

**PROYECTO FORMATIVO CON TALLERES PRÁCTICOS SOBRE SALUD MENTAL Y BIENESTAR  
PSICOLÓGICO DE DOCENTES Y DISCENTES DE INSTITUCIONES EDUCATIVAS MUSICALES EN ESPAÑA  
DESDE LA PSICOLOGÍA DE LA EDUCACIÓN MUSICAL Y LA PSICOLOGÍA DE LA MÚSICA Y LA  
INTERPRETACIÓN MUSICAL - 2025**



1 ó 2 encuentros durante el curso académico

Dirigido a docentes, alumnado y equipos de gestión y dirección de escuelas de música y conservatorios de todos los niveles

---

## ENCUENTRO nº 1: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y SALUD MENTAL DEL ALUMNADO. FORMACIÓN EN CONCEPTOS PSICOLÓGICOS BÁSICOS Y DIAGNÓSTICO PRELIMINAR DE LAS NECESIDADES DEL COLECTIVO DE DISCENTES.

- Consta de **charla introductoria informativa y formativa, *Focus group* (Grupos de debate de docentes) y 2 talleres prácticos (con alumnado y profesorado)**
- Duración total del encuentro: **6,5 horas.**



**Charla introductoria informativa y formativa** a cargo de **1 especialista** para todo el colectivo de docentes (**1h 30'**)



**1 ó 2 grupos de debate** (en función del número de docentes del claustro). El número ideal de participantes en estos Focus Groups es de entre 12 y 15 personas. Cada grupo será atendido por uno de los expertos del proyecto simultáneamente, en caso de más de 25 docentes (**1h 30'**), o bien, consecutivamente por el mismo experto psicólogo/a.



**2 talleres prácticos:**

**A) Taller práctico con docentes.** Ejercicios de simulación, juego de roles, resolución de problemas, etc. **1h 30' horas**

**B) Taller práctico con docentes y estudiantes:** Visita de los especialistas por separado (si hay varios) a distintas aulas determinadas previamente (colectivas y/o individuales) con la presencia del docente correspondiente del aula seleccionada. Establecimiento de un diálogo con el alumnado para identificar problemas y situaciones de conflicto desde la perspectiva de dicho alumnado; recogida de opiniones de los discentes sobre la posible solución a dichos problemas; ejercicios de simulación y de resolución de problemas planteados por los psicólogos para propiciar que el colectivo de alumnos reflexione sobre las situaciones que les provocan malestar psicológico y las posibles salidas a los conflictos. En total, aproximadamente **2h'**, distribuyendo el tiempo en distintas asignaturas (colectivas e individuales), de distintos niveles, tanto instrumentales como teóricas y/o teórico-prácticas del currículo. Las “visitas” tienen una duración orientativa de 15' en clases individuales y 30' en clases colectivas.

- El encuentro se puede realizar en fin de semana (viernes y sábado) o laborables, en el horario más conveniente para profesorado y alumnado.

- Como no es posible en un solo encuentro visitar a todo el alumnado, se recomienda seleccionar las aulas que interesan que se visiten en este primer encuentro, debido a su especial dificultad de manejo, por presentar problemas o conflictos, a petición del propio profesorado o en interés del equipo directivo.
- El encuentro se puede realizar en 2 días (2 mañanas de encuentro o 1 mañana y 1 tarde).

**Trabajo focalizado en algunos de los siguientes constructos más frecuentes en estos colectivos, según percepción de necesidades específicas de cada centro y/o diagnóstico previo a través de una entrevista con el equipo directivo y representantes de docentes y estudiantado:**

- El afrontamiento del estrés y la ansiedad (escénica y psicosocial) individual.
- La gestión de las emociones
- La autorregulación
- Motivación
- La resiliencia y el miedo al fracaso
- La falta de autoestima
- La autopercepción
- Las relaciones interpersonales
- El *burnout*
- La expresividad
- Las relaciones de poder
- Gestión de ensayos
- Etc.

En el primer encuentro se abordarán los **temas de salud mental y bienestar psicológicos más frecuentes y aquellos recogidos en los grupos de debate con el profesorado. Todos los temas de este primer encuentro se centrarán en el estudiantado.**

## ENCUENTRO nº 2: LA SALUD PSICOLÓGICA DEL ALUMNADO Y DEL PROFESORADO. CONSTRUYENDO UN ECOSISTEMA SALUDABLE PARA TODOS.

- El 2º encuentro del proyecto servirá para abordar específicamente **los aspectos psicológicos pendientes de revisión en el primer encuentro**, además de tratar los **tópicos recogidos en los talleres prácticos con el alumnado en el 1º encuentro.**
- Se revisan, asimismo, **los problemas de bienestar psicológico del profesorado**, haciendo especial hincapié en el tema de las relaciones interpersonales con el resto de docentes, las jerarquías de poder, el burnout, la identidad profesional docente o la satisfacción laboral.
- El plan de trabajo es similar al primer encuentro: **aprox. 6,5 horas.**

🎵 **Charla informativa/formativa** sobre otros constructos y tópicos de salud mental y bienestar psicológico no tratados en el 1ª encuentro (**1h 30'**). **Sólo para docentes y equipos directivos.**

🎵 **Grupos de debate /Focus Groups:** en grupos más pequeños. **Para el profesorado.** Aquí se tratarán los aspectos relacionados con la salud psicológica del profesorado, sus inquietudes y el **diagnóstico inicial y análisis de la problemática específica de este colectivo en cada institución en particular** (**1h 30', en varios grupos más pequeños**, para propiciar el debate y la participación de todas las personas)

🎵 **2 talleres prácticos:**

**A) Taller práctico con docentes.** Ejercicios de simulación, juego de roles, resolución de problemas, etc. (**1h 30' horas**)

**B) Taller práctico con docentes y estudiantes:** Visita de los especialistas a distintas aulas determinadas previamente (colectivas y/o individuales) con la presencia del docente correspondiente del aula seleccionada. **Objetivos ampliados:**

- **Observación de los docentes en su quehacer en el aula con el alumnado** (docentes voluntarios que quieran recibir feedback sobre sus modos de hacer en el aula e identificar aspectos relacionales y actitudes educativas positivas, así como las que necesitan revisarse). Este **feedback se realiza posteriormente en privado con cada docente después** de la sesión de visita al aula. En total, **aproximadamente 2h**, distribuyendo el tiempo en distintas asignaturas (colectivas e individuales), de distintos niveles, tanto instrumentales como teóricas y/o teórico-prácticas del currículo.

#### Trabajo focalizado en:

- 🎵 Tópicos relativos a las preocupaciones mostradas por el alumnado en el 1ª encuentro (visitas a las aulas)
- 🎵 Tópicos y aspectos que preocupan al colectivo docente verbalizados en las sesiones de Focus Groups:

- ✓ relaciones interpersonales con el resto de docentes
- ✓ las jerarquías de poder
- ✓ el burnout
- ✓ la identidad profesional docente
- ✓ la (in)satisfacción laboral

#### SESIÓN FINAL: REDACTANDO UN CÓDIGO ÉTICO DE BUENAS PRÁCTICAS PARA LA CONVIVENCIA Y LA SALUD PSICOSOCIAL DE CADA CENTRO-EVALUACIÓN DEL PROYECTO. 3,5 H

- Se elaborará un documento consensuado entre la comunidad educativa y los psicólogos especialistas en Psicología de la Educación Musical y la Interpretación que han intervenido en los distintos encuentros (es deseable que hayan sido los mismos expertos en ambos encuentros del proyecto). Este documento mostrará los logros conseguidos, los cambios observados en actitudes y el modo en que se han afrontado los conflictos surgidos.
- Esta sesión tiene como finalidad última, la elaboración de un código de buenas prácticas o prácticas SALUDABLES para el bienestar psicológico, que sirva de guía y orientación futura en esta materia a la institución educativa.
- El contenido de este encuentro final de proyecto es el siguiente

🎵 **Grupos de debate:** para identificar dentro del colectivo de profesorado los logros conseguidos y los retos futuros. Se trata de evaluar entre todos la adecuación del proyecto realizado a las necesidades del centro, sugerir modificaciones, mejoras, introducción de nuevos tópicos, etc., contribuyendo así a que AEPMIM pueda mejorar la propuesta de cara a futuras intervenciones (estos proyectos se pueden realizar anual o bienalmente). **1h 30'**

🎵 **Sesión de trabajo personal de los psicólogos expertos intervinientes poniendo en común los resultados recogidos y elaborando un informe con los mismos.** También, a modo de orientación, y basándose en la experiencia específica del trabajo en cada institución, elaborarán un **código de buenas prácticas con consejos generales sobre el afrontamiento de los problemas psicológicos y mentales que hayan sido mencionados por los distintos colectivos a lo largo del proyecto.** Entrega al equipo directivo, representante del profesorado y del alumnado, de los documentos elaborados por los psicólogos. **1h' de trabajo personal del experto/s, y 1h de reunión con el equipo directivo y representantes.**

**Nº DE HORAS TOTAL DEL PROYECTO COMPLETO DE FORMACIÓN E INTERVENCIÓN = 16,5 HORAS**

**Sólo 1 encuentro + sesión final= 10 horas**

Todas las fases y actividades del proyecto se pueden amoldar a cada centro, en función del número de docentes, alumnado, horario de clases, intereses particulares, etc. Si el centro educativo fuera pequeño, podría ser suficiente la intervención de 1 solo psicólogo.

Del mismo modo, un centro grande, con un número de alumnado amplio y un claustro de profesores de más de 40 profesores, precisaría de algunas horas más de dedicación de los psicólogos con el fin de poder hacer algunos grupos más de debate y talleres, con un número de participantes más reducido que los haga operativos y eficientes.

Asimismo, es posible realizar los **Encuentros sólo para docentes, sin intervención en las aulas.** Y se pueden establecer 1 ó 2 Encuentros, orientados a **docentes/discentes/ambos colectivos, siempre con la inclusión de la SESIÓN FINAL.**

Para cualquier duda o pregunta: [aepmim@gmail.com](mailto:aepmim@gmail.com)

<https://aepmim.org/servicios-de-formacion-proyecto-conservatorios-saludables-aepmim-2025/>