para construir su propia identidad y su deseo de querer semejarse y pertenecer a su grupo de iguales, tanto los padres como los hijos puedan hablar sobre aquellos aspectos que les preocupan acerca de la vida del otro y que puedan intercambiar sus percepciones en la forma de gestionar sus respectivas problemáticas. A pesar de que los hijos adolescentes se encuentren en un nuevo hito vital en el que son más independientes y se enfrentan a nuevos retos más complejos, los padres siguen teniendo la misma responsabilidad y voluntad de querer velar por el bienestar de su hijo/a (tanto en su integridad física como emocional). Es por ello que los progenitores en esta nueva etapa familiar podrían establecer una comunicación con sus hijos en las que se exprese de forma más elaborada las preocupaciones y consecuencias acerca de las acciones que podrían estar desarrollando sus hijos (no desde un enfoque autoritario) y estos a su vez podrían percibirse más considerados para expresar sus puntos de vista, en un tono más empático y reflexivo, lo que provocaría en consecuencia una mayor tranquilidad en los progenitores al comprobar que su hijo/a no corre peligro.

En las etapas de Educación Infantil y Primaria, hay un mayor soporte del equipo docente (a través de las tutorías entre padres/madres-tutores-departamento de orientación y otros eventos sociales lúdicos en el colegio) para el establecimiento de una comunicación más fluida y amena entre padres e hijos. Sin embargo, en la etapa de Secundaria todo eso tiende a desaparecer, y la falta de esta cohesión de la comunidad educativa (docentes-familia-hijos) deja un vacío en el que las vivencias del alumnado (tanto las normales como las que suponen un riesgo para sí mismos) pasan desapercibidas para las familias.

A pesar de que esta forma relacional más madura entre padres e hijos tiende a desarrollarse de forma natural y progresiva a lo largo de la adolescencia en las familias, considero que conviene (por las problemáticas que enfrentan los adolescentes actuales) que se estimule el desarrollo temprano de ese tipo de comunicación, y además no todas las familias son iguales y cada una tiene sus propias dificultades y disfuncionalidades relacionales, por lo que el centro educativo sirve también, entre otras cosas, como un factor protector para el bienestar emocional del alumnado haciendo un seguimiento de la afiliación familiar de este.

Desde este TFM se considera importante la búsqueda de un programa de actuación específico atractivo (para que el alumnado esté receptivo a participar como agente activo y, en consecuencia, los otros agentes también estén motivados a participar), en el cual se pueda recuperar en Secundaria la coordinación entre el tutor-Departamento de Orientación, las familias y el alumnado, para establecer una comunicación más madura en las familias en la que se expresen las preocupaciones de los padres y problemas del alumnado desde una perspectiva empática y conciliadora. Como resultado de este tipo de intervención, mejoraría notablemente la convivencia del alumnado con sus familias, puesto que aprender herramientas de gestión emocional les permitiría a ambos abrir horizontes en cuanto a creencias personales y mejorar habilidades esenciales para la convivencia como la empatía. Para conseguir todo esto, se plantea en este proyecto de intervención (diseñado en este TFM), el uso de una herramienta de comunicación escrita bidireccional, en el que los padres/madres y alumnado exponen sus pensamientos, creencias y preocupaciones, y el departamento de orientación responde a estos conflictos emocionales desde la perspectiva humanista-estratégica.

2. Justificación del programa de actuación (8-10 hojas)

2.1. Justificación teórica

A pesar de que existen múltiples definiciones para concretar el término de la adolescencia, entre las formas más simplificadas que se pueden encontrar es que es un proceso temporal que inicia con los cambios físicos de la pubertad y que finaliza con un cierto desarrollo madurativo psicológico tras la búsqueda de la propia identidad, considerado el inicio de la siguiente etapa madurativa: la adultez temprana. Sin embargo, sería erróneo tratar de conseguir una definición de “adolescente” que pueda explicar con precisión cómo se vive esta etapa en cualquier circunstancia y en cualquier parte del mundo. Tal como explica Funes Artiaga, citado en [Gutiérrez \(2015\)](#), los rasgos de un adolescente no se pueden abordar de manera general, si no que estos vienen determinados por un contexto social concreto: por los lugares concretos que forman parte de su cotidianidad, por las tendencias socioculturales que forman parte del entorno social en el que vive el adolescente, y cómo todo esto es percibido por el resto de los adultos que forman parte del entorno del adolescente (p. 2).

Lo que sí es generalizable es la predisposición de maduración psicológica presente en esta etapa evolutiva: una forma diferente de comprensión de la realidad, una forma

diferente de gestionar las emociones y sentimientos, y una forma diferente de jerarquizar las relaciones personales con los otros.

Respecto a esto último, para el adolescente las relaciones sociales con sus iguales empiezan a tomar una gran relevancia en su vida, puesto que, gracias a ellas, el adolescente se va desprendiendo emocionalmente del mundo infantil que conocía y accede a otras nuevas y más arriesgadas experiencias. Tal como menciona Funes Artiaga, citado en [Gutiérrez \(2015\)](#), “no hay adolescencia sin grupo”, es decir, el grupo de iguales es una entidad social necesaria para que el adolescente pueda sostener su identidad como adolescente (esto se ve reflejado en que muchas de las conductas del adolescente tienen su causalidad en la “presión del grupo”) (p. 4).

Por otro lado, su reflexión acerca de la relación que mantiene el adolescente con el adulto, Funes Artiaga, citado en [Gutiérrez \(2015\)](#), llega a la conclusión de que “una de cada dos relaciones entre él (adulto) y un adolescente se basa en el conflicto” y diferencia una serie de conductas para cada tipo de situación (oponerse al adulto y aprender del adulto) (p. 3):

- **Oponerse al adulto:** Los adolescentes necesitan construir su propia identidad diferenciada de la del adulto a través de oponerse a lo que dicen (sus normas y sus límites), puesto que, como Funes Artiaga metaforiza al adulto “son esa especie de frontón en el que chocan sus impulsos y, al volverles rebatidos, se sienten vivos” (p. 3).
- **Aprender del adulto:** Los adolescentes necesitan construir su identidad imitando a los adultos (tutores, mentores...) cercanos con los que establece una relación positiva. Estos adultos les proporcionan ideas de cómo sobrellevar su vida y están atentos y disponibles para atender a las dudas, tropiezos y demandas del adolescente. Sin estos adultos de referencia a su alrededor, el adolescente se queda lidiando con muchas dificultades en soledad, sin la posibilidad de inspirarse en el ejemplo de actuación de dichos adultos. La disponibilidad y cercanía del adulto será recompensada por el adolescente al visualizarle con autoridad y obedecer a sus límites (p. 3).

Para los padres/madres de los adolescentes, lo ideal sería sentirse representados como aquella figura en la que su hijo/a pueda confiar y aprender, sin embargo, cuando

hay problemas en la comunicación entre ambos, los padres/madres tienen más probabilidades de convertirse para su hijo/a en una figura a la que instrumentalizar oponiéndose a ella para construir su identidad.

Recordando lo mencionado anteriormente en la introducción, los padres/madres se encuentran desorientados en la forma en la que esta sociedad actual tan digitalizada y en constante cambio les afecta a sus hijos/as adolescentes. Estos adolescentes son conscientes de esto, por lo cual también podría afectar (entre otras cosas) en la falta de confianza que estos hijos podrían depositar en sus padres/madres para contarles sus dificultades.

Desde los centros escolares existe la oportunidad de trabajar con el alumnado las estrategias de comunicación con sus familias. En las conclusiones de su estudio de caso, [Miguel, M. F., & Islas, N. P. \(2025\)](#) mencionan que, tras hacer una revisión general de planes y programas dedicados a la tutoría en la educación secundaria, identificaron que la educación tiene un área de oportunidad de mejora en las prácticas educativas preventivas para los adolescentes:

“En ese sentido, consideramos que deberían tomar un papel activo, ampliando los programas para abarcar temas de salud mental, relaciones familiares y, principalmente, implementar urgentemente estrategias y/o programas que permitan que el adolescente conozca sobre los estilos de comunicación, descritos en el capítulo 3, y desarrolle habilidades para que logre empatizar con los otros, además de comunicarse asertivamente y resolver conflictos” (p. 113).

De hecho, en los centros educativos en España, la orientación educativa tiene la misión de procurar el bienestar socioemocional del alumnado adolescente de la ESO, el cual les afecta a múltiples aspectos de su vida (por ejemplo, la concentración académica). A parte de las otras funciones que desempeña el departamento de orientación en los centros escolares (guiar los procesos de enseñanza-aprendizaje, guiar la orientación vocacional, trabajar sobre las necesidades educativas especiales del alumnado, etc.), también es importante que se le dé el espacio que merece la educación socioemocional del alumnado de la ESO, mediante la orientación personal y familiar.

En su análisis, [Fernández \(2002\)](#) concreta estas cuatro áreas temáticas como las prioritarias que a lo largo de los últimos años han ido dando forma a lo que conocemos hoy en día como “Orientación” en el contexto educativo (p. 14) y en el área de orientación personal y familiar sintetiza una serie de acciones de intervención y asesoramiento psicopedagógico en los centros educativos, entre las que se destacan para el programa de intervención diseñado en este TFM las siguientes (p. 9-10):

- “Educación emocional y social en el marco de la tutoría (mediante actuaciones dirigidas a la mejora de la cohesión del grupo, la integración social, la autoestima, la comprensión, expresión y control de emociones, el entrenamiento de habilidades sociales o la educación en valores...)”.
- “Cooperación con las familias en el desarrollo integral de los alumnos”.
- “Prevención de la violencia o la conflictividad escolar, así como de los problemas específicos del contexto social y profesional del docente (regulación de normas de convivencia, habilidades de interacción, afrontamiento de situaciones de estrés...)”.

En el programa de actuación específico que aquí se plantea se va a pretender intervenir en los conflictos emocionales del aula desde la perspectiva humanista estratégica.

El modelo humanista-estratégico, que fue creado en 1993 con la colaboración entre Carme Timoneda Gallart y un equipo multidisciplinar de profesionales (psicopedagogos/as, psicólogos/as, médicos y técnicos/as), es un modelo de diagnóstico-intervención aplicable en todo tipo de comportamientos (lecto-escritura, aprendizaje, fracaso escolar, psicosomatismos, anorexia-bulimia, conductas antisociales, hiperquinéticos) que plantea la comunicación interpersonal atendiendo principalmente al lenguaje corporal. Este modelo se sustenta en dos bases ([Timoneda, G. C.,1999](#), p. 493-496):

	Base Cognitiva	Base Emocional
Teoría	Teoría PASS de la inteligencia	Teoría del procesamiento de las emociones-teoría de los comportamientos enmascaradores.

¿Qué explica la teoría?	<p>Entiende que la forma de aprender (la inteligencia) es un perfil cognitivo moldeable que no se reduce a un estático número de Círculo Intelectual. La inteligencia se conforma de cuatro procesos cognitivos que se valoran mediante la prueba de evaluación DN-CAS: la planificación, la atención, el procesamiento secuencial y el procesamiento simultáneo. Cada persona tiene un patrón cognitivo característico según su forma particular de utilizar dichos procesos cognitivos.</p>	<p>Entiende que las vivencias emocionales dolorosas sucesivas (que afectan al autoconcepto, a la autoestima y a la autovaloración) provocan conductas inconscientes enmascaradoras de defensa frente al dolor psíquico, cuyo "disfraz" engaña involuntariamente (desde el inconsciente) tanto a uno mismo como a los demás. Cuando un sujeto infravalora su propia identidad, cualquier situación dolorosa que le ocurra será un factor desencadenante de una conducta enmascaradora. La finalidad inconsciente de estas conductas enmascaradoras para el sujeto "disfrazado" es llamar la atención para sentir que es estimado. Estas conductas disfrazadas coinciden con creencias conscientes cargadas de lógica racional de infravaloración del propio sujeto "disfrazado", gracias a esto no supone una incomodidad para el sujeto al no tener que gestionar incoherencias en su persona. El convencimiento de esas creencias por parte del individuo "disfrazado" es tan profundo que conlleva una resistencia racional consciente frente a cualquier diálogo con otro individuo que trate de manera directa y lógica de contraargumentar sus creencias desmontándolas. Se debe evitar esto si lo que se busca es hacer desaparecer un comportamiento enmascarador. La comunicación corporal o gestual es la forma de expresión del mundo emocional en este modelo, por lo que hemos de saber interpretar como receptores la comunicación gestual y hemos de transmitir en comunicación gestual de forma que no hagamos disparar conductas enmascaradoras.</p>
Beneficios de la teoría	<p>Esta teoría permite, a través de la intervención, mejorar el perfil cognitivo del individuo, a través de trabajar sobre los procesos cognitivos deficientes e incidiendo en el uso de aquellos procesamientos cognitivos que son más eficaces para el sujeto.</p>	<p>En esta teoría, la desactivación de los comportamientos enmascaradores requiere de un diagnóstico-intervención basado en utilizar técnicas de comunicación indirecta, las cuales pueden esquivar los mecanismos de defensa. Es entonces cuando se puede establecer un diálogo con el sujeto sin que los razonamientos sean distorsionados por su estado emocional y se puede efectuar un cambio de creencias.</p>

(Me falta resumen del modelo humanista-sistémico-estratégico aplicado al programa: comportamientos enmascaradores y gestión emocional en adolescentes. Problemas de comunicación vienen de las copias de los padres e hijos)

2.2. Marco normativo

(Me falta redactar conectando con una frase o párrafo las leyes con el programa de actuación específico, y buscar leyes internacionales (Derechos Humanos))

La Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, de modificación de la LOE (LOMLOE) modifica el artículo 120 (en el apartado 4) explicando que los centros educativos desde su autonomía puede adoptar experimentaciones, innovaciones pedagógicas, programas educativos, planes de trabajo, formas de organización, normas de convivencia, (...) dentro de los términos establecidos por las Administraciones educativas y la normativa aplicable, incluida la laboral, sin que suponga en ningún caso discriminación de ningún tipo, ni se impongan aportaciones a las familias ni exigencias para las Administraciones educativas ([Jefatura del Estado, 2020](#), p. 53).

La Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, de modificación de la LOE (LOMLOE) redacta el artículo 132 (en el apartado g) explicando que, entre las competencias del director/a, se encuentra la de potenciar la colaboración con familias, instituciones y organismos que faciliten la relación del centro educativo con el entorno y fomentar un clima escolar que favorezca el desarrollo de actuaciones que propicien una formación integral en valores del alumnado ([Jefatura del Estado, 2020](#), p. 57).

La Modificación de la Ley Orgánica 8/1985, de 3 de julio, reguladora del Derecho a la Educación, presentada en la disposición final primera de la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, de modificación de la LOE (LOMLOE) modifica, entre otros, el artículo cuarto en su apartado 2 en referencia a las obligaciones de los tutores legales del menor: Deberán participar de manera cooperativa en los proyectos y tareas que se les propongan desde el centro educativo (apartado h) ([Jefatura del Estado, 2020](#), p. 77).

El Decreto 32/2019, de 9 de abril, del Consejo de Gobierno, por el que se establece el marco regulador de la convivencia en los centros docentes de la Comunidad de Madrid, en el capítulo II (artículo 4 – derechos del alumnado), se expresa en el apartado 3 que el alumnado tiene derecho a “que se respete su identidad, integridad y dignidad personales, así como su libertad de conciencia y sus convicciones ideológicas, religiosas y morales, así como su intimidad en lo que respecta a tales creencias o convicciones, de acuerdo con la Constitución Española” (apartado d) y tiene derecho a la confidencialidad en el tratamiento de los datos personales (apartado f) ([Comunidad de Madrid, 2019](#), p. 5).

El Decreto 32/2019, de 9 de abril, del Consejo de Gobierno, por el que se establece el marco regulador de la convivencia en los centros docentes de la Comunidad de Madrid, en el capítulo II (artículo 5 – deberes del alumnado), se expresa en el apartado

2-c) que el alumnado tiene el deber de colaborar en la mejora de la convivencia escolar, respetando la autoridad y orientaciones del profesorado y los órganos de gobierno del centro ([Comunidad de Madrid, 2019](#), p. 6).

El Decreto 32/2019, de 9 de abril, del Consejo de Gobierno, por el que se establece el marco regulador de la convivencia en los centros docentes de la Comunidad de Madrid, en el capítulo III (artículo 6 – derechos de los padres o tutores), se expresa que los padres o tutores tienen derecho a sean respetados por el resto de la comunidad educativa y a que se respeten las propias convicciones ideológicas, políticas, religiosas y morales (apartado b) y tienen derecho al respeto a la intimidad y confidencialidad en el tratamiento de la información que afecta a sus hijos o tutelados o al núcleo familiar (apartado h) ([Comunidad de Madrid, 2019](#), p. 7).

El Decreto 32/2019, de 9 de abril, del Consejo de Gobierno, por el que se establece el marco regulador de la convivencia en los centros docentes de la Comunidad de Madrid, en el capítulo III (artículo 7 – deberes de los padres o tutores), se expresa que los padres o tutores tienen la obligación de “respetar la libertad de conciencia y las convicciones ideológicas, políticas, religiosas y morales, así como la dignidad, integridad e intimidad de los miembros de la comunidad educativa” ([Comunidad de Madrid, 2019](#), p. 7).

3. Contextualización del centro educativo (4-6 hojas)

El tipo de centro educativo en el que se puede desarrollar este programa de actuación específico es uno en el que no se disponga del servicio de “Escuela de Familias” (puesto que el programa de actuación específico que se detalla en este TFM vendría a ser un servicio parecido al que ofrece las Escuelas de Familia pero que satisface las necesidades de unas familias con menos disponibilidad de tiempo y toma contacto directo con los hijos/as).

Las escuelas de familia son espacios de formación, participación y reflexión para las familias sobre las nuevas realidades familiares y las necesidades de los menores (son cursos generales para las familias con hijos menores y otros para familias con adolescentes) impartidos por psicólogos, pedagogos y trabajadores sociales. Estos cursos tienen lugar en colegios, centros de servicios sociales u otros espacios municipales, en horarios que faciliten la asistencia parental (cuentan con un servicio de cuidado de los hijos pequeños durante la sesión formativa). El objetivo de estos espacios es formar a los padres y madres en conocimientos, estrategias y habilidades que les permitan mejorar la comunicación familiar y gestionar de manera adecuada la educación de sus hijos (el objetivo de las escuelas de familia no es “enseñar” como ser buenos educadores, sino favorecer sus propias capacidades de los padres/madres y facilitar su toma de decisiones) ([Portal web del Ayuntamiento de Madrid, 2012](#)).

Las otras características que tendrían que tener el prototipo de centro educativo candidato a ofrecer el servicio del programa de actuación específico son:

- Que el centro educativo oferte, entre los niveles educativos que dispone, la Educación Secundaria Obligatoria (puesto que el programa de actuación específico va a ir dirigido a los padres y alumnado de 1º de la ESO).
- En cuanto a las características socioeconómicas de las familias, hay una diversidad en el centro de nivel adquisitivo (no es relevante este aspecto). Lo que si es relevante es que los padres/madres son personas cuyo horario laboral es tan extenso que les imposibilita formar parte activa de los proyectos y eventos que se desarrollan en la escuela (pudiendo acudir solo puntualmente para reuniones importantes con el tutor/a o departamento de orientación).
- Respecto a la organización del centro, en cada curso habría un tutor/a que trabaje acompañado del departamento de orientación del centro. Para la implantación del programa de actuación específico se requiere al tutor/a de 1º de ESO y al personal encargado de la etapa de Secundaria en el Departamento de Orientación. Entre los pilares del Proyecto Educativo del Centro se encontrarían la colaboración familia-escuela para la formación integral del alumnado, tanto a nivel académico como a nivel socioemocional.

Este programa de actuación específico es una propuesta educativa flexible, en la que lo primordial es la comunicación de las familias con el alumnado, pero según el centro educativo en el que se desarrolle este programa se pueden hacer las modificaciones que sean requeridas por las circunstancias específicas de cada centro:

- Si el centro educativo en el que se realiza el programa posee una gran diversidad de culturas en las aulas, aunque no fuese necesaria esta heterogeneidad para el programa, sería una buena oportunidad para añadir un valor extra al proyecto. De este modo, en las consultas que se debaten en el proyecto tendrían diferentes matices y podría servir tanto a los alumnos como a las familias conocer otras realidades familiares y aprender sobre ellas o autoafirmarse en lo propio.
- Si en el centro educativo no fuese posible la adquisición o colocación de un buzón físico en el exterior de la puerta del Departamento de Orientación para depositar en dicho buzón las consultas anónimas, cada centro educativo puede utilizar una variante que de igual modo sirva para recoger de forma anónima las consultas de padres/madres y alumnado.
- Si en el aula en el que se va a implementar este programa no fuese posible disponer de un grupo reducido de alumnos (como por ejemplo el delegado y subdelegado) que quiera realizar la función de intermediario para moderar el debate entre los compañeros sobre las consultas anónimas, se puede hacer uso de otras figuras que estén disponibles en el centro para ejecutar esa función (por ejemplo, el Departamento de Convivencia del centro).

4. Plan de actuación específico (10-12 hojas)

Programa de actuación específico: "El blog de consultas"

- **¿Qué objetivos se quiere conseguir con el proyecto?**

Objetivos generales	Mejorar la convivencia en el centro	Mejorar la comunicación entre familia-alumno	Abordar temas importantes para el desarrollo de la adolescencia manteniendo la confidencialidad de los agentes protagonistas
Objetivos específicos	Mejorar las habilidades de comunicación y negociación entre el alumnado	Enaltecer el valor de la escucha y la comunicación empática y asertiva entre padres/madres e hijos/as	Potenciar la capacidad de reflexión y de autocrítica

- **¿A quién va dirigido el programa?**

Este programa de actuación específico está dirigido a los alumnos/as de 1º ESO y sus padres/madres. La modalidad de este programa vendría a servir como una oportunidad diferente, atractiva y de fácil acceso a la que poder acercar al alumnado y sus familias a la resolución de problemas cotidianos sin que les suponga una inversión de tiempo extra de sus respectivas obligaciones

- **Temporalización del programa y agentes encargados de implementarlo**

El programa de actuación específico presentado en este TFM es una intervención puntual, definida temporalmente en las cuatro primeras semanas lectivas del curso en el aula de 1º de la ESO. Los agentes encargados de implementar este programa en el aula son el tutor/a de 1º de la ESO y el Departamento de Orientación del centro.

- **Plan de actuación específico**

- **Actividad inicial:** Al inicio del curso (antes de que comiencen las clases para los alumnos de 1º de ESO) se realiza una reunión presencial en el centro con el alumnado de 1º de ESO y sus padres/madres, para presentarles y explicarles el programa de actuación específico en el que van a participar las cuatro primeras semanas del curso.

Esta reunión constará de dos partes: En la primera media hora, el Departamento de Orientación (en presencia también del tutor/a del aula) explicará el proyecto al alumnado y a sus padres/madres, y al finalizar, se realizará la dinámica del “teléfono escacharrado” para representar de una forma lúdica la importancia de una comunicación clara entre padres e hijos para que el mensaje sea comprendido de manera adecuada. Después de esto, el Departamento de Orientación y el tutor/a hablarán con el grupo de padres/madres acerca de los temas que típicamente suelen tratar al comienzo del curso. En la segunda media hora, el Departamento de Orientación realizará una presentación (con el apoyo visual de un PPT) en la que explicará al alumnado y a sus padres/madres los conceptos de la intervención humanista-sistémica que necesitan saber para posteriormente comprender los comentarios que realizará el Departamento de Orientación a cada consulta anónima.

Presentación PPT (con la explicación correspondiente en cada diapositiva)

(Notas para la explicación de las diapositivas: La atención y el director de orquesta son los más importantes (sobre todo el director de orquesta). Explicar cómo se relaciona la comunicación asertiva y efectiva con la teoría de los comportamientos enmascaradores (en padres e hijos). Explicar con un lenguaje más simple que la explicación que se ha puesto debajo de la tabla del modelo humanista estratégico)

○ **Diapositiva 1**

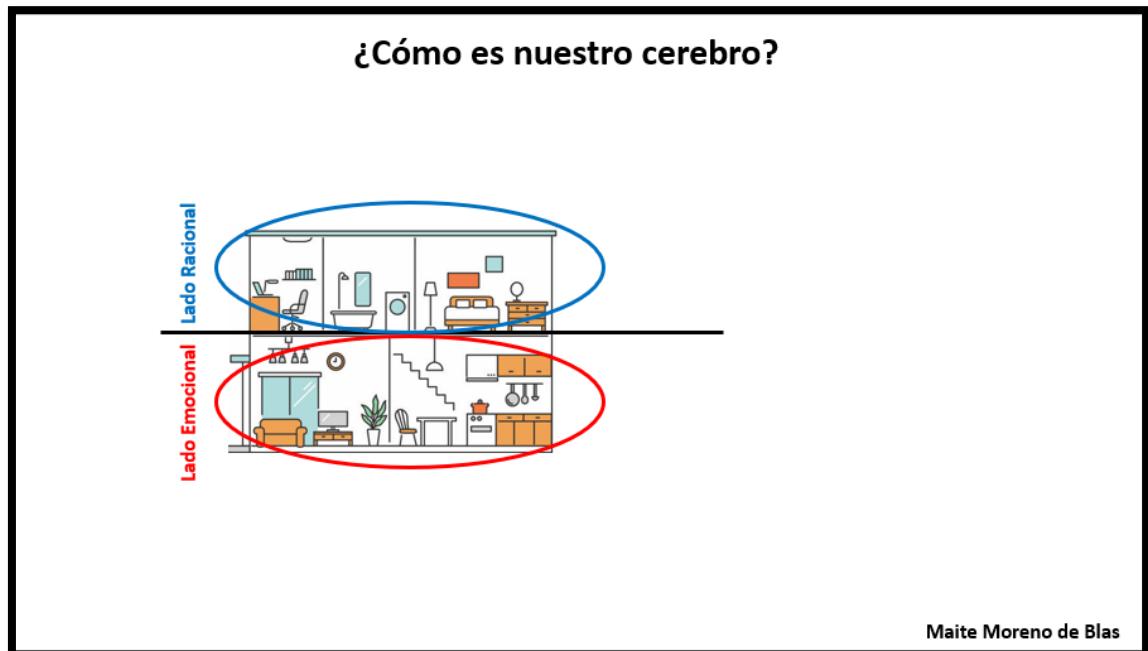
¿Cómo es nuestro cerebro?



Maite Moreno de Blas

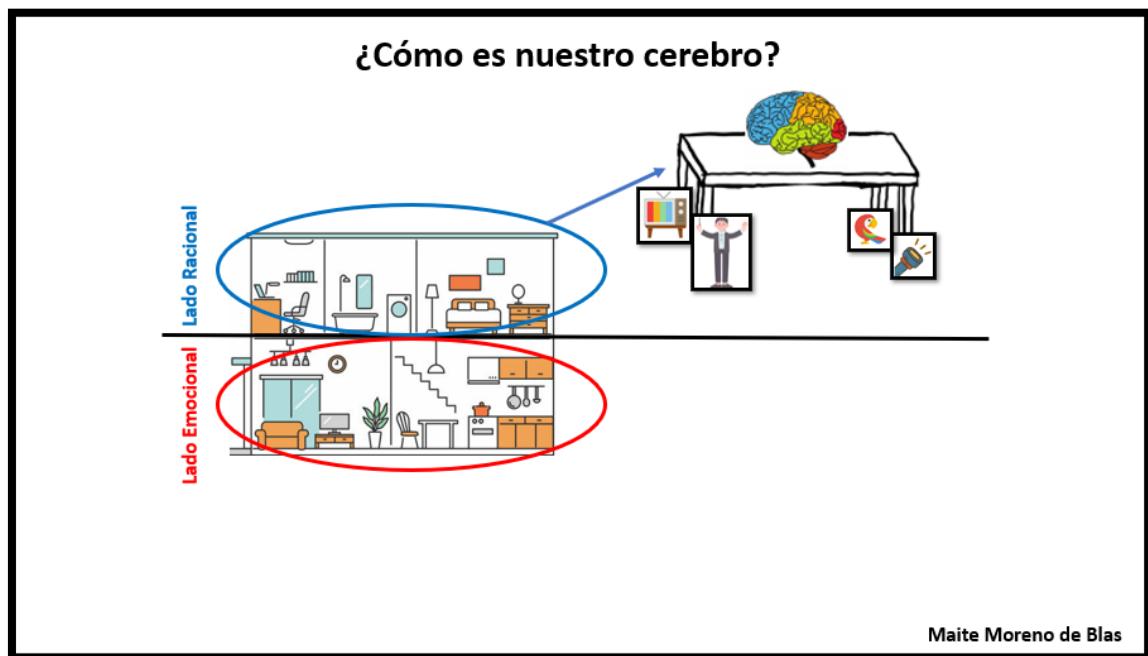
(.....)

- **Diapositiva 2**



(.....)

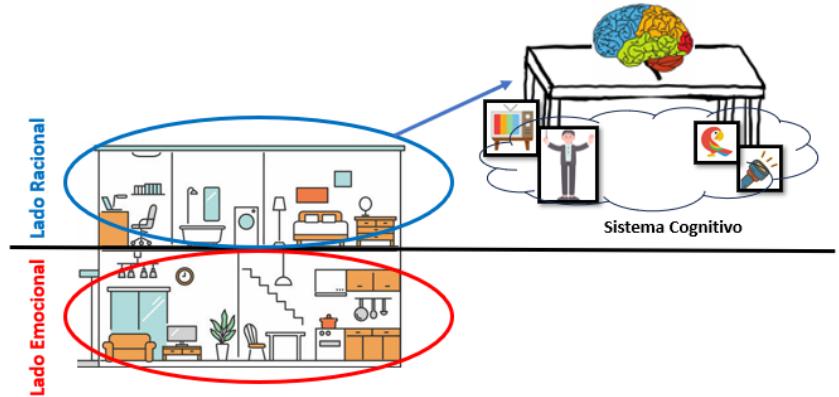
- **Diapositiva 3**



(.....)

- **Diapositiva 4**

¿Cómo es nuestro cerebro?

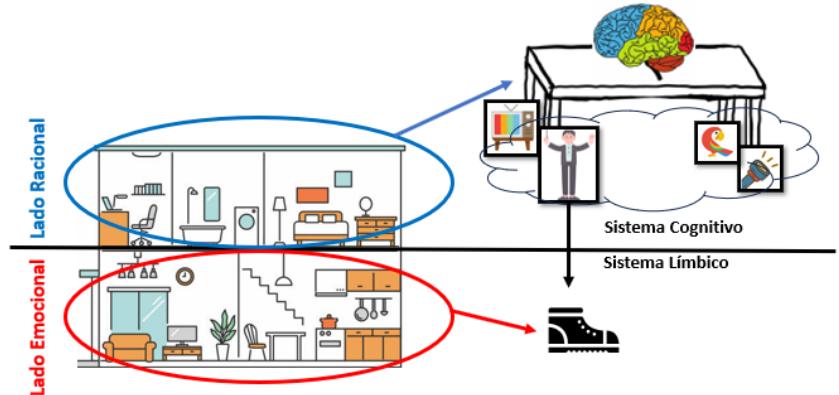


Maite Moreno de Bias

(.....)

- **Diapositiva 5**

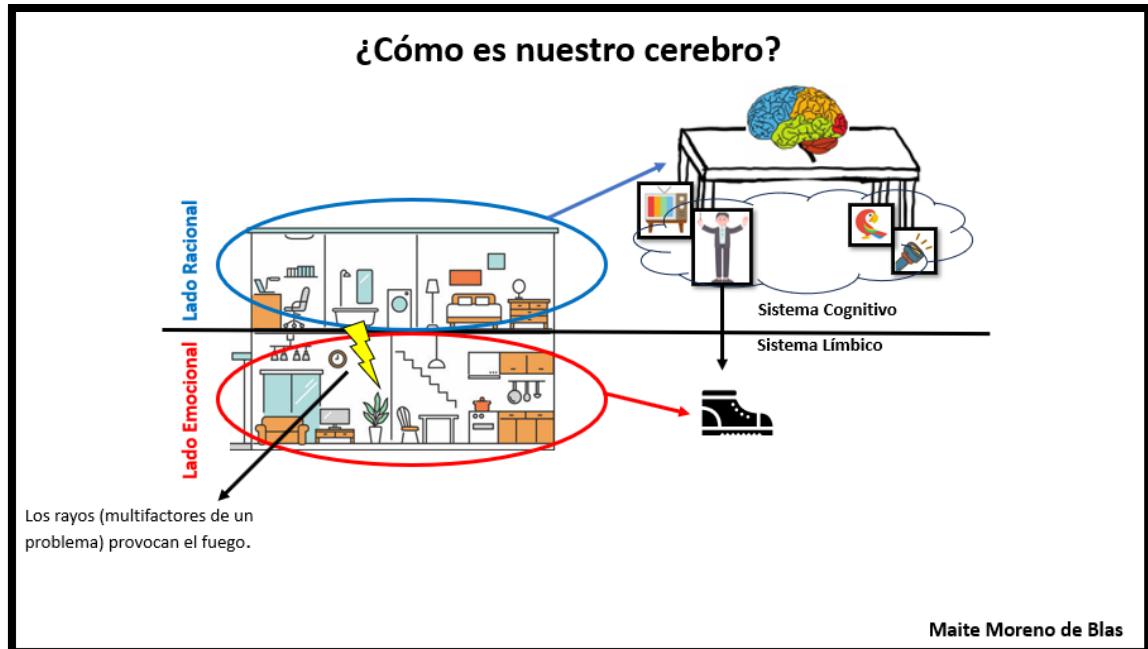
¿Cómo es nuestro cerebro?



Maite Moreno de Bias

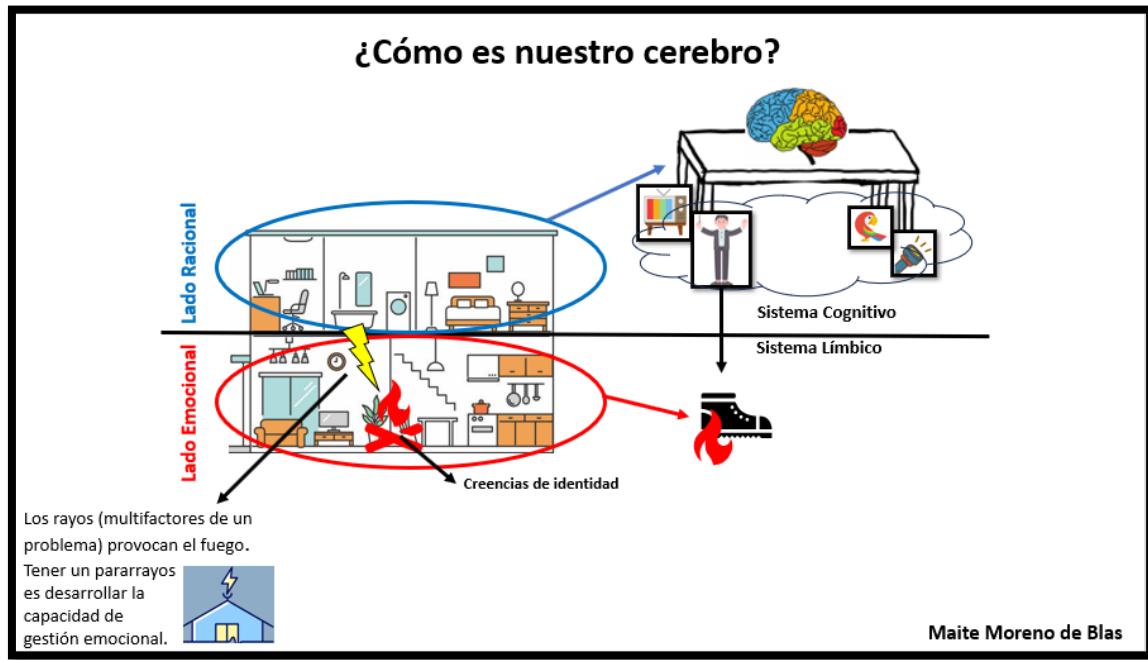
(.....)

- **Diapositiva 6**



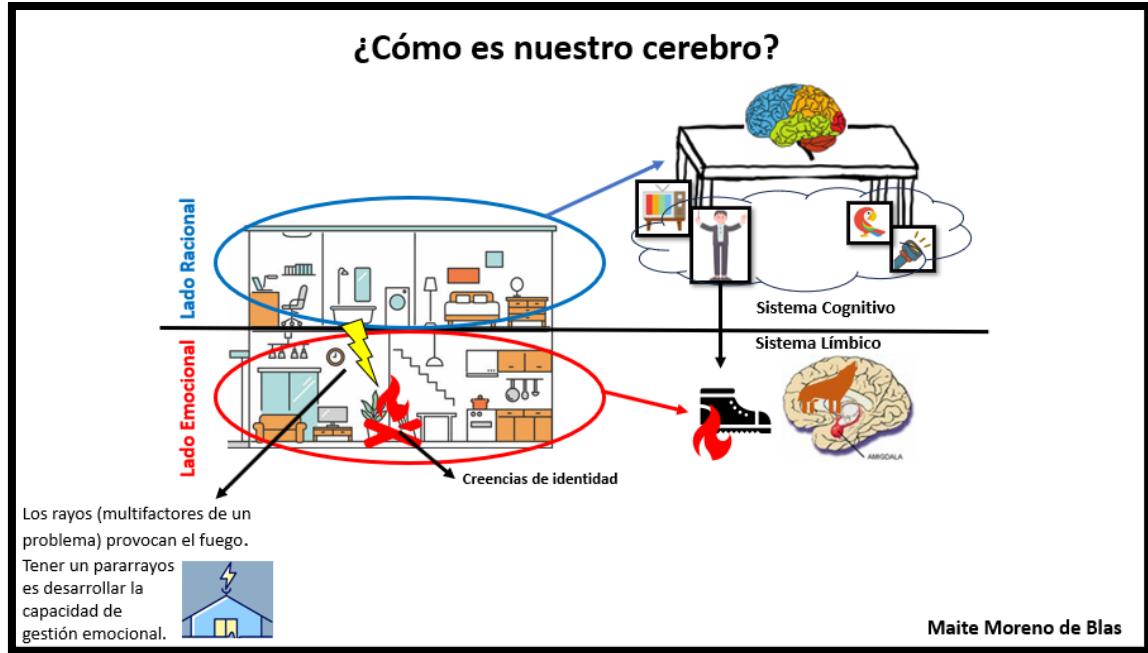
(.....)

- **Diapositiva 7**



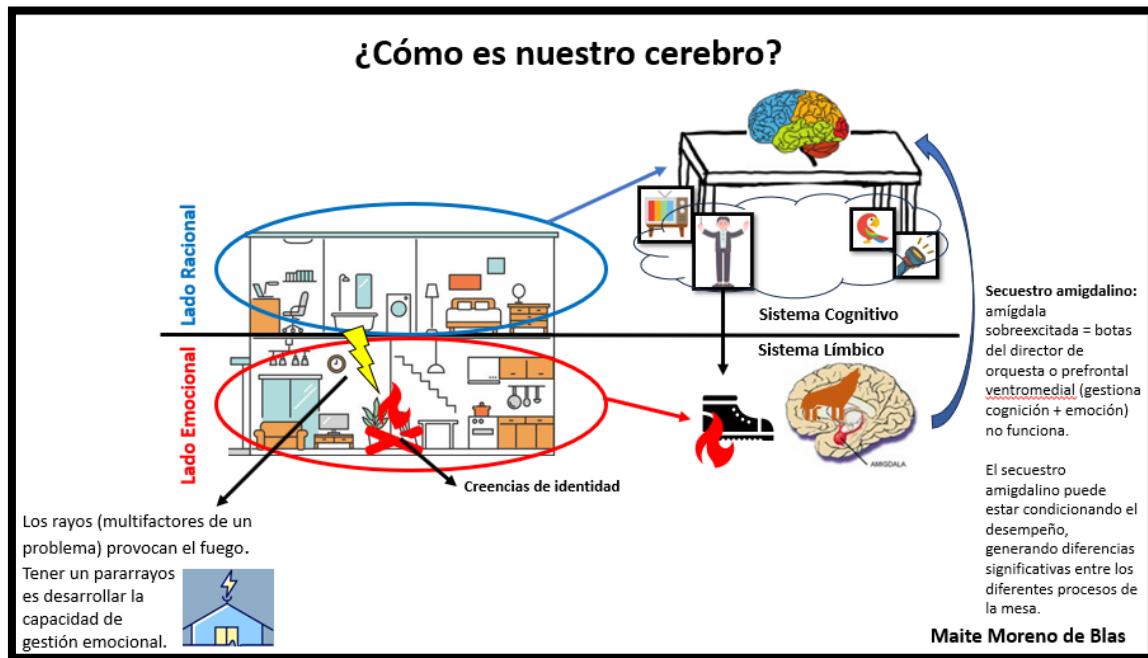
(.....)

- **Diapositiva 8**



(.....)

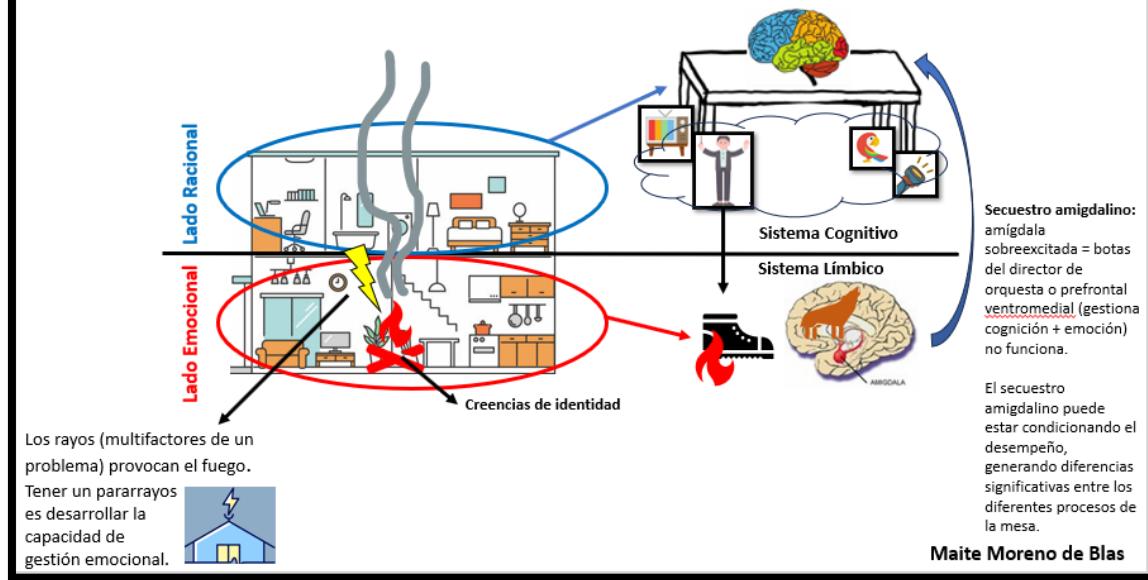
○ **Diapositiva 9**



(.....)

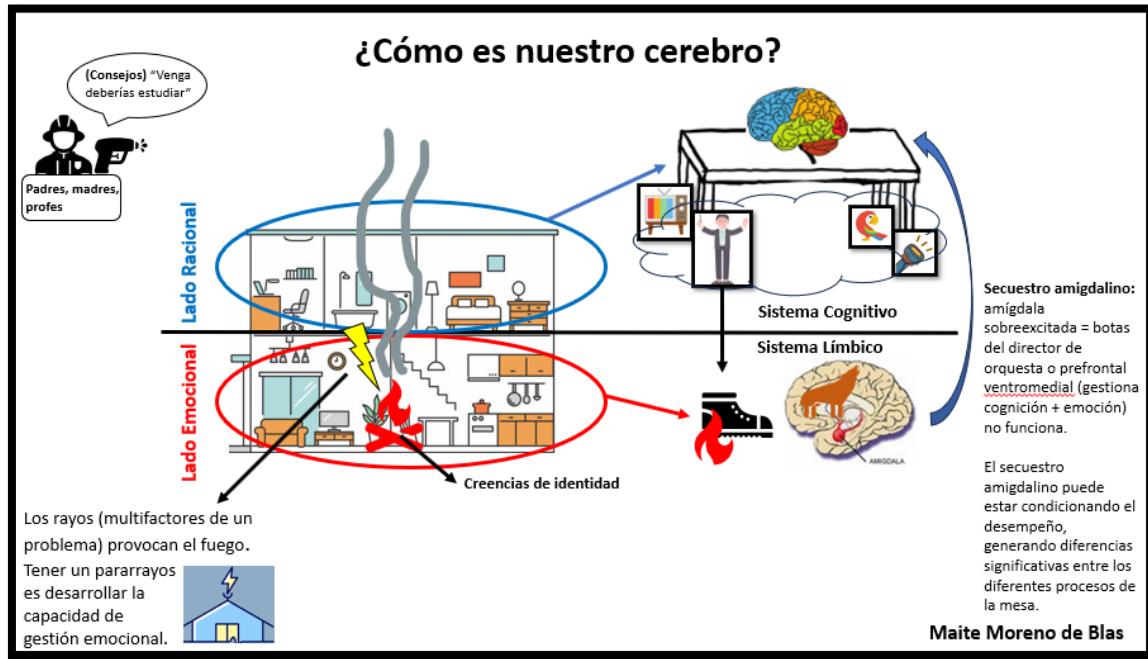
○ **Diapositiva 10**

¿Cómo es nuestro cerebro?



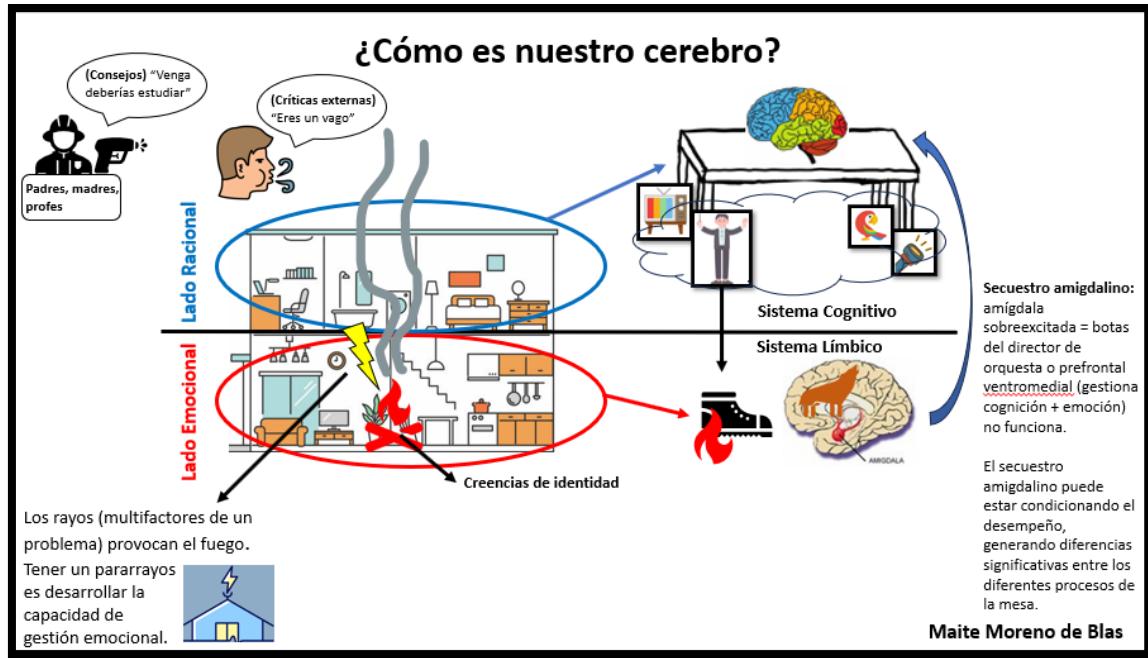
(.....)

- **Diapositiva 11**



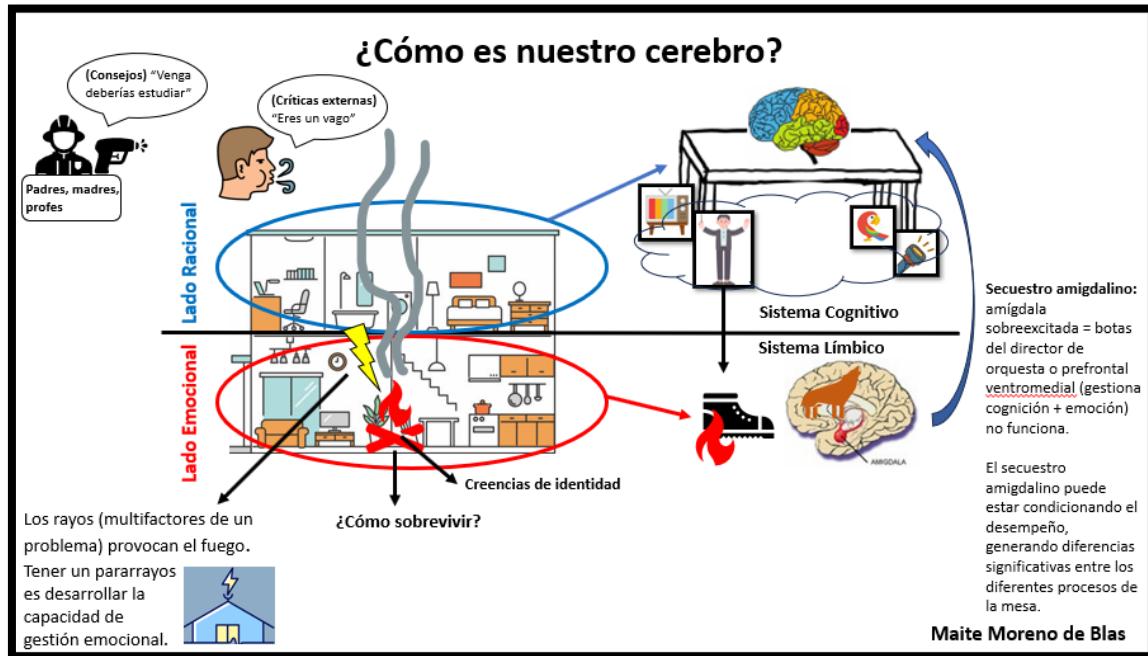
(.....)

- **Diapositiva 12**



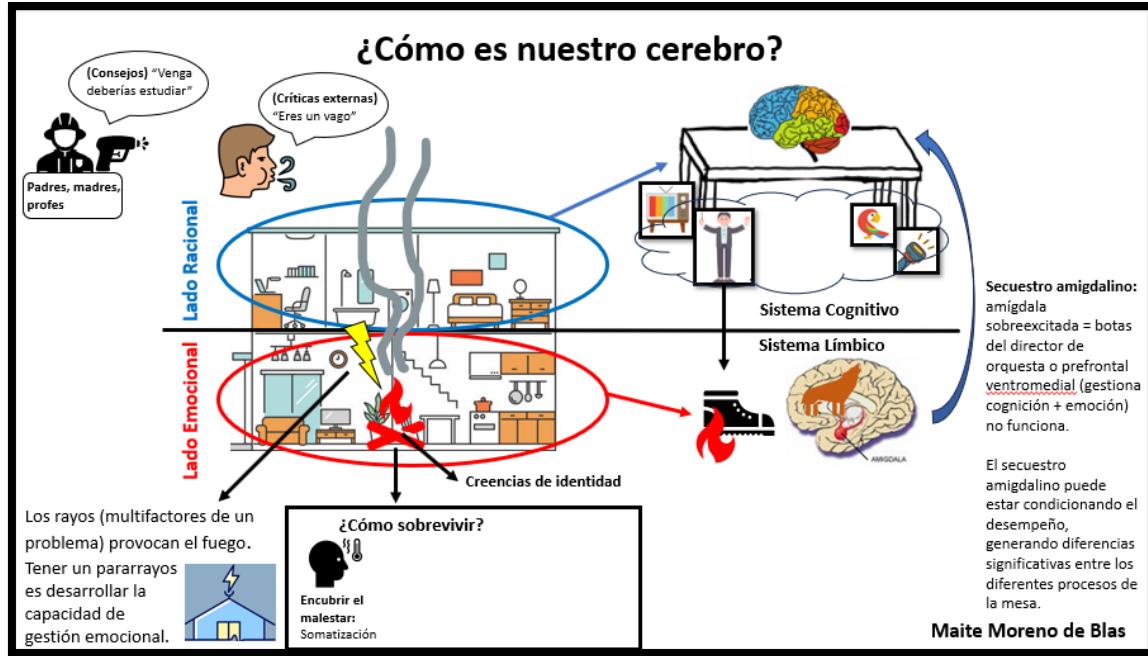
(.....)

○ **Diapositiva 13**



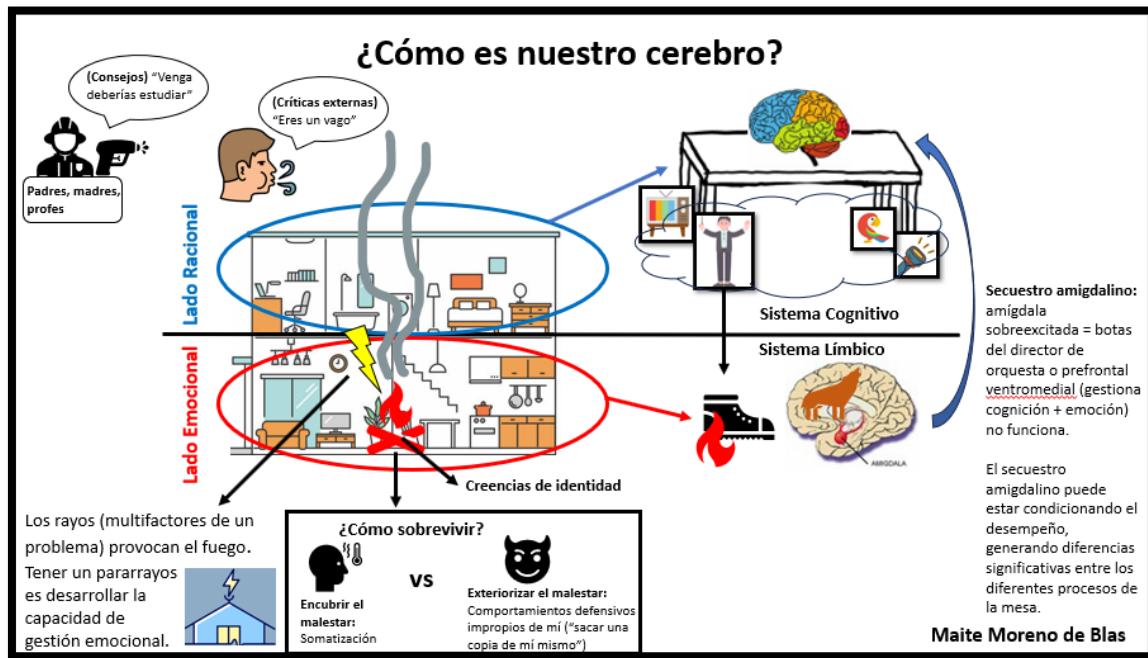
(.....)

○ **Diapositiva 14**



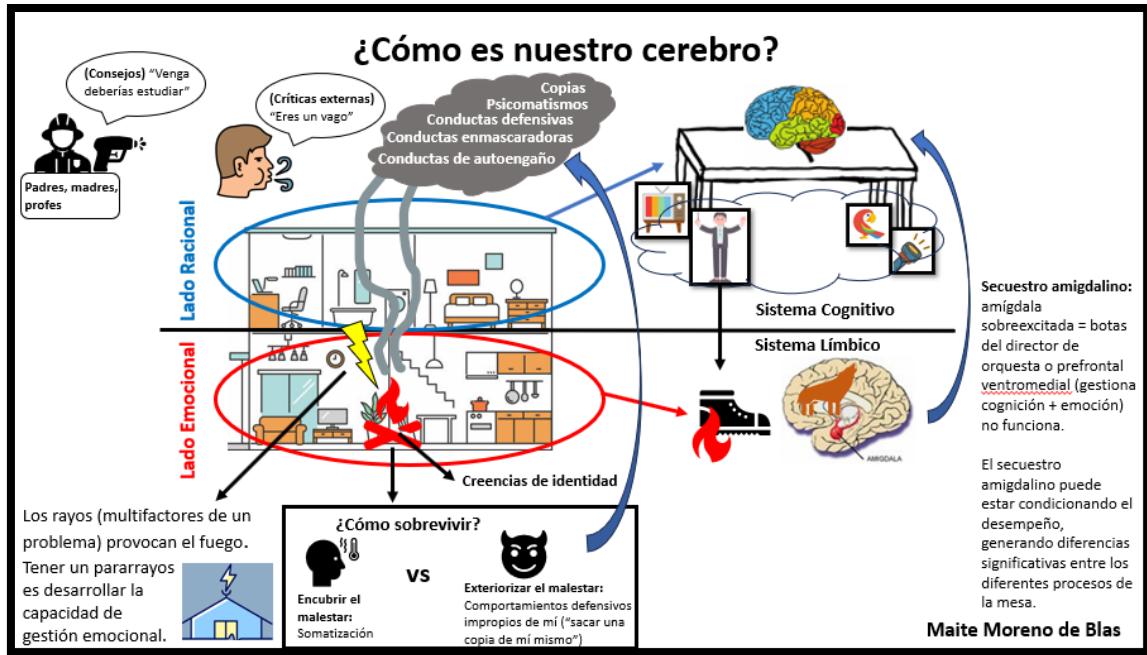
(.....)

○ **Diapositiva 15**



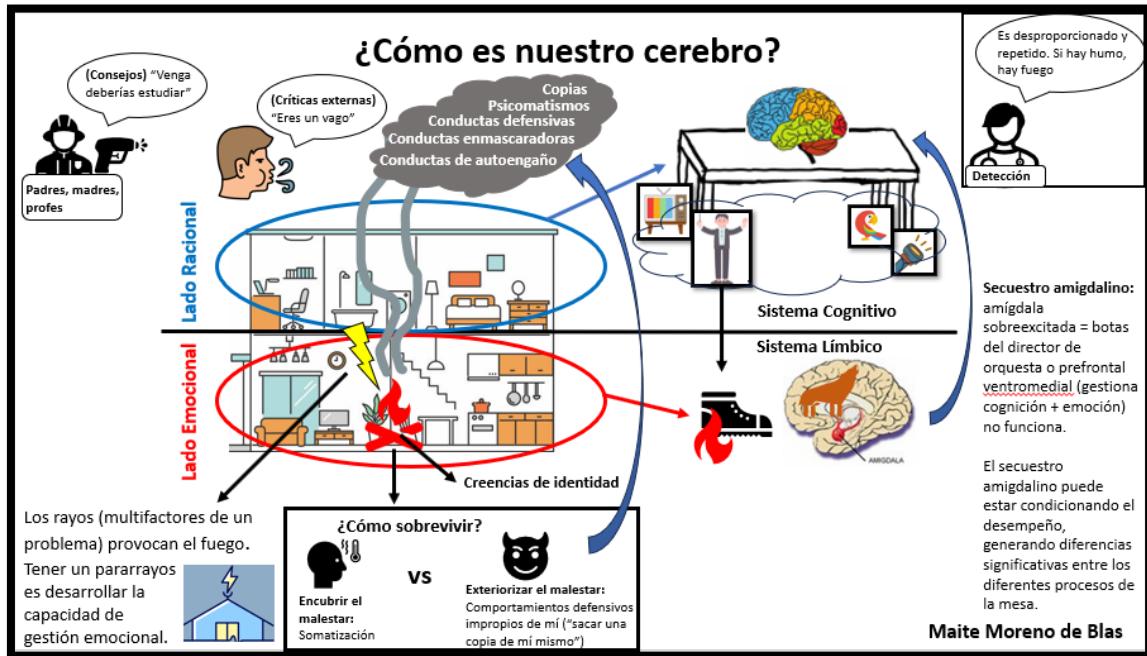
(.....)

○ **Diapositiva 16**



(.....)

○ **Diapositiva 17**



(.....)

○ **Diapositiva 18**



Maite Moreno de Blas

(.....)

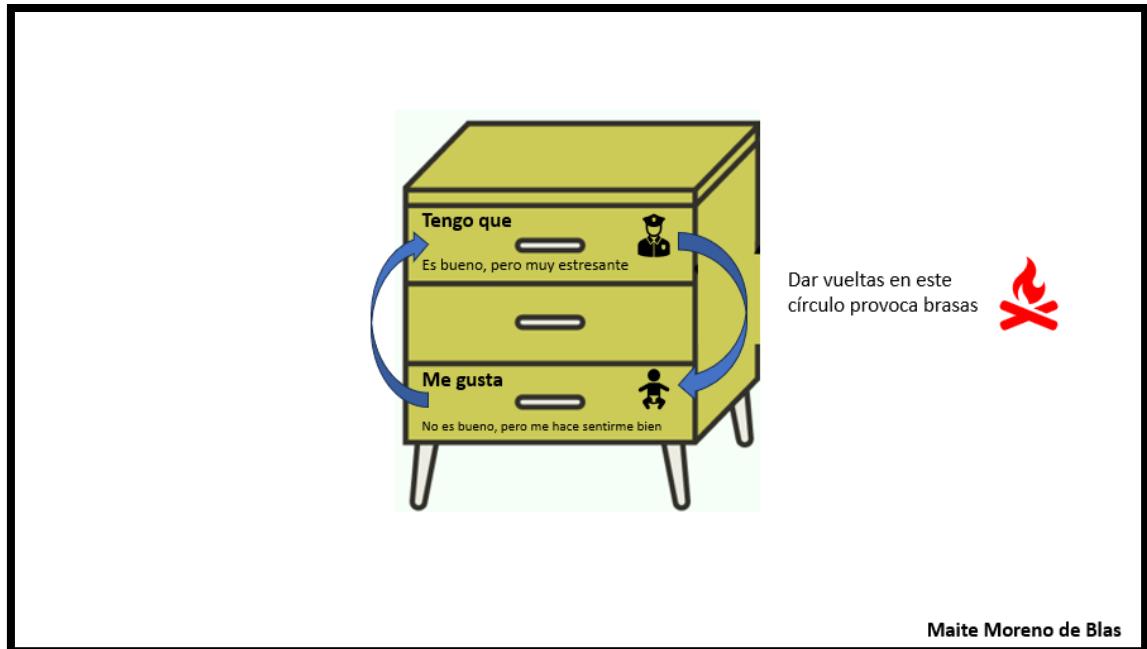
- **Diapositiva 19**



Maite Moreno de Blas

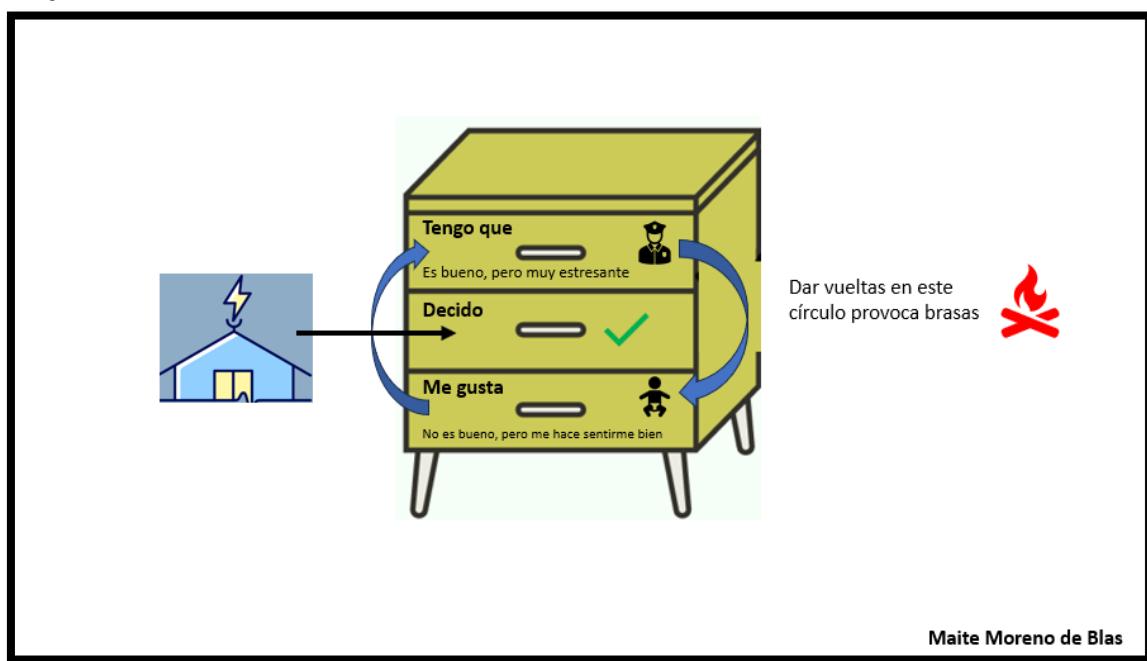
(.....)

- **Diapositiva 20**



(.....)

- **Diapositiva 21**



(.....)

- **Pasos a seguir para implementar en el aula de 1º de ESO el programa de actuación específico**

Paso 1	El orientador/a crea “el blog de consultas” (en un formato el cual no esté publicado en internet para proteger la privacidad). Para evitar indiscreciones del alumnado y que se filtre algo de esto en internet, el alumnado solo podrá tener acceso al
---------------	---

	contenido del blog durante los 30 minutos en los que se hable del blog en tutoría (con esto también se asegura que el alumnado conozca el contenido del blog, puesto que fuera del horario lectivo sería menos probable). Para los padres/madres, a ellos se les envía de forma confidencial una newsletter que se envía como mensaje de correo electrónico, para que puedan ver cuáles han sido las respuestas de los alumnos y el departamento de orientación en el blog (la visualización de la newsletter mediante el correo electrónico en el teléfono móvil también es una forma de facilitar a los padres el proyecto, puesto que no supone una inversión de tiempo extra en acudir a tutorías presenciales para estos temas).
Paso 2	El orientador/a coloca en el exterior de la puerta del Departamento de Orientación un buzón en el cual los alumnos/as y padres/madres pueden introducir de manera anónima papeles en los que venga escrito, bajo el pseudónimo de “padre/madre” o “alumno/a”, una consulta de un problema o preocupación (escrito a mano o a ordenador).
Paso 3	El orientador/a recoge cada viernes las notas que han sido depositadas en el buzón, escoge 3 y las transcribe al blog bajo el pseudónimo de “padre/madre anónimo/a” o “alumno/a anónimo”, y nombra cada consulta por un número.
Paso 4	En la hora de tutoría de la semana posterior, se destinará unos 30 minutos a que el tutor/a revise junto a los alumnos/as de la clase el blog y hagan un debate sobre qué responder al pseudónimo que escribió dicha consulta. Una vez que el grupo de la clase ha llegado a un consenso (con ayuda de mediadores, que podrían ser los delegados o cada semana cambiar de mediadores), el tutor/a del aula transcribe la respuesta consensuada por todos los alumnos bajo el pseudónimo de “grupo de alumnos/as”.
Paso 5	Una vez transcrita la respuesta, el tutor/a se la envía por correo al Departamento de Orientación y este se encarga de colocar dicha respuesta en la newsletter debajo de la consulta y, a continuación, el/la orientador/a ofrece una explicación con un lenguaje sencillo basado en el modelo humanista-estratégico que explique por qué ha surgido el conflicto, además de dar pequeñas claves sobre habilidades sociales, gestión de conflictos y educación emocional.

- **¿Cuáles serían los temas/preocupaciones previsibles a tratar en el blog?**

- **Por parte de los padres:** El cambio de etapa de Primaria a la ESO puede despertar muchas inquietudes entre las familias debido al cambio comportamental notorio que supone el comienzo de la adolescencia y la entrada al instituto (pudiéndose desarrollar posibles comportamientos enmascaradores en el proceso de adaptación a esta nueva etapa).
- **Por parte de los alumnos:** Problemas de convivencia (con sus padres/madres) derivados de una comunicación desajustada, falta de gestión emocional y de habilidades sociales, etc.

- **¿Por qué un blog?**

La gran carga de trabajo de los padres/madres en su día a día muchas veces repercute en el nivel de implicación que los padres/madres pueden llegar a alcanzar en el conocimiento de los conflictos emocionales de sus hijos, por eso, una herramienta como este blog puede llegar a esclarecer las dudas de los padres respecto a cómo tener una comunicación efectiva con los hijos, y estos, a su vez, pueden enviar dudas anónimas al blog para que desde el departamento de orientación les ayude a intentar solventar dudas y conflictos emocionales que no quieren confesar abiertamente. Este blog abierto a padres y alumnos funcionaría de manera indirecta como un portal de empatía, en el cual los padres e hijos pueden aprender a mirar ciertas situaciones desde otra perspectiva. Por otro lado, en este mismo blog, el departamento de orientación puede escribir aportaciones como por ejemplo sugerir diversas herramientas de ayuda. El formato del blog serviría para solventar un gran problema que afecta tanto a las familias como al departamento de orientación/profesorado: la falta de tiempo. El formato del blog es una manera simple y accesible de hacer llegar toda la información tanto a padres y a alumnos, puesto que hoy en día todos los padres/madres tienen correo electrónico y un acceso recurrente a los dispositivos electrónicos a diario.

Aclaraciones:

-El “blog” no sería realmente un blog de internet, sería un documento Word de fácil y rápida edición en el cual se presentase la información con un aspecto formal que recordaría a un blog.

-Como los padres tienen menos oportunidades de acercarse al instituto a dejar una nota anónima en el buzón del departamento de orientación, se podría considerar otras opciones, como el envío de correos electrónicos de padres/madres al departamento de orientación, con el asunto de “Blog de consultas” y bajo un acuerdo formal de privacidad de datos.

- **Evaluación del programa de actuación específico**

La evaluación de este proyecto se realizará al principio y al final (administrando a todos los agentes del proyecto sus respectivas herramientas de evaluación) para poder comparar (con la situación previa) los beneficios que han supuesto la implantación de este programa en el aula de 1º de ESO durante cuatro semanas. Las herramientas de evaluación que se van a utilizar en este proyecto son:

- **Para los alumnos:** Una rúbrica de autoevaluación.

Estado de mi convivencia en el centro	
---------------------------------------	--

Estado de mis habilidades de comunicación y negociación					
Estado de la comunicación con mi padre/madre					
Estado del valor que le doy a la escucha y a la comunicación empática y asertiva hacia mi padre/madre					
Estado del abordamiento de temas importantes para mi bienestar personal en esta etapa de mi vida					
Estado de mi capacidad de reflexión y de autocrítica					

- **Para los padres/madres:** Una encuesta de satisfacción.

	1	2	3	4	5
Estado de mi convivencia en el centro					
Estado de mis habilidades de comunicación y negociación					
Estado de la comunicación con mi hijo/a					
Estado del valor que le doy a la escucha y a la comunicación empática y asertiva hacia mi hijo/a					
Estado del abordamiento de temas importantes para el bienestar personal de mi hijo/a en la adolescencia					
Estado de mi capacidad de reflexión y de autocrítica					

- **Para el tutor/Departamento de orientación:** Una rúbrica de evaluación del desarrollo del proyecto.

Estado de la convivencia en el centro de los agentes implicados en el proyecto	
Estado de las habilidades de comunicación y negociación de los agentes implicados en el proyecto	
Estado de la comunicación (a rasgos generales) entre las familias-alumnado	
Estado del valor que le dan a la escucha y a la comunicación empática y asertiva los agentes implicados en el proyecto	

Estado del abordamiento de temas importantes para el bienestar personal del alumnado en la adolescencia	
Estado de la capacidad de reflexión y de autocritica de los agentes implicados en el proyecto	

5. Reflexión personal (2-4 hojas)

6. Aserciones finales (1-2 hojas)

Bibliografía

Comunidad de Madrid (2019). Decreto 32/2019, de 9 de abril, del Consejo de Gobierno, por el que se establece el marco regulador de la convivencia en los centros docentes de la Comunidad de Madrid. Boletín Oficial de la Comunidad de Madrid (BOCM). <https://www.bocm.es/eli/es-md/d/2019/04/09/32/con>

Fernández, M. M. (2002). Áreas prioritarias de la orientación en el contexto educativo. Una propuesta de revisión. *Educación* XX1, (5), 153-167.
https://scholar.google.com/scholar_url?url=https://www.redalyc.org/pdf/706/70600509.pdf&hl=es&sa=T&oi=gsr-r-ggp&ct=res&cd=0&d=3752777662408716248&ei=eFkjaY_SDY2v6rQPzvzsmAY&scisig=ABGrvJV2jYtBo0BKpGTum3HbHI1

Gutiérrez, J. M. (2015). *El adolescente normal. Cambios psicosociales en los adolescentes y en sus padres*. Alicante, Madrid, España.
<http://www.adolescenciaalape.com/sites/www.adolescenciaalape.com/files/Adolescente%20Normal%20Cambios%20Psicosociales.pdf>

Jefatura del Estado (2020). Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. Boletín Oficial del Estado (BOE), (340), 122868-122953. <https://www.boe.es/eli/es/lo/2020/12/29/3>

Miguel, M. F., & Islas, N. P. (2025). La comunicación entre padres e hijos adolescentes. Un estudio de caso mediante la orientación educativa.
<http://riexplora.upn.mx/jspui/bitstream/RIUPN/186155/1/4010%20-20UPN092LPFAMA2025.pdf>

Portal web del Ayuntamiento de Madrid (2012). Escuelas de padres y madres en todos los distritos.

<https://www.madrid.es/portales/munimadrid/es/Inicio/Actualidad/Noticias/Escuelas-de-padres-y-madres-en-todos-los-distritos/?vqnextfmt=default&vqnextoid=5714e92b01a57310VgnVCM2000000c205a0aRCRD&vqnextchannel=a12149fa40ec9410VgnVCM100000171f5a0aRCRD>

Timoneda, G. C. (1999). UNA PROPUESTA DE DIAGNÓSTICO E INTERVENCIÓN PSICOPEDAGÓGICA BASADA EN Y DESDE LA PRÁCTICA. Revista de Investigación Educativa, 1999 (Journal of Educational Research, 1999). INSTITUTION Interuniversity Association for Experimental Pedagogical, 17(2), 515-520.

<https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED473688.pdf#page=493>

Anexos (si procede)