



Alumno: Samuel Cano Jones
Tutora: María José Mayorga Quintana

Plan de Acción Tutorial de educación afectivo-sexual

ÍNDICE

Contenido

1.	Resumen	3
1.	Abstract	3
2.	Introducción	5
3.	Justificación del Plan de Acción tutorial	6
3.1.	Justificación teórica	6
	Adolescencia y desarrollo afectivo-sexual.....	6
	El contexto escolar como espacio de intervención	7
	Inclusión, diversidad y prevención	7
3.2.	Marco normativo.....	8
4.	Contextualización del centro educativo	10
5.	Plan de Acción Tutorial.....	11
5.1.	Objetivos.....	11
5.2.	Equipo profesional.....	11
5.3.	Metodología.....	11
5.4.	Actividades	12
	Sesión 1. Introducción al programa y evaluación inicial	12
	Sesión 2. Mitos, estereotipos.....	13
	Sesión 3. Diversidad afectivo-sexual, identidad y respeto.....	14
	Sesión 4. Consentimiento, relaciones saludables y comunicación	15
	Sesión 5. Prevención de riesgos	16
	Sesión 6. Cierre, reflexión y evaluación final	17
5.5.	Fases	17
5.6.	Recursos.....	18
5.7.	Evaluación	18
5.8.	Cuaderno del tutor/a	¡Error! Marcador no definido.
6.	Reflexión personal.....	19
7.	Aserciones finales	20
8.	Bibliografía.....	21

1. Resumen

El presente Trabajo Fin de Máster tiene como objetivo diseñar un Plan de Acción Tutorial dirigido al alumnado de 4º de Educación Secundaria Obligatoria centrado en la educación afectivo-sexual desde una perspectiva preventiva, inclusiva y orientadora. La propuesta surge de la necesidad de ofrecer espacios educativos seguros donde los adolescentes puedan desarrollar competencias personales, sociales y emocionales relacionadas con el autoconocimiento, la convivencia, el respeto a la diversidad y la prevención de conductas de riesgo.

El trabajo se fundamenta en diferentes aportaciones teóricas sobre el desarrollo evolutivo adolescente, la educación emocional, las habilidades sociales y el papel del contexto escolar como agente de prevención y promoción del bienestar. Asimismo, se analiza el marco normativo vigente, destacando la relevancia que la legislación educativa otorga a la orientación, la acción tutorial y la educación afectivo-sexual dentro del desarrollo integral del alumnado.

El programa diseñado se estructura en seis sesiones participativas basadas en metodologías activas, reflexión crítica y aprendizaje cooperativo. Los contenidos trabajados incluyen mitos y estereotipos sobre sexualidad, diversidad afectivo-sexual, consentimiento, relaciones saludables y prevención de riesgos digitales. Finalmente, se propone una evaluación continua mediante instrumentos cuantitativos y cualitativos que permitan valorar tanto el desarrollo del programa como los aprendizajes adquiridos por el alumnado.

1. Abstract

This Master's Thesis aims to design a Tutorial Action Plan for 4th-year Secondary Education students focused on affective-sexual education from a preventive, inclusive and guidance-based perspective. The proposal arises from the need to provide safe educational environments where adolescents can develop personal, social and emotional skills related to self-awareness, coexistence, respect for diversity and the prevention of risk behaviours.

The project is based on theoretical contributions concerning adolescent development, emotional education, social skills and the role of schools as contexts for prevention and well-being promotion. In addition, the current educational legal framework is analysed, highlighting the importance given to educational guidance, tutorial action and affective-sexual education as key elements in students' holistic development.

The programme consists of six participatory sessions based on active methodologies, critical reflection and cooperative learning. The contents addressed include myths and stereotypes about sexuality, affective-sexual diversity, consent, healthy relationships and the prevention of digital risks. Finally, a continuous assessment process is proposed, combining quantitative and qualitative instruments to evaluate both the implementation of the programme and the learning outcomes achieved by students.

2. Introducción

La elección de esta temática nace de mi interés personal por conocer en profundidad de qué manera se puede contribuir al desarrollo integral de los alumnos y alumnas a través de la orientación educativa. Mediante este Trabajo de Fin de Máster, busco adquirir nuevos conocimientos y profundizar en aquellos que ya tuviese relacionados con el ámbito afectivo-sexual y la educación, además de las necesidades y oportunidades que plantea la interacción de estos 2 conceptos.

Además, otro de los principales objetivos que me he planteado a la hora de realizar este trabajo es aprender a incorporar los conocimientos teóricos adquiridos a lo largo de mi formación a propuestas de intervención reales que se pueden aplicar en un contexto educativo. Esta perspectiva me permitirá buscar y reflexionar acerca de las necesidades, intereses reales de la adolescencia y sus características, para adaptar el programa de manera que sea atractivo para favorecer la implicación y participación de los alumnos.

Concretando, este trabajo busca ofrecer una propuesta de Plan de Acción Tutorial dirigido al alumnado de 4º de ESO, centrado en la educación afectivo-sexual. El trabajo busca transmitir aprendizajes no solo teóricos, sino también socioemocionales a través de una perspectiva preventiva e inclusiva. Así, se pretende mejorar la capacidad crítica, la toma de decisiones responsables y el bienestar.

3. Justificación del Plan de Acción tutorial

3.1. Justificación teórica

Adolescencia y desarrollo afectivo-sexual

Durante la etapa de la educación secundaria, los alumnos atraviesan un periodo especialmente crítico del desarrollo evolutivo, en la que se enfrentan a numerosos cambios en apariencia, emocionales, familiares o sociales que influyen directamente en su adaptación a la sociedad y la construcción de su identidad personal. Steinberg (2005) señala que durante la adolescencia la influencia del grupo de iguales toma mucha relevancia y unido a que las experiencias emocionales se viven de manera más intensa, es una etapa en la que se desarrollan el sentido de pertenencia y el desarrollo de competencias socioemocionales. Durante la adolescencia, las personas desarrollamos con mayor profundidad el autoconcepto y se consolidan los ideales y valores individuales. Además, todo su contexto se vuelve mucho más complejo, encaminado hacia una vida autónoma en la que deben tomar decisiones sobre sus relaciones interpersonales, lo que les conlleva a conocer y descubrir su sexualidad. Por esta razón, la adolescencia no se trata solamente de una fase de maduración biológica, sino que hay que entenderla como un proceso de constante cambio y descubrimiento en diferentes niveles y que está en interacción con el contexto y sus factores familiares, educativas y culturales.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la educación afectivo-sexual debe tener una perspectiva progresiva, adaptando los contenidos ofrecidos a cada diferente etapa del desarrollo, partiendo desde el autoconocimiento y el reconocimiento de las emociones. El objetivo de esta educación es transferir los conocimientos y las herramientas necesarias a los niños y jóvenes para promover la responsabilidad el respeto y el bienestar en las relaciones (OMS, 2023). Por ello, la adolescencia se trata de un periodo clave para la intervención educativa, dado que la ausencia de espacios seguros y cómodos para tratar esos temas o la desinformación, incrementan la posibilidad de conductas de riesgo, faltas de respeto y la aparición de relaciones dañinas. Además, desde una mirada biológica, el desarrollo del sistema límbico y otras áreas emocionales se produce a mayor velocidad que la corteza prefrontal, vinculada con la planificación inhibición de conductas y el control de impulsos (Casey, Jones y Sommerville, 2011). Este factor fisiológico supone un factor de vulnerabilidad ante la presión social o la impulsividad, por lo que los centros educativos deben tener una función preventiva y de acompañamiento en el desarrollo afectivo sexual del alumnado.

Quitando la vista des los cambios biológicos y emocionales que atraviesan las personas durante la adolescencia, encontramos también que se trata de una etapa especialmente relevante para el desarrollo de habilidades sociales y emocionales y competencias o destrezas de diferente naturaleza para su adaptación a la sociedad moderna. En este sentido, diversas investigaciones han evidenciado cómo los programas centrados en habilidades socioemocionales correlacionan positivamente con mejoras en el ajuste social, toma de decisiones y regulación de la conducta (Durlak et al., 2011). Por ello, la educación emocional desde la acción tutorial adquiere un papel clave en el desarrollo de aspectos relevantes en la construcción de la identidad como lo pueden ser el autoconocimiento, la regulación emocional y, en definitiva, el desarrollo íntegro y global de los alumnos (Bisquerra, 2015)

El contexto escolar como espacio de intervención

A lo largo de la infancia y la adolescencia, los centros educativos se convierten en el entorno en el que los alumnos invierten más tiempo. Por ello, se sitúa como uno de los principales espacios de desarrollo y aprendizaje a nivel social, académico y personal. Bajo esta circunstancia, la educación y la escuela desempeñan una función vital en la transmisión de valores, habilidades sociales y desarrollo íntegro de la persona. Diversos estudios han demostrado que implementar programas centrados en competencias socioemocionales tienen resultados positivos en la convivencia escolar y en el rendimiento académico, además de proteger frente a riesgos como el aislamiento social o el acoso escolar (Durlak et al., 2011), lo que refuerza el papel del entorno escolar como factor clave para la promoción del bienestar.

También cabe destacar y poner en valor el trabajo de todos los profesionales del equipo académico. A través de una buena coordinación y comunicación, junto a la implicación y formación continua del profesorado, se pueden generar espacios de acompañamiento, prevención e intervención. Mediante una acción tutorial programada y con una adecuada selección y diseño de programas adaptados a las características del alumnado, se podrá acercarse a cumplir los objetivos en cuanto al desarrollo individual de los alumnos.

En relación con todo lo anterior, organismos como la UNESCO (2018) destacan que los centros escolares ofrecen un espacio estable y adaptado al desarrollo de los adolescentes, por lo que se considera un factor de protección a la hora de implementar programas dirigidos a mejorar la convivencia, pensamiento crítico y promoción de relaciones saludables.

En esta línea, Eccles y Roeser (2011) destacan que los centros educativos se deben reconocer como uno de los principales contextos de desarrollo durante la adolescencia. Esto se debe, en primer lugar al tiempo que permanecen los alumnos a lo largo del curso en este espacio, pero también, a través de la socialización con iguales, construyen su identidad y el sentimiento de pertenencia y participan en un microsistema que les va a permitir incorporarse progresivamente a la vida adulta. Además, la evidencia señala que la calidad del ambiente escolar y la relación de los alumnos con los profesionales docentes influyen significativamente tanto en el desarrollo como en el bienestar de los adolescentes.

A partir del marco CASEL (2017), el contexto educativo constituye un espacio clave para el desarrollo de competencias emocionales inter e intrapersonales gracias a que proporciona un entorno relativamente estructurado, seguro y que ofrece experiencias significativas.

Teniendo en cuenta todos los datos que nos proporciona la evidencia científica, la escuela se eleva como uno de los organismos más eficientes para generar en los alumnos unos aprendizajes en todos los ámbitos y, por eso, la realización de este Plan de Acción Tutorial se pretende enmarcar en los centros educativos y dentro de las aulas, donde se puedan ofrecer espacios seguros y controlados donde los adolescentes puedan sentirse libre de opinar, reflexionar y participar.

Inclusión, diversidad y prevención

Para ofrecer una educación afectivo-sexual en el entorno escolar, se debe superar una mera perspectiva biológica o reproductiva. Esta manera de concebir la sexualidad de las personas es excesivamente superficial y deja de lado dimensiones como la emocionalidad, identidad o social. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023) o la UNESCO (2018) afirman que la educación sexual de calidad no se limita a la prevención de embarazos o infecciones sino que debe promover un desarrollo integral de la persona, incluyendo conocimientos, habilidades y valores de respeto, igualdad y toma de decisiones responsables. Se plantea la sexualidad dentro de la evolución natural de los seres humanos, presente durante toda la vida, y que resulta fundamental para el ajuste social. Por esto, debe mantenerse continuamente un enfoque y una perspectiva abierta, donde la diversidad de género, afectiva y las experiencias individuales forman parte de la realidad que experimenta el alumnado.

Desde el punto de vista de la etapa que atraviesan los adolescentes, nos encontramos ante un momento del desarrollo en el que se consolidan aspectos como el autoconcepto, la identidad, los valores y creencias, tanto sobre uno mismo, como hacia los demás y al mundo. Por ello, es necesario ofrecer espacios educativos en los que se permitan y respeten la diversidad y cuestionen modelos, ideas arraigadas y mitos. Educar en sexualidad toma relevancia a la hora de orientar e informar adecuadamente al alumnado además de mostrarse disponible y ofrecer acompañamiento a la hora de desarrollar habilidades para establecer vínculos sanos.

Por otro lado, es importante dedicar tiempo y atención a la prevención. La realidad social a la que están expuestos los adolescentes del mundo digital está marcada por la influencia de figuras públicas, “fake news”, persistencia de conductas y pensamientos perjudiciales y la pornografía. La exposición temprana a modelos que reflejan una realidad distorsionada puede provocar efectos muy negativos durante la construcción de la identidad, expectativas y el aprendizaje de conductas de riesgo. Este contexto social aumenta la necesidad de promover planes educativos que promuevan el análisis crítico, el consentimiento y orienten para evitar situaciones de acoso, violencia o control. Desde un enfoque preventivo, la acción tutorial y la orientación educativa parten de una posición privilegiada para poder proporcionar esos espacios de aprendizaje, donde el debate constructivo, el diálogo, la participación y la escucha activa contribuyan a promover el bienestar y convivencia positiva.

Según Díaz-Aguado (2003), la prevención de violencia, conductas de riesgo y, en general las relaciones perjudiciales o “tóxicas” requiere un enfoque progresivo y continuado, basado en la promoción de competencias personales y sociales. En este sentido, las intervenciones más eficaces son aquellas que valoran y favorecen la participación de los alumnos, para aumentar la apropiación de valores como el respeto e igualdad.

3.2. Marco normativo

LOMLOE (Ley Orgánica 3/2020)

La Ley Orgánica 3/2020 (LOMLOE) trata en los artículos relativos a los principios del Sistema Educativo la necesidad de garantizar una educación de calidad sin discriminación por sexo, raza, orientación o identidad sexual, con el fin de promover una igualdad entre géneros y favorecer la inclusión y respeto a la diversidad. Además, se comprende que la educación afectivo-sexual debe ser explícita y adecuada al nivel madurativo de los alumnos, pero siempre buscando la unión con el desarrollo de la ciudadanía activa y el respeto a la diversidad. Con

estas premisas, encontramos que el Plan de Acción Tutorial propuesto encaja perfectamente con los que se consideran los principios y fines del Sistema Educativo.

Real decreto 217/2022.

En relación con la Educación Secundaria Obligatoria, el RD 217/2022 establece los objetivos de la etapa educativa. Entre ellos, encontramos la necesidad de fortalecer sus habilidades afectivas, rechazo de estereotipos discriminatorios y el conocimiento y respeto profundo de la sexualidad y afectividad humana en todas sus dimensiones. Todos estos objetivos buscan la aceptación de igualdad de oportunidades y derechos entre hombres y mujeres, mientras los adolescentes desarrollan su personalidad de manera íntegra y global, a través del autoconocimiento y la interacción con los demás.

También, incorporan un perfil de salida del alumnado, es decir, las capacidades y habilidades de las que debe disponer un alumno para poder confirmar que ha terminado la etapa de educación secundaria de manera adecuada y puede incorporarse al mundo adulto y laboral. En este perfil de salida, aparecen conceptos importantes como la competencia social, personal y ciudadana. Estas competencias están relacionadas con el desarrollo de empatía, gestión emocional, respeto, convivencia y rechazo de prejuicios.

Por otro lado, se menciona también que la orientación y la acción tutorial deben acompañar el proceso educativo del alumnado, tanto individual, como colectivamente. Este acompañamiento busca evitar estereotipos de género que puedan condicionar su percepción y conducta social.

Por último, el artículo 26 ofrece autonomía a los diferentes centros escolares para desarrollar y modificar el currículo siempre que estén orientados al ejercicio de una ciudadanía activa.

Con las indicaciones y recomendaciones que encontramos en la legislación actual, este programa de educación afectivo-sexual se encuentra en un lugar ideal para su desarrollo, dado que ataca todas las necesidades sociales que se ven recogidas en los objetivos de la educación en España.

BOCM (Decreto 65/2022)

Concretando más el marco normativo a nivel autonómico, encontramos que el Decreto 65/2022 de la Comunidad de Madrid establece que los centros deben desarrollar un Plan de Acción Tutorial junto al asesoramiento de los profesionales de la orientación. Además, se menciona que, junto a los contenidos de las materias, se deben trabajar y desarrollar contenidos transversales, entre los que se encuentran la educación afectivo-sexual, el respeto mutuo y la educación en igualdad y valores. Por último, este documento también avala a los centros educativos a realizar innovaciones, experimentaciones y programas educativos.

En conjunto, el marco normativo actual existente en España y en la Comunidad de Madrid permite justificar la necesidad de implementar y desarrollar programas relacionados con la adquisición de competencias afectivo-sexuales dentro de los currículos de la etapa de secundaria, especialmente desde una perspectiva orientadora, preventiva e inclusiva.

4. Contextualización del centro educativo

El Plan de Acción Tutorial presentado se contextualiza en un centro público de Educación Secundaria situado en el distrito de Fuencarral-El Pardo, Madrid. Este centro presenta una gran trayectoria educativa y ofrece las enseñanzas de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y diferentes opciones de Formación Profesional. Atendiendo a las instalaciones, se puede observar un centro grande y con diferentes edificios, además de múltiples opciones deportivas. Se encuentra limitando un extenso monte, por lo que el entorno educativo se nutre de la cercanía a la naturaleza y se integra en ella.

En cuanto a los integrantes del centro, encontramos un perfil diverso y heterogéneo, representando la sociedad multicultural que alberga la Comunidad de Madrid. Predomina un nivel socioeconómico medio, con familias altamente implicadas en el proceso educativo de sus hijos e hijas pero sin la carencia de familias que atraviesan situaciones que requieren de un acompañamiento e intervención por parte de la orientación del centro.

La intervención propuesta se sitúa en el curso de 4º de ESO, etapa relevante debido a que el alumnado se encuentra en un momento clave de toma de decisiones, consolidación de la identidad y de exposición a las primeras experiencias afectivo-sexuales. Además, el contexto digital, marcado por influencias sociales, puede generar la aparición de relaciones no saludables.

El departamento de Orientación cuenta con 2 orientadores, y 1 TIS, por lo que pueden dividirse funciones de manera interna para realizar un trabajo más efectivo. De esta manera, algún orientador puede estar durante el desarrollo de las sesiones mientras que otra persona puede estar más implicada en otras tareas como la evaluación o el diseño.

5. Plan de Acción Tutorial

5.1. Objetivos

- *Objetivo general:* Promover el desarrollo afectivo-sexual integral del alumnado de 4º ESO desde una perspectiva preventiva, orientadora e inclusiva
- *Objetivos específicos:*
 - Favorecer el autoconocimiento
 - Promover la igualdad y el respeto
 - Prevenir violencia y conductas de riesgo
 - Desarrollar pensamiento crítico
 - Fomentar las relaciones saludables y la salud sexual

5.2. Equipo profesional

Orientadores se encargan de diseñar actividades y realizar formación a los tutores de los cursos de ESO

Tutores de ESO y 1 orientador realizan el programa con sus respectivas aulas.

Orientadores se encargan de evaluar el programa

Agentes externos desarrollan algunas sesiones

5.3. Metodología

La metodología del presente Plan de Acción Tutorial se fundamenta en un enfoque activo, participativo e inclusivo, orientado a generar espacios seguros de aprendizaje, reflexión y diálogo. Se priorizará el uso de dinámicas lúdicas, creativas y motivadoras que favorezcan la implicación del alumnado desde un clima de confianza, respeto y desinhibición, entendiendo que el aprendizaje significativo se consolida con mayor eficacia cuando el alumnado participa de forma directa y experiencial.

Asimismo, se plantea una metodología adaptada a las características, intereses y necesidades del grupo, promoviendo la flexibilidad y la atención a la diversidad del alumnado. El programa otorgará un papel protagonista a los estudiantes, fomentando su participación activa en debates, actividades cooperativas y procesos de construcción compartida del conocimiento, de manera que puedan expresar inquietudes, cuestionar ideas previas y desarrollar pensamiento crítico.

Del mismo modo, se incorporará una perspectiva cooperativa y reflexiva, favoreciendo el trabajo en equipo, la empatía, el respeto mutuo y la reflexión posterior a cada actividad como herramienta para consolidar aprendizajes, revisar creencias y promover una toma de decisiones más consciente y responsable. En conjunto, esta metodología busca superar modelos

meramente expositivos, apostando por una intervención dinámica, cercana y orientadora, coherente con los principios preventivos, inclusivos y participativos propios de la educación afectivo-sexual.

5.4. Actividades y cuaderno del tutor

Sesión 1. Introducción al programa y evaluación inicial

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Favorecer el autoconocimiento - Desarrollar el pensamiento crítico
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> - Presentación del programa - Acercamiento a dudas, intereses y necesidades. - Evaluación inicial
Materiales	Batería de socialización (BAS-3)
Actividades	<ul style="list-style-type: none"> - Introducción al programa (15 mins): Expondremos los objetivos y la finalidad del programa a los estudiantes, con el fin de entender su nivel inicial que nos permitirá ajustar las próximas sesiones, además de conocer sus intereses, inquietudes y preguntas. - La caja de las dudas (10 mins): En todas las sesiones, existirá una caja disponible, en la que los alumnos podrán depositar preguntas (anónimas o no) que les surjan durante las clases. Más tarde, en alguna de las sesiones se abordarán las inquietudes de los chicos y chicas. - Evaluación inicial BAS-3 (30 mins): Se destinará un período para llevar a cabo la evaluación inicial, lo que permitirá medir los cambios posteriormente. - Evaluación (5 mins): Se discutirá lo llevado a cabo en la sesión en forma de debate y participación abierta.

Sesión 2. Mitos, estereotipos

Objetivos	- Desarrollar el pensamiento crítico
Contenidos	- Mitos y creencias sobre sexualidad - Estereotipos de género
Materiales	Lista de mitos y creencias sobre el sexo
Actividades	<ul style="list-style-type: none"> - <u>¿Realidad o mito?</u> (50 mins): El aula se dividirá en dos partes, donde los estudiantes se desplazarán dependiendo de si están de acuerdo o en desacuerdo con diversas afirmaciones que leeremos en voz alta. Ciertas de estas afirmaciones se vinculan con la sexualidad, las relaciones, mitos y estereotipos sobre lo afectivo y sexual. Una vez que todos los individuos estén ubicados en un área del espacio, se discutirá el tema, compartiendo razones a favor o en contra de lo que se ha planteado. Algunas de las declaraciones podrían ser: La primera vez siempre genera dolor o sangrado. El tamaño tiene relevancia para disfrutar de las relaciones. El líquido preseminal puede causar embarazo. Las áreas erógenas no se limitan a los genitales. Los chicos generalmente tienen un mayor impulso sexual que las chicas. Los celos representan una expresión de amor. - Evaluación (10 mins): Se discutirá lo llevado a cabo en la sesión de forma de debate y participación abierta.

Sesión 3. Diversidad afectivo-sexual, identidad y respeto

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Promover la igualdad y el respeto- Favorecer el autoconocimiento
Contenidos	Fotocopias de las 4 líneas con los conceptos a tratar
Materiales	<ul style="list-style-type: none">- Diversidad afectivo-sexual y de género- Identidad y autoconcepto- Respeto y convivencia
Actividades	<ul style="list-style-type: none">- Líneas de identidad (50 mins): Se proporcionará a los estudiantes una hoja que mostrará 4 líneas, cada una con el símbolo del hombre y la mujer en sus extremos. Estas líneas reflejarán aspectos vinculados a la sexualidad y la identidad: sexo, género, expresión de género y orientación. Se llevará a cabo una reflexión en grupo con el objetivo de comprender el significado de estos conceptos, reconociendo que la sexualidad puede verse como un espectro de ideas, expresiones y preferencias, en lugar de adoptar una perspectiva dicotómica sobre las relaciones sociales. Luego, se invitará a los jóvenes a ubicarse en cada una de las dimensiones y a compartir sus opiniones con el resto de la clase de forma libre.- Evaluación (10 mins): Se discutirá lo llevado a cabo durante la sesión en un formato de debate y participación abierta.

Sesión 4. Consentimiento, relaciones saludables y comunicación

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Promover la igualdad y el respeto - Prevenir violencia y conductas de riesgo
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> - Consentimiento y límites - Relaciones saludables
Materiales	Proyector para visualizar la película
Actividades	<ul style="list-style-type: none"> - “Eight Grade” (20 mins): Se mostrará la parte de la película en la que la protagonista enfrenta una situación vergonzosa debido a la presión de otro chico: https://www.youtube.com/watch?v=NKmEidxrzoA. Luego, se llevará a cabo una reflexión en grupo sobre lo que está ocurriendo, si consideran adecuada la conducta de cada individuo y qué aspectos podrían modificarse. - ¿Bandera verde o bandera roja? (30 minutos): Se mostrarán diversas situaciones vinculadas al consentimiento, la presión, los celos o el control. Los estudiantes deberán discutir si estas circunstancias se clasifican como un comportamiento saludable (green flag) o como un riesgo. Asimismo, podrán sugerir situaciones que hayan vivido o que les causen temor enfrentarse a ellas para abordarlas en conjunto. Algunas de las oraciones pueden ser: Tu pareja se molesta porque no respondes rápidamente. Repetir en múltiples ocasiones tras una negativa de alguien. Repartir claves como manifestación de confianza. Examinar el teléfono de la pareja. Sentirse forzado a realizar una acción para no desilusionar a alguien más. Consultar antes de ofrecer un beso. - Evaluación (10 mins): Se discutirá lo trabajado en la sesión en forma de debate y con participación abierta.

Sesión 5. Prevención de riesgos

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Fomentar las relaciones saludables y la salud sexual - Prevenir la violencia y conductas de riesgo
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> - Riesgos asociados al uso de internet y redes sociales - Estrategias de prevención y búsqueda de ayuda
Materiales	<p>Proyector para visualizar los vídeos Folios/cartulinas</p>
Actividades	<ul style="list-style-type: none"> - <u>Riesgos en internet</u> (5 mins): Se dedicará la primera parte de la clase a hacer una lluvia de ideas conjunta sobre riesgos que pueden existir en internet para comprobar los conocimientos de los grupos - <u>¿Qué harías tú?</u> (40 mins): Dividiremos el grupo en 3 pequeños subgrupos y se proyectarán los siguientes 3 vídeos sobre diferentes riesgos de internet: Grooming (https://www.youtube.com/watch?v=3OtymC4zSp4); ciber control (https://www.youtube.com/watch?v=GbnFfKIhd8s); Sexting (https://www.youtube.com/watch?v=8IvMQQDER1g). Posteriormente, cada grupo debe hacer una guía de cómo enfrentarse o qué se debería hacer en caso de sufrir alguna de las situaciones que se muestran en los vídeos. La forma de representación será libre (role-play, poster, clase magistral...) - <u>Evaluación</u> (10 mins): Se hablará sobre lo realizado durante la sesión a modo de debate y participación libre.

Sesión 6. Cierre, reflexión y evaluación final

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Favorecer el autoconocimiento- Desarrollar el pensamiento crítico
Contenidos	<ul style="list-style-type: none">- Reflexión sobre los aprendizajes- Evaluación del programa- Resolución de dudas
Materiales	Dianas de las 5 sesiones
Actividades	<ul style="list-style-type: none">- La caja de las preguntas (35 mins): En esta sesión, cada participante deberá seleccionar una pregunta al azar de la caja de preguntas y responderla de acuerdo con lo que se ha discutido o lo que crea apropiado según su perspectiva. Luego se resolverán las incertidumbres si es preciso.- Evaluación (25 mins): Se ubicarán en la sala 4 imágenes de dianas con el texto “he aprendido algo” en la parte superior y “me ha gustado” en la inferior. Cada una de estas metas simboliza cada una de las sesiones llevadas a cabo en el programa. Los estudiantes deberán situar 2 símbolos (punto, cruz, corazón...) en cada sesión, de forma que cuanto más cerca estén del centro de la diana, más les ha agradado o más han aprendido en esa sesión. Luego se discutirá en grupo la razón de sus respuestas.

5.5. Fases

Fase 1. Diseño y planificación del programa por parte del departamento de orientación

Fase 2. Formación impartida por parte de orientación a los profesores tutores sobre el programa y su desarrollo.

Fase 3. Desarrollo de las actividades de forma conjunta entre los tutores y un orientador

Fase 4. Evaluación del programa y propuestas de mejora

5.6. Recursos

Económicos. El dpto tiene presupuesto limitado por lo que las actividades deben diseñarse con un costo de dinero bajo o nulo

Materiales: Todos los recursos necesarios para el desarrollo de las actividades estarán disponibles en el centro educativo (folios de papel, ordenadores, proyectores...)

Humanos: Necesitaremos la implicación de los 2 orientadores educativos, además de los profesores tutores. En casos excepcionales, se contará con la participación de agentes y entidades externas

5.7. Evaluación

La evaluación del programa tendrá un carácter continuo, con el objetivo de valorar tanto el desarrollo de las sesiones individuales, como el grado de cumplimiento de los objetivos propuestos. Para ello, se va a hacer uso tanto de instrumentos cuantitativos como cualitativos que van a permitir obtener una gran cantidad de información sobre el interés y participación del alumnado, la evolución y desarrollo de sus habilidades y la utilidad del programa.

En primer lugar, se realizará una evaluación inicial al inicio del programa a través de la Batería de Socialización (BAS-3, Silva y Martorell, 1987). Este instrumento permite analizar un gran número de dimensiones relacionadas con el desempeño y ajuste social de los adolescentes, evaluando conceptos como el autocontrol en las relaciones, retraimiento social o consideración con los demás. El uso de esta prueba permitirá observar cambios relacionados con las habilidades sociales y relacionales trabajadas a lo largo del programa. Posteriormente, al finalizar la totalidad de las sesiones, se volverá a administrar la prueba para poder hacer un contraste pretest-postest y analizar los resultados para comprobar la efectividad del proyecto.

Además, en cada sesión, se dedicará un pequeño espacio de reflexión y evaluación grupal. Aquí, los alumnos, de manera abierta y voluntaria, podrán expresar sus opiniones, dudas o aprendizajes adquiridos. La recogida de esta información es muy importante para poder analizarlas posteriormente y revisar la necesidad de implementar cambios en la estructura del programa. Así, a través de una dinámica abierta y segura, podemos adaptar las sesiones a las necesidades de los diferentes grupos, mientras se fomenta la participación activa de los adolescentes en su experiencia educativa y de aprendizaje.

Por último, se realizará una evaluación final y conjunta entre todos los tutores y orientadores que hayan participado en el diseño, desarrollo o planificación del programa. En ella, se analizarán los resultados del programa y se identificarán aquellos aspectos que se consideren necesarios modificar en futuras ocasiones.

6. Reflexión personal

La elaboración de este Trabajo de Fin de Máster me ha permitido reflexionar profundamente acerca de la importancia de la educación afectivo-sexual para el desarrollo social de los adolescentes, además de destacar el papel de los centros educativos como agentes de cambio a lo largo de la etapa de secundaria. Gracias a este trabajo, he podido descubrir cómo, desde la orientación educativa y la acción tutorial, se puede lograr un impacto muy positivo en la vida de los alumnos, proporcionando herramientas que van a utilizar a lo largo de su vida.

Desde que empecé a valorar ideas acerca de posibles temáticas para el trabajo, mi objetivo fue aprender a transmitir y formar a otras personas en aspectos que considero de vital importancia en la evolución de las personas. En este sentido, descubrí un interés por poder ayudar a todos los alumnos posibles a descubrir partes de su personalidad que no conocían, a tomar conciencia sobre la profundidad de las relaciones sociales y la necesidad que tenemos como seres humanos de estar en contacto con iguales.

Durante una primera fase de investigación, he podido descubrir que la evidencia científica apoya la inclusión de estos programas no solo durante la adolescencia, sino que se contempla como un aprendizaje transversal de todas las etapas del desarrollo. Además, la legislación actual de nuestro país, también se posiciona a favor de estas medidas, buscando trabajar aspectos preventivos sin descuidar el plano social, emocional y relacional. Un gran reto al que me he enfrentado durante el diseño del programa ha sido encontrar el balance entre lograr tener una fundamentación teórica sólida, pero intentando tener en cuenta las realidades de un centro educativo, donde el ritmo de trabajo no siempre permite implementar medidas y programas innovadores si no se cuenta con la implicación de todos los miembros del equipo educativo.

En este sentido, se ha optado por realizar una intervención sencilla, flexible y adaptable, buscando en todo momento presentar el programa como algo atractivo, ameno y relajado, de manera que se favorezca un clima tanto entre los alumnos como con la orientación educativa y los tutores. Esta perspectiva permitirá acercarse de una manera natural a los objetivos y los contenidos, logrando una mayor participación del alumnado y, en consecuencia, un resultado positivo.

Por último, me gustaría mencionar (y agradecer) al Colegio Montserrat FUHEM, ya que me han permitido realizar algunas de estas sesiones con sus alumnos, lo cual me ha servido como guía para comprender las necesidades y dudas reales que tienen los adolescentes. Gracias a esta experiencia, he podido ajustar y adaptar las sesiones de manera que se ajusten lo máximo posible a la realidad de los alumnos, mientras he puesto en práctica mis habilidades en un entorno real.

En definitiva, considero que el trabajo realizado me ha permitido alcanzar los objetivos propuestos en un primer momento, ayudándome a acercarme a mi futuro trabajo en un centro educativo, mientras he seguido desarrollando competencias de investigación y estudio que tan necesarias serán en el futuro laboral.

7. Aserciones finales

- La educación afectivo-sexual constituye un aprendizaje vital para el desarrollo integral durante todas las etapas educativas.
- La adolescencia se trata de una etapa relevante para la intervención preventiva debido a las características del desarrollo evolutivo.
- La orientación educativa y la acción tutorial toman protagonismo a la hora de promover el bienestar.
- El contexto escolar debe entenderse como un espacio privilegiado para implementar programas de educación en valores.
- La educación afectivo-sexual no debe limitarse a contenidos biológicos, sino que debe incorporar aspectos sociales y emocionales.

8. Bibliografía

Bisquerra, R. (2015). Psicopedagogía de las emociones. Síntesis.

Casey, B. J., Jones, R. M., & Somerville, L. H. (2011). Braking and accelerating of the adolescent brain. *Journal of Research on Adolescence*, 21(1), 21-33.

<https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2010.00712.x>

Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL). (2017). *What is SEL?* <https://casel.org/what-is-sel/>

Decreto 65/2022, de 20 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establecen para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria. Boletín Oficial de la Comunidad de Madrid, núm. 175, de 25 de julio de 2022.

Díaz-Aguado, M. J. (2003). Diez condiciones básicas para prevenir la violencia desde la adolescencia. *Aspectos psicosociales de la violencia juvenil*.

Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405-432.

<https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>

Eccles, J. S., & Roeser, R. W. (2011). Schools as developmental contexts during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 21(1), 225–241.

<https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2010.00725.x>

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, núm. 340, de 30 de diciembre de 2020.

Organización Mundial de la Salud. (2023). Educación sexual integral. Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/>

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, núm. 76, de 30 de marzo de 2022.

Steinberg, L. (2005). *Adolescence* (7a ed.). McGraw-Hill.

UNESCO. (2018). Orientaciones técnicas internacionales sobre educación en sexualidad: Un enfoque basado en la evidencia (edición revisada). UNESCO.

<https://unesdoc.unesco.org/>