

## **Propuesta de intervención psicopedagógica para estudiantes que presentan un bajo rendimiento escolar en un colegio bilingüe en Chile**

José Manuel Graus Ramírez<sup>1</sup>

### **RESUMEN**

El fracaso escolar es un tema que preocupa a los gobiernos a nivel mundial, por lo que siempre están en constante búsqueda de soluciones que erradiquen este problema, implementando distintas modificaciones en el sistema educativo y la implantación de programas de intervención específicos en el propio contexto. El siguiente trabajo consiste en el diseño de una intervención psicopedagógica que pretende mejorar el rendimiento académico de un grupo de estudiantes de curso tercero medio (Educación Secundaria) de un colegio alemán situado en Santiago de Chile. Esta intervención, solicitada por la dirección del colegio tras observar un descenso notable en el rendimiento del grupo y tras varias reuniones con el profesorado encargado, comienza con un análisis de necesidades, para poder así diseñar un programa que se adapte perfectamente a las necesidades del grupo. La intervención que se propone se dividirá en distintos bloques de diferente extensión: orientación académica, reducción de estrés, hábitos y técnicas de estudio y autoestima y autoconcepto.

Palabras clave: Rendimiento académico, motivación, programa de intervención, educación secundaria.

---

<sup>1</sup> Licenciado en Pedagogía. Mg. en Necesidades Educativas Especiales y Estimulación Temprana. Mg. en Psicopedagogía. Psicopedagogo en Colegio Alemán Sankt Thomas Morus, Santiago, Chile.

## **I. INTRODUCCIÓN**

El siguiente trabajo trata de una intervención que persigue mejorar el rendimiento académico de un grupo, ha sido elegido por dos motivos. Por un lado, siempre me ha interesado el tema de la motivación, ya que en mi corta experiencia profesional he descubierto que es el factor fundamental que conduce al éxito; por otro lado, en el transcurso de la realización de las prácticas del máster se me pidió diseñar una intervención para mejorar el rendimiento académico de un grupo determinado, el cual ha bajado de forma drástica en los dos últimos cursos.

Se trata de un curso de 3º Medio (correspondiente en España a primero de bachillerato). Al tratarse de un colegio Alemán, el nivel fue dividido en dos líneas: los alumnos que han adquirido un buen nivel de alemán, los cuales podrán realizar lo que se conoce como “bachillerato internacional” (con el cual podrían tener acceso a universidades europeas también, y de otros continentes); y aquellos que han obtenido peores resultados en esta lengua (el curso con el cuál trabajaremos) que solos e podrán presentar a la PSU (Prueba de Selección Universitaria, algo parecido a la “selectividad” en España, la cual sólo les da opción de acceder a universidades nacionales).

Por lo anterior, los jóvenes están muy desmotivados con el aprendizaje de la lengua alemana, y también ha bajado su sentimiento considerablemente en el resto de las materias. Además, los profesores describen su actitud como pasota y desmotivada, y no logran que se fusionen como grupo: de alguna manera tienen un bajo concepto de ellos mismos, porque están en lo que se consideraría el grupo de “los no seleccionados”.

La finalidad principal de esta intervención es la de cambiar esta situación, motivando al alumnado a mejorando su rendimiento tanto en la lengua extranjera, como en el resto de las asignaturas, y también que tengan una mejor percepción de ellos mismos y se motiven. Por ello, he elegido un marco teórico que defina el fracaso escolar y el rendimiento

académico, y que aborde de alguna forma los factores a tener en cuenta en este trabajo, como pueden ser la motivación, la autoestima, el estrés, o la orientación académica y profesional.

## II. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

### ***1) Orientación académica, orientación profesional y conocimiento de sí mismo***

Dentro del contexto educativo hay dos conceptos centrales que se ayudan a comprender, por un lado, el desempeño de los estudiantes en el aula, y por otro su proyección hacia el futuro. Respecto al primer concepto, la *orientación académica*, puede comprenderse como un proceso guía y apoyo al estudiante para que desarrolle habilidades para resolver los problemas que la vida académica. En este proceso, “se incluyen situaciones de ayuda en actividades escolares, y para que a lo largo de su recorrido por la escuela realice elecciones de acuerdo con sus intereses, capacidades, y con su situación personal” (Orientared, 2018, p. 1). El acompañamiento será diverso dependiendo del nivel y características de cada estudiante.

El segundo concepto, la *orientación profesional* es un proceso de apoyo para que el estudiante sea capaz de elegir con satisfacción, una profesión o trabajo determinado, y al mismo tiempo prepararse adecuadamente para el mismo. Este camino conlleva la toma de decisión, formación y la ubicación profesional. Busca la integración de las exigencias y expectativas personales con las necesidades sociales (Orientared, 2018). Otra definición señala que la orientación profesional corresponden a: “los servicios destinados a ayudar a las personas, de cualquier edad y en cualquier momento de sus vidas, para tomar decisiones educativas, formativas y de empleo y para gestionar su carrera” (OCDE, 2004 en López, 2010, p. 645)

De esta forma, López (2010) propone que la orientación profesional debe intervenir como un “continuo”, esto es, integrando acciones vinculadas a objetivos de carácter preventivo, correctivo y de atención a las diversas transiciones.

En este proceso, el conocimiento de sí mismo es crucial, y desarrollar estrategias para potenciarlo debe ser parte de la orientación. Ello, ya que el conocimiento de sí, se vincula a otros elementos como: intereses, aptitudes, capacidades de acceso, circunstancias socio-económicas personales, relaciones entre el autoconcepto y la información vinculada a la carrera, etc. Como parte de este proceso es crucial integrar las situaciones por las que atraviesan los estudiantes, de modo que el proceso de orientación académico y profesional sea realista y vinculado a las necesidades y expectativas del estudiante.

Así, para llegar al proceso de elección de una carrera, el proceso debe estar construido a partir de aprendizajes significativos que permitan desarrollar confianza en sí mismo comprender de forma profunda los diversos contenidos tratados.

## **2) Rendimiento académico y fracaso escolar**

Pese al desalentador panorama de América Latina en el Informe PISA 2015, Chile es el país latinoamericano que más resaltó. No obstante, se encuentra por debajo de la media de la OCDE (Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico). Aunque los resultados obtenidos al ser desglosados por asignaturas son superiores a los del resto de los estados de Latinoamérica, están por debajo del cociente de la OCDE y de la Unión Europea en las tres áreas medidas, encontrando mejora sólo en la competencia lectora con respecto al estudio realizado en 2012. En las otras dos áreas, matemáticas y ciencias, no se han registrado mejoras en la última década, quedando posicionado bajo en Nivel 2 de PISA, nivel que es superado en el área de comprensión lectora por un 72% de los estudiantes chilenos/as.

En cuanto a los niveles de excelencia que se registran en el informe, tan solo un 3,3% de los alumnos chilenos fueron destacados en una asignatura como mínimo, dato que se ve opacado por el 23,3% de jóvenes que evidenciaron su bajo rendimiento en las tres áreas. Ante estos datos, y pese a que la comparación frente a sus países vecinos es positiva para el país, Chile está al debe en términos de rendimiento académico.

Considerando los datos ofrecidos en el apartado anterior, cuando pensamos en el fracaso escolar no sólo debiéramos tener en mente al individuo que lo padece, sino más bien como un fracaso social (Martínez-Otero, 2009) debido a que es una problemática que sobrepasa el ámbito educativo y que repercute de forma general en la sociedad (citar tesis, pagina 34).

No obstante, en este trabajo acotaremos el término, restringiéndolo al individuo y al sistema escolar. Para ello cabe considerar que, según Perrenoud (1990), al hablar de fracaso debemos concebirlo como dualidad dimensional, considerando tanto su dimensión subjetiva, relacionada con la propia percepción del estudiante sobre su desempeño, como su dimensión objetiva, que va en relación a la evaluación externa que realiza el centro. Por ello, este concepto ha de ser examinado considerando el contexto temporal y espacial en el que el estudiante está inmerso, entendiendo que las expectativas educativas de un alumno/a en Finlandia no son iguales que las de un alumno/a en Chile, y que las características de un estudiante exitoso hace cuarenta años no eran necesariamente las mismas que las de un estudiante de éxito hoy en día: en el pasado, quizás se valoraba más el hecho de que un alumno/a memorizase todo el contenido que le transmitía el profesor de forma individual, mientras que hoy en día un alumno exitoso quizás es el que razona en lugar de memorizar y construye el conocimiento de forma colaborativa. Sin embargo, bajo estas consideraciones, sí que podemos consensuar que al hablar de fracaso escolar hablamos de un estudiante incapaz de lograr el rendimiento esperado para el nivel educativo en que se encuentra.

La detección y consideración del fracaso escolar depende en gran medida de las leyes que rijan el sistema educativo en cada momento. Desde la dimensión objetiva de Perrenoud

(1990) descrita anteriormente, el fracaso escolar se hace visible en la no superación de los exámenes y, por consiguiente, de las asignaturas que dan paso al siguiente nivel. Dependiendo de la ley educativa del momento, las cuáles además varían entre países, un alumno/a podrá continuar con un número determinado de asignaturas suspensas, por lo que no contaría como fracaso hasta el final del ciclo. Por tanto, para comprender esta problemática, cabe acotarlo una vez más, por lo que en este trabajo restringiremos el término a aquellos estudiantes que han acabado el curso con un número de asignaturas suspensas equivalentes que les obliga a repetir el curso.

Aunque el fracaso escolar con frecuencia suele venir acompañado de un ausentismo escolar, y éste segundo, pese a ser un problema que afecta de forma general a todos los colegios, según estudios a nivel estadístico, se hace más presente en las áreas más vulnerables de las ciudades, incluyendo los barrio marginales situados en la periferia de éstas, dónde se observa un crecimiento del abandono escolar (Marchesi y Lucena, 2003), y en un gran porcentaje de los casos, podría ser el resultado de problemas socioeconómicos y culturales.

### ***3) Factores asociados al fracaso escolar***

Aunque son muchas las causas que podrían desencadenar en lo que conocemos como fracaso escolar, en un primer plano, la mayoría suelen estar incluidas en tres grandes categorías: factores relacionados con el aprendizaje, con la pedagogía o factores afectivos-emocionales. En primer lugar, en relación con las razones relacionadas con el aprendizaje, cabe mencionar que existen una serie de trastornos que dan lugar a ciertas alteraciones sensoriales, físicas, psicomotrices, etc., ya sean congénitos o producto del desarrollo o de alguna enfermedad, que pueden traducirse en un obstáculo para el aprendizaje. Aquí podríamos incluir una serie de características individuales, como podrían ser problemas de vista o audición, problemas de movilidad, etc., que no solo suponen un impedimento a la hora de adquirir ciertos aprendizajes, sino que también pueden dañar su autoestima. Mucho más fáciles de ver en este apartado puedes ser ciertos trastornos relacionados con el

aprendizaje, como pueda ser la dislexia o el trastorno de déficit de atención con hiperactividad (TDAH), y el no haber sido tratados a una edad temprana. Además podríamos incluir aquí también aquellos factores intelectuales, entre los que podríamos encontrar estudiantes con ciertas debilidades mentales a los que les cuesta mucho trabajo adquirir ciertos conocimientos y a los conocidos como superdotados, que podrían llegar a aburrirse. Cuando hablamos de aprendizaje, y al mencionar los factores intelectuales anteriores, es más apropiado empezar a hablar de problemas derivados de los tipos de inteligencia, más que de un bajo o alto coeficiente intelectual.

En segundo lugar, existen investigaciones que señalan que un gran porcentaje de los fracasos escolares tienen un origen emocional, el cual podemos ejemplificar con depresión, ansiedad, baja autoestima, etc. En este apartado cobra una gran importancia el rol de la familia y el entorno del estudiante, los cuales han de proveer una estabilidad emocional, por lo que el estilo de educación de los padres, por ejemplo, jugará un rol protagónico en esta categoría. Fullana (1996) defiende la responsabilidad de la familia en la creación de un clima educativo estable que estimule al estudiante, caracterizado por relaciones sanas entre sus componentes y con expectativas apropiadas por parte de los padres, aunque, según Ruiz de Miguel (2001) existe un cierto recelo de admitir que existan factores externos al colegio, como los familiares, que puedan contribuir al fracaso del alumno.

Por último podríamos hablar de causas pedagógicas, que son las relacionadas con la escuela, como los profesores, el número de alumnos/as, la metodología utilizada, las exigencias del centro, etc.; o con el propio estudiante, como el conocimiento o desconocimiento de técnicas de estudio efectivas, sus gustos y preferencias por unas u otras asignaturas, etc. Cabe resaltar en esta categoría la abrumadora velocidad en que la tecnología cambia dejando obsoletas a la mayoría de las escuelas, que económicamente no pueden adaptarse con la misma rapidez, y a sus profesores, que no están formados para dicha situación y que no disponen de los medios necesarios para adaptar sus metodologías. Además, la relativamente recientes leyes educativas que apuestan por la inclusión introducen a un alumnado más diverso que, sin recursos complementarios, deja en evidencia las

capacidades de los docentes a la hora de adaptar con éxito sus metodologías y contenidos. Por otro lado, la situación geográfica del centro y de la cuál vienen sus estudiantes se convierte en un factor de mucha importancia cuando hablamos de fracaso escolar, especialmente en países con índices de desigualdad social tan elevados como en Chile, los cuales se ven reflejados en un clasismo territorial delimitado por barrios. Como ya se indicó en el apartado anterior, e índice de abandono y/o ausencia en la escuela aumenta en determinadas zonas.

Además de las tres grandes y simplificadas categorías descritas anteriormente, en un segundo plano podríamos mencionar otros factores que sin duda juegan un rol importante en la sociedad actual y cuyas consecuencias se filtran en el sistema educativo. Por ejemplo, podríamos destacar una migración paulatina a un sistema político neoliberal que exige al sistema educativo formar a agentes que satisfagan las necesidades de un mercado, dejando de lado de lado su carácter humanista y centrándose meramente en lo económico. Según Lipovetsky (2003), el modelo de educación está influenciado y determinado por las demandas del mercado.

#### ***4) La experiencia en aprendizaje de segundas lenguas y la motivación: la enseñanza bilingüe***

Al desarrollarse en un contexto bilingüe, es importante orientar los factores que inciden en el rendimiento escolar, como la motivación, la autoestima y el autoconcepto, a la luz de otros elementos relevantes en el aprendizaje de la L2. Para ello, a continuación se describen algunos elementos que inciden en el desarrollo de la enseñanza en un contexto bilingüe y que deben considerarse para mejorar el rendimiento académico global de los estudiantes.



### *Enseñanza en contexto bilingüe*

La multiculturalidad, y una de sus expresiones el bilingüismo, están presentes en muchas partes del mundo hoy en día. No se puede negar que vivimos en sociedades que constantemente utilizan varios idiomas. Los profesores de idiomas y académicos de la enseñanza conocen que la presencia del multilingüismo pone en tela de juicio una visión tradicional de la enseñanza de idiomas, un idioma aprendido antes que otro como primer y segundo idioma (segundo o extranjero). La enseñanza de idiomas en contextos multilingües puede tomar una diversidad de formas y aplicarse a una variedad de ideas (Ahmad, Radzuan, y Hussain, 2018; De Oliveira, 2014).

De Oliveira (2014) propone que un lenguaje en la enseñanza de un idioma puede presentarse como un objeto de enseñanza, donde una o más habilidades pueden ser el foco de atención (por ejemplo, escuchar, escribir). En las aulas, las prácticas lingüísticas plantean problemas que a menudo permanecen sin explorar por parte de los profesores de idiomas y los estudiantes. Un profesor de idiomas presenta aspectos importantes del idioma en estudio, pero también aborda el lenguaje como una herramienta de mediación para la comunicación. El lenguaje, entonces, no es exclusivamente un objeto de enseñanza sino un medio de comunicación e interacción. Así, el uso del lenguaje se convierte en un tema importante de consideración, especialmente porque el lenguaje se usa junto con otras modalidades en el aula.

Cuando las personas usan cualquier idioma para interactuar entre sí y para otros fines, su lenguaje cambia en función de los contextos de la situación en la que participan y con qué propósito se usa el idioma. Así, las elecciones hechas por estudiantes o usuarios del lenguaje responden a los contextos de uso dentro de su nivel. Pero, muchas veces en el contexto educativo bilingüe, ocurre que esto no se considera en la enseñanza de lenguas al priorizar y clasificar a los estudiantes solamente por su nivel, lo que puede producir una serie de problemas en su rendimiento académico y autoestima.

### *Variables involucradas en el aprendizaje de una segunda lengua*

Al desarrollarse en un contexto bilingüe, es importante señalar los factores asociados al aprendizaje de una segunda lengua (L2). Así, se presentan factores cognitivos, afectivos, relacionados con la edad y asociados a estilos de aprendizaje, respecto a la investigación de Villegas, García-Santillán y Escalera-Chávez (2016) y Loaiza y Galindo (2014), quienes evidenciaron que el tiempo de estudio, el tipo de escuela, y la frecuencia con que se lee influyen en un mayor puntaje sobre el dominio del inglés como L2.

a) Factores cognitivos: Estos incluyen la inteligencia, la aptitud, y el uso de estrategias de aprendizaje. Por ejemplo, quienes muestran una inteligencia mayor al promedio, aprenden mejor una L2, aun más, cuando la demanda aparece en un contexto formal educativo. Otras habilidades específicas que contribuyen a este proceso, son : habilidad para la codificación fonética, sensibilidad gramatical, memoria y aprendizaje inductivo (Mitchell & Myles, 2004 en Villegas, García-Santillán y Escalera-Chávez, 2016), estrategias de aprendizaje y la motivación.

b) Factores afectivos: Esta área integra diversidad de características, como la empatía, la autoestima, la extraversión, la inhibición, la imitación, la ansiedad, entre otras, como actitudes hacia la lengua, que son de relevantes ya que, cuanto mayor sea el interés de quien aprende y su cultura, más fácil será su aprendizaje (Villegas, García-Santillán y Escalera-Chávez, 2016).

c) Edad y su influencia en el aprendizaje: Diferentes estudios han mostrado que, contrario de lo que se piensa, la edad en la que se comienza a estudiar no determina el aprendizaje de una L2 (Lightbown, 2012; Muñoz, 2006 en Villegas, García-Santillán y Escalera-Chávez, 2016), factores como las horas de instrucción, dedicación, etc. tienen una mayor implicancia. Aun así, el acento si es algo que mejora con la temprana edad de aprendizaje (Brown, 2000).

d) Estilos de aprendizaje: Según Loaiza & Galindo (2014) no existe un consenso académico en torno al concepto de estilos de aprendizaje, pero hay muchos autores que dan su propia definición al término:

“Por ejemplo, los estilos de aprendizaje, para Dunn y Price (1985, p. 12), reflejan ‘la forma en que los estímulos básicos afectan la capacidad de una persona para absorber y retener información’. Por su parte, Keefe (1988, p. 45) informa que los estilos de aprendizaje son los rasgos cognitivos, afectivos y fisiológicos que sirven como indicadores relativamente estables de cómo los estudiantes perciben, interactúan y responden a sus entornos de aprendizaje” (p. 297).

De todos modos, el constructo más aceptado de estilos de aprendizaje, desarrollado por Keefe (Loaiza & Galindo, 2014), incorpora tres tipos de características de las personas: (1) *rasgos cognitivos*, que se vinculan con la forma de organizar, formar, usar e interpretar los contenidos, conceptos, información, problemas y medios de representación de la información; (2) *rasgos afectivos*, relacionados con las motivaciones, creencias, expectativas y actitudes; y (3) *características fisiológicas*, vinculadas a procesos como el biotipo y el biorritmo que tienen que ver con la respuesta de los organismos a las condiciones del entorno externo. Esas características funcionan como indicadores relativamente estables de cómo los estudiantes interactúan y responden a sus entornos de aprendizaje.

Respecto a los estilos de aprendizaje y la adquisición de la L2, en primer lugar, la diversidad personal en el área del aprendizaje se referirían a aquellas “áreas principales en las que difieren los aprendices de lengua, áreas tales como la aptitud lingüística, la motivación, el estilo cognitivo y el control individual sobre el aprendizaje” (Skehan, 1989, p. 1 en Loaiza & Galindo, 2014, p. 298). En segundo lugar, los estilos de aprendizaje se comprenden como las características fisiológicas, cognitivas y afectivas que configuran la manera en que la persona comprende, relaciona y enfrenta a los entornos de aprendizaje. Estos estilos a menudo se han relacionado con variables tales como: “género, edad, campo de estudio, rendimiento académico o suficiencia lingüística, estrategias de aprendizaje, lengua materna del sujeto bilingüe, enseñanza, etc.” (Loaiza y Galindo, 2014, p. 298).

Finalmente, Loaiza y Galindo, (2014) proponen, de una perspectiva de psicología diferencial y psicolingüística, un enfoque teórico de los estilos de aprendizaje de L2 en el contexto escolar como: aquellas características de la conducta, de tipo cognitivo, afectivo y fisiológico, que en la persona en proceso de capacitación bilingüe, desplegaría en las diversas actividades de aprendizaje/adquisición y uso de un lenguaje adicional para primera lengua, en respuesta a ciertos entornos de aprendizaje escolar.

### **III. CONTEXTUALIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA**

Este colegio de Chile, ubicado en una comuna de un nivel socioeconómico y cultural alto, es un establecimiento privado pagado. Debido a sus limitaciones espaciales, es un colegio relativamente pequeño, con 800 alumnos. Estas limitaciones, junto con las altas calificaciones que suelen tener sus alumnos/as en las pruebas de acceso a la universidad, le permiten ser un colegio muy exclusivo –y selectivo- en la admisión de nuevos estudiantes. Su alumnado suele ser de un alto nivel sociocultural también, en su mayoría descendientes de alemanes en Chile. Además, suele incluir a alumnos de otras nacionalidades para darle una esencia internacional, siempre y cuando éstos superen las difíciles pruebas de acceso, entre las cuáles se valora positivamente el conocimiento de la lengua alemana y la inglesa, ya que se considera un colegio trilingüe.

En cuanto a la infraestructura, este colegio cuenta con instalaciones idóneas que propicien el aprendizaje de una forma cómoda: tiene un gran patio, pistas de juego, y distintas salas en las que el alumnado puede hacer actividades lúdicas. Además, cuenta con una biblioteca con la mayoría de los libros en alemán, inglés y español, en la que se llevan a cabo actividades de convivencia y literarias continuamente.

Además de disponer también de todo tipo de recursos en las salas, entre los cuales se encuentran los tecnológicos (aunque sin pizarras interactivas, pero sí proyectores), puede presumir de tener un gran equipo de profesores/as. Éstos, en su mayoría personas jóvenes con dominio de distintas lenguas y metodologías actualizadas, a su vez, están divididos en distintos departamentos y trabajan conjuntamente con el jefe de cada uno de estos departamentos.

Para finalizar esta descripción, mencionar que, como todo colegio, dispone de todos los departamentos correspondientes a las distintas asignaturas, y otros encargados de temas transversales, como la educación para la ciudadanía o el comité de convivencia. Su departamento de orientación está compuesto por los siguientes perfiles profesionales: el psicólogo, que se encarga de todos aquellos problemas relacionados con la conducta, y proporcionan ayuda a los alumnos/as en aquellos problemas personales que puedan influir en su desempeño escolar, y que puedan perturbar el clima y la convivencia en el centro; el psicopedagogo, encargado de los problemas de aprendizaje que se puedan dar en el colegio y de ofrecer al profesorado herramientas y estrategias que favorezcan el buen desempeño de esos alumnos; y el orientador, cuyo único rol es el de la orientación vocacional/profesional/académica, y (junto a la psicóloga) se encarga del departamento de convivencia escolar.

### ***Descripción del grupo***

La siguiente intervención está dirigida al grupo 3er año medio. Como ya se ha mencionado con anterioridad, la enseñanza media, que se divide en 4 cursos, alberga a estudiantes entre 13 y 17 años. Una vez finalizado este ciclo con éxito, el alumnado que desee entrar a la universidad deberá rendir la prueba de selección universitaria PSU, en caso de querer optar por las universidades chilenas, o el Bachillerato Internacional, para aquellos que deseen acceder a universidades extranjeras. Por otro lado, aquellos que no desean continuar

con estudios universitarios, sino una formación más técnica, no necesitan rendir ninguna de estas pruebas.

Como ya se ha mencionado en el apartado anterior, en el que se describe el centro y su funcionamiento, este grupo tiene una característica especial, distintiva de otros grupos: sus alumnos/as no se están preparando para rendir el Bachillerato Internacional (Itinerario GIB), sino las pruebas de acceso para universidades nacionales (Itinerario IB). Este colegio está centrado en la excelencia, fundamentándose en que todo el alumnado sale del mismo dominando a la perfección tres lenguas (español, inglés y alemán); que la mayoría de estos rinden y aprueban las pruebas del Bachillerato Internacional; y que el resto de sus alumnos (que prefieren las pruebas para acceder a las universidades nacionales) suelen obtener unos de los mejores puntajes en estas. Sin embargo, pese a su éxito frente a los resultados que obtienen otros alumnos/as de otros colegios, los que optan por esta última opción suelen sentirse de una u otra forma inferiores el resto de sus compañeros/as de este centro.

#### **IV. DIAGNÓSTICO**

A través de diversos instrumentos, como entrevistas con subdirectora, profesores, y antiguos profesores del grupo; observación de clases; cuestionarios individuales a los alumnos y una reflexión grupal; y la revisión del expediente académico de los mismos en comparación con años anteriores, se detectan diversos factores que justifican la necesidad de esta intervención.

El equipo directivo y el profesorado coincide en la percepción de desmotivación y desinterés del alumnado, el cuál se contrasta con el paulatino descenso en la calificaciones de este grupo observado en su expediente académico. Por otro lado, este alumnado coincide en dicha desmotivación, y falta de sentido con respecto al restudia, sumando dificultades para

estudiar derivadas de falta de hábitos de estudio y organización, estrés, bajas expectativas por parte del profesorado, y metodologías tradicionales poco motivadoras, entre otras.

Sin embargo, esto no así en todos los puntos. La información ofrecida por el profesorado y la directora no se corresponde exactamente con las necesidades que detecta el propio alumnado. Por un lado, la mayoría de los profesores responsabiliza a los propios alumnos de a bajada en su rendimiento escolar, y solo algunos de ellos se consideran en parte responsables de esta situación. Además, la mayoría de estos, así como la dirección del centro, no consideran negativo la separación de los alumnos en función de su nivel de alemán, ya que consideran que esta separación favorece que los mejores alumnos persigan la excelencia, y que aquellos de peor rendimiento no puedan provocar un descenso en los alumnos más aventajados. Además también lo consideran positivo para los alumnos que peor nivel tienen, ya que asumen que al estar separados se pueden bajar las expectativas y por tanto las exigencias, y esto les favorecería.

Por otro lado, el alumnado divide la responsabilidad entre el centro, el profesorado y ellos mismos. Consideran que las medidas que se toman a nivel institucional no son las mejores, y les perjudican, como por ejemplo el hecho de que los separasen del otro grupo teniendo en consideración solamente el nivel de alemán; o que el horario de las clases en función al tiempo de descanso no es beneficioso para su aprendizaje. También aseguran que el profesorado no se esfuerza por que ellos aprendan más, y que la metodología utilizada no les favorece. Además asumen que ellos/as y sus situaciones personales afectan también a su desempeño, y consideran que su desmotivación y desconcierto con respecto a los estudios y a su futuro; las reducidas herramientas que tienen a la hora de estudiar de forma efectiva y el no saber gestionar las situaciones de estrés inciden negativamente en su desempeño escolar.

Por último, en una instancia reflexiva, el alumnado se muestra positivo ante la idea de buscar soluciones para mejorar su situación, y ven con optimismo esta intervención, sugiriendo algunas mejoras que oscilan entre cambios a nivel institucional, en las clases; a

nivel docente, sobre todo en lo que se refiere a la metodología y actitud de los profesores; y a nivel personal, en lo que tiene relación con el rendimiento académico.

Pese a que el rendimiento académico tiene que ser siempre explicado y analizado desde un enfoque multidimensional, como ya se ha mencionado en el apartado teórico de este trabajo y también se ha corroborado en este análisis de necesidades, considerando las características de esta intervención sólo podemos trabajar algunos de los aspectos más relevantes, y que están a nuestro alcance. Esto significa, que si bien no podemos modificar la normativa institucional, ni tampoco podemos incluir modificaciones en la metodología ni actitud de los profesores en esta intervención, sí que podemos tratar aquellos aspectos más relacionados con las motivaciones de los alumnos/as (por ejemplo, el sentido del estudio y la orientación académica para que descubran qué quieren hacer en el futuro y tenga un impacto en su presente); su autoconcepto y su autoestima; y herramientas para mejorar en su estudio y para combatir el estrés.

## V. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

El objetivo de la intervención es Mejorar el rendimiento académico/escolar. Las sesiones se realizaron 1 vez a la semana por 17 semanas, durante 45 min. En este apartado se ofrece una versión abreviada de las actividades que se plantean.

### Bloque 1: Orientación académica

<b>N° Sesión:</b>	1	<b>Bloque:</b>	Orientación académica	<b>Duración:</b>	90 minutos
<b>Título</b>	Mi vida al revés. El curioso caso de Benjamin Button				
<b>Justificación</b>	Uno de los elementos que influyen en el rendimiento académico de este grupo, según la información que obtuvimos en la primera sesión y que se puede observar en la gráfica en el apartado 3.5 es el hecho de que no le encuentren un sentido al tiempo en el colegio, ya que no saben qué quieren hacer con su vida en el futuro. Todos/as manifestaron en esa primera reunión su interés por continuar sus estudios, pero no tienen muy claro qué quieren estudiar.				



	<p>Sin embargo, esta incertidumbre les preocupa, y consideran que si lo tuviesen más claro quizás podrían esforzarse más para conseguir sus objetivos. Por ello se ha decidido que las primeras sesiones cubran el bloque de Orientación Profesional/ Vocacional (así se llama en Chile), de forma que los alumnos sean conscientes de sus habilidades, gustos, preferencias, y posibilidades, y que puedan así centrarse en alcanzar su meta a través de una mejora de su rendimiento en la escuela. Este bloque, además, es atingente en este momento formativo en que se encuentran, ya que solamente les faltan dos cursos (tercero medio, el que ya están cursando, y cuarto medio) para presentarse a la PSU (Prueba de Selección Universitaria) y empezar sus estudios universitarios.</p>
<b>Resumen/ Descripción</b>	<p>En esta actividad proponemos reflexionar sobre nuestra vida partiendo de un momento deseado en el futuro. Hemos sugerido este título porque en la película Benjamin Button decrece, aunque sólo sea físicamente, pasando de la vejez a la niñez.</p> <p>Se pedirá a los alumnos/as que piensen en un momento futuro dentro de 15 años: que cierren los ojos e intenten visualizar todo a su alrededor. Más tarde intentaremos dibujar el camino para llegar ahí hacia atrás, hasta llegar al día de hoy, en clase.</p> <p>Se espera que esta actividad finalice con una reflexión compartida sobre el sentido de estudiar y también sobre la importancia de la vocación.</p>
<b>Objetivo</b>	Reflexionar sobre el sentido de estudiar y de la vocación

<b>N° Sesión:</b>	2	<b>Bloque:</b>	Orientación académica	<b>Duración:</b>	90 minutos
<b>Título</b>	¿Qué sabe el PSICOMETRIX de mí?				
<b>Justificación</b>	<p>Considerando, como en la actividad anterior, que todos/as los alumnos/as quieren continuar sus estudios en la universidad, y que consideraron en la primera sesión que uno de los motivos por los cuales no les iba bien en sus estudios era porque no le encontraban sentido a estudiar (trabajado en la sesión anterior) porque no sabían qué querían hacer en el futuro, nuestra propuesta continúa con un asesoramiento y trabajo intensivo de varias sesiones dedicadas a ello.</p> <p>Ya que este bloque ha sido uno de los factores destacados por el alumnado, y que además es de obligado cumplimiento según la normativa del colegio y ha de darse en la hora de tutoría, se nos ha permitido hacer uso de ella para esta intervención. Es por ello que, en lugar de 45 minutos, utilizaremos 90 para realizar esta actividad.</p> <p>El colegio tiene contratada una herramienta en línea llamada PSICOMETRIX, que consiste en un test psicométrico que arroja información clave tanto para el profesor y orientador como para el alumno. Los resultados arrojan información en función de las aptitudes, tipos de inteligencia, intereses y personalidad del alumno, y ofrece índices de compatibilidad con carreras que selecciona el estudiante (además de otras que ofrece la plataforma como compatibles).</p> <p>En las siguientes 7 sesiones también trabajaremos la Orientación Profesional de forma ininterrumpida, hasta abordar esta temática de distintos ángulos para que el alumnado se sienta seguro de la decisión que va a tomar el próximo año.</p>				
<b>Resumen/ Descripción</b>	<p>Con esta actividad se pretende que el alumnado realice un test online, con nuestras indicaciones y bajo nuestra supervisión en caso de que pueda tener dudas, para que pueda conocer y/o reflexionar sobre sus aptitudes e intereses a la vez que recibe asesoramiento profesional (en términos estadísticos) de este test.</p>				
<b>Objetivos</b>	<p>-Reflexionar sobre los intereses y habilidades de los alumnos para que éstos le ayuden a elegir su carrera.</p> <p>-Conocerse mejor para poder lograr un mejor rendimiento escolar.</p>				

<b>N° Sesión:</b>	3	<b>Bloque:</b>	Orientación académica	<b>Duración:</b>	45 minutos
-------------------	---	----------------	-----------------------	------------------	------------

<b>Título</b>	¿Qué más necesito para triunfar?
<b>Justificación</b>	<p>En sesiones anteriores hemos reflexionado sobre la importancia de estudiar y hasta hemos imaginado nuestro futuro. Además hemos realizado un test que combina nuestras características con aquellas que requieren distintas carreras universitarias, con el fin de establecer una relación entre ambas que nos pueda ayudar a tomar la difícil decisión sobre qué estudiar.</p> <p>En la primera sesión también se reflexionó sobre aquellos factores que podrían estar afectando nuestro desempeño en el colegio, aunque solo se comentaron aspectos generales para la creación de estos talleres. Sin embargo, llegados a este punto, es importante que reflexionemos sobre nuestra actitud en el colegio, con el fin de hacer los cambios necesarios para mejorar en el presente y en el futuro. Para ello no solo analizaremos nuestro autoconocimientos y nuestras propias creencias sobre nosotros mismos, sino que también consideraremos la opinión de aquellos que trabajan con nosotros/as a diario: nuestros compañeros.</p>
<b>Resumen/ Descripción</b>	En esta sesión nos aventuraremos a elegir una carrera que creemos que nos gusta o para la cual seríamos buenos, y aceptaremos la opinión y los consejos de nuestros compañeros/as, los cuales colgarán en nuestra espalda.
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Conseguir conocernos mejor a través de lo que otros piensan de nosotros/as</li> <li>-Reflexionar sobre posibles cambios que nos harán mejorar</li> </ul>

<b>N° Sesión:</b>	4	<b>Bloque:</b>	Orientación profesional	<b>Duración:</b>	45 minutos
<b>Título</b>	Criterios para la elección de tu carrera (20 minutos)				
<b>Justificación</b>	<p>Cuando se tiene que tomar una decisión tan importante como la de elegir carrera es necesario pensarlo bien. Para ello es imprescindible poner sobre la mesa todas las opciones disponibles, y establecer una serie de criterios para la elección. De esta manera se reducen las posibilidades de fracaso.</p> <p>Existen estudios tanto en Chile como a nivel mundial que señalan que un alto porcentaje de los estudiantes que entran a una carrera la abandonan entre el primer y el segundo año, y la mayoría de estos estudiantes confiesa haber tomado una decisión errónea en su elección. Al preguntar el motivo de esta mala decisión, las respuestas suelen oscilar entre la falta de información sobre la carrera (lo trataremos en otra sesión) y el no haber tenido un buen criterio de selección.</p>				
<b>Resumen/ Descripción</b>	En esta actividad se invita al alumnado a establecer un buen criterio de selección de carrera universitaria, invitándolos a poner en orden sus preferencias.				
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Llegar a ser consciente de contemplar todos los posibles criterios de selección de una carrera universitaria</li> <li>-Ser capaz de priorizar unos criterios sobre otros</li> </ul>				

<b>Título</b>	El que faltaba y el intruso (20 minutos)
<b>Justificación</b>	<p>Teniendo en cuenta que a estas alturas de la intervención ya hemos trabajado en sesiones anteriores los gustos y preferencias por unas u otras carreras, combinadas con nuestras características personales, ahora haremos una actividad que complementa y refuerza esa información.</p> <p>Por un lado tenemos lo que nosotros creemos de nosotros mismos, es decir, las habilidades que conocemos y nuestros gustos; por otro, la información que nos proporciona el test psicometrix (sesión 2), junto con la conversación con el orientador; y por otro tenemos los consejos de nuestros compañeros/as sobre las cosas que tenemos que mejorar para cumplir nuestro objetivo y estudiar lo que queremos (sesión 3). Ahora es el momento de hablar sobre aquellas características personales que podrían alejarme de ese objetivo, y sobre aquellas que tienen otros/as que los hacen más idóneos para él.</p>

	Para la realización de esta actividad, hemos tomado en consideración los datos del psicometrix que señalan 4 carreras (o 4 campos) como las más escogidas por todos/as los componentes del grupo.
<b>Resumen/ Descripción</b>	En esta actividad nos agruparemos por preferencias. Los que quieran estudiar carreras de una misma rama se pondrán juntos, e intentarán expulsar a uno/a de los integrantes y meter a otro que no estaba al principio. En ambos casos tendrán que justificar su elección.
<b>Objetivos</b>	-Ser capaz de distinguir las características que se deben tener para estudiar las distintas ramas -Llegar a conocerse mejor a través de los ojos de los demás

<b>N° Sesión:</b>	5	<b>Bloque:</b>	Orientación profesional	<b>Duración:</b>	45 minutos
<b>Título</b>	Sherlock Holmes. Búsqueda de información.				
<b>Justificación</b>	<p>Teniendo en cuenta los resultados de la primera sesión, en la que todo el alumnado de este curso manifestó su interés en continuar con estudios superiores en la universidad, y que ya han empezado a pensar sobre carreras que les gustan (a través de la realización del psicometrix y actividades para conocerse mejor), es un buen momento para hacer una búsqueda de información relacionada con las carreras que prefieren.</p> <p>En Chile, a diferencia de España, por ejemplo, la decisión de la universidad en que estudias es muy importante. Existe un ranking de universidades que sitúa siempre a algunas como las mejores del país, y a otras como las peores, y dicho conocimiento está en todos/as los que pretenden estudiar. Además hay algunas que tienen mejor nombre que otras por sus años y tradición, y otras que son más conocidas por un área específica. El nombre de la universidad en que estudias pesa mucho en el currículum a la hora de encontrar trabajo, hasta el punto de abrirte todas las puertas o cerrártelas.</p> <p>Por lo anterior, todos/as los alumnos/as conocen perfectamente las dos o tres universidades en las que le gustaría continuar sus estudios, por lo que es una búsqueda muy acotada a priori.</p>				
<b>Resumen/ Descripción</b>	En esta actividad le pediremos a los alumnos que busquen en internet toda la información posible relacionada con las carreras y universidades en las que desean estudiar. Para ello los guiaremos con una guía en la que podrán ir completando la información.				
<b>Objetivos</b>	-Conocer bien la carrera que desean estudiar -Obtener información útil de la universidad en la que intentarán entrar, y la forma de acceso -Familiarizarse con la búsqueda de información relacionada con las carreras universitarias				

<b>N° Sesión:</b>	6	<b>Bloque:</b>	Orientación profesional	<b>Duración:</b>	45 minutos
<b>Título</b>	La entrevista. Detrás de las cámaras. Preparación				
<b>Justificación</b>	<p>Una vez abordado la orientación vocacional desde distintos ángulos, como el del conocimiento de nuestras habilidades, gustos y preferencias; la búsqueda de sentido a la labor de estudiar; o la realización de una búsqueda minuciosa de información relacionada con las carreras y las universidades deseadas, es necesario cerrar este bloque con un acercamiento a la realidad profesional.</p> <p>Aunque se sabe que no existe una realidad, sino tantas realidades como personas y experiencias, estas dos actividades pretenden sumar un ejemplo significativo al repertorio de experiencias que puedan conocer los estudiantes.</p>				

	<p>Cabe destacar como justificación de esta actividad, que el colegio dispone de una amplia lista de recursos humanos para la realización de la misma, entre los que podemos destacar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Convenios con universidades (las cuales siempre se muestran participativas a la hora de realizar cualquier intervención en los colegios, ya que en la mayoría de los casos es una buena manera de promocionarse para que los alumnos las elijan en el futuro)</li> <li>-Bolsa de antiguos/as alumnos/s, quienes siguen en contacto con el instituto e intervienen en numerosas actividades y acontecimientos anuales.</li> <li>-Comunidad de padres/madres de todos/as los alumnos/as del centro, etc</li> </ul>
<b>Resumen/ Descripción</b>	<p>En esta actividad se preparará una entrevista que se llevará a cabo en la siguiente sesión. Para ello se intentará considerar los conocimientos y experiencias vividas en las sesiones anteriores, con el fin de recabar la mayor cantidad y calidad de información posible.</p>
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Diseñar una entrevista considerando lo trabajado en sesiones anteriores y al entrevistado.</li> <li>-Identificar aquellos factores a considerar en una entrevista que puedan extraer información relevante en un periodo de tiempo acotado.</li> <li>-Concretar el perfil de la persona a la que querrían entrevistar y proponer (con la ayuda del profesor/tutor/orientador) a una o dos personas para entrevistar.</li> <li>-Desarrollar estrategias para hacer una búsqueda de información de calidad, de forma escrita y leída</li> </ul>

<b>Nº Sesión:</b>	7	<b>Bloque:</b>	Orientación profesional	<b>Duración:</b>	90 minutos
<b>Título</b>	La entrevista.				
<b>Justificación</b>	<p>La realización de una entrevista es una muy buena instancia para extraer información de aquello que queremos estudiar pero que no aparece en las páginas webs de las universidades, ni en el plan de estudios de las carreras. Además es una muy buena oportunidad para recibir consejos muy útiles por parte de personas que ya han pasado por ello, y que en su momento pudieron tener las mismas inquietudes, dudas y miedos.</p> <p>En la actividad anterior preparamos una batería de preguntas para entrevistar a personas que estudiaron lo que nosotros queremos estudiar, y/o en la misma universidad. Al final de la misma, se pasó a los alumnos un breve formulario con la intención de emparejarlos con las personas que desean colaborar de forma voluntaria.</p> <p>Debido a la importancia de la actividad, a la visita de voluntarios y a que cubre parte del la temática que se debe abordar en la hora de tutoría, se nos ha dado la oportunidad de hacer uso de ese tiempo para poder expresar al máximo la actividad.</p>				
<b>Resumen/ Descripción</b>	<p>En esta actividad se llevará a cabo la entrevista diseñada en la sesión anterior, y se pedirá a los/las invitados/as que finalicen la clase con un consejo que pueda servir a nuestros alumnos/as a tomar una buena decisión sobre su futuro profesional.</p>				
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Contrastar información sobre las carreras elegidas, entre lo obtenido en la web y la experiencia de los entrevistados</li> <li>-Orientar al alumnado en su futuro profesional</li> <li>-Desarrollar estrategias para hacer una búsqueda de información de calidad, de forma oral</li> <li>-Generar una instancia en que se produzca intercambio de experiencias significativas para los alumnos/as</li> </ul>				

<b>Nº Sesión:</b>	8	<b>Bloque:</b>	Reducción de estrés	<b>Duración:</b>	45 minutos
<b>Título</b>	La entrevista. Compartamos nuestra experiencia.				

<b>Justificación</b>	<p>Una vez finalizada la entrevista que se realizó en la sesión anterior, se necesita cerrar este proceso comentando lo vivido con los compañeros/as de clase.</p> <p>Se supone que cada uno de los componentes de la clase tuvo una experiencia distinta, ya que los entrevistados/as eran personas completamente diferentes con vidas y trabajos diversos. Por ello se requiere una instancia en la que el grupo, de forma abierta y relajada, comparta sus experiencias y sus percepciones, así como posibles conclusiones a las que hayan podido llegar.</p> <p>Este tipo de actividades, en las que todo el grupo se puede sentar en círculo, sin muchas reglas más que las del respeto por el otro cuando habla, generan un intercambio muy valioso entre los presentes.</p>
<b>Resumen/ Descripción</b>	<p>En esta actividad se pedirá a los alumnos/as que compartan su experiencia de la semana anterior (de la entrevista) y se cerrará el bloque de orientación profesional con una breve encuesta de evaluación que no solo servirá al profesor/orientador, sino también servirá como una instancia formativa más de reflexión.</p>
<b>Objetivos</b>	<p>-Generar una instancia de intercambio de experiencias e información</p> <p>-Reflexionar sobre el bloque de orientación profesional y evaluarlo</p>

## Bloque 2: REDUCCIÓN DE ESTRÉS

Nº Sesión:	9	Bloque:	Reducción de estrés	Duración:	60 minutos
<b>Título</b>	Técnicas de relajación 1. Relajación Progresiva de Jacobson				
<b>Justificación</b>	<p>Uno de los elementos que tiene un impacto negativo en la vida de los alumnos y, por ende, también en su rendimiento escolar, es el estrés. El alumnado de este curso manifiesta sentirse estresado con frecuencia, sobre todo por el alto nivel de exigencia del colegio y los exámenes. Es por ello que hemos considerado este factor en el diseño de estas sesiones, y hemos pedido al tutor 15 minutos de su tiempo para la realización de sesiones de 60 minutos de relajación, con el fin de dotarles de herramientas para relajarse y contribuir a su bienestar (y mejorar su rendimiento en el colegio).</p> <p>En esta sesión proponemos la “Relajación Progresiva de Jacobson”. El aprendizaje de esta permite un enfrentamiento con situaciones de estrés y ansiedad, potenciando el control de su cuerpo, así, la técnica del método de Jacobson cultiva el dominio de la inhibición del tono muscular, dominio que el usuario adquiere, de la sensación propia del estado de tensión muscular y de la desaparición de esta cuando distiende el músculo. Objeto final: crear en el sujeto nuevos hábitos de relajación mental, cuyo punto de partida es la distensión muscular” (Cherlotok, 1960).</p>				
<b>Resumen/ Descripción</b>	<p>En esta sesión se realizarán tres actividades: una rápida introducción de 5 minutos; la Relajación Progresiva de Jacobson, que durará 30 minutos; y finalmente una puesta en común en torno a los experimentado en la sesión.</p>				
<b>Objetivos</b>	General	<p>-Que los alumnos fortalezcan sus factores protectores previniendo y/o disminuyendo el estrés.</p> <p>-Conocer y experimentar la utilidad de la relajación en la presencia de tensión muscular</p>			
	Actividad 1	<p>-Familiarizarse con el taller a realizar.</p> <p>-Involucrarse en la sesión.</p>			
	Actividad 2	<p>- Centrar su atención en la sesión.</p> <p>-Disminuir la tensión muscular.</p> <p>-Conocer las diferencias entre la musculatura corporal relajada y tensa.</p>			
	Actividad 3	<p>-Compartir la experiencia</p>			

<b>N° Sesión:</b>	10	<b>Bloque:</b>	Reducción de estrés	<b>Duración:</b>	60 minutos
<b>Título</b>	Técnicas de relajación 2. Relajación autonómica de Schultz				
<b>Justificación</b>	<p>Esta sesión, al igual que la anterior, se justifica por los resultados obtenidos en la primera sesión, en la que el alumnado responsabilizaba parcialmente a sus altos niveles de estrés por su bajo rendimiento escolar.</p> <p>En este caso, proponemos la “Relajación Autonómica de Schultz”, la cual se basa en el desarrollo del SUPERYO, resolviendo tensiones inconscientes e instaurando nuevos controles psicósomáticos que refuerzan la íntima seguridad y aumenta la posibilidad de adaptación” (al medio). En relación a la decontracción muscular, la relajación en el sentido periférico y neurovascular del término, es sólo un medio para llegar a un estado de conexión central psíquica: estado hipnoide” (Cherlotok, 1960).</p>				
<b>Resumen/ Descripción</b>	En esta sesión, al igual que en la anterior, se realizarán tres actividades: una conversación inicial de 10 minutos en la que el alumnado comparta cómo se siente y cómo le ha ido la semana; una actividad de relajación (Entrenamiento Autonómico de Schultz), de 25 minutos; y finalmente una puesta en común con todos los compañeros/as en la que se comparta lo que han sentido con esta técnica.				
<b>Objetivos</b>	General	-Que los usuarios logren potenciar su autoconocimiento corporal para favorecer el estado de relajación.			
	Actividad 1	Que los usuarios logren: -Involucrarse en la sesión. -Manifestar su estado actual.			
	Actividad 2	Que los usuarios logren: -Centrar su atención en la sesión. -Potenciar su conciencia corporal. -Mayor vinculación con los procesos automáticos en su cuerpo.			
	Actividad 3	Compartir la experiencia			

### Bloque 3: HÁBITOS Y TÉCNICAS DE ESTUDIO

<b>N° Sesión:</b>	11	<b>Bloque:</b>	Hábitos y técnicas de estudio	<b>Duración:</b>	45 minutos
<b>Título 1</b>	Mi lugar de estudio (Duración 25 minutos)				
<b>Justificación</b>	<p>Uno de los factores a los cuales nuestro alumnado atribuye su fracaso, o su bajo rendimiento académico, es el no estudiar de una forma efectiva. Aunque en las siguientes sesiones nos centraremos en las herramientas de que disponen nuestros alumnos/as a la hora de enfrentar el estudio, en esta sesión se abordará el lugar en el que estudian.</p> <p>Existen evidencias que señalan al lugar de estudio como un elemento clave al cual prestar atención a la hora de intentar mejorar los resultados escolares, el cual ha de ir acompañado de un buen ambiente familiar que colabore con el/la estudiante, animándolo y motivándolo.</p> <p>El lugar en que se estudia ha de ser tranquilo y ha de cumplir una serie de requisitos que lo conviertan en el lugar idóneo: una buena temperatura y ventilación; buena luminosidad; disponer del mobiliario e instrumentos adecuados, etc.</p>				



<b>Resumen/ Descripción</b>	En esta actividad analizaremos nuestro/s lugar/es de estudio con el fin de ver si cumplen unos requisitos imprescindibles para garantizarnos el éxito.
<b>Objetivos</b>	-Reflexionar sobre el lugar de estudio -Identificar aquellos puntos fuertes y débiles del mismo con el fin de mejorarlo.

<b>Título 2</b>	Planificación del estudio(20 minutos)
<b>Justificación</b>	Una vez que se ha encontrado un lugar idóneo para estudiar, tenemos que empezar a planificar nuestro estudio, de forma sea lo más efectivo posible: intentaremos lograr el máximo rendimiento posible en el menor tiempo, considerando factores como: el momento adecuado para cada cosa, el esfuerzo que vamos a emplear y la energía que consumiremos, etc. Nuestra planificación siempre tendrá el objetivo de ser realista (considerando nuestro tiempo y adaptada nuestras características personales); flexible (sujeta a posibles modificaciones); y práctico (que no sea complicado y que nos ayude a estudiar en lugar de someternos a más presión).
<b>Resumen/ Descripción</b>	Esta segunda actividad consiste en un diálogo grupal en el que se pondrán en común algunas ideas clave para realizar una planificación efectiva. Al finalizar, reflexionaremos sobre alguna experiencia de estudio exitosa en que pusimos en práctica estas ideas y obtuvimos un buen resultado.
<b>Objetivos</b>	-Reflexionar sobre la importancia de la planificación del estudio -Describir situaciones exitosas en que pusimos en práctica algunas de las ideas mencionadas

<b>Nº Sesión:</b>	12	<b>Bloque:</b>	Hábitos y técnicas de estudio	<b>Duración:</b>	45 minutos
<b>Título</b>	Técnicas de estudio 1. ¿Cómo estudia mi media naranja?				
<b>Justificación</b>	Cuando nuestros alumnos piensan en el estudio, la mayoría de ellos se imaginan sentándose en un lugar, con un libro abierto, a estudiar. Estudiar, sin embargo, implica muchas más tareas que la de abrir un libro y leer una y otra vez. Es por ello que, mediante estas sesiones, queremos hacer reflexionar a nuestros estudiantes sobre la forma en que estudian y animarlos a probar técnicas que quizás no están utilizando y que les podrían ayudar. Por la extensión del taller, y más teniendo en cuenta la corta duración de las sesiones, no podremos abordar este tema tan importante con la profundidad que nos gustaría. Sin embargo, sí que nos permitiremos reflexionar, aconsejar y poner en práctica (aunque sea de una forma superficial) algunas de las técnicas.				
<b>Resumen/ Descripción</b>	En esta primera sesión de técnicas de estudio nos conformaremos con concienciar de las distintas formas de estudiar y compartiremos con nuestros compañeros/as nuestras técnicas más recurrentes, así como los resultados que nos suelen dar.				
<b>Objetivos</b>	-Enumerar algunas técnicas de estudio -Analizar la forma en que solemos estudiar -Comparar la forma en que estudian nuestros compañeros -Evaluar la efectividad de nuestras técnicas				

N° Sesión:	13	Bloque:	Hábitos y técnicas de estudio	Duración:	45 minutos
<b>Título</b>	Técnicas de estudio 2. Leer y subrayar				
<b>Justificación</b>	<p>Como se puede apreciar en el análisis de necesidades, un porcentaje alto de alumnado atribuye parcialmente su fracaso escolar al hecho de no tener las herramientas necesarias para enfrentarse al estudio. En muchas ocasiones, los profesores/as y profesionales de la educación vemos cómo nuestros alumnos/as fracasan continuamente en los exámenes, y cuando hablamos con ellos comprobamos que es cierto que estudiaron un determinado número de horas, tal como nos dicen, pero no sacaron provecho a ese tiempo porque se limitaron a repetir una y otra vez la misma estrategia pensando que cuantas más veces la repitieran más aprenderían y mejor nota sacarían en el examen.</p> <p>Al igual que existen estudios que demuestran que un estudiante de una lengua tiene que ver una palabra un número determinado de veces en diferentes contextos para aprenderla realmente, podríamos concluir que para aprender mejor un contenido sería necesario estudiarlo de distintas maneras, esto es, utilizar distintas estrategias.</p> <p>Aprender a estudiar es en sí un aprendizaje, y para adquirirlo se necesita trabajarlo correctamente. Es por ello que proponemos este taller que consta de 3 sesiones, en las que se abordarán estrategias como leer y subrayar, elaboración de resumen, esquemas y mapas conceptuales; y memorizar, repasar y otras técnicas más.</p>				
<b>Resumen/ Descripción</b>	En esta segunda sesión del bloque de técnicas de estudio trabajaremos un texto a través de la lectura y el subrayado.				
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Aprender distintas técnicas de lectura</li> <li>-Corregir malos hábitos</li> <li>-Aprender a subrayar correctamente</li> </ul>				

N° Sesión:	14	Bloque:	Hábitos y técnicas de estudio	Duración:	45 minutos
<b>Título</b>	Técnicas de estudio 3. Resumen, esquema y mapa conceptual				
<b>Justificación</b>	<p>Como se ha mencionado en la sesión anterior, una de los problemas que destacan los alumnos/as a la hora de mejorar su rendimiento académico es el hecho de no tener las herramientas necesarias para mejorar en su estudio.</p> <p>Las técnicas que vamos a trabajar en esta sesión son técnicas necesarias que ponemos en práctica todos los días de nuestra vida, en situaciones cotidianas: cuando hacemos la lista del supermercado, cuando nos explican como llegar a una dirección, etc. Sin embargo, al aplicarlas al estudio, tenemos que asegurarnos de estar haciéndolo bien para poder tener éxito en nuestro aprendizaje, sin dejar fuera elementos importantes.</p> <p>Un resumen, esquema o mapa conceptual bien elaborado nos permitirá recordar todo lo que no esté escrito en éste de forma rápida, mediante la relación de ideas claves.</p>				
<b>Resumen/ Descripción</b>	En esta sesión trabajaremos tres herramientas a través de un texto: el resumen, el esquema y el mapa conceptual.				
<b>Objetivos</b>	-Aprender a elaborar un resumen, un mapa conceptual y un esquema				

N° Sesión:	15	Bloque:	Hábitos y técnicas de estudio	Duración:	45 minutos
<b>Título</b>	Técnicas de estudio 4. Memorizar, repasar y otras técnicas				



<b>Justificación</b>	<p>Como se ha mencionado en las sesiones anteriores, en el análisis diagnóstico inicial detectamos la necesidad de trabajar algunas técnicas que ayudasen a nuestros alumnos/as a tener más éxito en su estudio.</p> <p>Teniendo en cuenta que en las sesiones anteriores ya hemos trabajado la lectura y subrayado, y la elaboración de esquemas, mapas conceptuales y resúmenes, ahora procede aprender sobre qué hacer después. Ahí viene la justificación de esta sesión.</p>
<b>Resumen/ Descripción</b>	En esta sesión hablaremos de distintas técnicas para estudiar de forma efectiva.
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Sacar un mayor beneficio a las técnicas de las sesiones anteriores</li> <li>-Aprender a repasar y memorizar</li> <li>-Poner en común técnicas diferentes que utilizan los/las alumnos del curso y que consideran efectivas</li> <li>-Evaluar lo aprendido en el bloque</li> </ul>

#### Bloque 4: AUTOCONCEPTO Y AUTOESTIMA

<b>N° Sesión:</b>	16	<b>Bloque:</b>	Autoconcepto y autoestima	<b>Duración:</b>	45 minutos
<b>Título</b>	Lo mejor de mí				
<b>Justificación</b>	<p>El autoconcepto podría definirse como aquello que la persona sabe de sí misma, de sus cualidades personales. La autoestima, sin embargo, es un cómo una persona se siente consigo misma.</p> <p>El concepto que tenemos sobre nosotros mismos es muy importante y afecta directamente a nuestra vida diaria, a nuestra motivación, a nuestros sueños y metas y a la forma en que nos enfrentamos a ellas. Sin duda, estos conceptos podrían considerarse importantes a la hora de buscar las causas que detonan una bajada en el rendimiento de una persona.</p> <p>En el análisis de necesidades presentado en este trabajo observamos cómo una serie de sucesos han dañado la autoestima de nuestros alumnos/as, muchos de los cuales tienen un pobre concepto de sí mismo y de sus capacidades para aprender.</p>				
<b>Resumen/ Descripción</b>	En esta actividad conoceremos lo mejor de nuestros alumnos, ya que se presentarán y explicarán esa faceta suya en la que “son los/las mejores”.				
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Mejorar el autoconcepto y la autoestima</li> <li>-Dotar a los alumnos de herramientas para mejorar su autoconcepto y autoestima cuando alguno de estos se vea dañado.</li> </ul>				

#### Bloque 5: TRABAJO COLABORATIVO

<b>N° Sesión:</b>	17	<b>Bloque:</b>	Autoconcepto y autoestima	<b>Duración:</b>	45 minutos
<b>Título</b>	¿Qué pinto yo aquí?				
<b>Justificación</b>	<p>Los educadores o profesionales vinculados a la educación cada día estamos más convencidos de que el trabajo en equipo favorece de una forma exponencial la adquisición de nuevos conocimientos y destrezas, ejercitando y mejorando diferentes tipos de inteligencia. Este consiste en aportar nuestras ideas de forma conjunta con el objetivo de conseguir una meta que hemos fijado conjuntamente. Aunque el trabajo colaborativo y el trabajo en equipo son muy parecidos, el segundo se centra más en la optimización de los resultados, y en el primero, por ejemplo, el líder (si lo hay surge de forma espontánea).</p> <p>No obstante, en esta actividad se podrían poner en práctica ambos conceptos, o una mezcla de los dos.</p>				

<b>Resumen/ Descripción</b>	En esta actividad haremos una competición en la que cada pareja tendrá que hacer un dibujo simultáneamente en un mismo papel, sin hablar. Más tarde reflexionaremos sobre el proceso.
<b>Objetivos</b>	-Aprender a trabar en equipo/de forma colaborativa -Reflexionar sobre las ventajas e inconvenientes de no trabajar en equipo -Compartir experiencias

#### Bloque 6: EVALUACIÓN FINAL DE LA INTERVENCIÓN

<b>Nº Sesión:</b>	18	<b>Bloque:</b>	Evaluación de la intervención	<b>Duración:</b>	45 minutos
<b>Título</b>	¿Cuánto me han servido estas sesiones?				
<b>Justificación</b>	<p>La evaluación de una intervención por parte de los mismos usuarios nos puede dar información relevante que desconocíamos, desde otro ángulo, que nos facilitará implementar mejoras en posibles ediciones futuras. Por otro lado, esta evaluación será una instancia más para aprender de nuestros alumnos/as y sus necesidades, y, finalmente, servirá como instancia de repaso y reflexión sobre la temática tratada a lo largo de todo el proceso.</p> <p>Además, dar al alumno/a el poder de evaluar un programa supone un aporte positivo a su autoestima, ya que significa validar su opinión frente a personas que suelen evaluarlos a ellos.</p>				
<b>Resumen/ Descripción</b>	En esta sesión el alumnado realizará una evaluación general e individual del programa y, más tarde se hará una puesta en común para poder conversar de todos los aspectos positivos y aquellos que se pueden mejorar.				
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Brindar una instancia de reflexión sobre la intervención</li> <li>-Conocer más sobre nuestros alumnos/as</li> <li>-Tener una retroalimentación por parte de los alumnos/as que pueda servir para mejorar el programa</li> </ul>				

## VI. EVALUACIÓN DE LA INTERVENCIÓN

Como cualquier intervención, se ha de llevar a cabo una evaluación continua, partiendo por una evaluación inicial, otra(s) durante el proceso y una evaluación final. En la evaluación inicial proponemos hacer un diagnóstico previo para observar en qué medida se tienen que proponer cambios. Es por ello que se parte de un análisis de necesidades, explicado en el apartado 4.3, en el que se recoge la información necesaria para acotar y diseñar la intervención. Este análisis, como se detalla en el punto anteriormente mencionado, se realiza mediante distintos instrumentos, entre los cuales se realizan entrevistas al profesorado y al alumnado.

Por otro lado, se realizan varias evaluaciones durante la intervención, las cuales contemplarán la opinión y satisfacción del alumnado y de los profesionales que la implementan, bloque a bloque y sesión a sesión, con el fin de hacer modificaciones en el programa en caso de que fuese necesario. Cada sesión finalizará concediendo al alumnado los últimos 5 minutos de clase, en los que éstos tendrán que hacer anotaciones (tanto positivas como negativas) sobre su experiencia en la sesión llevada a cabo en su “diario de aprendizaje”. A su vez, el profesor/a o persona encargada de llevar la intervención a cabo realizará anotaciones en su “diario de ejecución”. Al finalizar cada bloque los alumnos tendrán que rellenar una encuesta de satisfacción en la que dejarán constancia de aquellos aspectos más favorables y desfavorables del mismo.

Para finalizar, proponemos una evaluación final, a través de un cuestionario del cual se espera poder tener información detallada sobre el impacto de nuestra intervención. Además, a través de esta evaluación, el alumnado podrá hacer una mirada retrospectiva de todo el proceso, y un posterior debate reflexivo en el que todos los participantes pondrán en común sus impresiones sobre sus aprendizajes, avances y posibles mejoras, y dialogarán sobre aquellos aspectos que podrán poner en práctica para continuar progresando de una forma más autónoma. Ésta conversación, que se realizará en clase de forma grupal, será guiada por el/la profesional a cargo.

### ***Valoración de viabilidad***

La implantación de la intervención propuesta en este trabajo es viable, por los motivos que se describen en las siguientes líneas. En primer lugar, las autoridades del colegio han solicitado el diseño y puesta en marcha de un proyecto de estas características, en que se consideren las necesidades del grupo y se intente dar una respuesta que mejore la situación actual. Para ello se ha concedido un espacio físico y un tiempo semanal, el cual se ha incluido en el horario del profesorado, del alumnado y del resto de personas implicadas; y también se ha propuesto una duración determinada que ha sido considerada en el diseño y la cuál le ha

dado una estructura específica, priorizando los temas más relevantes para conseguir el éxito. De forma análoga, la institución ha ofrecido las instancias necesarias para extraer información relevante sobre las necesidades del grupo, y ha pedido la colaboración del profesorado que tiene contacto con este alumnado, ofreciendo instancias de reunión.

Por otro lado, el departamento de orientación dispone de unos recursos económicos para desempeñar estas funciones, los cuales han sido considerados en el diseño de la intervención, la cual no supera el importe de la dotación. En este presupuesto se consideran tanto los recursos materiales como los humanos, ya que en algunas ocasiones se requiere de la contratación de una persona externa para unos talleres específicos.

Además de lo anterior, esta intervención respeta los valores y normas de la institución, así como la forma en que en ella se trabaja, guiándonos por los protocolos que esta determina. Por ejemplo, en las reuniones previas al diseño se nos pidió que no abordásemos temas que pudiesen dañar el honor de algún profesor/a, ya que esto debería ser tratado de forma individual y privada, y también se nos pidió que, en caso de realizar actividades fuera del horario y el espacio escolar, tendríamos que informar debidamente a los padres/madres/representantes del alumnado, pidiendo su autorización, para lo cual se ha diseñado un documento. Por último, el grupo (y sus familiares) fueron debidamente informados por parte de la institución, y se cuenta con su apoyo y predisposición para llevar a cabo la intervención.

## **VII. CONCLUSIONES**

Como ya se ha mencionado en la introducción, según el último informe de la OCDE Chile se encuentra al debe en la mejora del rendimiento escolar. Aunque esta intervención ha sido diseñada para un colegio que se autodenomina “de alto rendimiento”, entre otras cosas

por el nivel de exigencia en las distintas asignaturas y en distintas lenguas, el análisis de necesidades previo a nuestra intervención concuerda con la preocupación de dicho informe internacional y advierte de la necesidad de realizar cambios sustanciales para mejorar la realidad de este curso en concreto.

Cuando se habla de rendimiento escolar (y de fracaso) no se puede asociar a una única causa, sino que tenemos que ser conscientes de la multidimensionalidad explicativa de este fenómeno, la cual se hace visible en el análisis de necesidades previamente mencionado. Como se puede observar en los datos obtenidos de nuestro análisis diagnóstico previo, los distintos agentes aportan una perspectiva diferente que, aunque se pueda considerar más o menos acertada, siempre aporta notablemente a la construcción final de la imagen que tenemos del curso y de su problemática. En este análisis se detecta un conjunto de variables que se deberían considerar a la hora de proponer una mejora, entre las cuales se pueden destacar las metodologías y actitudes de los profesores/as, y también variables individuales (que se convierten en grupales) como la desmotivación y el estrés del alumnado; su baja autoestima en el mundo académico; su escaso autoconocimiento en lo que respecta a sus gustos y preferencias académicas; o la falta de herramientas para mejorar el estudio y combatir situaciones de estrés.

Es por ello que la figura del profesional de la psicopedagogía adquiere un rol protagónico en la búsqueda de las causas que podrían estar incidiendo en un contexto específico, e intentar dar una respuesta eficaz al problema detectado, conectando y entrelazando la información obtenida desde los distintos ángulos en que se encuentran todos los agentes que componen un sistema educativo e interactuando con los mismos para conseguir la perseguida mejora.

Por tanto, como futuro psicopedagogo, este trabajo me ha dado la oportunidad de poner en práctica lo aprendido en el máster y, a la vez, encontrarme con la realidad específica de este centro cuyas necesidades poco podrían parecerse a las de otra institución: he podido interactuar con los distintos agentes educativos, evaluar la situación actual y realizar una

propuesta de mejora que será puesta en marcha en los siguientes meses y de la cual se esperan resultados favorables.

Este trabajo, además de dejarme una experiencia muy positiva en mi etapa formativa, en la que he podido ejercer el rol que el día de mañana ejercería en otro contexto, también me ha servido para reflexionar sobre la importancia de las decisiones de un centro y sus acciones educativas, y el impacto que tienen sobre el alumnado. En este caso en concreto, pese a que no hemos podido trabajarlo en la intervención por las convicciones y la tradición del centro, como psicopedagogo sugeriría al centro una serie de medidas que abordarían esta problemática desde un punto inicial, de forma preventiva para que no vuelva a ocurrir. Sin embargo, por la petición de dirección, con la intervención se intenta “apagar un fuego” con el fin de mejorar la situación de estos estudiantes en concreto, aunque seamos conscientes de que sólo estamos “recortando la punta visible de *iceberg*”.

Por lo anterior, me veo obligado a sugerir, con una visión prospectiva, una serie de acciones futuras que sirvan para dar una respuesta psicoeducativa que prevenga futuros problemas similares:

-Por un lado, y de forma general, propondría un cambio sustancial en la tradición del colegio, concretamente en la forma en que divide y organiza los grupos, de forma que no se cree una instancia incómoda en la que tanto el alumnado como el profesorado conciba a un grupo como “el bueno” y a otro como “el malo”.

-Por otro lado, y sabiendo que es difícil que mi propuesta anterior sea atendida, entre otras cosas porque los mismos consumidores de este servicio educativo (los padres) eligen este colegio precisamente por la diversificación que se da y la separación en un nivel de los “peores alumnos”, sugeriría una intervención que involucre a distintos agentes educativos: tanto a los padres y madres como al profesorado, ya que, como se ha mencionado anteriormente, el fracaso escolar se explica desde la consideración de diversos factores. En el caso específico de los profesores/as, sería necesario estudiar y quizás reformular el rol de éste en clase y sus metodologías.

-Por último, atendiendo a la realidad de este centro y a su petición, sí sugeriría una implementación más temprana de la intervención para que esto permita una extensión en las temáticas abordadas y una mayor profundización.

Para finalizar este bloque de conclusiones, quería resaltar la importancia de concebir al alumno/a como persona, y no un mero envase sobre el cual verter contenidos académicos. Esta persona viene de un contexto específico, tiene unas necesidades individuales y unos sueños distintos a los de los demás, por lo que se hace necesario entender que cualquier problema que se detecte no sólo tendrá sus raíces en las distintas esferas que lo/a componen, sino que también tendrá un efecto en cada una de ellas, por lo que el problema puede entrar en una espiral de la cual no se puede salir con facilidad sin ayuda. En el caso de este grupo, por ejemplo, observamos cómo la “etiqueta” que los profesores cuelgan a este grupo y a sus integrantes afecta directamente a las expectativas que tienen de ellos: estas bajas expectativas se manifiestan en una metodología “pobre” y exigencias bajas, las cuales hacen que el alumnado se sienta menos capaz que otros, se aburra y se enfade, se porte mal y baje el rendimiento. Esta bajada de rendimiento no solo provoca el malestar del alumnado y la preocupación de sus familiares, sino que también genera una insatisfacción por parte del profesorado, el cual penaliza con bajas calificaciones, las que, a su vez, desmotivan aún más a los alumnos/as.

## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alarcón P., Vinet, E., & Salvo, S. (2005) Estilos de personalidad y desadaptación social durante la adolescencia. *Psyke*, 14: 3-16.
- Auerbach, E. (1995). *The politics of the ESL classroom: Issues of power in pedagogical choices*. New York: Cambridge University Press.

- Cabrera, E. (2008). *La colaboración en el aula: Más que uno más uno*. Bogotá: Cooperativa Editorial Magisterio.
- Campos, A. (2014) *Los aportes de la neurociencia a la atención y educación de la primera infancia*. Perú: Cerebrum Ediciones.
- Cano, E. (2005). *The Portfolio of university teaching staff: An instrument for evaluation and professional development*. Barcelona: Octaedro-ICE, 1- 16.
- Cedeño, J. G. V., Moreira, L. F. G., & Robles, F. M. V. (2018). Los métodos activos como estrategia para la enseñanza del idioma inglés en el colegio nacional rocafuerte. *REFCalE: Revista Electrónica Formación y Calidad Educativa*, 6(1), 207-217.
- Duarte C, (2012) Sociedades adultocéntricas: sobre sus orígenes y reproducción. *Última Década*, 36 99-125.
- Franks, D. D., & Marolla, J. (1976). Efficacious action and social approval as interacting dimensions of self-esteem: A tentative formulation through construct validation. *Sociometry*, 39(4), 324-341.
- Fullana, J. (1996). La investigación sobre variables relevantes para la prevención del fracaso escolar. *Revista de Investigación Educativa*, 14, 63-90.
- Gardner, R. (2001). Language Learning Motivation: the Student, the Teacher, and the Researcher. *Texas Papers in Foreign Language Education* (6), 1-18.
- González-Pienda, J.A. (2003). El rendimiento escolar: un análisis de las variables que lo condicionan. *Revista Galego-Portuguesa de Psicología e Educación*, 7, pp. 240-247.
- González, M. T. (2009). *El abandono escolar: etiología, causas y vías para su reducción*. Escuela Española. Monográfico, pp. 7-8.



- Harter, S. (1981). A new self-report scale of intrinsic versus extrinsic orientations in the classroom: motivational and informational components. *Development Psychology*, 3 (17), 300-312.
- Johnson, D. W., y Johnson, R. T. (1989): Cooperative Learning: What Special Education Teachers Needs to Know. *Pointer*, 33 (2), pp. 5-10.
- Johnson, D.W., Johnson, R.T. Y Holubec, E.J. (2001). *El aprendizaje cooperativo en el aula*. Buenos Aires: Paidós.
- Kandel, E.; Schwartz, J. y Jessell, T. (1996). *Neurociencia y Conducta*. Madrid: Prentice Hall.
- Lipovetsky, J. (2003). *Metamorfosis de la cultura liberal*. Ed. Anagrama. Barcelona.
- Lyneham, H. (2014). The impact of anxiety on student performance. *Macquarie university*.
- Manzanares, A., & Sanz, C. (2018). *Orientación profesional. Fundamentos y estrategias*. Ed. Castilla-La Mancha. Cuenca.
- Marchesi, A. (2000). Un sistema de indicadores de desigualdad educativa. *Revista Iberoamericana de Educación*, 23, 135-164
- Marchesi, A. (2003). *El fracaso escolar en España*. Fundación Alternativas. Documento de trabajo del Laboratorio 11/2003
- Martínez-Otero Pérez, V. (2009). Investigación y reflexión sobre condicionantes del fracaso escolar. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, vol. XXXIX, (1), pp. 11–38.
- Martínez-Otero, V. M (1997). *Los adolescentes ante el estudio. Causas y consecuencias del rendimiento académico*. Madrid: Fundamentos.

- Martínez, J. (2009). Fracaso escolar, PISA y la difícil ESO. *Revista de la Asociación de Sociología de la Educación*, 1, 56-85.
- Marzano, R. J. (2003). *What works in schools*. Alexandria: Association for Supervision and Curriculum Development.
- Mayland Community College. (2002). *Developing effective study habits*. S.O.A.R. Program Revised April 2002.
- McMahon, W. (2009). *Higher Learning, Great Good: The Private and Public Benefices of Higher Education*. John Hopkins University Press
- OCDE (2015). Informe PISA. Disponible en: <https://www.oecd.org/pisa/pisa-2015-results-in-focus-ESP.pdf>
- OCDE, (2014). *Estadísticas de la OCDE sobre la salud 2014. Chile en comparación*. Disponible en: <https://www.oecd.org/els/health-systems/Briefing-Note-CHILE-2014-in-Spanish.pdf>
- OCDE, (2017). *¿Cómo va la vida en España?* Disponible en: <https://www.oecd.org/statistics/Better-Life-Initiative-country-note-Spain-in-Espagnol.pdf>
- Organización de Estados Iberoamericanos (OEI). (2006). *Sistemas educativos Nacionales. Chile*. Recuperado de: <http://www.oei.es/quipu/chile/CHIL04.PDF>
- Orientared, (2018). *La Orientación psicopedagógica. Orientared*. Disponible en: <http://www.orientared.com/orientacion.php> [31-07-2018].
- Ospina MB, Bond K, Karkhaneh M, Tjosvold L, Vandermeer B, et al. (2007). Meditation practices for health: state of the research. *Evid Rep Technol Assess (Full Rep)*: 1-263.

- Osuna Nevado, C. (2012). En torno a la educación intercultural. Una revisión crítica, *Revista de Educación*, 358, pp. 38-58.
- Petter M, McGrath PJ, Chambers CT, Dick BD (2014) The effects of mindful attention and state mindfulness on acute experimental pain among adolescents. *J Pediatr Psychol* 39: 521-531.
- Portellano, J. A. (2005) *Introducción a la Neuropsicología*. Madrid: McGrawHill.
- Ramsden, P. (2007). *Learning to Teach in Higher Education*. Routledge Falmer, London/ New York.
- Real Academia Española. (28 de diciembre de 2012). *Real Academia Española*. Recuperado el 28 de diciembre de 2012, de Real Academia Española: [www.rae.es](http://www.rae.es)
- Richards, J (2001) *Curriculum Development in Language Teaching*. USA: Cambridge Language Education.
- Ruè, J. (2009). *El aprendizaje autónomo en educación superior*. Madrid: Narcea, S.A. de Ediciones.
- Ruiz de Miguel, C. (2001). Factores familiares asociados al bajo rendimiento. *Revista Complutense de Educación*, 12, 81-113