



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 1º 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:**

PROYECTO “CONSERVATORIOS Y ESCUELAS DE MÚSICA SALUDABLES” – AEPMIM 2025

- **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 1º 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 intervenientes 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

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