



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

Estratègies d'afrontament de situacions complexes pel futur professional

12 de gener de 2024

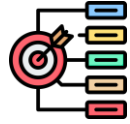
Equip investigador: Gemma Crous, Nuria Fuentes-Peláez, Ainoa Mateos, Sara Pérez, Paulo Padilla, Julio Rodríguez, Arnau de Paz.

Activitat organitzada per la coordinació de l'equip docent del Pràcticum d'Educació social. La recerca presentada ha estat finançada per la Convocatòria d'Ajudes en Investigació en Docència Universitària de l'Institut de Desenvolupament Professional de la Universitat de Barcelona (Ref. REDICE22-3400)

 **Innova seis**
Grup d'Innovació Docent. Salut, Educació i Inclusió Social

GRISIJ
Grup de Recerca en Intervencions Socioeducatives
en la Infància i la Joventut

Objectius



Conèixer algunes de les diferents situacions complexes que us podeu trobar en el futur professional les estudiants del grau d'educació social.



Presentar dades de la recerca que ha explorat sobre com es forma a l'alumnat en estratègies d'afrontament a tres graus de la Facultat d'Educació.



Compartir i debatre sobre les experiències complexes que heu viscut les estudiants a les pràctiques i les estratègies utilitzades.



Estratègies d'afrontament de situacions complexes pel futur professional en l'acció socioeducativa

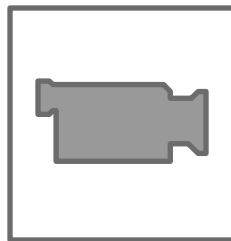


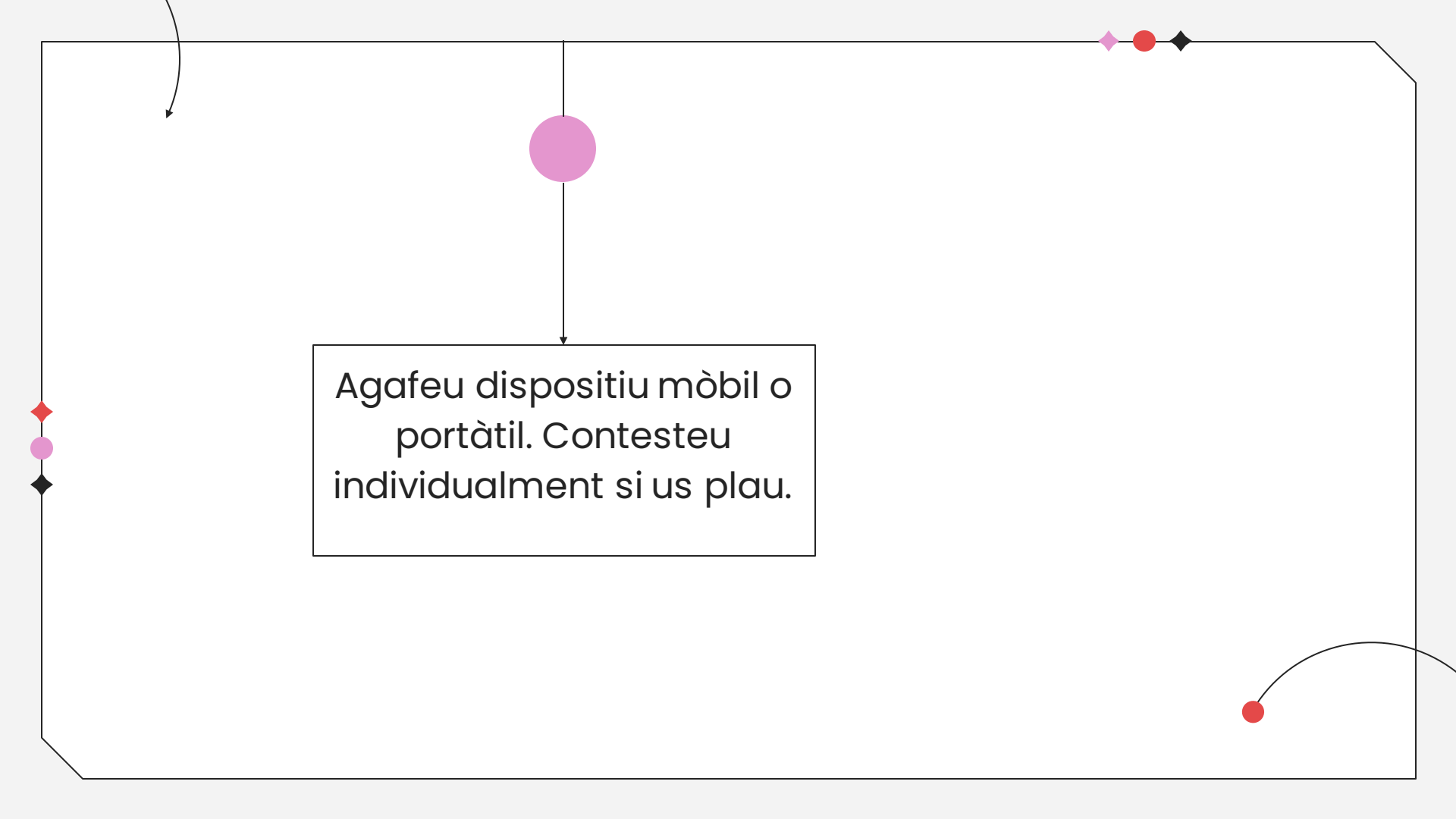
Quines situacions complexes creieu que us podeu trobar en el vostre futur com a professionals?

O amb quines ja us heu trobat fent les pràctiques?



Comencem amb el cas de la Paula






Agafeu dispositiu mòbil o
portàtil. Contesteu
individualment si us plau.

The diagram features a central text box with a black border containing the text 'Agafeu dispositiu mòbil o portàtil. Contesteu individualment si us plau.' Above the box is a pink circle connected to the top edge by a vertical line with a downward-pointing arrowhead. The top edge of the diagram has a pink diamond, a red circle, and a black diamond. The left edge has a red diamond, a pink circle, and a black diamond. The bottom edge has a red circle with a curved line extending from it.

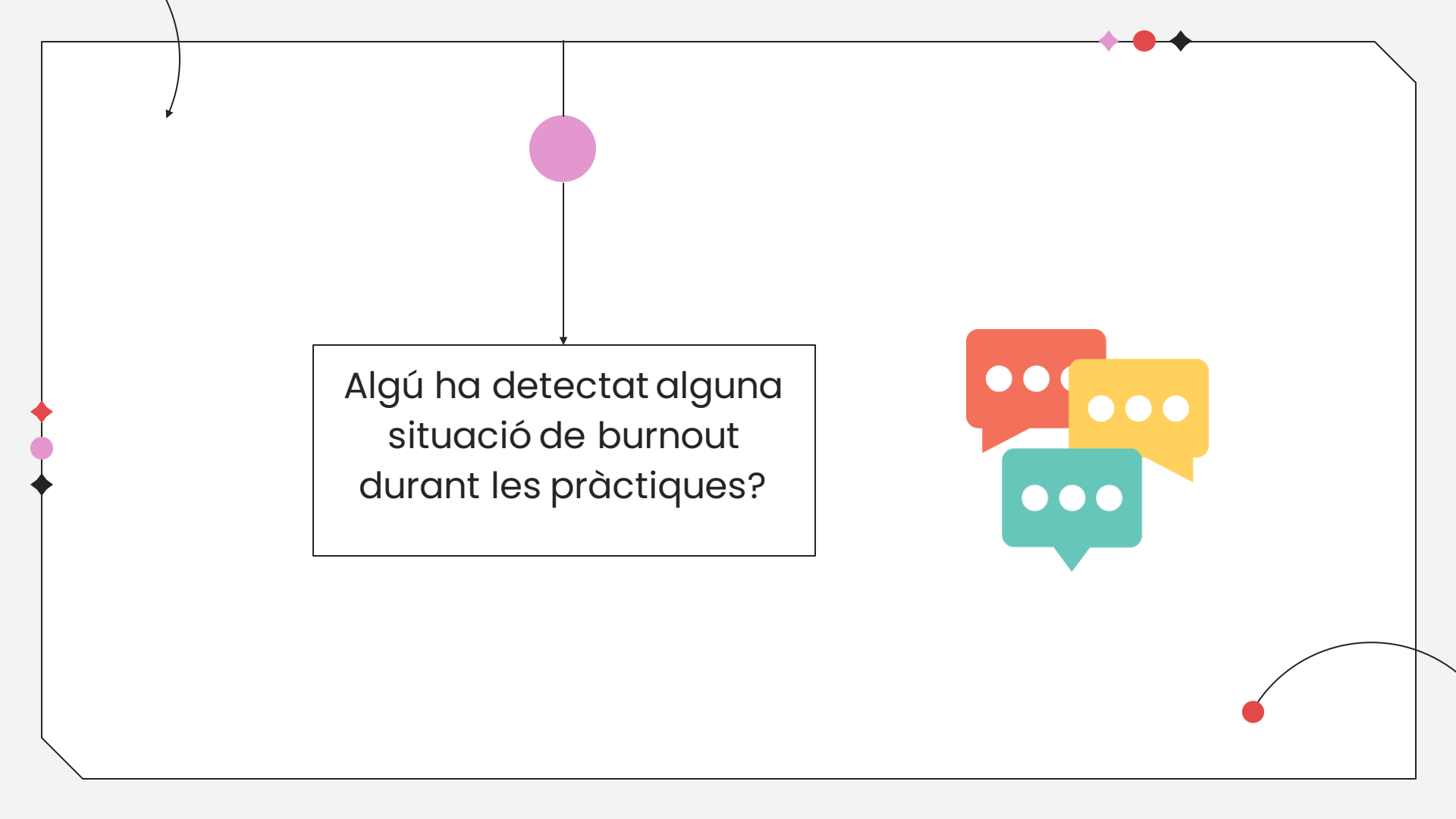
BURNOUT



El burnout es el síndrome de quemarse por el trabajo, y se materializa en una sensación de **falta de realización personal** en el ámbito laboral, una percepción negativa de las tareas realizadas en el trabajo y una **auto-percepción negativa, agotamiento emocional**, y despersonalización. Esto comporta pérdida de energía, fatiga, actitudes negativas, irritabilidad, respuestas impersonales, y disminución de los sentimientos de competencia.

(Moreno et al., 2005; Navarro Soria et al., 2018)

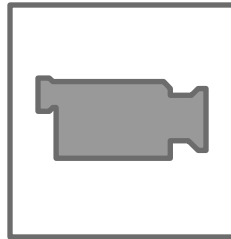


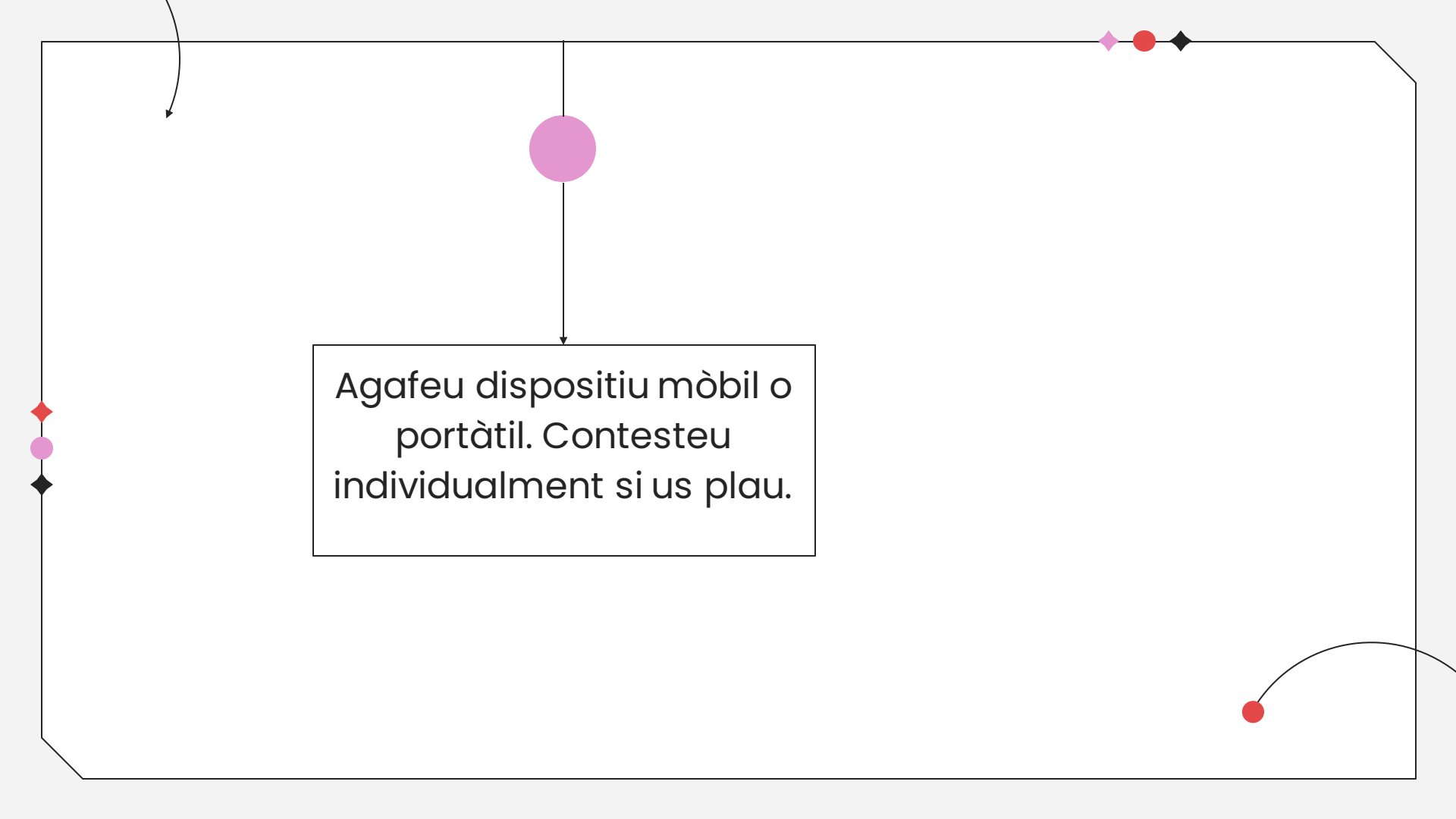


Algú ha detectat alguna
situació de burnout
durant les pràctiques?



Continuem amb el cas d'en Pau





Agafeu dispositiu mòbil o
portàtil. Contesteu
individualment si us plau.

The diagram features a central text box with a black border containing the text 'Agafeu dispositiu mòbil o portàtil. Contesteu individualment si us plau.' Above the box is a pink circle connected to the top edge by a vertical line with a downward-pointing arrowhead. The top edge of the diagram has a pink diamond, a red circle, and a black diamond. The left edge has a red diamond, a pink circle, and a black diamond. The bottom edge has a red circle with a curved line extending from it. A curved arrow is in the top-left corner.

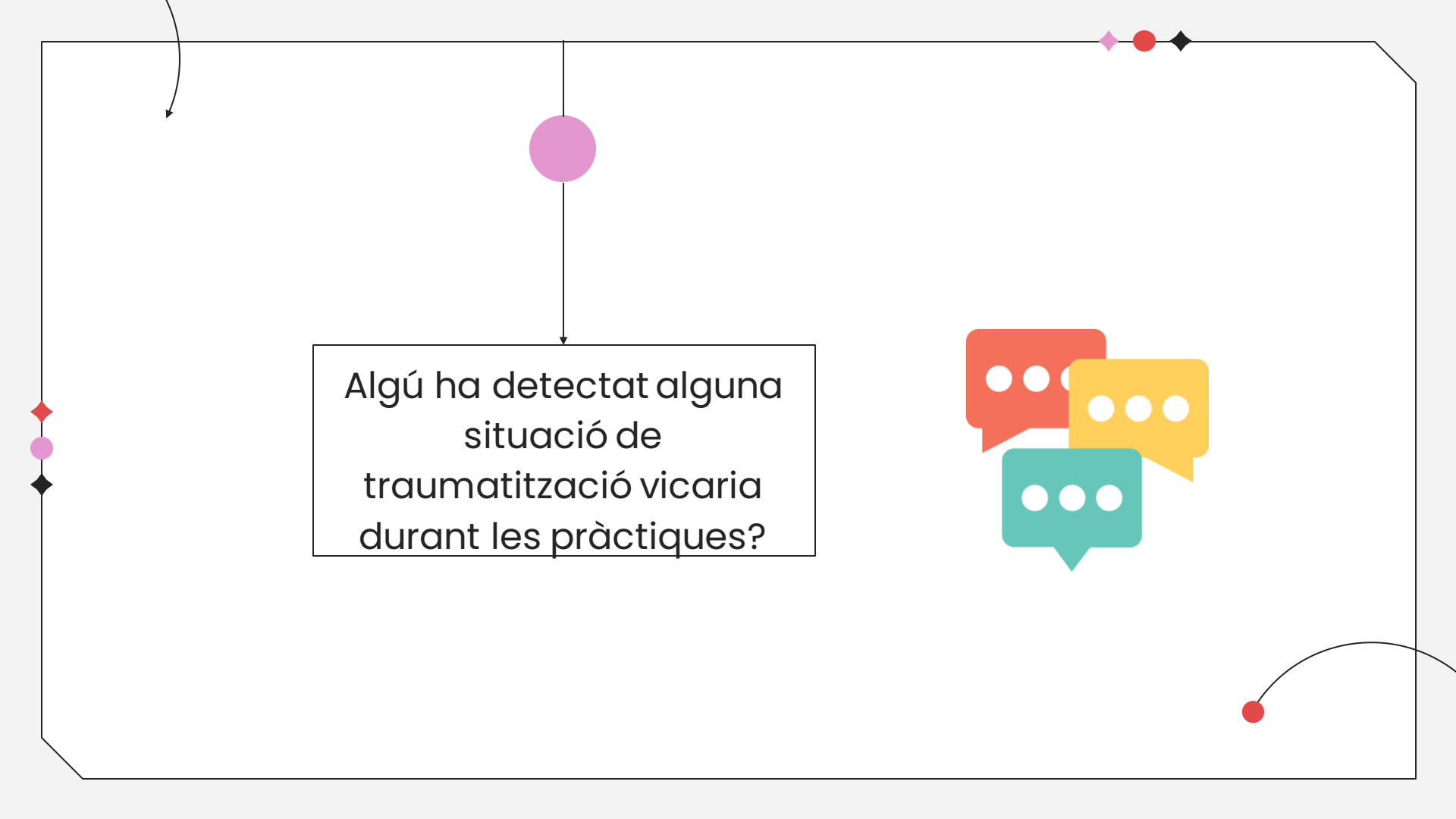
TRAUMATIZACIÓN VICARIA

La traumatización vicaria se describe como los efectos que sufren aquellas figuras profesionales que tienen una **exposición continuada al relato de situaciones dolorosas y traumáticas** (abusos, maltrato, consumo de sustancias, etc.) de las personas a las que acompañan. Esta exposición continuada puede generar, en la persona del profesional:

- 1) aumento de los **niveles de estrés y ansiedad** por el deseo de dar respuesta a la demanda, y
- 2) **sentimientos de frustración** cuando las intervenciones tienen un bajo impacto o no corresponde con lo deseado.

Esta traumatización tiene efectos en su **identidad, la forma de ver el mundo**, las necesidades psicológicas, sus creencias, y los sistemas de memoria; y al mismo tiempo tiene impacto con sus relaciones interpersonales y su vida profesional.

(Pearlman & Saakvitne, 1995; Giraldo, 2018)



Algú ha detectat alguna
situació de
traumatització vicària
durant les pràctiques?



Acompanyament socioeducatiu

Durant l'acompanyament socioeducatiu, les persones i els equips professionals reben un **impacte indirecte** de les problemàtiques de les persones usuàries o ateses, que estan en una situació de vulnerabilitat.

L'**exposició crònica** a situacions i narratives doloroses i complexes tenen efectes molt significatius en les persones professionals.

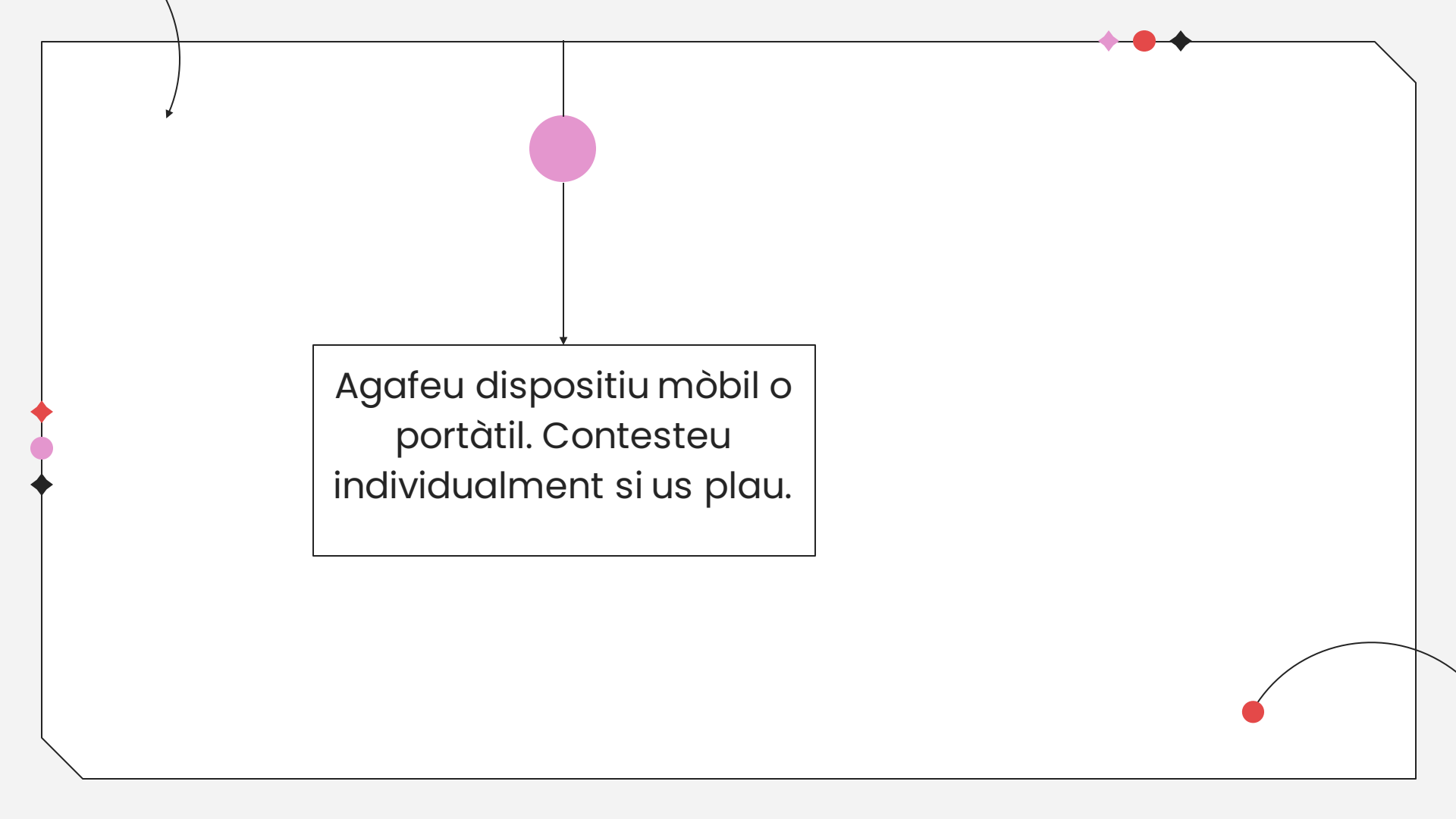




Pregunta d'investigació



Des dels graus universitaris de treball social, educació social i pedagogia, es forma a l'alumnat en estratègies d'afrontament per prevenir el burnout i la traumatització vicària en el seu futur professional?



Agafeu dispositiu mòbil o
portàtil. Contesteu
individualment si us plau.

The diagram features a central text box with a black border. Above the box is a pink circle connected to the top edge of the page by a vertical line with a downward-pointing arrowhead. The page is framed by a black border with rounded corners. On the left side, there is a vertical line with three markers: a red diamond at the top, a pink circle in the middle, and a black diamond at the bottom. A curved arrow on the top left points downwards. On the top right, there is a horizontal line with three markers: a pink diamond, a red circle, and a black diamond. On the bottom right, there is a red circle with a curved line extending from it towards the right edge of the page.

Preguntes d'investigació

- A la universitat es treballen les estratègies d'afrontament de situacions complexes i traumàtiques?
- Si es treballen, quines són aquestes estratègies i com es fa? Quines metodologies docents s'utilitzen?
- Es treballa d'igual manera en diferents graus universitaris on es prepara a l'alumnat per a ser professionals de la intervenció socioeducativa? (educació social, treball social, pedagogia)
- Com el pla docent, la metodologia emprada i l'equip docent possibiliten i/o condicionen el desenvolupament d'aquestes estratègies?
- Es troba explícit en els plans docents aquest treball de estratègies d'afrontament? O només es desenvolupa en la pràctica docent a l'aula però no està explícit? S'avalua? Com?

El nostre projecte

Com preparem a l'alumnat universitari per afrontar situacions complexes en el seu futur professional? El cas de tres graus universitaris relacionats amb la intervenció socioeducativa: educació social, treball social i pedagogia.

Recerca finançada per la Convocatòria d'Ajudes a la Recerca en Docència Universitaria del Institut de Desenvolupament Professional de la Universitat de Barcelona (Ref. REDICE22-3400)

Metodologia



Quantitativa



Professorat. 58 respostes.



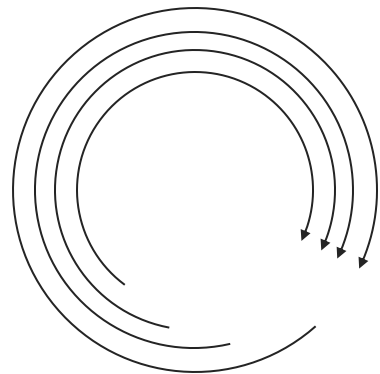
Qualitativa



- Entrevistes 3 caps d'estudi + secretari acadèmic i d'estudiants de la FE
- 3 grups de discussió amb alumnat dels 3 graus (4t curs)
Vídeos+discussió

Alguns resultats

Si us plau, comenteu sempre que vulgueu!

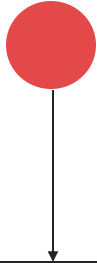
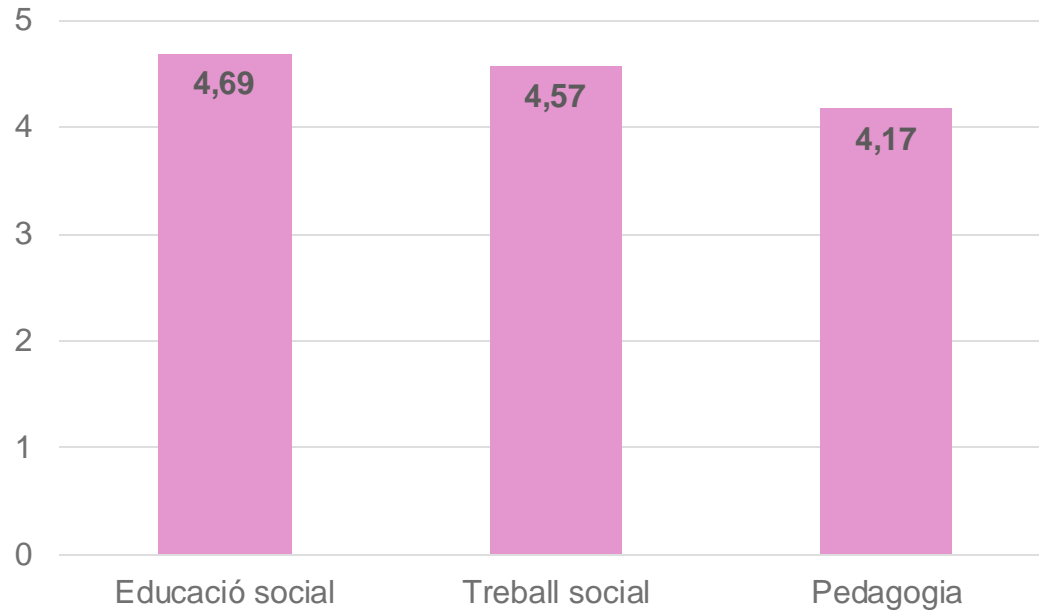




Respostes al qüestionari

Què diu el professorat?

Percepció de risc



Més percepció de risc en aquelles docents que havien patit burnout o TV alguna vegada.

Factors de risc del Burnout i la Traumatització Vicària



Del sistema

1. Precarietat social i laboral
2. Ràtios i volum de feina
3. Manca de recursos
4. Manca de marcs que delimitin la pràctica
5. Manca de conciliació familiar

De la societat

1. Pràctica professional poc reconeguda
2. Creença de que la pràctica professional no es basa en coneixement científic
3. Criança protectora que limita la tolerància a la frustració
4. Individualisme emocional
5. Visió de la realitat distorsionada per les xarxes socials

De la persona professional

1. Manca de formació continuada
2. Manca de distanciament afectiu o una correcta relació amb la figura usuària
3. Manca d'habilitats socio-emocionals
4. Manca d'autonomia professional
5. Manca d'autoestima professional
6. Falta de treball personal i d'autoconeixement
7. Manca d'estratègies d'autoprotecció
8. No ser capaç d'aplicar els coneixements obtinguts durant el grau
9. Nivell de tolerància a la frustració
10. Càrrega emocional personal
11. La vocació
12. Manca d'experiència
13. Manca d'eines de reflexió i/o pensament complex
14. Ser dona
15. Manca d'una xarxa relacional externa al context laboral
16. Expectatives idealitzades de la pràctica
17. Problemes salut mental
19. Desconeixença de les realitats de les persones usuàries
20. Falta de motivacions fora de la feina (exemple: hobbies com música, pintura, etc.)

De les organitzacions o institucions

1. Acompanyament institucional insuficient
2. Manca de treball en grup i en xarxa
3. Manca de supervisió
4. Manca d'atenció psicològica destinada a les professionals
5. Rol professional incomprès
6. Corrupció i manca de transparència

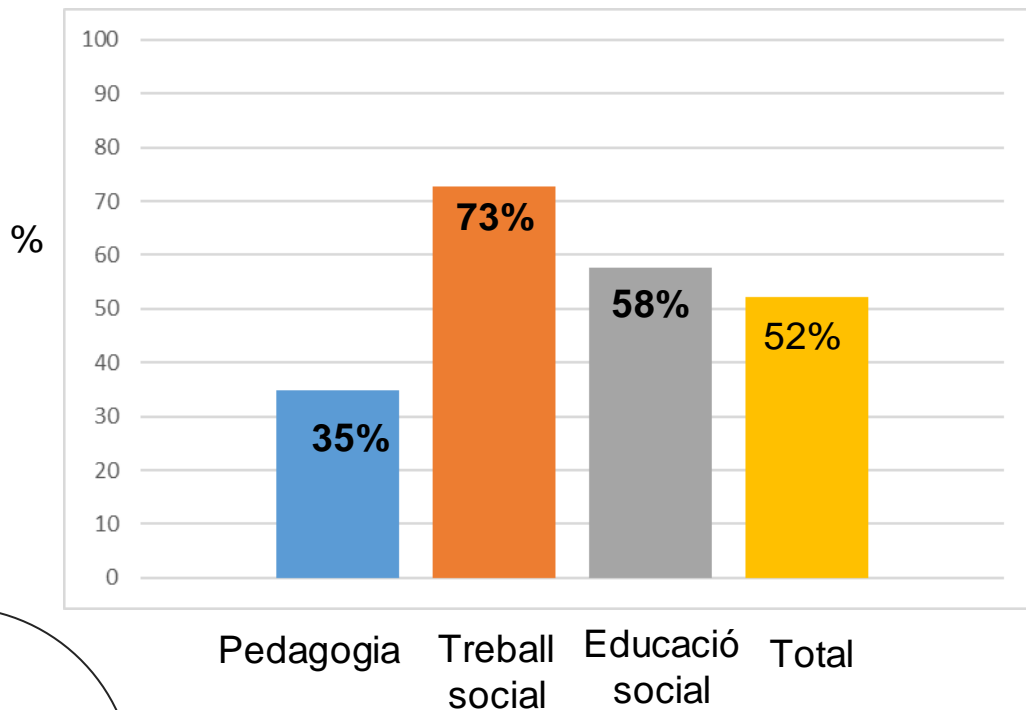
De la universitat

1. Manca de formació inicial (grau)
2. Poc contrast entre teoria i pràctica
3. Desconeixença de la realitat de la pràctica professional
4. Manca d'especialització formativa durant el grau
5. Falta de formació en ètica aplicada
6. Manca de formació en competències socio-emocionals
7. Manca de formació teòrica
8. Manca d'estratègies per afrontar TV i BO i/o formació específica
9. Magnificació de la disciplina
10. Poca flexibilitat i/o conciliació entre els estudis i la feina
11. Visió capitalista (productiva) dels estudis superiors

De la pràctica

1. Condició de vulnerabilitat de les persones usuàries
2. El cansament de les persones professionals es transmet a les noves professionals
3. Quotidianitat
4. Excés de tasques burocràtiques

Treball a l'aula sobre estratègies d'afrontament



Més percepció de risc en aquelles docents que havien patit burnout o TV alguna vegada.



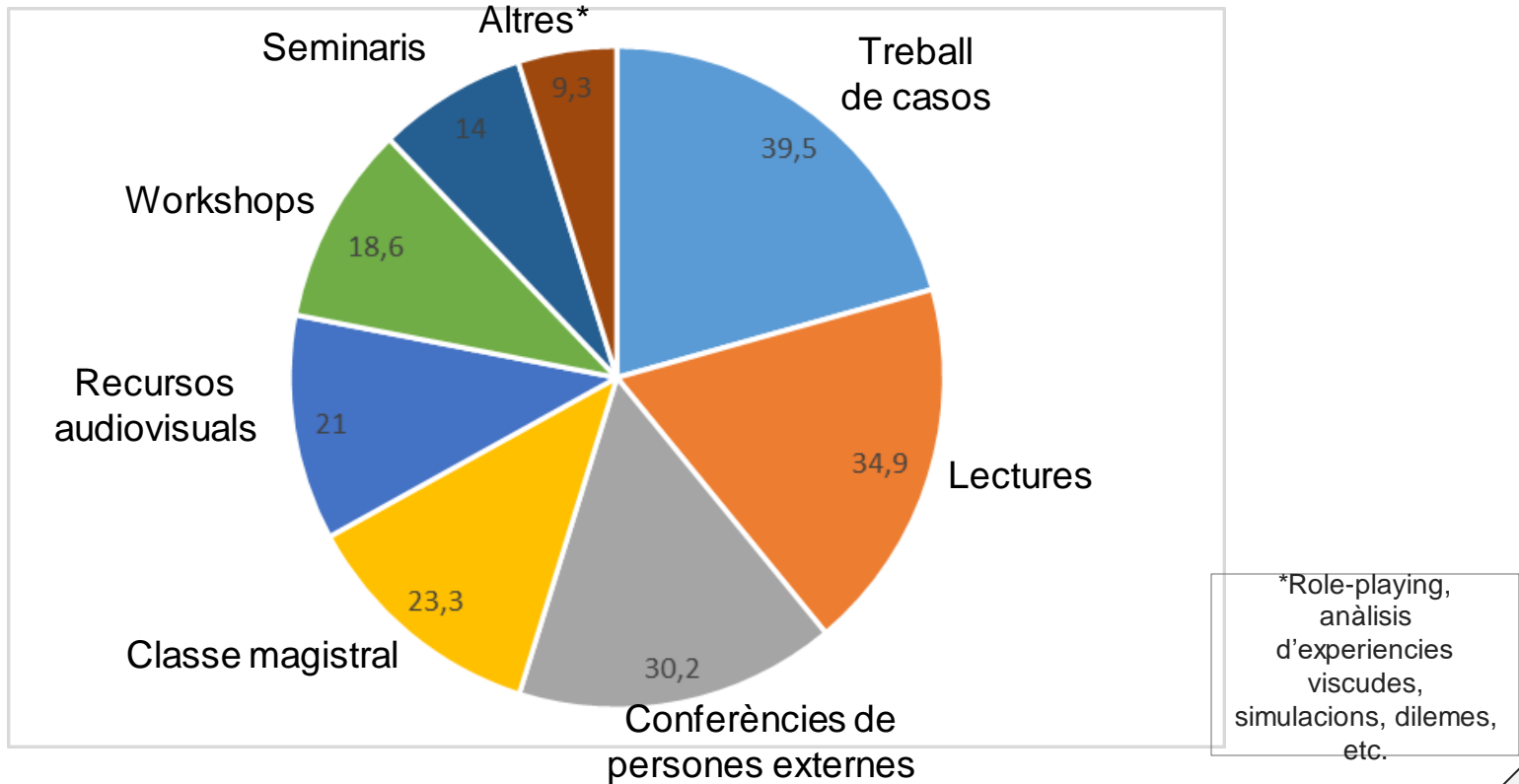
Continguts treballats



- **Competències socioemocionals:** autoconeixement, auto-cures i autoregulació emocional.
- **Coneixement teòric** de l'afrontament: fonamentació científica, ètica professional i continguts específics (burnout).
- **El rol de la persona professional** i pràctica d'empoderament professional.
- **El vincle professional:** distància/proximitat afectiva.



Metodologies emprades



75% de les persones participants comenta que el contingut NO és explícit en el pla docent.

64% de participants diu que NO avalua el contingut que treballen sobre aquesta temàtica.

El 41% d'aquestes temàtiques es treballen en optatives i practiques externes

Hi ha inconsistència a la formació:

- Llibertat de càtedra
- Dependrà de l'interès de l'estudiant
- El treball és teòric i no pràctic en una gran part de les ocasions.
- No està reflectit al pla docent



Respostes dels grups de discussió

**Què diuen els i les
estudiants?**

Percepció de risc

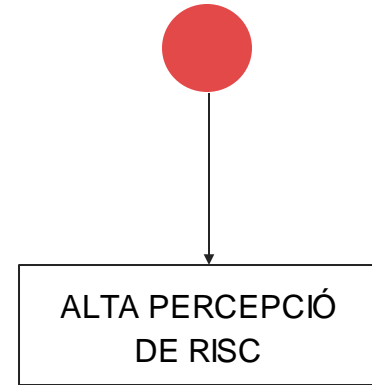
- **Tot l'alumnat participant dels 3 grups de discussió** menciona i afirma que hi ha risc de patir burnout en el seu futur com a professionals .

Especial èmfasis en ES:

“Dins de la nostra professió no hi ha un espai de cures”
(estudiant ES)

- **En els 3 grups de discussió** també s'afirma que hi ha risc de patir traumatització vicària. En tots els grups es comenta que hi ha més risc pel fet de treballar amb població vulnerable i amb històries de vida complicades.

“Muchas veces, sin darnos cuenta, nos lo tomamos como algo personal. Y no tenemos que hacerlo. Porque si te lo tomas como algo personal finalmente no podrás atender a la persona, a la familia” (estudiant TS)



Factors de risc del Burnout i la Traumatització Vicària



Del sistema

1. Precarietat social i laboral
2. Ràtios i volum de feina
3. Varies feines.
4. Manca d'estabilitat.
5. Manca de conciliació familiar

De la persona professional

1. Conèixer i respectar els límits personals de cada professional
2. No establir límits, acceptar responsabilitats que no són pròpies o adients
3. Inseguretats personals.
4. Expectatives equivocades.
5. No saber gestionar la frustració.
6. Dependència de la feina.
7. Excés de dedicació i implicació.
8. Manca de gestió de les emocions.
9. Sobrecàrrega amb tasques de reivindicació.

De les organitzacions o institucions

1. Alt nivell de càrrega de feina.
2. Masses responsabilitats
3. No poder complir totes les tasques per excés de càrrega.
4. Falta de suport amb les companyes per manca d'espais d'interacció i creació de vincle.

De la pràctica

1. Monotonia

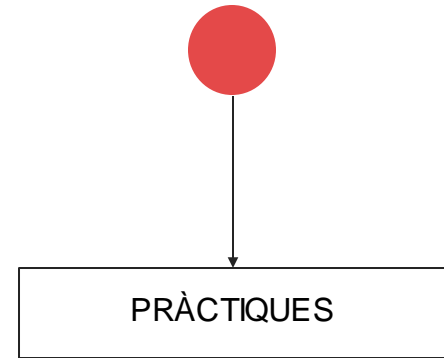
Treball a l'aula sobre estratègies d'afrontament del burnout

Continguts:

- Desenvolupament personal i identitat professional
- Supervisió professional
- Recursos externs (col·legis professionals, etc.)
- Avaluació del burnout

Metodologies:

- Lectures
- Casos
- Experiències personals o d'altres professionals
- Reflexions grupals
- Supervisions educatives
- Meditació
- Test del Burnout



“Estos temas más humanos no se tratan des de la primera persona, sino que se trabajan por encima. No tengo consciencia de haber aprendido nada sobre todo esto” (estudiant pedagogia).





Treball a l'aula sobre estratègies d'afrontament de la traumatització vicària

Continguts:

- Empatia
- Regulació emocional
- Vincle professional

Metodologies:

- Lectures
- Casos reals
- Conferències o tallers amb persones professionals

- 
- Cap de les persones participants recorda haver treballat o parlat sobre traumatització vicària durant el grau (en tots els grups de discussió).
 - Manca formació sobre les temàtiques per donar més estratègies d'afrontament.
- 

I vosaltres, què dieu?



Gràcies!

Si teniu dubtes, suggerències o comentaris:

gemma.crous@ub.edu



UNIVERSITAT DE
BARCELONA



Grup d'Innovació Docent. Salut, Educació i Inclusió Social



Grup de Recerca en Intervencions Socioeducatives
en la Infància i la Joventut

CREDITS: This presentation template was created by **Slidesgo**, and includes icons by **Flaticon**, and infographics & images by **Freepik** and content by **Swetha Tandri**