

## Formació i Orientació Personal i Professional

L'àmbit educatiu és un pilar que contribueix al fet que els i les alumnes desenvolupin plenament la seva personalitat, reforcin la seva autonomia i el coneixement de si mateixos i de l'entorn en el qual hauran de viure i obrir-se camí.

D'una banda, aquesta matèria proposa una aproximació al coneixement de l'ésser humà a partir de disciplines com la psicologia, l'antropologia i la sociologia, i l'analitzen i enfoquen des de perspectives complementàries. En primer lloc, des del coneixement dels processos biològics, mentals i intel·lectuals que regulen la conducta, la cognició, l'aprenentatge i les emocions. En segon lloc, des del coneixement de l'individu com a part d'una construcció cultural, oferint un acostament a conceptes procedents de l'antropologia aplicats a la seva realitat immediata com a adolescent implicat en el seu propi procés d'educació, socialització i immersió cultural. En tercer lloc, la iniciació a l'anàlisi dels elements que defineixen les organitzacions socials i els grups humans constituïts dins de les diferents cultures. L'objectiu d'apropar-se a aquestes disciplines humanes és despertar en les i els alumnes la curiositat per conèixer-se, no només com a individus aïllats, sinó com a subjectes socials i culturals. Aquesta curiositat obre la porta al coneixement, a la reflexió crítica i a l'anàlisi, a partir de plantejaments, sabers i estratègies propis d'aquestes disciplines.

D'altra banda, aquesta matèria proposa que l'alumnat conegui i aprengui habilitats personals i socials amb la finalitat d'entrenar-se per participar, crear i desenvolupar-se en els grups humans amb què interactua, tant en l'àmbit personal com social i acadèmic, amb una projecció vocacional i professional cap al futur.

Per generar aquesta participació, creativitat i enriquiment personal, social i professional, cal desenvolupar habilitats que facilitin l'adaptació positiva a l'entorn, l'assumpció de responsabilitats i la presa de decisions informades. El pensament crític, la creativitat, la iniciativa personal, l'esperit emprenedor, l'habilitat per cooperar i la capacitat d'aprendre a aprendre es consideren més essencials que mai per respondre a les exigències de la societat global, sense deixar de banda la comprensió de la diversitat cultural. Així doncs, aquesta matèria té com a objectiu que l'alumnat adquireixi les competències específiques establertes, i que es desenvolupin a partir d'aprenentatges significatius, funcionals i d'interès per a l'alumnat, referits també a l'adolescència, l'etapa evolutiva en què es troba.

Existeix, a més, una vinculació directa amb l'etapa de primària, en els principis pedagògics de la qual s'explicita la potenciació de l'aprenentatge significatiu per al desenvolupament de les competències que promoguin l'autonomia i la reflexió. A més, hi ha continuïtat entre aquesta matèria i l'assoliment, en l'etapa de primària i en els tres primers cursos d'educació secundària obligatòria, de dues competències clau. D'una banda la competència emprenedora, entesa com un enfocament vital que requereix pensament crític i creatiu, iniciativa, perseverança i habilitat per treballar de manera col·laborativa; d'altra banda la competència personal, social i d'aprendre a aprendre, que preveu la reflexió de l'alumnat sobre si mateix, la col·laboració amb els altres de forma constructiva i la gestió del temps, de l'aprenentatge i del seu itinerari personal i vital.

La matèria Formació i Orientació Personal i Professional està plantejada com a matèria d'opció al quart curs de l'educació secundària obligatòria per garantir que, des de l'ensenyament obligatori, l'alumnat aprofundeixi en el coneixement de si mateix, descobrint les seves qualitats personals com a potencial de valor, i s'aproximi a l'àmbit de les ciències relacionades amb l'estudi dels comportaments humans, socials i culturals. Se li facilita, a més, l'aproximació a les diferents opcions formatives i d'ocupació que li proporciona l'entorn per afavorir, des del coneixement de la realitat, el procés de presa de decisions sobre la seva vocació i el seu itinerari acadèmic amb una

futura projecció professional.

Les competències s'han de treballar en el context de situacions d'aprenentatge connectades amb la realitat, les quals convidin l'alumnat a la reflexió, a la col·laboració i l'acció.

L'assoliment de les competències específiques constitueix la base per a l'avaluació competencial de l'alumnat i es valorarà a través dels criteris d'avaluació. No hi ha una vinculació unívoca i directa entre criteris d'avaluació i sabers; les competències específiques s'avaluaran a través de la posada en acció de diferents sabers, proporcionant la flexibilitat necessària per establir connexions entre ells.

Abordant un enfocament competencial, els criteris d'avaluació i els sabers es vertebren al voltant de les competències específiques. Aquesta progressió, que parteix d'entorns molt propers i manipulatius connectant amb les etapes d'educació infantil i primària, facilita la transició cap a aprenentatges més formals i afavoreix el desenvolupament de la capacitat de pensament abstracte.

Els criteris d'avaluació, en tant que expliciten l'avaluació de les capacitats i els sabers que cal desenvolupar, concreten els aprenentatges que volem identificar en l'alumnat i la forma de fer-ho. Es vinculen directament a les competències específiques. Els criteris d'avaluació permeten mesurar el grau de desenvolupament d'aquestes competències i el docent pot connectar-los de forma flexible amb els sabers de l'àrea/matèria durant el procés d'ensenyament-aprenentatge.

El professorat ha de contextualitzar i flexibilitzar aquests criteris d'acord amb les circumstàncies de la seva activitat. El seu caràcter és marcadament competencial i els converteix en avaluadors tant de les capacitats desplegades com dels diferents tipus de sabers, és a dir, coneixements, destreses, valors i actituds que l'alumnat ha d'adquirir per desenvolupar-se en múltiples situacions pròpies de la societat moderna.

El desenvolupament de les competències específiques es basa en les competències clau i en els sabers de la matèria, que es troben estructurats en tres blocs que inclouen els coneixements, les destreses i les actituds imprescindibles; per aquesta raó s'opta per formular els sabers lligats a una capacitat i en un context en el qual s'ha de desenvolupar. El professorat pot desenvolupar un context alternatiu si ho considera adient.

El primer bloc es relaciona amb el coneixement de l'ésser humà des de la perspectiva de les ciències humanes i socials relacionades amb la psicologia, l'antropologia i la sociologia.

El segon bloc es lliga a la formació i orientació personal i professional cap a la vida adulta, per oferir a l'alumnat un suport pel que fa a la necessitat de fer un exercici d'autoconeixement sobre qualitats personals pròpies i dels altres; l'orientació cap a la formació acadèmica i professional per conèixer l'oferta formativa de l'entorn i optimitzar la gestió dels itineraris d'aprenentatge permanent; l'orientació professional vinculada a l'exploració de contextos de treball, que permeti conèixer el funcionament del mercat laboral, les formes d'ocupació i la importància de la iniciativa emprenedora, i qüestions relacionades amb la incorporació de les tecnologies i les eines digitals al mercat laboral, valorant-ne la utilitat en la recerca d'oportunitats.

El tercer i últim bloc està associat al disseny d'un projecte d'orientació personal, acadèmic i professional i d'aproximació a la recerca activa d'ocupació. Els plans que constitueixen aquest projecte estan interrelacionats i s'aborden des d'un enfocament competencial, pràctic, funcional i en espiral, que n'afavoreixi l'elaboració de manera progressiva en funció del grau d'aprofundiment dels aprenentatges que es vagin assolint al llarg del curs acadèmic.

Es proposa fer la concreció curricular d'aquesta matèria des d'una perspectiva teoricopràctica plantejant els sabers de manera gradual i iterativa, de manera que

l'alumnat hi aprofundeixi, en reforci l'adquisició progressivament i els utilitzi per abordar els tres blocs de sabers que formen el projecte personal, acadèmic i professional, i la recerca activa d'ocupació. Cadascun d'aquests blocs podria ser desenvolupat en un trimestre acadèmic tenint en compte que la reflexió crítica sobre l'ésser humà, la societat, la cultura i el coneixement d'un mateix són previs a les decisions que es puguin prendre en l'àmbit personal, acadèmic i professional en un entorn concret. Els tres blocs de sabers són interdependents i han de mantenir la coherència entre si per construir un projecte integrador, útil i aplicable a la vida dels i les alumnes, de manera que els ajudi a decidir, amb autonomia, el seu camí cap al futur.

En la matèria Formació i Orientació Personal i Professional es treballen un total de 5 competències específiques, que són la concreció dels indicadors operatius de les competències clau definits al perfil competencial de sortida de l'alumnat al final de l'educació bàsica.

### **Competència específica 1**

**Integrar els processos físics i psicològics implicats en la cognició, la motivació i l'aprenentatge, analitzant-ne les implicacions en la conducta per desenvolupar estratègies de gestió emocional i d'autoaprenentatge en els àmbits personal, social i acadèmic.**

#### **Criteris d'avaluació**

- 1.1 Identificar les bases teòriques fonamentals dels processos físics i psicològics que intervenen en la cognició, la motivació, l'aprenentatge i la gestió emocional, i analitzar les implicacions d'aquests processos en la pròpia conducta.
- 1.2 Desenvolupar estratègies de gestió emocional en els àmbits personal, social i acadèmic.
- 1.3 Elaborar estratègies d'aprenentatge en els àmbits personal, social i acadèmic.

Les persones a la vida quotidiana mobilitzen processos físics i psicològics que fan possible percebre, comprendre i interactuar millor en l'entorn que els envolta. Tots aquests processos tenen de fons la implicació de milions de neurones que estan connectades entre si i que permeten processar la informació de manera adequada.

En aquest sentit sembla necessari que l'alumnat conegui, d'una banda, els mecanismes neurocientífics que intervenen en els processos de raonament, presa de decisions i resolució i, d'altra banda, que comprenguin que dur a terme aquestes accions suposa crear conceptes en la seva ment, organitzar les seves idees, relacionar-les amb els coneixements previs i establir inferències, entre d'altres. En aquest procés té un paper fonamental la motivació com a un element clau que promou o inhibeix la conducta. L'alumnat ha de prendre consciència que les seves actuacions i decisions estan en gran manera condicionades per les seves emocions i pels motius que els porten a realitzar-les. Així, en el terreny de l'aprenentatge, per impulsar i mantenir una conducta o una acció encaminada a una meta, és necessari estar motivat, però també és imprescindible comptar amb estratègies que planifiquin i guiïn de manera conscient el mateix procés d'aprenentatge. És necessari conèixer l'impacte de les emocions en els processos de motivació, raonament, aprenentatge i conducta perquè es puguin gestionar adequadament i aconseguir un millor desenvolupament en tots els àmbits, tant personal com social, acadèmic i professional.

## **Competència específica 2**

**Identificar les principals característiques del desenvolupament evolutiu de la persona, analitzant els elements que condicionen la conducta i potenciant les qualitats personals i de relació social pròpies i dels altres, per afrontar de forma autònoma i eficaç els reptes de l'itinerari vital.**

### **Criteris d'avaluació**

2.1 Discriminar els trets característics i diferencials del desenvolupament evolutiu de les persones en els àmbits social, cognitiu i emocional.

2.2 Analitzar els elements de la personalitat que condicionen els comportaments o les actuacions de la persona en el pla cognitiu, social i emocional.

2.3 Identificar les qualitats personals necessàries per afrontar eficaçment els reptes en l'itinerari vital.

Les persones passen al llarg de la seva vida per etapes i experimenten uns canvis físics, socials, cognitius i psicològics que condicionen les seves decisions, comportaments i reaccions dins d'un context que també és canviant i incert.

Ser conscients dels canvis que es produeixen en l'etapa de l'adolescència permet a l'alumnat trobar respostes i solucions a conflictes que se li plantegen arran d'esdeveniments vitals que li preocupen i comprendre el significat de les seves pròpies experiències en relació amb les dels altres, en els diferents grups socials amb els quals interactua. A partir d'aquestes experiències amb el medi social, l'alumnat va construint la seva pròpia identitat, en què intervenen, entre d'altres factors, la imatge que es tingui d'un mateix i els sentiments de competència, seguretat i autoestima. Aquests sentiments contribueixen a elaborar l'autoconcepte, que ajuda l'alumne o alumna a percebre i actuar segons les seves possibilitats, de manera que pugui potenciar les qualitats personals que li facilitin la resolució de reptes cada cop més complexes. Aquesta etapa suposa, a més a més, el preàmbul de la vida adulta, que implica l'assumpció de noves responsabilitats i compromisos i la necessitat d'assolir un major grau d'autonomia. En aquest sentit, és necessari que desenvolupi habilitats personals i socials que facilitin la seva incorporació a nous contextos i ajudin a establir noves relacions.

## **Competència específica 3**

**Reflexionar sobre l'ésser humà, des de diferents perspectives —psicològica, antropològica i social—, mostrant els trets diferencials de forma respectuosa i empàtica per fomentar l'esperit crític envers els altres i l'entorn, i promoure el compromís d'un desenvolupament sostenible en la societat.**

### **Criteris d'avaluació**

3.1 Analitzar la complexitat i el funcionament de l'ésser humà, de forma crítica, respectuosa i empàtica, en els àmbits psicològic, social i cultural.

3.2 Promoure actituds de respecte envers la diversitat cultural i el pluralisme social com a elements enriquidors i necessaris en la vida democràtica.

3.3 Manifestar actituds de compromís per a un desenvolupament sostenible en la societat.

L'ésser humà és un ésser psicològic centrat a assolir els seus objectius, per a la qual cosa necessita posar en marxa processos i estratègies que li permetin guiar els seus comportaments i la seva conducta. També és un ésser social i cultural, la qual cosa significa que, en el transcurs de la seva vida, ha d'aprendre els elements socioculturals del medi on se situa i integrar-los en la seva personalitat considerant la influència que exerciran sobre ella els agents socials i la seva pròpia experiència com a membre d'un grup social. Per tant, és un ésser complex i entendre'l implica analitzar-lo des de diferents perspectives —psicològica, antropològica i social—, de manera que l'alumnat pugui fer una reflexió crítica a partir de l'estudi i l'anàlisi dels sabers adquirits. Assolir aquesta competència comporta generar en l'alumnat curiositat per al coneixement de l'ésser humà, les societats i la cultura, i promoure actituds de respecte davant la variabilitat transcultural i el pluralisme social com a elements de diversitat enriquidors i necessaris en la vida democràtica. Simultàniament, pretén que els i les alumnes comprenguin els estats emocionals dels altres, prenguin consciència dels sentiments aliens, s'involucrin en experiències diverses i assumeixin situacions diferents de les pròpies. Es tracta de desenvolupar en l'alumnat una actitud empàtica que suposi comprendre i transmetre aquesta comprensió sobre fets, esdeveniments i situacions diferents de les viscudes o experimentades per cadascú.

#### **Competència específica 4**

**Integrar la dimensió social i antropològica de l'ésser humà, considerant els factors personals i socioculturals que intervenen en la configuració psicològica de la persona, per desenvolupar, de forma inclusiva, les estratègies i habilitats socials necessàries en l'adaptació als canvis de la societat.**

#### **Criteris d'avaluació**

- 4.1 Desenvolupar la comprensió d'un mateix en relació amb els altres i amb el món a través de la integració de la dimensió social i antropològica de l'ésser humà.
- 4.2 Aplicar estratègies i habilitats personals i socials que facilitin l'adaptació als canvis de la societat.
- 4.3 Valorar la diversitat, des del respecte i la inclusió, considerant-la un element enriquidor i de valor personal, social i cultural.

Generalment, no es pensa en l'impacte que la societat i la cultura tenen sobre el desenvolupament humà i la seva conducta, la qual cosa comporta que la persona no comprengui o tingui un coneixement incomplet sobre si mateixa i el món que l'envolta.

La cultura i la societat aporten models i referents que condicionen les percepcions, les actituds, les interpretacions i les respostes de les persones davant els esdeveniments i les situacions que sorgeixen a les seves vides.

Es pretén que l'alumnat reflexioni, així, sobre la influència que la societat i la cultura exerceixen en la seva manera de pensar, crear, expressar-se, relacionar-se, resoldre conflictes i prendre decisions. Per poder comparar cultures i societats es requereix conèixer alguns elements de l'antropologia social i cultural, que permeten, d'una banda, comprendre millor l'impacte que exerceix sobre les persones l'establiment de normes i valors, de costums i referents que guien els comportaments humans i, d'altra banda, posar en perspectiva la seva realitat, que conegui el que és divers i diferent i aprengui a respectar-ho i valorar-ho com a component enriquidor. Es valorarà el paper de la dona a la societat.

Finalment, dins d'un panorama social i cultural canviant, com l'actual, es considera important disposar d'estratègies personals i socials, necessàries per decidir i actuar, amb sentit crític i responsabilitat, des del coneixement que ofereix la fonamentació teòrica de diferents camps de l'àmbit de les ciències socials, de manera que l'alumnat assoleixi una millor comprensió de si mateix i del món que l'envolta.

### **Competència específica 5**

**Descobrir les pròpies competències i interessos professionals, així com les oportunitats acadèmiques i professionals de l'entorn, desenvolupant actituds d'autosuperació, adaptabilitat i iniciativa, i les destreses necessàries per a una presa de decisions ajustada al projecte vital, acadèmic i professional.**

#### **Criteris d'avaluació**

5.1 Descriure les pròpies competències i interessos professionals desenvolupant actituds d'autosuperació, adaptabilitat i iniciativa.

5.2 Identificar les oportunitats acadèmiques i professionals de l'entorn i relacionar-les amb les competències i els interessos professionals propis.

5.3 Desenvolupar les destreses necessàries per a la presa de decisions en el disseny i la prospecció d'un itinerari vital, acadèmic i professional.

La complexitat social i econòmica, i l'accés a nombroses oportunitats professionals i de formació, fan necessari propiciar que l'alumnat desenvolupi destreses personals i actituds que l'ajudin a prendre decisions adequades i coherents amb els seus interessos, les seves expectatives i inquietuds i les seves necessitats en cada moment de la seva vida i en entorns canviant. Cal que explori i avaluï les seves inquietuds personals i vocacionals, que reconegui les seves fortaleses com a elements diferenciadors i identifiqui les seves debilitats amb la intenció de cercar, amb actitud proactiva i de superació, els recursos necessaris per millorar el seu desenvolupament personal, social, acadèmic i professional.

Per altra banda, per organitzar de forma realista el propi itinerari formatiu i professional cal que realitzi una exploració ordenada de les oportunitats acadèmiques i de formació, i de les ofertes professionals que ofereix l'entorn, per tal d'orientar de manera adequada la pròpia trajectòria acadèmica i laboral en el futur. Davant de la creixent oferta educativa dels darrers anys, l'alumnat ha de ser crític a l'hora de seleccionar informació i prendre decisions de manera ajustada per formar-se i incorporar-se al món laboral, sense deixar de banda la motivació per seguir aprenent al llarg de la vida. També necessita adquirir habilitats socials, d'adaptació, de planificació i gestió, i mostrar iniciativa per fer front als nous reptes que vagin sorgint en els diferents àmbits de la seva vida.

#### **Sabers**

Els sabers, entesos com el conjunt de coneixements, destreses, valors i actituds, es formulen amb relació a contextos en què es pot desenvolupar el seu aprenentatge competencial. Els i les docents poden incorporar contextos alternatius si ho consideren pertinent.

Per tal de facilitar els aprenentatges i el desenvolupament de les competències específiques corresponents, el professorat pot valorar la possibilitat d'organitzar els

sabers de la matèria, o de les diferents matèries coordinades en un àmbit, a partir de situacions.

Les situacions permeten programar el curs de qualsevol nivell, matèria o àmbit a partir d'una col·lecció o seqüència de reptes, contextos, circumstàncies del món real, dels quals deriven preguntes que cal contestar i que entrellacen els sabers, és a dir, els coneixements, les destreses, els valors i les actituds amb les capacitats que sustenten l'enfocament competencial dels aprenentatges. Això modifica la planificació habitual d'adquisició de sabers i competències basada en la lògica acadèmica pròpia de les àrees de coneixement o matèries, plasmada en la seqüència tradicional dels temes disciplinaris. Es pretén acostar-se a la lògica de l'aprenent per donar sentit als seus aprenentatges basant-se en la seqüència de contextos rellevants plasmats en les situacions.

#### **A. L'ésser humà i el coneixement d'un mateix i la relació amb els altres**

- **L'ésser humà**

- Comprensió de l'ésser humà des de les ciències socials.
- Reflexió sobre la visió i el coneixement de l'ésser humà des de la perspectiva psicològica, antropològica i sociològica.

- **Neurociència, conducta i cognició**

- Descripció del funcionament general del cervell en els processos cognitius.
- Gestió del benestar i identificació dels hàbits saludables en un mateix.

- **L'adolescència des del punt de vista psicològic**

- Identificació dels canvis físics i psicològics durant l'etapa de l'adolescència.
- Tractament del desenvolupament de la personalitat i construcció de la identitat personal durant l'adolescència.
- Presa de consciència i regulació de les emocions durant l'adolescència en un mateix i en els altres.

- **Psicologia social**

- Desenvolupament personal dins del grup.
- Identificació dels estereotips de gènere en la societat.
- L'anàlisi dels experiments més rellevants de la psicologia social.

- **L'ésser humà com a ésser cultural**

- Anàlisi de la cultura com a forma específica de pensar, fer, dir, sentir i percebre d'un grup humà.
- Valoració de la diversitat cultural com a font d'enriquiment de la identitat personal.

- **L'ésser humà com a ésser social**

- Conceptualització de societat i tipus de societats.
- L'anàlisi de les estratègies d'inclusió i cohesió social com a eines per millorar la convivència i la qualitat de vida de les persones a la societat.
- Assumpció progressiva de responsabilitats i cerca de l'autonomia com a ésser social.

- **Enfocament psicològic de l'aprenentatge**

- L'estudi dels processos psicològics i antropològics implicats en l'aprenentatge de l'ésser humà.



- La utilització d'estratègies d'aprenentatge al llarg de la vida.

- **Enfocament sociològic de l'aprenentatge**

- El reconeixement dels agents de socialització a la societat: família, escola, grup d'iguals, mitjans de comunicació, xarxes socials i altres.

## **B. Formació i orientació personal i professional cap a la vida adulta**

- **Construcció del sentit de competència i assoliment**

- L'autoconeixement i l'autonomia personal en l'orientació personal i professional cap a la vida adulta.  
- Valoració del pensament creatiu com a eina de desenvolupament de la iniciativa personal.

- **Relacions i interaccions amb els altres**

- Utilització de les habilitats socials i de comunicació, d'organització, planificació i gestió en les relacions amb els altres.  
- Identificació de l'ús i abús dels recursos digitals en la interacció amb els altres.

- **Orientació cap a la formació acadèmica i professional**

- Cerca de programes i oportunitats de formació acadèmica i professional al llarg de la vida.  
- Participació activa en els processos d'orientació personal i academicoprofessional.

- **Exploració de l'entorn professional**

- L'exploració de l'entorn de treball en les relacions laborals.  
- Valoració de l'emprenedoria com una forma d'ocupació a la vida laboral.

## **C. Projecte personal, academicoprofessional i aproximació a la recerca activa d'ocupació**

- **Pla d'autoconeixement**

- La identificació de les qualitats personals en la construcció del projecte vital.  
- L'ús de les estratègies d'entrenament en hàbits saludables en la millora personal.

- **Pla de formació acadèmica i professional**

- Identificació de les accions i les fases del pla personal en la formació acadèmica i professional.  
- La identificació de les necessitats formatives en els reptes acadèmics i professionals.  
- Valoració de la presa de decisions com a eina per assolir reptes personals.

- **Aproximació a un pla de recerca activa d'ocupació amb projecció cap al futur**

- Construcció d'un pla personal de recerca de feina en el mercat laboral: marca i segell personal, CV, videocurrículum, entre d'altres.  
- Cerca de feina activa en el mercat de treball: xarxa de contactes, entrevistes de treball i altres eines.