

TRABAJO FIN DE MÁSTER

CURSO ACADÉMICO 2025-2026



PLAN DE ACCIÓN TUTORIAL PARA EL ACOPAÑAMIENTO EMOCIONAL DEL ALUMNADO EN RIESGO DE EXCLUSIÓN SOCIAL EN LA SEGUNDA ETAPA DE EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA

Titulación de Postgrado: Máster Universitario en Profesor de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato. Orientación

Autor/a: Ana López Nieto

Director/a: Mario Andrés Candelas

Modalidad: TFM de Plan de Acción

Fecha de presentación: 05/02/2026

Índice

1. Resumen	4
2. Introducción	5
3. Marco teórico	6
3.1. La adolescencia y su desarrollo emocional.....	6
3.2. La exclusión social y el alumnado en riesgo	8
3.3. La educación emocional en el centro educativo	9
3.4. La orientación educativa y el Plan de Acción Tutorial (PAT).....	11
3.5. Modelos y enfoques para una intervención emocional.	13
3.6. Marco normativo	14
3.6.1. Legislación educativa estatal	14
3.6.2. Marco normativo de la Comunidad de Madrid.....	15
4. Contextualización del centro educativo	16
4.1. Localización geográfica, nivel socioeconómico y recursos naturales de la zona	16
4.2. Ratio y línea de centro	16
4.3. Servicios del centro e instalaciones	17
4.4. Identidad del centro: valores y principios educativos	18
5. Plan de Acción Tutorial para el acompañamiento emocional del alumnado en riesgo de exclusión social en Educación Secundaria.	18
5.1. Justificación.....	18
5.2. Objetivos.....	19
5.3. Desarrollo de competencias	19
5.4. Detección de necesidades	20
5.5. Equipo educativo implicado	22
5.6. Metodología	24
5.7. Medidas de atención a la diversidad	25

5.8. Actividades	27
5.8. Fases del PAT	30
5.9. Recursos.....	32
5.10. Evaluación	33
7. Reflexión final	35
8. Bibliografía.....	38

1. Resumen

El presente trabajo de Fin de Máster tiene como finalidad diseñar un Plan de Acción Tutorial (PAT) orientado al acompañamiento emocional del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria en riesgo de exclusión social. Tomando el bienestar emocional como un elemento clave en el desarrollo integral de los alumnos y la prevención del abandono escolar temprano, se propone una intervención psicopedagógica preventiva e inclusiva, integrada en la dinámica habitual del centro educativo. El trabajo se basa en la educación emocional en el entorno escolar y en el papel de la orientación educativa y la acción tutorial como herramientas esenciales para atender la diversidad y promover su bienestar. Esta propuesta se contextualiza en un centro de ESO con presencia de un alumnado en situación de vulnerabilidad emocional y social. Entre sus objetivos, se encuentra el desarrollo de competencias socioemocionales, atención a la diversidad y dinámicas adaptadas a la etapa trabajada. El PAT incluye, además, un sistema de evaluación inicial, continua y final, con el fin de valorar su impacto y favorecer su continuidad. Se pretende ofrecer una propuesta práctica que ayude a favorecer el bienestar emocional de los alumnos en riesgo de exclusión social y a fomentar un entorno más inclusivo y comprometido con la educación integral de los estudiantes.

Palabras clave: PAT, exclusión social, vulnerabilidad, inclusión, preventiva, orientación educativa, educación emocional.

Abstract

This Master's Thesis aims to design a Tutorial Action Plan (TAP) focused on the emotional support of students in Compulsory Secondary Education who are at risk of social exclusion. Considering emotional well-being as a key element in students' holistic development and in the prevention of early school dropout, a preventive and inclusive psychoeducational intervention integrated into the school's daily dynamics is proposed. The study is based on emotional education within the school context and on the role of educational guidance and tutorial action as essential tools to address diversity and promote student well-being. This proposal is contextualized in a secondary education school with the presence of students experiencing emotional and social vulnerability. Among its objectives are the development of socio-emotional competencies, attention to diversity, and the implementation of activities adapted to the educational stage. The Tutorial Action Plan also includes an initial, ongoing, and final evaluation system in order

to assess its impact and promote its continuity. This work seeks to offer a practical proposal that contributes to improving the emotional well-being of students at risk of social exclusion and to fostering a more inclusive educational environment committed to students' holistic education.

Keywords: Tutorial Action Plan, social exclusion, vulnerability, inclusion, prevention, educational guidance, emotional education.

2. Introducción

Hoy en día, la educación no se puede limitar únicamente a la adquisición de contenidos académicos, sino también, debe englobar de manera íntegra el desarrollo personal, social y emocional de los estudiantes. La ausencia de un acompañamiento emocional correcto puede derivar en conflictos en la convivencia, falta de motivación, conductas disruptivas y en casos más graves, abandono escolar o absentismo.

Es por ello, por lo que, en la actualidad, el trabajo sobre competencias socioemocionales se ha convertido en clave para garantizar el bienestar del alumnado y favorecer una etapa educativa más funcional, estable y satisfactoria.

Durante la etapa de Educación Secundaria Obligatoria, y, sobre todo, en la etapa de la adolescencia, el alumnado se enfrenta a un periodo de importantes cambios emocionales, personales y sociales. Es una etapa caracterizada por la consolidación de la identidad personal, donde se intensifican las relaciones interpersonales y se desarrollan habilidades tan importantes como la empatía, la toma de decisiones o la regulación emocional.

Es por ello, por lo que el centro educativo se considera un espacio privilegiado para poder acompañar emocionalmente a los alumnos, donde la acción tutorial es esencial para prevenir dificultades y promover el completo bienestar de los estudiantes.

La necesidad de esta intervención se vuelve más evidente en este tipo de alumnado. Según Aldeas Infantiles (2023), el abandono escolar en España está directamente relacionado con factores como la pobreza, falta de apoyo emocional y educativo y la desigualdad social. Esto influye de manera directa con su bienestar personal y con las oportunidades de futuro de los adolescentes. Todo esto no solo hace más difícil continuar con sus estudios, sino que también incrementa el riesgo de exclusión social a medio y largo plazo.

Un correcto desarrollo de competencias socioemocionales tiene un impacto positivo en la convivencia en el aula y en la implicación de los estudiantes. Las intervenciones que están orientadas al aprendizaje emocional y social contribuyen de manera significativa al aprendizaje y a la mejora del bienestar de estudiantes en riesgo de exclusión social (Fernández-Martín et al. 2024). De la misma manera, contar con un servicio de apoyo socioemocional en la etapa de Secundaria es clave para favorecer el bienestar de los alumnos y su inclusión en el sistema educativo.

Dentro del marco educativo, la orientación educativo y la acción tutorial se considera fundamental para dar respuesta a estas necesidades. Mediante el Plan de Acción Tutorial (PAT) se puede elaborar y llevar a cabo una serie de propuestas estructuradas que ayuden a la regulación emocional, el autoconocimiento, el bienestar del alumnado y las habilidades sociales.

Con el presente Trabajo de Fin de Máster, se pretende diseñar un PAT orientado al acompañamiento emocional del alumnado de la segunda etapa de Educación Secundaria Obligatoria, poniendo especial atención en aquellos alumnos que se encuentran en riesgo de exclusión social. La propuesta se centra en el desarrollo de competencias socioemocionales basándose en una metodología reflexiva, preventiva y participativa, cuyo objetivo es mejorar la adaptación al entorno escolar, fortalecer y mejorar el bienestar emocional y prevenir el abandono escolar.

3. Marco teórico

3.1. La adolescencia y su desarrollo emocional

La adolescencia representa una de las etapas más importantes de la vida de un individuo. Constituye una etapa de transición entre la infancia y la adultez, marcada por grandes cambios biológicos, cognitivos, emocionales y sociales, que influyen directamente en el desarrollo de su identidad y bienestar psicológico.

Diversos estudios (Viejo et al. 2015; Armenta-Hernández, 2018) afirman que se trata de una etapa de reorganización emocional donde los adolescentes experimentan cambios en el estado de ánimo, mayor intensidad emocional y afectiva y donde su necesidad de autonomía se incrementa, a la vez que deben enfrentarse a exigencias cada vez más complejas en ámbitos académicos, familiares y sociales.

El desarrollo emocional adolescente lleva implícito aprender a reconocer, entender y gestionar diferentes emociones, a la vez que desarrollan una serie de habilidades que les ayudan a establecer relaciones entre iguales más saludables y duraderas (Office of Population Affairs, 2023).

Desde la perspectiva del desarrollo neurobiológico, la adolescencia es un momento especialmente sensible provocado por la maduración desigual de las estructuras cerebrales implicadas en el control ejecutivo y las emociones. Partes como la amígdala, relacionada con la parte emocional, tienen un desarrollo temprano, mientras que la corteza prefrontal (responsable de la regulación emocional, el autocontrol y la toma de decisiones), sigue madurando hasta la adultez temprana.

A su vez, estudios en neurociencia como el de Shulman et al. (2016) indican que esta reorganización cerebral genera una ventana de vulnerabilidad, pero también de oportunidad ya que el cerebro en la etapa de la adolescencia es plástico y sensible a la influencia de su entorno.

La regulación emocional, entendida como la capacidad para manejar la intensidad y expresar las emociones, se encuentra en pleno desarrollo durante la adolescencia. Esta etapa se caracteriza por mayor sensibilidad al estrés y a las recompensas sociales, pudiendo derivar en dificultades para gestionar emociones más complejas si no se cuenta con una red de apoyo adecuada (Casey, 2015).

La literatura científica hace referencia a que, déficits en la regulación emocional están asociados con conductas de riesgo, problemas de ansiedad, bajo rendimiento académico y conflictos en la convivencia (Aldao, A et al. 2016). Sin embargo, un desarrollo correcto de esta competencia está directamente relacionado con una mejor adaptación escolar, mejor autoestima y mayor capacidad de resiliencia.

Es importante señalar que el entorno familiar y el escolar desempeñan un papel fundamental en el desarrollo emocional de un adolescente. Morris et al. (2017) afirman que la calidad de las relaciones parentales y el apoyo socioemocional son factores determinantes para la adquisición de estrategias de regulación emocional eficaces.

En el ámbito educativo, es importante destacar la importancia de que los centros escolares ofrezcan espacios de apoyo y acompañamiento emocional que contribuyan a reducir el impacto de situaciones de estrés, presión académica o dificultades sociales. Cuando el

alumnado se encuentra en una situación de riesgo de exclusión social, estas necesidades pueden incrementarse, actuando como un factor de riesgo, ya que la presencia de problemas familiares o socioeconómicos puede aumentar la vulnerabilidad del adolescente y con ello, dificultar su adaptación a la vida educativa y al aula.

Es por ello, por lo que entender el desarrollo emocional de un adolescente es fundamental para poder elaborar cualquier propuesta orientada al bienestar de los estudiantes. La combinación de cambios neurobiológicos, sociales, personales y contextuales, dan lugar a que la adolescencia sea una etapa tan delicada como decisiva para la adquisición de habilidades emocionales.

3.2. La exclusión social y el alumnado en riesgo

El concepto de alumnado en riesgo de exclusión social hace referencia a aquellos estudiantes que, debido a una combinación de factores personales, familiares, socioeconómicos y escolares, presentan mayor probabilidad de experimentar dificultades en su trayectoria educativa y de quedar desvinculados del sistema educativo de manera progresiva.

La UNESCO (2020) indica que la exclusión social no debe entenderse como una situación puntual, sino como un proceso dinámico y acumulativo que puede manifestarse a través del absentismo, bajo rendimiento académico, desmotivación escolar, dificultades de convivencia o abandono educativo temprano.

Diversos estudios (OECD, 2018; Renta, 2019) señalan que la exclusión educativa está directamente vinculada con situaciones de desigualdad social. Factores como la pobreza, la precariedad laboral de las familias, el bajo nivel educativo parental, la inestabilidad familiar o la pertenencia a contexto socialmente desfavorecidos incrementan significativamente el riesgo de fracaso y abandono escolar en la etapa de Educación Secundaria Obligatoria.

Hay múltiples factores de riesgo directamente asociados a la exclusión social en los adolescentes. Entre ellos, destacan el bajo rendimiento académico, las experiencias escolares negativas, la falta de apoyo familiar, relaciones conflictivas entre iguales o con el profesorado, problemas emocionales o de salud mental.

Maynard et al. (2019) hicieron un estudio donde se evidenciaba que los factores citados en el párrafo anterior suelen interactuar entre sí, aumentando así la probabilidad de

absentismo y abandono escolar cuando no se interviene de manera preventiva. A su vez, Van Breda y Theron (2022) subrayan que el sentimiento de desconexión emocional con el centro educativo constituye un predictor clave del abandono escolar temprano.

En el caso del alumnado adolescente, el riesgo de exclusión social tiene importantes implicaciones emocionales. La vivencia continuada de dificultades académicas o falta de pertenencia puede generar sentimientos de frustración, baja autoestima, ansiedad y desmotivación, afectando de manera negativa al bienestar psicológico del alumnado (García – García y Vázquez, 2021). Estas dificultades, a su vez, pueden reforzar conductas de evitación escolar, conflictos de convivencia o rechazo hacia la institución educativa.

Es importante señalar que el acompañamiento y el apoyo socioemocional actúan como factores protectores frente a la exclusión social. La existencia de vínculos significativos con el profesorado, tutores u orientadores, un clima escolar positivo y programas de apoyo emocional, contribuyen a mejorar la permanencia escolar y el bienestar del alumnado en contextos de mayor vulnerabilidad.

Es en este sentido, donde la acción tutorial adquiere un papel fundamental para poder detectar de manera temprana posibles casos, para actuar ante las necesidades, el acompañamiento emocional y la promoción de la integración e inclusión educativa.

3.3. La educación emocional en el centro educativo

La educación emocional ha adquirido en los últimos años mayor relevancia dentro del ámbito educativo, sobre todo al conocerse el papel fundamental que ocupa en el desarrollo integral de los alumnos (Oriola y Gustems, 2015). Con la educación emocional se busca favorecer el bienestar personal, la convivencia y la inclusión, a la vez que se atienden las necesidades sociales y emocionales del alumnado.

Es en ese sentido, donde el centro educativo se convierte en un espacio único para el correcto desarrollo de competencias emocionales, sobre todo durante la etapa de Educación Secundaria Obligatoria, donde los adolescentes se enfrentan a importantes cambios, tanto personales como sociales.

Desde una perspectiva más teórica, el psicólogo y pedagogo Rafael Bisquerra (2013) define la educación emocional como un proceso educativo, continuo y permanente, cuyo

objetivo es el desarrollo de competencias emocionales con el fin de capacitar a las personas con herramientas para afrontar de manera eficaz los retos de la vida cotidiana.

Dichas competencias incluyen, la regulación emocional, autonomía emocional, conciencia emocional y habilidades para la vida y el bienestar. En un estudio del propio Bisquerra junto a Pérez González (2021), se ha demostrado que el desarrollo de estas competencias está asociado con una mejora del ajuste emocional, reducción de los conflictos interpersonales y un incremento del rendimiento académico.

La educación emocional, en el contexto escolar, contribuye de manera significativa a la creación de un clima educativo positivo. Investigaciones recientes señalan que los centros que integran programas de educación emocional de forma sistemática presentan menores niveles de conflictos, mayor cohesión grupal y un aumento del sentimiento de pertenencia del alumnado (OECD, 2021).

Todos estos aspectos resultan especialmente relevantes en centros educativos donde el alumnado se encuentra en una situación de vulnerabilidad social, momento en el que las dificultades emocionales pueden verse intensificadas por factores externos al ámbito escolar.

Asimismo, organismos como la UNESCO (2021) insisten en la importancia de promover el bienestar emocional del alumnado, ya que es un elemento clave para poder garantizar una educación equitativa e inclusiva.

En este sentido, la educación emocional se concibe como una herramienta preventiva que permite la detección de situaciones de riesgo, exclusión o malestar de manera temprana, favoreciendo respuestas educativas ajustadas a las necesidades de cada alumno.

Para los adolescentes en riesgo de exclusión social, el desarrollo de competencias emocionales puede actuar como un factor protector, fortaleciendo la resiliencia, la autoestima y la capacidad para afrontar situaciones adversas.

En la etapa de Educación Secundaria Obligatoria, y sobre todo en 4º de ESO, la educación emocional tiene mayor relevancia debido a las altas demandas académicas, sociales y personales a las que se enfrentan los estudiantes.

Una buena acción tutorial se presenta como un espacio idóneo donde trabajar estas competencias, favoreciendo la reflexión emocional, el autoconocimiento y la mejora de

relaciones interpersonales. De esta manera, la incorporación de la educación emocional en el centro educativo no responde únicamente a la necesidad del desarrollo adolescente, sino que también, se convierte en una estrategia clave para fomentar el bienestar, la inclusión y la igualdad de oportunidades.

3.4. La orientación educativa y el Plan de Acción Tutorial (PAT)

La orientación educativa constituye un elemento esencial en el sistema educativo actual. Está orientado a favorecer el desarrollo integral del alumnado y a garantizar una educación equitativa e inclusiva.

En el contexto de la Educación Secundaria Obligatoria, la orientación tiene una especial relevancia, debido a la complejidad de las demandas académicas, personales y sociales que afronta el alumnado adolescente.

Desde una perspectiva psicopedagógica, la orientación educativa está concebida como un proceso continuo, preventivo y sistemático que acompaña al alumnado a lo largo de su trayectoria escolar, cubriendo tanto sus necesidades académicas, como personales y emocionales (Bisquerra y Álvarez, 2018).

La normativa educativa vigente refuerza esta concepción integral de la orientación. La LOMLOE (Ley Orgánica 3/2020) enfatiza la importancia de la atención a la diversidad, el bienestar emocional y la prevención del abandono escolar temprano, dando a la orientación educativa un papel clave en la promoción de la igualdad de oportunidades.

Es por ello por lo que, los departamentos de orientación y los tutores se convierten en agentes fundamentales para la detección temprana de dificultades, el acompañamiento emocional y la coordinación de medidas de apoyo dirigidas al alumnado en situación de vulnerabilidad.

Dentro de la acción del orientador, se encuentra el Plan de Acción Tutorial (PAT), herramienta básica para la planificación y desarrollo de actuaciones dirigidas al acompañamiento personal, social y educativo del alumno. El PAT permite estructurar de forma sistemática las actividades de tutoría, el seguimiento individualizado de cada alumno y la coordinación entre diferentes agentes educativos, favoreciendo una intervención coherente y adaptada a las necesidades del centro y de sus estudiantes (Álvarez y Bisquerra, 2012).

En la etapa de Secundaria, el PAT resulta especialmente relevante para abordar aspectos más relacionados con la convivencia, el entorno, la educación emocional, la orientación académica y profesional y la prevención en situaciones de riesgo.

Diferentes estudios realzan, que cuando una acción tutorial se desarrolla de manera planificada y desde una perspectiva preventiva, contribuye a mejorar el clima escolar, el sentimiento de pertenencia y el bienestar emocional del alumnado (OECD, 2021). En particular, el acompañamiento emocional desde la tutoría se ha identificado como un factor protector frente al fracaso escolar, el absentismo y la exclusión educativa, sobre todo en el caso de aquellos estudiantes que presentan dificultades socioeconómicas o personales (Van Breda y Theron, 2018).

La figura del tutor o tutora como adulto de referencia, ocupa un papel fundamental en la creación de un clima de confianza que facilite la expresión emocional y la detección de necesidades.

Desde una perspectiva inclusiva, el PAT no debe limitarse a intervenciones puntuales, sino que tiene que integrarse en el proyecto educativo del centro como un punto transversal. La orientación y la tutoría, en coordinación con el resto del equipo docente y con las familias, ayudan a poder desarrollar estrategias que atienden a la diversidad del alumnado y fomenten su participación activa en el aula.

Es en este sentido, como la educación emocional se convierte en un contenido prioritario del PAT, ya que facilita el desarrollo de competencias socioemocionales necesarias para la adaptación escolar y social de los estudiantes (Bisquerra, 2013).

En el caso del alumnado en riesgo de exclusión social, la orientación educativa y el Plan de Acción Tutorial adquieren un valor estratégico. Mediante intervenciones estructuradas, un seguimiento individualizado y actividades grupales centradas en el bienestar emocional, el PAT contribuye a reducir situaciones de vulnerabilidad, fortalecer la resiliencia y favorecer la inclusión educativa.

Con todo ello, es como la acción tutorial se consolida como un espacio creado para el acompañamiento emocional del alumnado y para la construcción de un entorno educativo más seguro, justo y emocionalmente saludable.

3.5. Modelos y enfoques para una intervención emocional.

La intervención emocional en el ámbito educativo requiere apoyarse en modelos teóricos que orienten la práctica y garanticen actuaciones fundamentadas, éticas, coherentes y eficaces.

En la etapa de Educación Secundaria, y sobre todo, cuando se trabaja con alumnado en riesgo de exclusión social, es imprescindible darle un enfoque holístico que contemple tanto el desarrollo individual como la influencia del entorno escolar, familiar y social.

Uno de los modelos más influyentes es el modelo de competencias emocionales de Bisquerra (2021), que concibe la educación emocional como un proceso educativo orientado al desarrollo de un conjunto de competencias básicas: regulación emocional, autonomía emocional, competencia social, conciencia emocional y habilidades para la vida y el bienestar. Este modelo permite estructurar la intervención emocional de forma sistemática y progresiva, adaptándola a las diferentes etapas educativas.

Diferentes estudios hacen evidencia de que los programas basados en el desarrollo de competencias emocionales contribuyen a mejorar el bienestar psicológico del alumnado, el entorno escolar y la prevención de conductas disruptivas y problemáticas (Bisquerra y Pérez, 2021).

Otro enfoque relevante es el modelo ecológico del desarrollo humano, propuesto por Bronfenbrenner (1994), que entiende el desarrollo emocional del alumnado como el resultado de la interacción entre diferentes sistemas (familia, colegio, comunidad y contexto sociocultural).

Desde esta perspectiva, la intervención emocional no se puede centrar únicamente en el sujeto, sino que también, debe tener en consideración el entorno educativo como un agente activo de riesgo o de protección (Bronfenbrenner y Morris, 2006).

En el caso del alumnado en riesgo de exclusión social, este modelo resulta especialmente importante, ya que ayuda a analizar cómo las condiciones socioeconómicas, familiares y escolares influyen en el bienestar emocional y en su trayectoria educativa.

Asimismo, el enfoque de la resiliencia hoy en día ha adquirido un papel relevante en la intervención con adolescentes en contexto de vulnerabilidad. Este constructo se define como capacidad de adaptación de un ser vivo ante un agente perturbador o situación

adversa, y la capacidad de un sistema para recuperar su estado inicial tras una perturbación (Real Academia Española, 2026).

Por su parte, Theron (2020) la define como la capacidad para adaptarse de manera positiva a situaciones adversas y desarrollar recursos personales a pesar de las dificultades. Es importante señalar que la presencia de figuras de referencia en el centro educativo, un clima escolar positivo y dar oportunidades para el desarrollo emocional, actúan como factores protectores que favorecen la resiliencia del alumnado en riesgo (Van y Theron, 2022). Desde esta perspectiva, la acción tutorial y el acompañamiento emocional se convierten en herramientas clave para fortalecer los recursos personales y sociales del alumnado.

Por último, desde una perspectiva más inclusiva, la intervención emocional debe ir en la línea de una educación inclusiva, que fomente la atención a la diversidad, la equidad y la participación de todo el alumnado. Ainscow (2020) subraya que las escuelas inclusivas son aquellas capaces de identificar y eliminar barreras para el aprendizaje y la participación, incluyendo aquellas de carácter emocional y relacional.

En este sentido, los modelos de intervención emocional tienen que adaptarse a las características del alumnado y del contexto, ofreciendo siempre respuestas flexibles y preventivas que favorezcan el bienestar y la inclusión.

3.6. Marco normativo

La intervención educativa, especialmente en lo relativo al acompañamiento emocional, la tutoría y la orientación escolar, se sustentan en un marco jurídico-legal vigente que regula la Educación en España y en las Comunidades Autónomas.

Este marco tiene como finalidad garantizar los derechos del alumnado, promover la equidad y establecer responsabilidades del profesorado y de los centros educativos en la atención a las necesidades individuales del alumnado, entre ellas, las de carácter socioemocional.

3.6.1. Legislación educativa estatal

A nivel estatal, la normativa básica que regula el sistema educativo español es **la Ley Orgánica 3/2020 del 29 de diciembre (LOMLOE)**. Esta ley establece como principios fundamentales del sistema educativo la equidad, la inclusión educativa y la atención al desarrollo integral del alumnado, incluyendo su bienestar emocional y social

La **LOMLOE** da un papel relevante a la orientación educativa y a la acción tutorial, ya que las considera parte esencial de la función docente y de la organización pedagógica de los centros educativos. En este sentido, la tutoría se concibe como un espacio de acompañamiento personal, académico y social que contribuye a la prevención de dificultades, al seguimiento individualizado del alumnado y a la mejora de la convivencia escolar.

El **Real Decreto 217/2022 del 29 de marzo** regula la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria, establece que la acción tutorial y la orientación deben acompañar al alumnado a lo largo de toda la etapa, prestando especial atención a la diversidad de necesidades y favoreciendo la toma de decisiones académicas y profesionales. Esta normativa refuerza la importancia de un enfoque preventivo y personalizado, sobre todo relevante para el alumnado que se encuentra en situación de vulnerabilidad o riesgo de exclusión social.

3.6.2. Marco normativo de la Comunidad de Madrid

A nivel autonómico, la CAM cuenta con una normativa propia donde desarrolla los principios generales recogidos en la legislación estatal, adaptándolos al contexto educativo de la comunidad.

Entre las principales normativas se encuentra la **Orden 130/2023 del 23 de enero** donde se regulan distintos aspectos organizativos de Educación Secundaria y establece que la acción tutorial forma parte de la función docente, siendo responsabilidad del profesor tutor el acompañamiento del alumno, la coordinación con la familia y la promoción del desarrollo personal y social del grupo.

La **Orden 1712/2023 del 19 de mayo** argumenta que los centros educativos deben incluir las líneas generales de la acción tutorial en su proyecto educativo y concretarlas anualmente a través del Plan de Acción Tutorial (PAT), que forma parte de la programación general anual. Este plan debe contemplar actuaciones orientadas al desarrollo personal, académico y social del alumnado, así como medidas de apoyo y seguimiento individualizado, especialmente en los casos que presenten mayores necesidades educativas o socioemocionales.

Por último, las instrucciones de inicio de curso de la Consejería de Educación de la Comunidad de Madrid refuerzan la importancia de la tutoría y la orientación educativa

como mecanismo para garantizar una atención personalizada del alumnado. Estas instrucciones destacan la necesidad de coordinación entre tutores, equipo docente, departamento de orientación y familias, con el fin de favorecer el bienestar, la inclusión y la permanencia del alumnado en el sistema educativo.

4. Contextualización del centro educativo

4.1. Localización geográfica, nivel socioeconómico y recursos naturales de la zona

El presente trabajo está contextualizado en el Instituto Buen Horizonte, un centro educativo imaginario y concertado situado en un barrio de nivel medio de Madrid centro. Buen Horizonte oferta las etapas de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato, haciendo especial hincapié en la atención integral de todos sus alumnos. El centro está diseñado para acoger a estudiantes con diversidad económica, cultural y social. Esto hace imprescindible contar con un acompañamiento emocional diario y constante desde la tutoría.

El alumnado del instituto Horizonte proviene de entornos familiares muy variados, incluyendo familias con vulnerabilidad social y económica. Esta diversidad enfatiza la necesidad de reforzar las intervenciones del Departamento de Orientación, integrando la acción tutorial como una principal herramienta para la inclusión e integración educativa y para el apoyo emocional.

Contar con un seguimiento emocional y atención personalizada de los estudiantes es imprescindible para prevenir posibles dificultades académicas, de adaptación y para favorecer su bienestar socioemocional.

4.2. Ratio y línea de centro

El centro cuenta con dos líneas por curso en la etapa de ESO, con una ratio de 25 alumnos por clase. La etapa de ESO está compuesta por unos 200 alumnos, de los cuales, 18 presentan necesidades educativas especiales (NEE) asociadas a trastornos de desarrollo o discapacidad, y 22 alumnos presentan dificultades específicas de aprendizaje (DEA), incluyendo dislexia, discalculia o TDAH.

Además, alrededor de 30 alumnos se encuentran en situaciones de vulnerabilidad emocional como ansiedad, baja autoestima, problemas de adaptación o un contexto familiar de riesgo. Todo esto requiere un seguimiento mucho más cercano por parte del Departamento de orientación y del equipo docente.

El DO trabaja de manera coordinada con el equipo directivo, el equipo docente y las familias, fomentando una comunicación directa y constante que favorece el desarrollo integral de los alumnos. Sus funciones principales son prevenir posibles dificultades en el aprendizaje, dar una atención individualizada, apoyar el desarrollo emocional y social y fomentar la inclusión educativa.

También, el centro cuenta con la figura de un coordinador de convivencia y de bienestar emocional, el cual, se encarga de promover un clima escolar positivo, coordinar acciones preventivas frente a conflictos y supervisar el bienestar general de los estudiantes.

4.3. Servicios del centro e instalaciones

El instituto Buen Horizonte, cuenta con tres plantas organizadas de la siguiente forma:

- Planta baja: aulas de la primera etapa de ESO, comedor, pabellón deportivo cubierto y patio.
- Primera planta: aulas de la segunda etapa de ESO, Departamento de Pedagogía Terapéutica y Audición y Lenguaje.
- Segunda planta: aulas de Bachillerato, Departamento de Orientación, sala de profesores y aula de apoyo emocional para programas de intervención.

Además, el centro cuenta con laboratorios, biblioteca, sala de informática y recursos TIC, y espacios adaptados para una atención más individualizada y trabajo cooperativo.

Por otro lado, entre los proyectos que ofrece el centro, se encuentran:

- Plan de Acción Tutorial (PAT), estructura la orientación y el acompañamiento emocional, promoviendo la gestión de emociones, la convivencia positiva y la autorregulación.
- Plan de Atención a la Diversidad (PAD), garantiza la inclusión educativa y el apoyo específico a alumnado con diferentes necesidades.
- Plan de convivencia, promueve la cooperación, la resolución positiva de conflictos, el respeto y la empatía.
- Plan INCLUYO, fortalece la igualdad y la participación de todos los alumnos, sobre todo de los que se encuentran en riesgo de exclusión social.

4.4. Identidad del centro: valores y principios educativos

El lema del centro es “Convivir, crecer y aprender” donde se refleja el compromiso con la educación integral de su alumnado y donde prima el desarrollo social, emocional y académico. El equipo docente junto al Departamento de Orientación y al equipo directivo forman una red de apoyo sólida que ayuda a ofrecer un acompañamiento emocional constante y adaptado a las necesidades de cada alumno, fortaleciendo su inclusión y su bienestar en el centro.

5. Plan de Acción Tutorial para el acompañamiento emocional del alumnado en riesgo de exclusión social en Educación Secundaria.

5.1. Justificación

El Plan de Acción Tutorial (PAT) constituye un instrumento fundamental para la organización y planificación de las actuaciones educativas dirigidas al acompañamiento personal, social y académico del alumnado.

En la etapa de Educación Secundaria Obligatoria, y sobre todo, en 4º de ESO, la acción tutorial toma especial relevancia debido a las características evolutivas del alumnado y a la necesidad de ofrecer un apoyo más cercano y sistemático en un momento clave de tomar decisiones y de construir un proyecto académico y personal.

El presente Plan de Acción Tutorial está centrado específicamente en el acompañamiento emocional del alumnado en riesgo de exclusión social, entendiendo que las dificultades familiares, socioeconómicas o personales pueden afectar de manera significativa al bienestar emocional, la participación y la motivación de los estudiantes en su vida escolar.

En este sentido, el PAT está concebido como una herramienta de prevención e inclusión que permite detectar de forma temprana situaciones de vulnerabilidad y dar respuestas educativas adaptadas a las necesidades emocionales del alumnado.

Esta propuesta está fundamentada en los principios de la educación emocional, la orientación educativa y la inclusión, apoyándose en modelos teóricos que enfatizan la importancia del desarrollo de competencias socioemocionales, la resiliencia y el establecimiento de vínculos positivos dentro del entorno escolar.

Mediante actividades de tutoría grupal, seguimiento individualizado y coordinación con los diferentes agentes educativos, el PAT, pretende favorecer el bienestar emocional, el sentimiento de pertenencia y la integración de los estudiantes en el centro educativo.

Este PAT está diseñado como una propuesta adaptada a la realidad de los alumnos de Educación Secundaria, pudiendo integrarse en la programación anual del centro. Su finalidad es contribuir a la mejora del clima escolar, prevenir situaciones de exclusión y favorecer la igualdad de oportunidades, ofreciendo un acompañamiento emocional que les permita afrontar con mayor seguridad y confianza los restos académicos y personales propios de esta etapa educativa.

5.2. Objetivos

Objetivo general:

- Favorecer el bienestar personal, social y emocional del alumnado en riesgo de exclusión social mediante el diseño en implementación de un Plan de Acción Tutorial que integra estrategias de acompañamiento emocional, desarrollo de competencias socioemocionales y la participación activa de los alumnos.

Objetivos específicos:

- Favorecer el desarrollo de competencias socioemocionales como la conciencia emocional, regulación emocional, empatía y autoestima en el alumnado.
- Proporcionar al alumnado estrategias y herramientas para la gestión de emociones, resolución de conflictos y afrontamiento de situaciones personales o sociales.
- Fomentar un clima de aula positivo basado en el respeto, la confianza y la participación, favoreciendo la creación de sentimiento de pertenencia al grupo.
- Promover la inclusión educativa del alumnado en riesgo de exclusión social, garantizando la igualdad de oportunidades y la atención a la diversidad.

5.3. Desarrollo de competencias

Las competencias que se van a tratar en este Plan de Acción Tutorial se van a abordar a través de un enfoque preventivo y transversal, orientado al completo desarrollo de los alumnos de ESO, sobre todo para aquellos cuya situación está en riesgo de exclusión.

Mediante diferentes dinámicas de gestión emocional en la hora de tutoría, se fomentan determinadas competencias sociales y personales esenciales para conseguir que se cree un entorno positivo en el aula, donde todos se sientan incluidos y sepan gestionar sus emociones.

Para ello, las competencias con las que se va a trabajar son:

- *Competencia de bienestar personal y autocuidado*, conocer sus límites como persona, siguiendo hábitos más saludables y haciendo uso de estrategias básicas de autocuidado emocional que ayuden a prevenir la ansiedad, el malestar emocional y el estrés.
- *Competencia social y de convivencia*, fomento de habilidades sociales, a través de participación grupal, gestión y resolución de conflictos y empleo de estrategias de autocuidado emocional.
- *Competencia emocional*, a través de la promoción de la regulación y conciencia emocional, habilidades sociales y autonomía, ayudando al alumno a identificar, gestionar y expresar sus emociones en todos sus contextos.
- *Competencia de comunicación*, promoción de escucha activa, comunicación asertiva y una expresión correcta y adecuada de los pensamientos, necesidades y emociones, trabajando a favor de las relaciones donde impera la empatía y el respeto.
- *Competencia de resiliencia*, enfrentar situaciones difíciles, gestionar y afrontar conflictos familiares, sociales o personales para adaptarse positivamente a los diferentes cambios que suceden en la adolescencia, reforzando la confianza en sus propias capacidades.

Estas competencias tienen un impacto directo en la integración del alumno en el entorno escolar y su bienestar emocional, ayudando a que el clima en el aula mejore y a su vez, los conflictos y los casos de fracaso escolar y absentismo, disminuyan.

Es importante destacar, que el correcto desarrollo de dichas competencias ayuda a que todo el alumnado tenga las mismas oportunidades y el mismo desarrollo personal, ambos, clave para poder conseguir una educación inclusiva, integradora, acogedora y de calidad.

5.4. Detección de necesidades

Después de analizar el colegio, y tras ver la realidad de la situación de los alumnos pertenecientes a la etapa de Secundaria, es evidente la imperiosa necesidad de elaborar un PAT que pueda abordar de manera preventiva y sistemática el acompañamiento emocional de los alumnos cuya situación se encuentra en riesgo de exclusión social.

Para poder detectar las diferentes necesidades, han sido necesarias una serie de técnicas de recopilación de información, como entrevistas con el Departamento de Orientación, coordinación con los tutores y resto de equipo docente, analizar determinados informes tanto psicopedagógicos como académicos de los alumnos, y una observación directa en las clases y en los recreos por parte de la orientadora del centro, con ayuda de los tutores.

A raíz de este análisis, han podido identificarse una serie de fortalezas y puntos de mejora que reafirman la importancia de llevar a cabo este PAT:

Fortalezas

- Departamento de Orientación, presente y colaborativo, respaldado por tutores, profesores y resto de equipo docente, continuo seguimiento de los estudiantes y especial atención a sus necesidades tanto educativas como emocionales.
- Implicación de todo el equipo educativo, manteniendo una actitud positiva y manteniendo una actitud de predisposición para participar en todas las actuaciones inclusivas y preventivas que dicta el departamento de orientación.
- Diversidad cultural y social, ofreciendo oportunidades para el fomento y desarrollo de valores como la empatía, la escucha activa, la comprensión, el respeto y una buena convivencia.
- Existencia de un Plan de Convivencia y de medidas de atención a la diversidad, que ayudan a una mejor integración de este plan.

Puntos de mejora

- Refuerzo en la formación de todo el equipo docente en aspectos relacionados con la gestión de conflictos, acompañamiento de los estudiantes que se encuentran en situaciones de vulnerabilidad emocional y social, y educación emocional.
- Alumnos con desmotivación, baja autoestima, ansiedad o incapacidad para mantener una relación social sana o carencia del sentimiento de pertenencia en el aula.
- Imposibilidad de conseguir llevar un seguimiento continuo e individualizado por falta de tiempo y una ratio bastante elevada.
- Tiempo escaso en las sesiones de tutoría, dificultado así poder desarrollar determinadas actuaciones que promueven el bienestar emocional y social de los alumnos en el aula.

Todos estos factores evidencian que el centro educativo cuenta con los recursos, tanto humanos como organizativos, suficientes como para poder llevar acabo el PAT, pero, es necesario que esta intervención esté planificada, sea coherente y pueda dar una respuesta más adaptada a las necesidades sociales y emocionales de todos los alumnos, sobre todo de aquellos que se encuentran en riesgo de exclusión social, haciendo hincapié en el refuerzo de la aparición del sentimiento de pertenencia e inclusión.

5.5. Equipo educativo implicado

Es imprescindible para los alumnos en riesgo de exclusión social, contar con una actuación donde toda la comunidad educativa abogue por su bienestar, siguiendo la línea de la normativa actual y el Proyecto Educativo del Centro.

Los principales agentes del centro educativo implicados en el correcto desarrollo del PAT son:

Profesor tutor

Tiene un papel prioritario en la puesta a punto del PAT, sobre todo a la hora de llevarlo a cabo, ya que tiene la responsabilidad de hacer un seguimiento individualizado y de grupo de todos los estudiantes a su cargo. La clase de tutoría está bajo su cargo y tiene como finalidad hacer más fácil el proceso educativo, contribuyendo al desarrollo personal, emocional y social de todos los estudiantes que están a su cargo.

Entre sus funciones, son importantes destacar:

- Facilitar la inclusión e integración de los estudiantes en el grupo de clase, fomentando el respeto, la participación y un clima favorable en el aula.
- Seguimiento individualizado de cada alumno, cubriendo sus necesidades sociales, académicas y emocionales y estando atento para poder detectar posibles situaciones de vulnerabilidad o riesgo.
- Elaborar y desarrollar sesiones de tutoría incluidas en el PAT, tratando temas como el desarrollo de competencias sociales, de convivencia o emocionales.
- Acompañar y orientar a los estudiantes a la hora de tomar decisiones personales y profesionales acerca de su futuro.
- Tener una buena relación y comunicación con los alumnos, familias, departamento de orientación y resto de equipo docente.

- Mantener informadas a las familias sobre cómo van sus hijos, su proceso emocional y educativo, promoviendo así su colaboración e implicación en la educación de sus hijos e hijas.

Departamento de Orientación

El papel del D.O es prioritario, ya que se encarga de diseñar, asesor y seguir el PAT, con una perspectiva más pedagógica y emocional. Es clave para poder asegurar una atención adaptada a las necesidades de cada alumno.

Sus funciones, son:

- Asesorar y guiar al profesor tutor y al equipo docente para diseñar y desarrollar un correcto acompañamiento emocional.
- Participar en la elaboración de medidas de seguimiento, apoyo y en la detección de necesidades emocionales y educativas de los estudiantes.
- Ofrecer y facilitar materiales, orientaciones e instrumentos que ayuden a llevar a cabo el correcto desarrollo de dinámicas tutoriales que traten el tema de educación emocional.
- Intervenir de manera individual con los alumnos y alumnas que necesiten una intervención más individualizada y específica, coordinándose con el tutor y la familia.
- Colaborar en el seguimiento y en la evaluación del PAT, planteando posibles mejoras acordes con las necesidades que hayan sido detectadas.

Equipo docente

El equipo docente mantiene una participación activa en el desarrollo del PAT, colabora con el DO y con los tutores para poder dar una respuesta educativa válida e íntegra.

Entre sus funciones, destacan:

- Participar en la identificación de posibles dificultades sociales, académicas o emocionales para transmitirlos al tutor.
- Adaptar el proceso educativo a las necesidades individuales de los estudiantes, aplicando medidas de atención a la diversidad si es necesario.

- Colaborar en la elaboración de un clima seguro y positivo en el aula, abogando por una buena convivencia y por la inclusión.
- Contribuir en el seguimiento y evaluación de los estudiantes, ofreciendo información importante para poder llevar a cabo un buen acompañamiento emocional.
- Tener una buena comunicación con las familias, coordinándose con el tutor.

Familias

La familia representa un agente imprescindible en el acompañamiento emocional de los estudiantes. Su cooperación y colaboración es fundamental para poder garantizar la consistencia entre las actuaciones del entorno familiar y el centro.

Las familias, participan en el PAT mediante:

- Colaboración y comunicación con el Departamento de Orientación y el tutor.
- Comunicación de información que puede ser relevante acerca de la situación emocional y personal del alumno.
- Colaboración en el seguimiento y en las medidas de apoyo necesarias para el completo bienestar personal y emocional de los estudiantes.

5.6. Metodología

Este PAT está concebido como una intervención educativa que se integra en la funcionalidad del centro y va en la misma línea del Plan de Convivencia, el currículo de Secundaria y el Proyecto Educativo. Desde este punto, la acción tutorial está entendida como un proceso flexible, planificado y continuo, que se orienta hacia un acompañamiento personal y emocional de los estudiantes y ayuda a que estos puedan desarrollar diferentes competencias sociales y personales, sobre todo, aquellos cuya situación es de riesgo de exclusión social.

La metodología que se plantea en este Plan está basada en un enfoque inclusivo y participativo, donde los estudiantes toman un papel protagónico de su propio proceso de aprendizaje. La actuación tutorial está desarrollada sistemáticamente durante todo el curso, formando parte de la cotidianeidad del centro escolar y a su vez, favoreciendo que los diferentes agentes educativos estén coordinados.

La metodología que orienta este Plan de Acción Tutorial está basada en:

- **Comunicación**, constituye el eje central del acompañamiento emocional. Se plantean las sesiones de tutoría como un espacio seguro donde impera la reflexión y el diálogo, para que los estudiantes puedan expresar cómo se sienten, sus vivencias y opiniones, promoviendo el respeto, la empatía y la escucha activa. Mediante dinámicas de carácter grupal, actividades reflexivas y debates, se favorece la empatía, la resolución de conflictos y la expresión emocional, contribuyendo al fortalecimiento del vínculo entre los estudiantes de la misma clase y mejorando la convivencia.
- **Acompañamiento en la autonomía**, con la promoción de un acompañamiento adaptado a las necesidades del alumnado, favoreciendo el desarrollo de su autonomía emocional y personal. El profesor tutor ocupa un papel de facilitador en el proceso, mostrando apoyo y orientado si es necesario, pero, sobre todo, promoviendo que los alumnos tomen un papel activo y responsable. Esto ayuda a que los estudiantes puedan desarrollar habilidades como la toma de decisiones, resolución de conflictos o autorregulación emocional.
- **Atención a la diversidad**, este PAT se adapta a las características individuales de cada alumno, dando una especial atención a todos aquellos que presenten una mayor necesidad de apoyo emocional.
- **Aprendizaje significativo**, las dinámicas propuestas en este plan están diseñadas a partir de situaciones relevantes para los estudiantes, haciendo una unión entre su vida diaria y los contenidos emocionales impartidos. Esto, ayuda a que el alumno se implique y pueda ver un paralelismo entre lo que aprende y su vida.
- **Trabajo cooperativo**, utilizado como un método clave para promover la interacción positiva entre el alumnado, el sentimiento de pertenencia y la diversidad. Mediante actividades grupales, los alumnos aprenden a compartir responsabilidades, colaborar y elaborar propuestas en conjunto. Este enfoque fomenta el apoyo entre iguales, la inclusión, la integración y la aparición de un entorno escolar participativo y respetuoso.

5.7. Medidas de atención a la diversidad

A pesar de que este plan va dirigido al acompañamiento emocional de alumnos en riesgo de exclusión social, es imprescindible contar con un apartado referente a la diversidad. Alumnos con dificultades personales, familiares, emocionales o sociales, lo que influye

de manera directa con su motivación, su forma de relacionarse con el entorno y, sobre todo, con su bienestar personal, educativo y social.

Es por ello por lo que, en este PAT hay incluidas una serie de medidas de atención a la diversidad que ayudan a adaptar la intervención a todas las necesidades de los estudiantes, pudiendo garantizar así un plan inclusivo, personalizado y equitativo. Estas medidas, son:

- **Diversidad personal, familiar y social**, dedicada a la parte del alumnado en riesgo de exclusión social cuya realidad se ve afectada por problemas personales, socioeconómicos, familiares o culturales. Para ello, el PAT cuenta con adaptaciones que ayudan a desarrollar un acompañamiento emocional más individualizado en función a las circunstancias individuales de cada estudiante. Su seguimiento es prioritario, sobre todo, para los casos donde pueda haber una mayor dificultad, de manera coordinada entre la familia y el Departamento de Orientación para poder dar un apoyo que sea respetuoso y se ajuste a la realidad de cada alumno.
- **Diferentes niveles de desarrollo emocional**, para los estudiantes que presenten diferentes niveles de desarrollo emocional o distintas maneras de enfrentarse a situaciones de estrés, problemas que surgen a raíz de la adolescencia o incapacidad de gestionar conflictos. Algunos alumnos también pueden hacer muestra de falta de autoestima, desmotivación, ansiedad, dificultad de regulación emocional o inseguridad, a la vez que otros pueden contar con un mayor abanico de recursos o herramientas personales.
- **Diversidad cultural y de género**, considerada un elemento fundamental para el desarrollo de la convivencia positiva y de la educación emocional. Este PAT fomenta la igualdad de oportunidades, la prevención de conductas discriminatorias o que excluyan, la diversidad y el respeto. Las actividades están enfocadas a través de una perspectiva de género e inclusiva, promoviendo valores como el respeto mutuo, diversidad de opiniones, la empatía; atendiendo y cubriendo determinadas situaciones de vulnerabilidad derivadas de la identidad personal, el contexto del alumno o el género.
- **Accesibilidad y necesidades educativas específicas (NEE)**, todas las actuaciones de este PAT están diseñadas con la garantía de ser accesibles para los estudiantes que cuenten con necesidades educativas específicas,

independientemente de si son de carácter sensorial, motor, emocional o cognitivo. Es por ello por lo que las dinámicas, los tiempos y los materiales se adaptan, permitiendo que todos y todas puedan participar.

5.8. Actividades

Las actividades propuestas dentro de este PAT están elaboradas con el fin de favorecer el desarrollo social, emocional y personal de los alumnos del centro, a la vez que se previenen posibles situaciones de riesgo de exclusión social y vulnerabilidad. Todas ellas están integradas dentro de la rutina habitual del colegio, sobre todo en las sesiones de tutoría y coordinadas con el equipo docente y el Departamento de Orientación.

Estas actividades están concebidas como un proceso de prevención continuo adaptado a las necesidades de cada alumno.

a. Propuesta de actividades

1. Educación emocional en las sesiones de tutoría

Se desarrollará de forma regular, dirigida a toda la clase y dentro de la hora de tutoría. Su principal objetivo es capacitar a los estudiantes de herramientas que les ayuden en la regulación, reconocimiento y expresión de las emocionales, elevando su autoestima y favoreciendo el autoconocimiento.

Mediante dinámicas grupales, participativas, actividades reflexivas y debates guiados, se tratarán temas como la gestión del estrés, la identificación emocional, la toma de decisiones, la empatía y la autoestima. Cada actividad irá adaptada a nivel del grupo y a su edad.

Objetivo	Fortalecer el autoconocimiento y la gestión emocional
Duración	45 minutos cada sesión
Frecuencia	1 vez cada 15 días, en la hora de tutoría
Materiales	Pizarra, vídeos, presentaciones, fichas de control.
Dinámica	Reflexión individual, puestas en grupo, roleplaying y actividades vivenciales
Grupo	Clase de 4º ESO

2. Dinámicas de integración para mejorar el clima en el aula

Orientadas a reforzar las relaciones entre todos los alumnos dentro del grupo y así, mejorar el clima del aula, sobre todo en los grupos donde surja algún tipo de conflicto, problemas a la hora de integrar a otros compañeros o aislamiento social.

A través de dinámicas de cooperación, roleplayings y reflexiones en grupo que ayuden a trabajar el respeto, la resolución pacífica de conflictos, la tolerancia ante la frustración y la asertividad. Todo ello ayudará a la prevención de situaciones de rechazo o exclusión, a la vez que genera un sentimiento de pertenencia al grupo.

Objetivo	Promover la convivencia positiva y la cohesión grupal
Duración	45 minutos cada sesión
Frecuencia	1 vez al mes o en función de lo que considere el tutor
Materiales	Hojas de reflexión, material audiovisual, tarjetas con situaciones cotidianas
Dinámica	Roleplaying, debates guiados, juegos cooperativos
Grupo	Clase de 4º ESO

3. Talleres específicos para alumnos en situación de riesgo de exclusión social

Destinados a los estudiantes que muestren indicadores de vulnerabilidad académica, social o emocional. Se harán en pequeños grupos y coordinándose con el Departamento de Orientación, pudiendo hacer un acompañamiento más personalizado y cercano.

En estos talleres se tratarán temas como la motivación, la gestión de emociones más intensas, la prevención del absentismo escolar, las habilidades sociales y la autoestima. Se hará desde una perspectiva adaptada a las necesidades individuales de cada alumno de una manera práctica.

Objetivo	Favorecer el bienestar emocional y prevenir situaciones de riesgo de exclusión social
Duración	45 minutos cada sesión
Frecuencia	Mensual
Materiales	Recursos visuales, material manipulativo, fichas adaptadas

Dinámica	Reflexión individual y grupal, trabajo guiado y actividades vivenciales.
Grupo	Reducido, entre 4 y 6 alumnos

4. Tutorías individuales

Mediante entrevistas individuales hechas por el tutor, donde se priorizarán casos con dificultades personales, académicas, sociales o emocionales. Dichas entrevistas, ayudarán a crear un vínculo de confianza, entender cada situación y establecer un seguimiento más personalizado.

Las entrevistas se harán a demanda o de manera programada, y siempre que sea necesario, se hará de manera coordinada con el Departamento de Orientación.

Objetivo	Dar acompañamiento y hacer un seguimiento individualizado.
Duración	25 minutos cada entrevista
Frecuencia	Mínimo una vez al trimestre, pero en función de las necesidades de cada alumno.
Materiales	Ficha de seguimiento
Dinámica	Orientación, elaboración de acuerdos y escucha activa
Grupo	Individual

5. Orientación personal y profesional.

La finalidad de estas actividades es promover la reflexión del alumnado acerca de sus intereses, qué esperan del futuro, su capacidad y cómo está siendo su experiencia educativa. Se tratará la motivación, la elaboración de su proyecto personal y profesional y la toma de decisiones respecto a su futuro académico.

Se hará hincapié, sobre todo, en aquellos alumnos de cursos superiores, ayudando a que el paso de un curso a otro sea menos notable y reduciendo a su vez la probabilidad de abandono escolar.

Objetivo	Promover la toma consciente de decisiones y el desarrollo de un proyecto profesional y personal.
-----------------	--

Duración	45 minutos cada sesión
Frecuencia	1 vez al trimestre
Materiales	Presentaciones, cuestionarios de interés, aplicaciones
Dinámica	Actividades individuales, reflexiones guiadas
Grupo	Individual

b. Consideraciones

- Diferentes niveles de maduración emocional, de participación y de implicación del alumnado.
- Adaptar las actividades a las necesidades de cada grupo.
- Coordinación entre el Departamento de Orientación, las familias y los tutores.
- Es esencial mantener la continuidad de este PAT a lo largo de todo el curso para poder comprobar su efectividad.

5.8. Fases del PAT

Este PAT está estructurado en 4 fases, las cuales, permiten una implementación progresiva y adaptada a la realidad del colegio y a las necesidades de cada alumno. Estas fases son la combinación del diagnóstico, la intervención, el seguimiento y la evaluación a través de un acompañamiento emocional durante todo el año escolar.

Fase 1. Análisis inicial y planificación (1 mes)

Identificación y detección de necesidades educativas y emocionales de los alumnos, sobre todo de los que se encuentran en una situación de riesgo de exclusión social o vulnerabilidad. Para recabar información, se hará mediante observaciones en el aula, entrevistas con los tutores, el Departamento de Orientación y analizando problemas en la convivencia del aula, dificultades de adaptación o situaciones de absentismo.

A raíz de esa primera toma de contacto, se pasará a establecer una serie de prioridades, donde se hará una concreción sobre los objetivos a alcanzar y se adaptarán al calendario escolar.

Con esta fase, se podrá obtener una visión real del contexto escolar, evitando una intervención más general que no se ajusta a las necesidades reales de los estudiantes.

Fase 2: Sensibilización

Esta fase está marcada por la concienciación de los alumnos acerca de la importancia de las emociones, las suyas propias y la de los demás, promoviendo un clima seguro y de confianza dentro de la propia aula. Durante esta etapa, se llevarán a cabo tutorías orientadas a la unión grupal, la identificación de las emociones básicas y el conocimiento mutuo.

El principal objetivo es integrar la expresión emocional en su vida, promoviendo la participación y el respeto y convirtiendo la hora de tutoría como un espacio de seguridad y confianza donde se poder expresar cómo se sienten sin miedo a ser criticado o juzgados. Así, poco a poco, pueden ser más conscientes de lo importante que es contar con acompañamiento emocional para su bienestar académico y personal.

Fase 3: Desarrollo de la intervención (tercer a séptimo mes)

Se trata de la fase principal del PAT, donde se implementan de forma sistemática las dinámicas de educación emocional que se van a llevar a cabo en las sesiones de tutoría. Orientadas a la promoción y desarrollo de competencias personales, emocionales y sociales como la autoestima, resolución pacífica de conflictos, empatía, toma de decisiones y la autorregulación emocional.

Las dinámicas están integradas en la acción tutorial y adaptadas a las características de cada grupo y de los alumnos que cuentan con más necesidad de ser apoyado. También, se dará una atención más individual a los casos que lo necesiten, contando con la coordinación entre el Departamento de Orientación y el tutor/a.

Esta fase contará con un seguimiento continuado, con comprobaciones y valoraciones que ayuden a adaptar las actividades a las posibles necesidades que puedan surgir en el aula y en el alumnado.

Fase 4. Evaluación y cierre (octavo y noveno mes)

Última fase del PAT, donde se valora todo el proceso y los resultados que se han obtenido mediante indicadores como la evolución del clima en el aula, la implicación y participación del alumnado, la reducción de conflictos o si ha mejorado la gestión emocional. Todo ello, contando con la valoración del Departamento de Orientación y del tutor/a.

También, se hace una recogida de la opinión de los alumnos a través de cuestionarios o espacios de reflexión. Con todo ello, se procede a la elaboración de un informe donde se recogen los objetivos logrados, si se han encontrado problemas o dificultades y posibles propuestas de mejora para próximos cursos.

Es en esta fase donde se plantea si este PAT continua o no para así, poder consolidar sobre todo esas actuaciones que han demostrado ser más eficaces a la hora del acompañamiento emocional de los estudiantes.

5.9. Recursos

a. Recursos humanos

- Departamento de Orientación: elaboración y coordinación del PAT, asesorar a tutores, seguimiento individual de los alumnos, diseño y evaluación de las actividades y apoyo ante necesidades emocionales más complicadas.
- Equipo directivo: apoyo a la hora de integrar el PAT dentro del proyecto educativo del centro, garantizar su continuidad y supervisarlo.
- Tutoras y tutores: responsables de desarrollar las dinámicas dentro del aula, comunicarse con las familias y hacer un seguimiento del progreso de cada alumno.
- Equipo docente: observar posibles necesidades, apoyar y colaborar en las actividades grupales y proponer posibles mejoras.
- Familias: apoyar las estrategias que se trabajan en el centro, colaborar en la detección de necesidades y participar en las actividades o reuniones propuestas desde el colegio.

b. Recursos materiales

- Material de trabajo: rotuladores, folios, cartulinas.
- Recursos TIC: vídeos, presentaciones, cuestionarios.
- Material de apoyo emocional: tarjetas de emociones, guías de habilidades emocionales, fichas de reflexión.

c. Recursos espaciales

- Clase de tutoría, donde se hacen las actividades y la sesiones de seguimiento.
- Departamento de Orientación, para sesiones individualizadas o talleres para grupos reducidos.

- Pasillos: colocación de murales o mensajes positivos.
- Biblioteca: dinámicas de reflexión grupal o individual o de autorregulación emocional.

d. Recursos de tiempo

- Horario de tutoría
- Adaptación de las sesiones a las necesidades de los alumnos, momentos puntuales e imprevistos.
- Cronogramas para garantizar la continuidad y coherencia de la intervención.

5.10. Evaluación

La evaluación es esencial en el PAT, ya que ayuda a saber el impacto real de las intervenciones y ajustar las estrategias para optimizar un correcto acompañamiento emocional de los estudiantes. Es por ello por lo que debe ser un proceso participativo, flexible, continuo, que englobe el desarrollo de competencias emocionales y la mejora del clima del aula.

Objetivos

- Comprobar la eficacia de las actividades de desarrollo social y emocional.
- Detectar posibles necesidades o dificultades y proponer las adaptaciones pertinentes para futuras puestas en marcha.
- Hacer un análisis de la integración de los alumnos en riesgo de exclusión y del clima de la clase.
- Asegurar la participación de todos los alumnos y alumnas, del equipo docente y de las familias.

Tipos de evaluación

- 1. Evaluación inicial.** Conocer el punto del que parten los alumnos, con qué competencias emocionales cuentan y cómo es el clima en el aula. Esto, se hará a través de cuestionarios, entrevistas, análisis de informes, registros y observaciones.
- 2. Evaluación continua.** Seguimiento del progreso, ajuste de las dinámicas y retroalimentación. Se hará mediante observaciones en las horas de tutoría, reuniones con los tutores y después de las dinámicas en grupo.

- 3. Evaluación final.** Analizar de manera global los resultados obtenidos, valorar su impacto en los alumnos y proponer posibles recomendaciones para el futuro. Se realizará a partir de rehacer el cuestionario inicial para comparar los resultados, entrevistas grupales con tutores y alumnos y analizar la participación y la evolución de la convivencia.

Criterios de evaluación

Criterios	Desarrollo del criterio
Participación	Asistencia e implicación en las dinámicas y en las horas de tutoría
Competencias emocionales	Mejora en la autoestima, empatía, habilidades sociales y autorregulación emocional
Integración social	Nivel participativo en grupo, sentimiento de pertenencia y relaciones positivas entre iguales
Clima del aula	Cooperación, seguridad emocional y concepción del respeto
Continuidad del PAT	Posibles sugerencias del profesorado y de los alumnos para mejorar el PAT

Responsables de la evaluación

Se encargará la orientadora del centro, contando con las tutoras y tutores, que serán quienes tendrán que coordinar la evaluación. Los datos obtenidos, serán analizados de manera conjunta y quedarán registrados en un informe del centro, el cual, será útil para usarlo como base para ajustar las dinámicas, mejorar la intervención y asegurar y garantizar que el PAT continúe en futuros cursos.

6. Aserciones finales

1. Los alumnos en riesgo de exclusión social presentan mayor vulnerabilidad emocional, lo que hace muy necesaria una intervención educativa específica.
2. El bienestar emocional de los estudiantes es un factor determinante en su adaptación escolar y en la prevención de abandono escolar y absentismo.

3. La acción tutorial es un espacio privilegiado para el acompañamiento emocional de los alumnos de la etapa de Educación Secundaria Obligatoria.
4. La educación emocional tiene que abordarse desde una perspectiva preventiva y transversal dentro del sistema educativo.
5. El PAT permite estructurar y coordinar actuaciones orientadas al desarrollo social, emocional y social de los alumnos.
6. El desarrollo de competencias socioemocionales favorece la mejora de la convivencia escolar y del clima del aula.
7. La implicación del profesorado es fundamental para garantizar la eficacia de actuaciones de acompañamiento emocional.
8. La orientación educativa es clave para la detección temprana de situaciones de riesgo y de necesidades emocionales.
9. Las actividades prácticas y participativas facilitan la adquisición de habilidades emocionales y sociales en los alumnos.
10. La coordinación entre el Departamento de Orientación, el equipo docente y las familias favorece una intervención más adaptada.
11. El acompañamiento emocional refuerza el sentimiento de pertenencia de los estudiantes al centro escolar.
12. La atención a la diversidad emocional de los alumnos contribuye a una educación más equitativa e inclusiva.

7. Reflexión final

El diseño de este Plan de Acción Tutorial pone de manifiesto la imperiosa necesidad de situar el acompañamiento emocional del alumnado como un punto central dentro del sistema educativo, sobre todo en el caso de aquellos alumnos que se encuentran en situación de riesgo de exclusión social.

A lo largo de este trabajo, ha quedado evidencia de que el bienestar emocional no puede entenderse como un constructo secundario, sino como un elemento clave que influye

directamente con la convivencia, la motivación escolar, la prevención del absentismo, la adaptación y el abandono escolar de manera temprana.

Es importante destacar que la adolescencia es una etapa especialmente vulnerable, ya que está caracterizada por importantes cambios emocionales, personales y sociales. Cuando estos procesos ocurren en un entorno de carencias de apoyo, desigualdad o fragilidad familiar, el riesgo de abandono del sistema educativo se incrementa de manera considerable.

Es en este sentido, como el PAT se concibe como una herramienta fundamental para poder ofrecer una respuesta preventiva y adaptada a las necesidades reales de cada alumno, permitiendo trabajar competencias sociales, personales y emocionales desde una perspectiva integradora, comunitaria e inclusiva.

Uno de los aprendizajes a destacar a raíz de hacer este PAT es la importancia de trabajar de manera coordinada con el resto de equipo docente. La implicación de todo el profesorado, el Departamento de Orientación, equipo directivo y familias es imprescindible para poder garantizar un acompañamiento emocional coherente y eficaz.

A su vez, es importante resaltar el valor del papel de la hora de tutoría como un espacio dedicado a la escucha, la detección de dificultades y la creación de un vínculo significativo que favorezca el sentimiento de pertenencia del alumnado al centro.

Por otro lado, el diseño de actividades flexibles, contextualizadas y prácticas ayuda a ejemplificar los contenidos emocionales al día a día del aula, favoreciendo la participación activa de los alumnos y demostrando la funcionalidad de los aprendizajes. Esta perspectiva ayuda no solo al desarrollo individual de los alumnos, sino mejora la convivencia escolar y el clima del aula.

Para terminar, cabe destacar que este PAT no pretende ser una intervención rígida y cerrada, se trata de una propuesta abierta y adaptable a los diferentes contextos educativos. Contar con un sistema de evaluación continua y con la posibilidad de revisión permite su mejora y duración en el tiempo.

Como conclusión, el presente PAT enfatiza la idea de que darle importancia al bienestar emocional de los alumnos en riesgo de exclusión social es responsabilidad de todo el equipo docente de un centro educativo y una dedicación de tiempo y económica

imprescindible para crear un centro más equitativo, comprometido e inclusivo para el correcto desarrollo integral de todos los alumnos y alumnas.

8. Bibliografía

- Ainscow, M. (2020). Promoting inclusion and equity in education: Lessons from international experiences. *Nordic Journal of Studies in Educational Policy*, 6(1), 7–16.
- Aldeas Infantiles SOS. (2023, 6 de junio). *Abandono escolar: una de las realidades que padecen los menores en riesgo de pobreza*. Aldeas Infantiles SOS de España.
- Álvarez González, M., y Bisquerra Alzina, R. (2012). *Orientación educativa: Modelos, áreas, estrategias y recursos*. Wolters Kluwer Educación.
- Armenta-Hernández, C. G. (2018). Cambios en la adolescencia. *Boletín Científico De La Escuela Superior Atotonilco De Tula*, 5(10) (p. 1)
- Bisquerra Alzina, R. (2013). *Orientación, tutoría y educación emocional*. Editorial Síntesis
- Bisquerra, R., y Álvarez, M. (2018). Orientación educativa y tutoría. En R. Bisquerra (Ed.), *Modelos de orientación e intervención psicopedagógica*. 331-351. Wolters Kluwer Educación
- Bisquerra, R., y Pérez-González, J. C. (2021). Competencias emocionales y bienestar. *Revista de Investigación Educativa*, 39(1), 1–15.
- Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological models of human development. *International encyclopedia of education*, 3(2), 37- 43.
- Bronfenbrenner, U. y Morris, P. A. (2006). The bioecological model of human development. En R. M. Lerner (Ed.), *Handbook of Child Psychology* (6th ed., Vol. 1, pp. 793–828).
- Casey, B. J. (2015). Beyond simple models of self-control to circuit-based accounts of adolescent behavior. *Annual Review of Psychology*, 66, 295–319.
- Comunidad de Madrid. (2023, 19 de mayo). *Orden 1712/2023, de 19 de mayo, de la Vicepresidencia, Consejería de Educación y Universidades*. Consejería de Educación de la Comunidad de Madrid
- Fernández-Martín, F.D., Hinojo-Lucena, F.J., Aznar-Díaz, I. y Cáceres-Reche, M.P. (2024). Una intervención para mejorar el aprendizaje social y emocional entre estudiantes en riesgo de exclusión social. *Educación XXI*, 27 (1), 303-322.

- Giedd, J. N., Raznahan, A., Alexander-Bloch, A., Schmitt, E., Gogtay, N., y Rapoport, J. L. (2015). *Child psychiatry: Developmental neuroscience*. In *Handbook of Clinical Neurology* (Vol. 213, pp. 23–40).
- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de Educación (LOMLOE)
- Maynard, B. R., McCrea, K. T., Pigott, T. D., y Kelly, M. S. (2019). Indicated truancy interventions for chronic truant students: A meta-analysis. *Journal of Youth and Adolescence. Research on Social Work Practice*, 23(1), 5–21.
- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., y Robinson, L. R. (2007). The Role of the Family Context in the Development of Emotion Regulation. *Social development (Oxford, England)*, 16(2), 361–388.
- OECD. (2021). *Beyond academic learning: First results from the Survey of Social and Emotional Skills*. OECD Publishing.
- Office of Population Affairs. (2023). *Adolescent Development Explained: Social and Emotional Development*. HHS.
- Oriola, S., y Gustems, J. (2015). Educación emocional y educación musical. *Eufonía: Didáctica de la música*, 64, 1-5.
- Real Academia Española. (s. f.). *Diccionario de la lengua española* (23.^a ed.).
- Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria. *Boletín Oficial del Estado*.
- Renta Davids, A. I., Aubert, A., y Tierno-García, J. M. (2019). Influencia de la formación de familiares en la motivación del alumnado en riesgo de exclusión social. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 24(81), 481–505.
- Shulman, E. P., Smith, A. R., Silva, K., Icenogle, G., Duell, N., Chein, J., y Steinberg, L. (2016). The dual systems model: Review, reappraisal, and reaffirmation. *Developmental cognitive neuroscience*, 17, 103-117
- Theron, L. C. (2020). Resilience of sub-Saharan children and adolescents: A scoping review. *Transcultural Psychiatry*, 60(6), 1017–1039

- UNESCO. (2020). *Global Education Monitoring Report 2020: Inclusion and education: All means all*. UNESCO.
- Van Breda, A. D., y Theron, L. C. (2022). A critical review of South African child and youth resilience studies, 2010–2020. *Child y Youth Services Review*, 91, 237-247
- Viejo, C., y Ortega-Ruiz, R. (2015). *Cambios y riesgos asociados a la adolescencia*. *Psychology, Society y Education*, 7(2), 109–118.