

Sally Ramos Fernández

Psicóloga, experta en orientación psicoeducativa

«Los docentes están saturados para tratar la parte emocional del alumnado»

«Aumenta la conflictividad en las aulas vinculada al estrés tras la pandemia y las redes sociales; urge implementar estrategias de prevención»

M. G. Salas Oviedo

Sally Ramos Fernández (Oviedo, 1967) es una de las profesionales del Colegio Oficial de Psicología de Asturias que imparten formaciones sobre bienestar emocional en colegios e institutos y atiende un teléfono de emergencia para situaciones en crisis de profesores. Los resultados de este programa, puesto en marcha gracias a un acuerdo con la Consejería de Educación, fueron presentados el pasado sábado en Oviedo en la celebración de la VII Jornada de Psicología Educativa. Desde junio y hasta mediados de noviembre, los psicólogos atendieron 37 llamadas de docentes y dieron 128 formaciones en 64 centros educativos, llegando a casi 3.300 personas. Sally Ramos es psicóloga, experta en orientación psicoeducativa y forma parte de la comisión de Psicología Educativa del Colegio Oficial de Psicología de la Asociación Asturiana para la Lucha contra la Fibrosis Quística y orientadora en el Colegio Amor de Dios de Oviedo desde 1998.

«¿37 llamadas en tres meses y medio es un dato preocupante?»

«Podemos considerarlo preocupante si nos fijamos en los motivos de las demandas, ya que los mayo-

res porcentajes de consulta han sido sobre conducta suicida (30%), seguido de crisis de ansiedad (27%). Sin embargo, también podemos hacer una lectura positiva, en cuanto a que indica que cuando la comunidad educativa dispone de un recurso de ayuda, ágil, rápido y efectivo, accede a él para hacer frente a sus necesidades y pueden obtener una respuesta adecuada.

«¿Son consultas que hacen los profesores sobre sí mismos o sobre los alumnos?»

«La mayoría de las consultas suelen estar relacionadas con situaciones del alumnado: preocupaciones sobre su bienestar psicológico, dudas sobre cómo intervenir y solicitudes de recursos o estrategias para manejar casos específicos. También se han recibido consultas de docentes que se sienten sobrecargados o necesitan orientación sobre cómo manejar situaciones en el aula. Ambos casos son relevantes, ya que el bienestar del profesorado está directamente vinculado al bienestar del alumnado.

«¿Ven a los docentes desbordados?»

«Efectivamente. Desde las intervenciones realizadas, se percibe que los docentes están saturados, sobre todo debido a la falta de formación y recursos para gestionar la parte emocional y psicológica



Sally Ramos. | LNE



La IA puede ayudar a reconocer situaciones de crisis con herramientas para evaluar el bienestar psicológico; esa información puede ser clave para reconocer casos problemáticos

del alumnado. Ello unido a la labor administrativa, crea sobrecarga y malestar en los equipos docentes.

«¿La figura del coordinador de bienestar está funcionando?»

«Podría ser esencial para detectar problemas, actuar de forma proactiva y coordinar esfuerzos entre familias, profesorado y orientación. Sin embargo, la realidad es

otra. Actualmente, es una figura a la que se le atribuyen muchas funciones, sin horario suficiente para desempeñar su labor. Son entre 1 o 2 horas semanales y, en algunos centros, recae sobre otro profesional que desempeña esas funciones sin horas específicas para ello. Lo mismo ocurre con la cualificación técnica que deberían tener y que no siempre es así. Detectar situaciones de malestar e intervenir en ellas requiere una formación específica. Actualmente, hay un estudio pendiente de resultados entre la Comisión de Psicología Educativa del COPPA y la Universidad de Oviedo sobre la figura del coordinador de bienestar, que probablemente se expondrán en el próximo Congreso Internacional de Psicología y Educación que tendrá lugar en junio en Oviedo.

«Hay informes, como el del defensor del docente del sindicato ANPE, que alertan sobre una mayor conflictividad en las aulas. ¿Ustedes lo ven así?»

«Hemos observado un incremento general en la conflictividad, posiblemente vinculado al estrés acumulado tras la pandemia, el impacto de las redes sociales y modificaciones en los estilos educativos de las familias. Sin embargo, cada centro educativo tiene dinámicas propias y no todos experimentan este fenómeno de la misma manera. Lo que resulta evidente es la necesidad de implementar estrategias efectivas para prevenir y resolver conflictos de forma integral.

«¿Las redes sociales empeoran la salud mental de los alumnos?»

«Las redes sociales pueden ser una herramienta muy positiva para la conexión, pero también implican riesgos importantes, como el ciberacoso, la continua comparación con otros y la búsqueda constante de aprobación. Todo ello puede provocar ansiedad, baja autoestima y otros problemas emocionales. Por ello, es fundamental enseñar a los alumnos a utilizarlas de manera consciente y responsable, fomentando un enfoque crítico y equilibrado.

«Usted es orientadora en un centro. ¿Con qué problemas se encuentra en el día a día?»

«Depende de la etapa educativa y la edad de los alumnos. Yo estoy en un centro que tiene todas las etapas, por lo que las problemáticas varían mucho, pero hay temáticas claras. Por ejemplo, ansiedad y estrés, a menudo asociados al rendimiento académico, la presión social o situaciones familiares complejas. También aprecio un aumento de conductas disruptivas en el aula. Hay dificultades en la resolución de conflictos para lo que hemos puesto en marcha, con éxito, un plan integral de mediación escolar y prevención del acoso y el ciberacoso, con la colaboración de toda la comunidad educativa. Y también hay un relevante aumento de necesidades educativas en el alumnado y lo que ello implica, tanto en la práctica docente diaria como en la atención del alumnado y el trabajo con profesorado y familias.

«¿Qué pautas dan a profesores y familias en las formaciones que imparten con el Colegio Oficial de Psicología?»

«Resumir aquí las pautas sería imposible. De hecho, también es muy limitada la formación que desde el COPPA estamos llevando a cabo en los centros educativos con alumnado adolescente, a través de un acuerdo de colaboración con la Consejería de Educación. Digamos que es una formación inicial, a la que esperamos poder darle continuidad y/o periodicidad, y que aporta, por un lado, a los docentes herramientas para identificar factores de riesgo y de protección y, por otro lado, a las familias estrategias para fortalecer la comunicación, establecer límites claros y fomentar la autoestima de sus hijos.

«¿Puede ayudar la IA a reconocer situaciones de crisis como el acoso o el ciberbullying?»

«Parece ser que sí, y así lo pudimos ver en el marco de las VII Jornadas de Psicología Educativa del COPPA, donde nos presentaron alguna herramienta muy interesante para evaluar el bienestar psicológico del alumnado. Tener esa información puede ser clave a la hora de reconocer situaciones problemáticas y el acoso o ciberacoso pueden ser un ejemplo.