

Intervenciones para el bienestar



El IB y el Centro de Investigación sobre Bienestar de la Universidad de Oxford han unido fuerzas con el fin de elaborar una serie de informes sobre intervenciones para la mejora del bienestar escolar.

Las investigaciones sugieren que no existe un enfoque universal para mejorar el bienestar escolar.

Cada colegio es un ecosistema único, y en esta serie de informes se muestra cómo pueden usar los centros educativos las pruebas de las investigaciones en su proceso para mejorar el bienestar. Además, se ponen de relieve varios elementos fundamentales, como actividades orientadas a conocer las opiniones del personal y el alumnado.

Los dos informes fundacionales, *El bienestar en la educación durante la infancia y la adolescencia* y *El bienestar del personal docente*, ofrecen información exhaustiva adicional que incluye investigaciones académicas en torno a las definiciones, las intervenciones y la medición.

Recomendamos leer primero estos recursos para comprender en profundidad el bienestar subjetivo de la juventud y el personal docente antes de leer los informes específicos sobre las intervenciones.

Acceda a resúmenes de investigación e informes completos en el siguiente enlace:

wellbeing.hmc.ox.ac.uk/schools

Actividad física

Las investigaciones demuestran una falta persistente de actividad física entre las personas jóvenes, especialmente en la adolescencia, lo que repercute en su salud y desarrollo. En este informe, se abordan las intervenciones dirigidas a la actividad física y se recomienda adoptar un enfoque integrado, al tiempo que se incrementa la accesibilidad mediante actividades recreativas y sociales. El apoyo de familias y amistades también es clave para fomentar estilos de vida activos.



Enfoque integrado

Este informe analiza el enfoque integrado como marco para fortalecer el bienestar en todo el colegio. Se destaca su impacto en la salud, el comportamiento y el aprendizaje, así como factores clave que incluyen la participación de la comunidad y el apoyo de políticas. Entre los desafíos se encuentran la limitación de recursos y las brechas en el liderazgo. El éxito depende de estrategias adaptables y basadas en pruebas, y del compromiso de las partes interesadas.



Bienestar del cuerpo docente

En este informe, se exploran las investigaciones sobre el bienestar del personal de enseñanza y se observa que estas han sido limitadas en comparación con las relativas al bienestar del alumnado. Se destacan intervenciones ya probadas y la necesidad de adaptarlas al contexto específico. Entre las principales recomendaciones se incluyen la participación del personal, el apoyo del equipo directivo y los cambios a nivel sistémico. Para lograr avances sostenibles, se requiere una inversión a largo plazo y una investigación más exhaustiva y a gran escala.



Intervenciones en línea

Este informe examina el impacto de las intervenciones en línea en el bienestar de las personas jóvenes y señala tanto sus beneficios como sus riesgos. Se hace hincapié en programas interesantes y escalables, especialmente cuando cuentan con el apoyo del equipo educativo y componentes presenciales. La eficacia depende del contenido, el contexto y las necesidades del alumnado. Los colegios deben evaluar las estrategias digitales de manera crítica y adaptarlas a su realidad, a medida que la investigación en esta área continúa desarrollándose.



Relaciones entre estudiantes: acoso escolar

Este informe señala el acoso escolar como una amenaza significativa para el bienestar, con efectos duraderos. Se analizan intervenciones escolares que contribuyen a reducir el acoso y sus posibles consecuencias a largo plazo, como la ansiedad y la depresión. Las estrategias incluyen el compromiso de las partes interesadas, la mejora del clima escolar, la educación y el apoyo personalizado, con un enfoque específico, sostenido e inclusivo.

