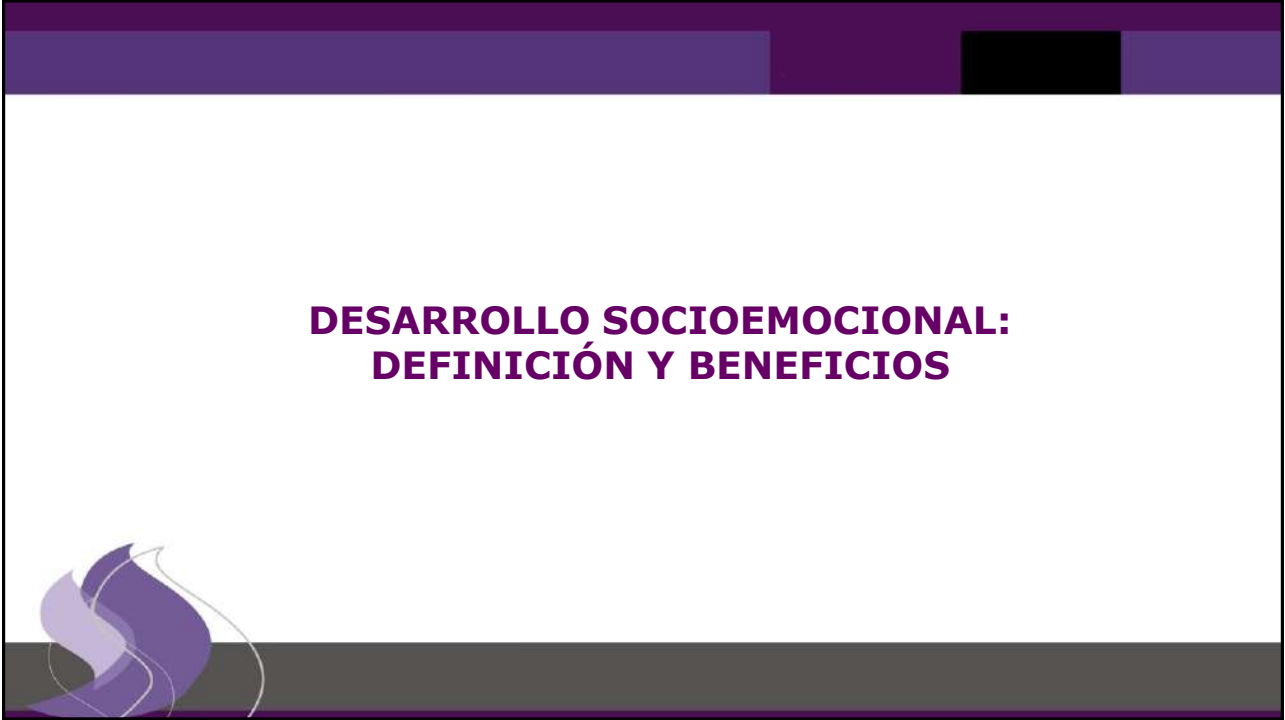


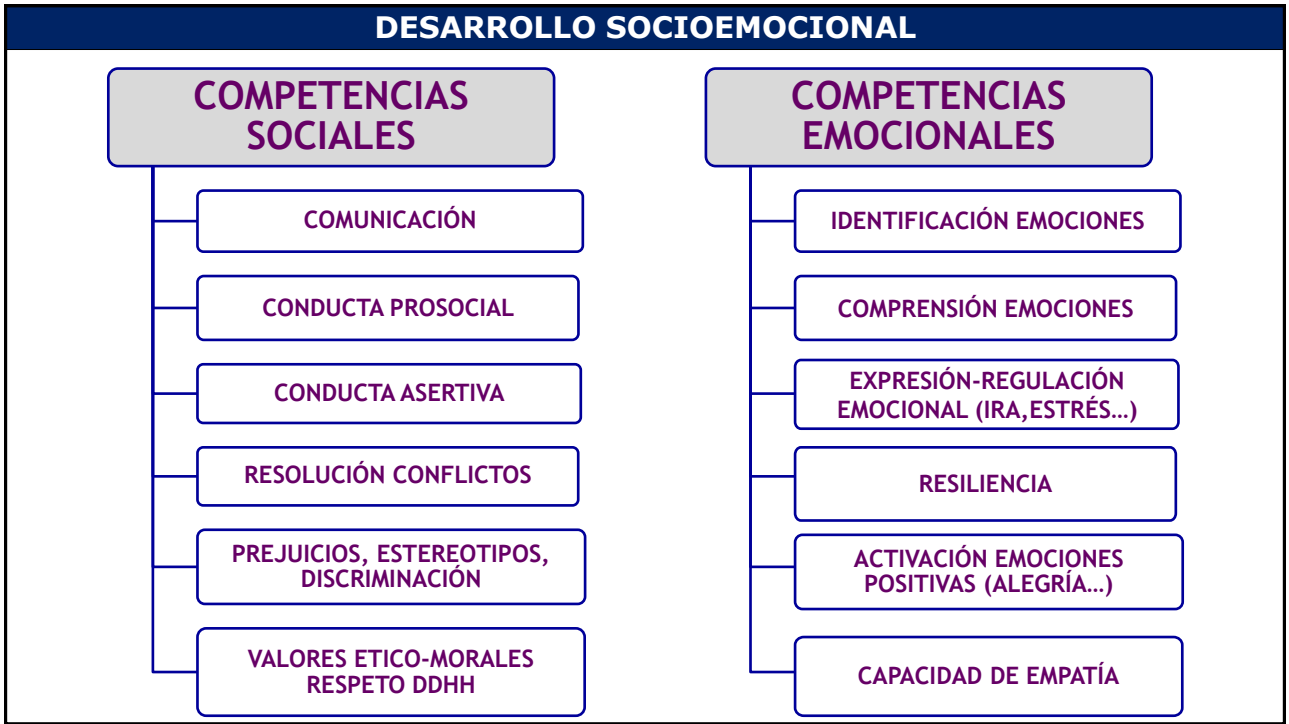


DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL: EFECTOS Y PROGRAMAS PARA EDUCACIÓN SECUNDARIA

Maite Garaigordobil. Universidad del País Vasco. Academia de Psicología de España.



DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL: DEFINICIÓN Y BENEFICIOS



BENEFICIOS DE LA EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL

➤ **Conductas sociales positivas** (conformidad social, sensibilidad social, ayuda-colaboración, seguridad firmeza) (Garaigordobil y Peña, 2016), **autoliderazgo** (Furtnet et al., 2010), cooperación (Fernández-Berrocal y Extremera, 2006), **conductas prosociales** (Schokman et al., 2014), **nominaciones de compañero prosocial** (Mavroveli y Sánchez-Ruiz, 2011)

➤ **Habilidades sociales, capacidad de comunicación, amigos, apoyo social y familiar** (Extremera y Fernández-Berrocal, 2013; Fernández-Berrocal y Extremera, 2006; Lopes et al., 2004; Palomera et al., 2012; Perry-Parrish y Zeman, 2011; Komlósi, 2014)

➤ **Resolución de conflictos de manera constructiva** (Extremera y Fernández-Berrocal, 2013; Fernández-Berrocal y Extremera, 2006; Hopkins y Yonker, 2015; Kumari, 2015; Mikolajczak et al., 2009; Resurrección et al., 2014; Salami, 2010; Velasco et al., 2006; Zeidner y Kloda, 2013)

➤ **Control de la ira en situaciones de enfado** (Garaigordobil y Peña, 2016)

➤ **Resiliencia o capacidad para afrontar positivamente las dificultades de la vida** (Di Fabio y Saklofske, 2014)

➤ **Felicidad. Satisfacción Vital** (Chamorro-Premuzic et al., 2007; Furnham y Christoforou, 2007; Ruiz-Aranda et al. 2014; (Di Fabio y Saklofske, 2014; Garaigordobil y Peña, 2016)

➤ **Empatía** (Extremera y Fernández-Berrocal, 2013; Garaigordobil y Maganto, 2011; Garaigordobil y Peña, 2016; King et al., 2012; Kokkinos y Kipritsi, 2012)

➤ **Estabilidad emocional** (Garaigordobil y Peña, 2016)

➤ **Ajuste psicológico** (Palomera et al., 2012; Salguero et al. 2011)

➤ **Rendimiento y autoeficacia en el contexto escolar** (Akbaribooreng et al., 2015; Costa y Faria, 2015; Fernández-Berrocal y Extremera, 2006; Gil-Olarte et al., 2006)

BENEFICIOS DE LA EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL

Problemas de salud mental: estrés, ansiedad, depresión, síntomas psicossomáticos, ansiedad social...

- **Síntomas físicos y psicossomáticos** (Downey et al., 2010; Extremera y Fernández-Berrocal, 2013; Garaigordobil y Peña, 2016; Martins et al. 2010)
- **Problemas internalizantes** (estrés, depresión, quejas somáticas) **y externalizantes** (agresión, delincuencia) (Liau et al., 2003), **problemas emocionales y de conducta** (Poulou, 2014)
- **Ansiedad y depresión** (Downey et al., 2010; Eastabrook et al., 2014; Extremera y Fernández-Berrocal, 2013)
- **Estrés social** (Extremera y Fernández-Berrocal, 2013; Palomera et al., 2012) **y ansiedad social** (Garaigordobil y Peña, 2016)

Conductas violentas: agresivas físicas-verbales, antisociales-delictivas...

- **Hostilidad y sentimientos de enfado** (Inglés et al., 2014; Şahin-Baltacı y Demir, 2012), **expresión de la ira en situaciones de enfado** (Garaigordobil y Peña, 2016)
- **Agresividad física y verbal** (Extremera y Fernández-Berrocal, 2013; Inglés et al., 2014; Mestre, et al., 2006, 2012), **conductas agresivas** (Downey et al., 2010), **conducta antisocial** (Garaigordobil et al., 2013), **conductas disruptivas** (Esturgó-Deu y Sala-Roca, 2010), **conductas agresivas y antisociales** (Garaigordobil y Peña, 2016), **nominaciones de compañero antisocial y autoinforme de conductas de bullying** (Mavroveli y Sánchez-Ruiz, 2011)

Conductas de riesgo, abuso de sustancias y adicciones (Resurrección et al., 2014; Parker et al., 2013)

CONCLUSIÓN: IMPORTANCIA DEL DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL

Promueve la Salud Mental y el Bienestar General: Más capaces de manejar el estrés, la ansiedad y otras emociones negativas de manera constructiva, lo que reduce los problemas de salud mental

Estimula las Relaciones Sociales positivas: Comprenden mejor a los demás y responden de manera más adecuada a sus necesidades, lo que fortalece las relaciones y la cohesión social

Inhibe la Conducta Violencia y los Conflictos Sociales: Abordan situaciones difíciles con más calma y racionalidad, reduciendo la violencia y fomentando la resolución pacífica de los problemas interpersonales

Favorece el Rendimiento Académico: Más capaces de gestionar el estrés académico, trabajar en equipo y tener mejor rendimiento académico

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN DE VARIABLES SOCIOEMOCIONALES



Cuestionario de Felicidad de Oxford (Hills & Argyle, 2001; adapt. Garaigordobil, 2015)

1. Me siento especialmente satisfecho/a con la manera que soy
2. Estoy intensamente interesado/a en otras personas
3. Siento que la vida es muy gratificante
4. Tengo sentimientos muy afectuosos hacia casi todo el mundo
5. Me despierto sintiéndome descansado/a
6. Soy optimista con el futuro
7. Encuentro que muchas cosas son entretenidas
8. Siempre estoy comprometido/a y enredado/a
9. La vida es buena
10. Creo que el mundo es un buen lugar
11. Me río mucho
12. Estoy muy satisfecho/a con todas las cosas de mi vida
13. Creo que soy una persona atractiva
14. No hay diferencia entre lo que me gustaría hacer y lo que he hecho
15. Soy muy feliz
16. Encuentro la belleza en algunas cosas
17. Siempre consigo que los demás se diviertan conmigo
18. Me adapto a todo lo que quiero
19. Creo que tengo control de mi vida
20. Me siento capaz de enfrentarme a todo
21. Me siento totalmente en alerta mentalmente
22. A menudo experimento alegría y euforia
23. Tomar decisiones me parece fácil
24. Pienso que mi vida tiene sentido y objetivo concreto
25. Siento que tengo mucha energía
26. Normalmente tengo buena influencia en los sucesos
27. Me divierto con otras personas
28. Me siento sano/a
29. Tengo recuerdos especialmente felices del pasado

Felicidad

1 a 6: grado de acuerdo
1 = totalmente en desacuerdo
6 = totalmente de acuerdo

TMMS 24. Trait Meta-Mood Scale (Salovey et al., 1995; adap. Fernández-Berrocal et al. 2004)

Presto mucha atención a los sentimientos AE

Normalmente me preocupo mucho por lo que siento
 Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones
 Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estados de ánimo
 Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos
 Pienso en mi estado de ánimo constantemente
 A menudo pienso en mis sentimientos
 Presto mucha atención a cómo me siento
 Tengo claros mis sentimientos

Inteligencia Emocional Intrapersonal

Atención-Percepción Emocional
 Comprensión-Claridad Emocional
 Reparación-Regulación Emocional

Frecuentemente puedo definir mis sentimientos CE

Casi siempre sé cómo me siento
 Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas
 A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones
 Siempre puedo decir cómo me siento
 A veces puedo decir cuáles son mis emociones
 Puedo llegar a comprender mis sentimientos
 Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista

1 a 5: grado de acuerdo
 1 = nada de acuerdo
 5 = totalmente de acuerdo

Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables RE

Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida
 Intento tener pensamientos positivos, aunque me sienta mal
 Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme
 Me preocupo por tener un buen estado de ánimo
 Tengo mucha energía cuando me siento feliz
 Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo

EQ-i:YV. Inventario de Inteligencia Emocional (Bar-On y Parker, 2000; Bar-On, 2006; Ferrándiz et al. 2012)

1. Me gusta divertirme
2. Entiendo bien cómo se sienten las otras personas
3. Puedo estar tranquilo cuando estoy enfadado
4. Soy feliz
5. Me importa lo que le sucede a otras personas
6. Me resulta difícil controlar mi ira (furia)
7. Me resulta fácil decirle a la gente cómo me siento IEA
8. Me gusta cada persona que conozco
9. Me siento seguro de mi mismo
10. Sé cómo se sienten las otras personas
11. Sé cómo mantenerme tranquilo
12. Cuando me hacen preguntas difíciles, trato de responder de distintas formas
13. Pienso que la mayoría de las cosas que hago saldrán bien
14. Soy capaz de respetar a los demás IEI
15. Algunas cosas me enfadan mucho
16. Es fácil para mí entender cosas nuevas
17. Puedo hablar con facilidad acerca de mis sentimientos
18. Tengo buenos pensamientos acerca de todas las personas
19. Espero lo mejor
20. Tener amigos es importante
21. Me peleo con la gente ME
22. Puedo entender preguntas difíciles
23. Me gusta sonreír
24. Trato de no herir (dañar) los sentimientos de los otros
25. Trato de trabajar en un problema hasta que lo resuelvo
26. Tengo mal genio
27. Nada me incomoda (molesta)
28. Me resulta difícil hablar de mis sentimientos profundos
29. Sé que las cosas saldrán bien
30. Ante preguntas difíciles, puedo dar buenas respuestas

Inteligencia intrapersonal
 Inteligencia interpersonal
 Manejo del estrés
 Adaptabilidad
 Estado de ánimo

1 a 4: Nunca me pasa – Siempre me pasa

EQ-i:YV. Inventario de Inteligencia Emocional (Bar-On y Parker, 2000; Bar-On, 2006; Ferrándiz et al. 2012)

- 31. Puedo describir mis sentimientos con facilidad
- 32. Sé cómo pasar un buen momento
- 33. Debo decir la verdad
- 34. **Cuando quiero puedo encontrar muchas formas de contestar a una pregunta difícil A**
- 35. Me enfado con facilidad
- 36. Me gusta hacer cosas para los demás
- 37. No soy muy feliz
- 38. Puedo resolver problemas de diferentes maneras
- 39. Tienen que pasarme muchas cosas para que me enfade
- 40. **Me siento bien conmigo mismo EA**
- 41. Hago amigos con facilidad
- 42. Pienso que soy el mejor en todo lo que hago
- 43. Es fácil para mí decirle a la gente lo que siento
- 44. Cuando contesto preguntas difíciles, trato de pensar en muchas soluciones
- 45. Me siento mal cuando se hieren (dañan) los sentimientos de otras personas
- 46. Cuando me enfado con alguien, me enfado durante mucho tiempo
- 47. Soy feliz con el tipo de persona que soy
- 48. Soy bueno para resolver problemas
- 49. Me resulta difícil esperar mi turno
- 50. Me entretienen las cosas que hago
- 51. Me gustan mis amigos
- 52. No tengo días malos
- 53. Tengo problemas para hablar de mis sentimientos a los demás
- 54. Me enfado con facilidad
- 55. Puedo darme cuenta cuando uno de mis mejores amigos no es feliz
- 56. Me gusta mi cuerpo
- 57. Aún cuando las cosas se ponen difíciles, no me doy por vencido
- 58. Cuando me enfado, actúo sin pensar
- 59. Sé cuando la gente está enfadada, incluso cuando no dicen nada
- 60. Me gusta cómo me veo

Inteligencia intrapersonal
Inteligencia interpersonal
Manejo del estrés
Adaptabilidad
Estado de ánimo

1 a 4: Nunca me pasa – Siempre me pasa

Cuestionario de evaluación de la empatía (Merhabian y Epstein, 1972)

- 1. Cuando veo a una madre que reprende enfadada a un niño, siento pena
- 2. Si veo a un niño que está preocupado siento ganas de acercarme para consolarle, darle ánimo y apoyo
- 3. Me siento triste cuando veo a un chico/a que no tiene con quien jugar
- 4. Cuando he visto en la TV una catástrofe he sentido deseos de enviar algo para ayudarles
- 5. Cuando veo a personas que se besan y se abrazan en público me parecen ridículas
- 6. Los chicos y las chicas que lloran cuando son felices son tontos
- 7. **Disfruto cuando veo cómo otras personas abren regalos, incluso cuando yo no tenga ningún regalo**
- 8. Cuando veo a un/a chico/a que llora, también me entran a mí ganas de llorar
- 9. Me siento mal cuando veo a un chico/a que se ha hecho daño, que se ha herido
- 10. Me río cuando veo reír a otras personas, aunque no sepa por qué se ríen
- 11. A veces lloro cuando veo en la televisión algunas escenas
- 12. No siento nada cuando veo que alguien (mis padres, mis amigos...) está preocupado
- 13. **Me siento mal cuando veo un animal herido**
- 14. Me siento bien cuando veo que una persona está alegre, feliz, contenta.
- 15. Cuando escucho noticias sobre la guerra o el hambre que sufren algunas personas en el mundo me pongo triste
- 16. Es una tontería tratar a los animales como si sintieran como las personas
- 17. Los/as chicos/as que no tienen amigos es porque no quieren tenerlos
- 18. Soy capaz de comerme todos los caramelos, incluso cuando alguien me está mirando y quiere uno
- 19. **Cuando veo que una persona está enferma me siento triste**
- 20. Si veo que a un/a chico/a le están insultando sus compañeros/as de grupo me siento mal y me entran ganas de defenderle
- 21. Cuando veo que un/a compañero/a de mi aula es rechazado me siento triste
- 22. Me siento mal cuando un profesor castiga a un/a compañero/a por haber hecho algo incorrecto

Capacidad
de
Empatía

Si - No

Escala de activación empática (Bryant, 1982)

1. Me siento triste cuando veo a una chica que no tiene con quien salir
- 2*. La gente que se besa y se abraza en público es tonta
- 3*. Los chicos que lloran cuando son felices son
4. Me gusta ver como otras personas abren regalos, aunque yo no tenga ningún regalo
5. Ver a una persona que llora me hace llorar
6. Me siento mal cuando veo a alguien que se ha hecho daño
7. Me río cuando veo reír a otras personas, aunque no sepa por qué se ríen
8. A veces lloro cuando veo la televisión
- 9*. Las chicas que lloran cuando son felices son tontas
10. Lo paso mal cuando veo a alguien que se siente mal
11. Me siento mal cuando veo a un animal herido
12. Me siento triste cuando veo a un chico que no tiene con quien salir
13. Algunas canciones me dan ganas de llorar
14. Me siento mal cuando veo a un chico herido
- 15*. Los adultos a veces lloran incluso sin tener motivos para estar tristes
- 16*. Es una tontería tratar a los perros y a los gatos como si sintieran igual que las personas
- 17*. Me da rabia cuando veo a un compañero que cree necesitar constantemente la ayuda del profesor
- 18*. Los chicos que no tienen amigos es porque no quieren tenerlos
19. Cuando veo a una chica que llora, también a mí me entran ganas de llorar
- 20*. Pienso que es una tontería que algunas personas lloren durante una película triste o leyendo un libro triste
- 21*. Soy capaz de comerme todas las galletas, aunque vea que alguien me esta mirando y quiere una
22. Me siento mal cuando un profesor castiga a un compañero por desobedecer las reglas de la escuela

Capacidad de Empatía

1-7 Nada, un poco, algo, moderadamente, bastante, mucho, muchísimo

Piensa / Siente / Comporta como lo que dice la frase

CECAS. Cuestionario de evaluación de la capacidad para analizar sentimientos

(Garaigordobil, 2008)

	Causas	Consecuencias	Resolución-Afrontamiento
Tristeza			
Envidia / Celos			
Rabia / Ira			
Miedo			

TRISTEZA



CELOS



IRA



MIEDO



CONFLICTALK. Cuestionario para medir los estilos de mensaje en el manejo del conflicto (Kimsey y Fuller, 2003)

¿No te das cuenta de lo estúpido que eres?

No se me da bien esto. Simplemente, no se como hacer que te sientas mejor

¿Qué está pasando? Necesitamos hablar

No te sirvo de ayuda. Nunca se qué decir

Tenemos que concretar eso

Quisiera que pudiéramos evitar todo este asunto

Vamos a hablar sobre esto y encontrar una solución

¡Cállate! ¡no tienes razón! No voy a escucharte

¡Es culpa tuya! Y no voy a ayudarte

Harás lo que yo te digo. ¡Te voy a obligar!

Funcionará si trabajamos juntos

Trabajaremos para sacar esto adelante

De acuerdo, me rindo, lo que tu quieras

No quiero hacer esto nunca más. Vamos cada uno por su lado.

Esto no va a ninguna parte, olvidemos todo el asunto ¿de acuerdo?

Si no quieres hacerlo, olvídale; ya se lo pediré a algún otro

Necesitamos concretar juntos cuál es el problema

No puedes hacer nada. Apártate de mi camino y déjame hacerlo.

Resolución de Conflictos
Cooperativa - Pasiva - Agresiva

1-5: nunca, a veces, con cierta frecuencia, muy frecuentemente, casi siempre

1: Nunca dices cosas como las que dice la frase
5: Casi siempre dices cosas como las que dice la frase

LAEA. Listado de adjetivos para la evaluación del autoconcepto (Garaigordobil, 2011)

Valora el grado en que cada adjetivo puede aplicarse a su persona, ordenando con un círculo la opción con la que más se identifica.

0	1	2	3	4
Nada	Un poco	Modestamente	Bastante	Mucho

Soy una persona...

1	Guapo, atractivo	0 1 2 3 4	34	Sensible, sentimental	0 1 2 3 4
2	Fuerte físicamente	0 1 2 3 4	35	Activa, dinámica	0 1 2 3 4
3	Ágil	0 1 2 3 4	36	Responsable	0 1 2 3 4
4	Sano	0 1 2 3 4	37	Decidido	0 1 2 3 4
5	Depresivo	0 1 2 3 4	38	Reflexivo	0 1 2 3 4
6	Elegante	0 1 2 3 4	39	Con sentido del humor	0 1 2 3 4
7	Seductora	0 1 2 3 4	40	Constante, perseverante, tenaz	0 1 2 3 4
8	Limpio	0 1 2 3 4	41	Independiente	0 1 2 3 4
9	Confiado	0 1 2 3 4	42	Estable, equilibrado	0 1 2 3 4
10	Cooperativo	0 1 2 3 4	43	Madura, fuerte emocionalmente	0 1 2 3 4
11	Carinoso, afectuoso	0 1 2 3 4	44	Admirado, elogiado	0 1 2 3 4
12	Generoso, altruista	0 1 2 3 4	45	Satisfecho consigo mismo	0 1 2 3 4
13	Sincero, íntegro	0 1 2 3 4	46	Flexible	0 1 2 3 4
14	Tolerante	0 1 2 3 4	47	Racional	0 1 2 3 4
15	Sociable, comunicativo	0 1 2 3 4	48	Honesto, honesto, moral	0 1 2 3 4
16	Compasivo, comprensivo	0 1 2 3 4	49	Inteligente, listo	0 1 2 3 4
17	Solidario	0 1 2 3 4	50	Creativo, imaginativo, original	0 1 2 3 4
18	Leal, fiel	0 1 2 3 4	51	Curioso, con amplios intereses	0 1 2 3 4
19	Ambicioso, ambicioso	0 1 2 3 4	52	Observador	0 1 2 3 4
20	Servicial	0 1 2 3 4	53	Organizado, ordenado en el trabajo o en tareas académicas	0 1 2 3 4
21	Educado	0 1 2 3 4	54	Con buena memoria	0 1 2 3 4
22	Apreciado por los demás	0 1 2 3 4	55	Pensante rápido	0 1 2 3 4
23	Confiable, digno de confianza	0 1 2 3 4	56	Capaz, competente en el trabajo o en tareas académicas	0 1 2 3 4
24	Confiado, confiable	0 1 2 3 4	57	Trabajador, estudioso	0 1 2 3 4
25	Optimista	0 1 2 3 4			
26	Pacífico, no agresivo	0 1 2 3 4			
27	Algo, divertido	0 1 2 3 4			
28	Tranquilo, relajado	0 1 2 3 4			
29	Valiente	0 1 2 3 4			
30	Seguro de sí mismo	0 1 2 3 4			
31	Buena	0 1 2 3 4			
32	Feliz	0 1 2 3 4			
33	Consciente, responsable	0 1 2 3 4			

A Rellenar por el Examinador

• Suma los puntuaciones que están indicadas por un círculo y anota el total en la casilla **PO TOTAL**.

• Consta de las puntuaciones en el examen para obtener el **PERCENTIL** y anótalo en su casilla.

PO TOTAL: **PERCENTIL:**

Inventario de altruismo (Ma y Leung, 1991)

1. Yo permito a otros compañeros/as a unirse al juego mientras yo estoy jugando
2. Yo intento evitar que los compañeros/as de clase luchen o peleen
3. Yo me siento triste cuando un miembro de mi familia está enfermo
4. **Cuando yo veo que a alguien se le caen los paquetes, no le ayudo, le ignoro**
5. Yo me siento infeliz cuando veo que un compañero/a se cae y sangra
6. Rara vez tomo parte activa para ayudar al profesor/a (llevar libros, borrar la pizarra)
7. **Cuando yo veo a un niño mendigar, siento ganas de darle algo de dinero**
8. Prefiero jugar solo a jugar con otros
9. Cuando veo a un pequeño animal muerto siento malestar, tristeza
10. Rara vez doy caramelos a otros
11. **Yo siempre ayudo a los minusválidos**
12. Yo siempre hago cosas que hacen felices a mis padres
13. Yo me sentiría muy triste si viera a un animal pequeño atrapado en una trampa
14. Si una persona a la que quiero fuera perjudicada por alguien, yo le insistiría a éste para que le compense o repare el daño
15. Siento envidia cuando mi amigo gana el campeonato en una competición
16. **Informo al profesor/a cuando veo que un compañero mío está siendo intimidado por otros**
17. No cedo mi asiento a las personas mayores ni a los minusválidos cuando voy en el autobús
18. Probablemente no ayudaría a las personas que nunca me han ayudado a mí.
19. Yo me siento feliz si veo que alguien está abusando de un pequeño animal
20. **Si veo a un amigo sollozando y sintiéndose triste, yo le consuelo**
21. Cuando veo gatos y perros buscando algo de comida en la basura, siento ganas de darles algo de comida
22. No suelo estar dispuesto a hacer favores a mis amigos (p.e, devolver libros en la estantería, ayudarles en los deberes...)
23. Me siento feliz cuando veo que un niño está siendo golpeado por sus padres
24. Yo he golpeado o herido a algunos animales pequeños

Si - No

Cuestionario conducta prosocial. Evaluación profesorado (Weir y Duveen, 1981)

Nunca. Alguna Vez. Casi siempre

1. **Si hay una disputa o pelea intenta detenerla**
2. Ofrece a sus compañeros/as lápices o gomas mientras realizan una tarea escolar
3. Invita a compañeros/as nuevos a unirse al juego
4. **Intenta ayudar a alguien que se ha lastimado o herido**
5. Se disculpa espontáneamente después de haber hecho algo incorrecto
6. Comparte sus caramelos con otros compañeros/as
7. Es considerado con los sentimientos del profesor/a
8. Para de hablar rápidamente cuando se le solicita
9. **Espontáneamente ayuda a arreglar objetos que otros han roto**
10. Alaba el trabajo de los compañeros/as más capaces
11. Muestra empatía, comprensión, hacia alguien que se ha equivocado o ha cometido un error
12. Ofrece ayuda a otros compañeros/as que tienen dificultades con las tareas de clase
13. Ayuda a otros niños/as cuando estos se sienten enfermos
14. Puede trabajar fácilmente en pequeño grupo
15. **Conforta, consuela a otro compañero/a cuando está llorando**
16. Es eficiente en llevar a cabo tareas regulares de ayuda
17. Se acomoda para trabajar rápidamente
18. Sonríe cuando algún compañero/a hace algo bien en clase
19. Se ofrece voluntario/a para ordenar el desorden hecho por otro
20. Intenta ser justo, equitativo en los juegos



PROGRAMAS PARA FOMENTAR EL DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL EN EDUCACIÓN SECUNDARIA



PROGRAMAS DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL ADOLESCENCIA

PEHIA. Programa de Enseñanza de Habilidades Interpersonales para Adolescentes (12-18 años) (Inglés, 2003)

Expresar desagrado

Decir no

Defender derechos personales

Presentarse, Hacer-recibir cumplidos,
Iniciar-mantener-terminar conversaciones

PDP. Programa de Desarrollo Personal (niños, adolescentes, jóvenes) (Herrera et al. 2006)

Autoncepto-Autoestima / Autoconocimiento-De los demás

Control emocional - Ansiedad

Comprensión emocional

Comunicación - Empatía - Cooperación

PROGRAMAS DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL ADOLESCENCIA	
BIENESTAR. Bienestar Personal y social - Prevención del malestar y la violencia (ESO) (López et al., 2006)	Desarrollo moral - Valores
	Autoestima
	Empatía
	Autocontrol
	Comunicación Interpersonal
PAHS. Programa de Asertividad y Habilidades Sociales (EI. EP. ESO) (Monjas, 2007)	Comunicación verbal y no verbal
	Escuchar - Expresar +º y -º - Asertividad
	Emociones + -
	Ayuda - Cooperación
	Burlas, agresiones, intimidaciones

PROGRAMAS DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL ADOLESCENCIA	
PIECE. Programa de Inteligencia Emocional para la Convivencia Escolar (6-16 años) (Vallés, 2007)	Conocimiento emociones propias
	Expresión emocional + -
	Asociación Pensamiento-Emoción
	Empatía
INTEMO. Programa de habilidades emocionales para jóvenes (12 a 18 años) (Ruiz et al. 2013) INTEMO+. Programa para mejorar la Inteligencia Emocional de los adolescentes (Cabello et al. 2016)	Percepción y Expresión Emocional
	Facilitación Emocional
	Comprensión Emocional
	Regulación Emocional
PREDEMA. Programa de educación emocional para adolescentes (Montoya et al. 2016)	Atención - Mindfulness
	Conciencia Emocional
	Relajación

PROGRAMAS DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL ADOLESCENCIA

SEA. Desarrollo de habilidades sociales, emocionales y de atención plena para jóvenes (Celma et al. 2017)

Atención – Reconocer sentimientos propios/demás

Comprensión Emocional

Regulación Emocional

Adaptación Social

PRP. Programa de Relaciones Positivas. Promoción de competencias socioemocionales (jóvenes, adultos) (Monjas, 2021)

Sociabilidad y Convivencia

Comunicación - Diálogo - Asertividad

Empatía – Prosocialidad

Afrontamiento y Resiliencia

REVISIÓN PROGRAMAS: CONCLUSIONES

Disponibilidad de muchos programas: No todos validados

**Programas Evaluados: Resultados positivos
(aumentan variables adaptativas y disminuyen disfuncionales)**

Distintos marcos teóricos: conductuales, cognitivos, humanistas, sistémicos...

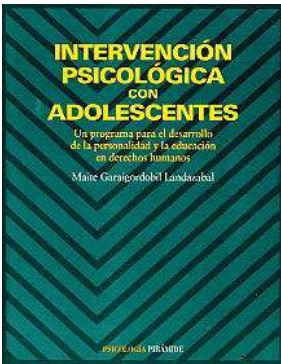
Programas evaluados eficaces: comunicación, conducta prosocial, resolución conflictos, empatía, autoestima, gestión de emociones, respeto por las diferencias... + Multicomponentes (escuela y familia)

UN PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PARA FOMENTAR EL DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL DURANTE LA ADOLESCENCIA

(Garaigordobil, 2008)



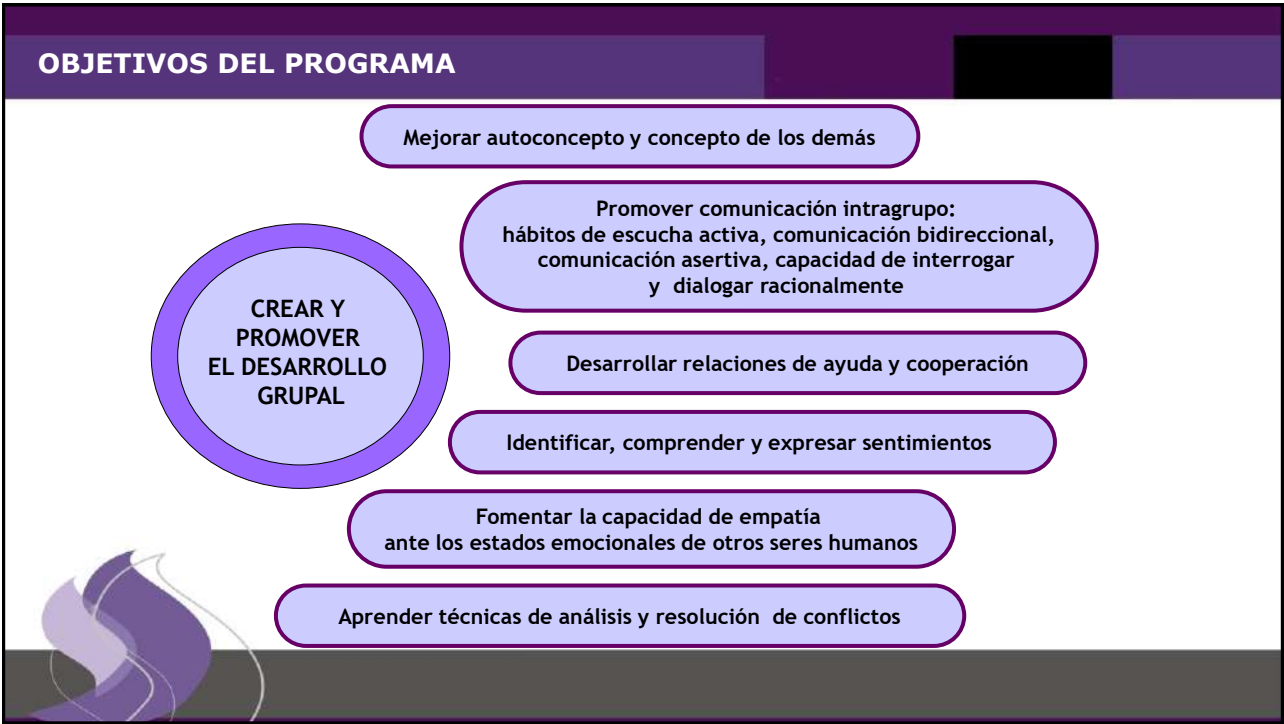
PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PARA FOMENTAR EL DESARROLLO SOCIAL Y EMOCIONAL DURANTE LA ADOLESCENCIA: ANTECEDENTES



maitegaraigordobil.com

4 PROGRAMAS DE JUEGO COOPERATIVO





OBJETIVOS DEL PROGRAMA



Experimentar las limitaciones fisiológicas y psicológicas de la percepción

Analizar percepciones, creencias, prejuicios...,
Contrastando estas con las de otros

Flexibilizar puntos de vista:
apertura a otras posibles percepciones,
explicaciones o puntos de vista de ese hecho o realidad

Reflexionar sobre el origen de las percepciones,
sobre el impacto de éstas en la conducta y
sobre la modificación de las percepciones erróneas

Clarificar el concepto de estereotipo
y su proceso de construcción con escasa información

Diferenciar hechos y opiniones

OBJETIVOS DEL PROGRAMA



Identificar situaciones de discriminación concretas
que se den en el seno del propio grupo

Diferenciar distintos tipos o formas de discriminación:
sexo, raza, religión, idioma...

Experimentar sentimientos de discriminación
para comprender esta experiencia

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN: MÓDULOS

AUTOCONCEPTO
CONCEPTO DE LOS DEMÁS

RESOLUCIÓN
DE CONFLICTOS

COMUNICACIÓN
INTRAGRUPO

DISCRIMINACIÓN
TOLERANCIA

EXPRESIÓN-COMPENSIÓN
DE SENTIMIENTOS

PERCEPCIONES
Y ESTEREOTIPOS

RELACIONES DE AYUDA
Y COOPERACIÓN

EL FOCO

1

Juegas bien al fútbol
Patinas bien
Bailas muy bien
Eres muy guapa...

FISICAS-CORPORALES

2

Eres buen estudiante
Lista
Razonas muy bien
Pintas genial...

INTELECTUALES

3

Generosa, Amable, Cariñosa,
Sincera,
Animas al grupo a hacer cosas
Siempre ayudas ...

SOCIALES

4

Divertido. Sentido del
humor. Muy buena
Muy Positivo. Muy alegre
Muy Simpático...

EMOCIONALES

POLARIZACIÓN ELÉCTRICA

1

SOLUCIONARIAMOS EL PROBLEMA DEL RACISMO SI LAS DISTINTAS RAZAS VIVIERAN EN LUGARES DIFERENTES

2

LOS HOMBRES HISTÓRICAMENTE HAN DOMINADO EL MUNDO Y ASÍ DEBE SEGUIR SIENDOLO

3

LOS MARROQUÍES QUITAN EL TRABAJO A LOS ESPAÑOLES

4

UN HOMBRE VALE SI TIENE DINERO Y CULTURA

5

EN OCASIONES LA VIOLENCIA ES NECESARIA

EL IMPACTO



ABANICO DE SENTIMIENTOS



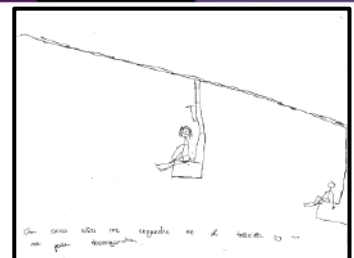
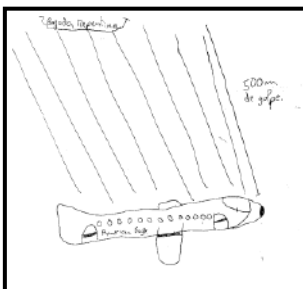
FASE 1. Identificación: Se muestran al grupo diversas láminas o fotografías en las que se observan caras que tienen distintas expresiones emocionales (Felicidad, Tristeza, Envidia, Miedo, Sorpresa...) y los participantes deben identificar los sentimientos que se expresan facialmente.



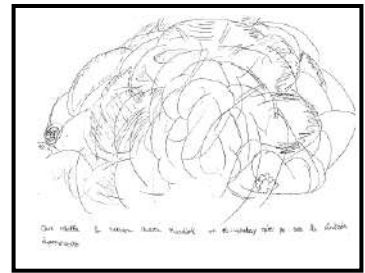
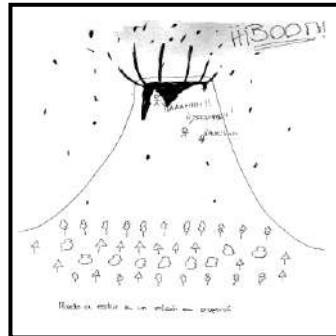
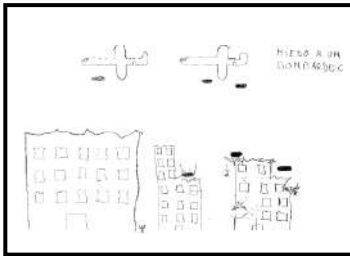
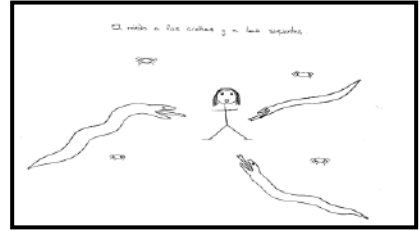
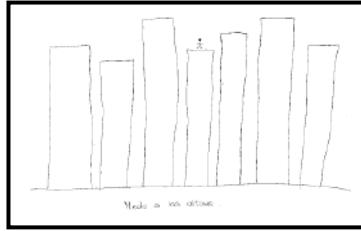
FASE 2. Causas y consecuencias: Se divide el grupo en 4 equipos y se asigna a cada equipo un sentimiento o emoción. Cada equipo debe enumerar causas que ocasionan ese sentimiento consecuencias que se pueden derivar de tener ese sentimiento.

FASE 3. Expresión: Los equipos inventan historias breves con principio, desarrollo y fin, y que incluyan personajes alguno de los cuales tenga el sentimiento con el que han trabajado. Posteriormente, cada equipo dramatizará las historias inventadas, expresando los sentimientos de los personajes muy exageradamente.

EL MIEDO



EL MIEDO



EL GUIÓN



TANGRAM COOPERATIVO

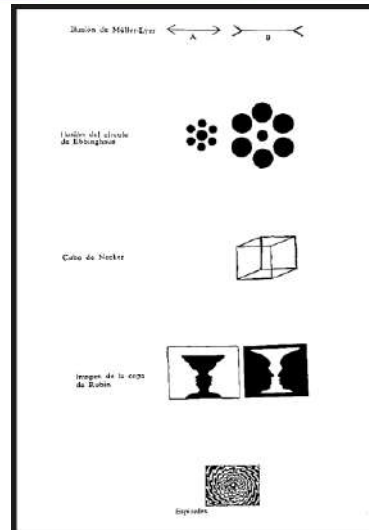


- + EQUIPOS DE 5 PARTICIPANTES
- + OBJETIVO: CONSTRUIR UNA FIGURA COOPERATIVAMENTE INTEGRANDO EL MATERIAL DISPONIBLE POR CADA INDIVIDUO

EL MISTERIO DEL SECUESTRO

- El avión fue obligado a volar sobre la isla Fayal (Azores) donde el secuestrador se tiró en paracaídas durante la noche
- Barbara Bans y su secretaria llegaron a la isla, por barco, desde las Canarias
- Matilde Marcos llegó por primera vez a la isla el 16 de agosto
- El secuestrador tiene cabello marrón claro y ojos azules
- Elisa López es una arqueóloga que realiza excavaciones en la isla
- Ana Martín demuestra un gran interés por los festivales religiosos de las islas azores
- La policía encontró a Elisa López desenredando un paracaídas de un árbol
- Matilde marcos es la secretaria de Barbara Bans
- A Barbara Bans se le busca en Francia por la venta de 50 kilogramos de marihuana
- El avión fue secuestrado la tarde del 14 de agosto
- Dos días después del secuestro la policía de Fayal arrestó a 4 mujeres que respondían a la descripción hecha del secuestrador
- La arqueóloga tiene cabello negro y ojos marrones
- El secuestrador escapó de un hospital mental en Francia

PERCEPCIONES GRÁFICAS



SITUACIONES DE DISCRIMINACIÓN

✚ GRAN GRUPO

- ◆ REDACTAR UNA SITUACIÓN EN LA QUE SE HAN SENTIDO DISCRIMINADOS POR SUS COMPAÑEROS DE GRUPO
- ◆ PAPELETAS SE INTRODUCEN EN UNA BOLSA Y SE DISTRIBUYEN AL AZAR
- ◆ INDICAR FORMAS DE RESOLVER ESA SITUACIÓN DE DISCRIMINACIÓN

✚ OBJETIVO

- ◆ IDENTIFICAR SITUACIONES DE DISCRIMINACIÓN EN EL GRUPO, ANALIZARLAS Y AFRONTAR SU RESOLUCIÓN

PROCEDIMIENTO DE APLICACIÓN DEL PROGRAMA: VARIABLES CONSTANTES

CONSTANCIA INTERSESIONAL: 1 SESIÓN SEMANAL DE 2 HORAS

CONSTANCIA ESPACIO TEMPORAL

DIRECCIÓN DEL GRUPO: PROFESOR/A (TUTOR/A) Y COLABORADOR/A

CONSTANCIA ESTRUCTURA DE LAS SESIONES

OBJETIVOS- INSTRUCCIONES
DESARROLLO DE LA ACCIÓN
DEBATE-DISCUSIÓN
(SESIÓN 1: CONSIGNA DE INTRODUCCIÓN)

EVALUACIÓN PRETEST-POSTEST



INTRUMENTOS DE EVALUACIÓN PRETEST-POSTEST

CONDUCTA SOCIAL: CONSIDERACIÓN, AUTOCONTROL, LIDERAZGO, RETRAIMIENTO, ANSIEDAD	BAS 3. BATERÍA DE SOCIALIZACIÓN. Silva & Martorell, 1989
CONDUCTA ALTRUISTA	IA. INVENTARIO DE CONDUCTA ALTRUISTA. Ma & Leung, 1991
AUTOASERTIVIDAD. HETEROASERTIVIDAD CONDUCTA ASERTIVA, PASIVA, AGRESIVA	ADCA. AUTOINFORME DE CONDUCTA ASERTIVA. García & Magaz, 1994 EA. ESCALA DE ASERTIVIDAD. Godoy & otros, 1993
CONDUCTA ANTISOCIAL	ASB. ESCALA DE CONDUCTA ANTISOCIAL Martorell & Silva, 1993
ESTRATEGIAS COGNITIVAS DE RESOLUCIÓN DE SITUACIONES SOCIALES	EIS. CUESTIONARIO DE ESTRATEGIAS COGNITIVAS DE RESOLUCIÓN DE SITUACIONES SOCIALES CONFLICTIVAS. Garaigordobil, 2000
PREJUICIOS: COGNICIONES POSITIVAS, NEGATIVAS, NEUTRAS	FIEP. FRASES INCOMPLETAS PARA LA EVALUACIÓN DE PREJUICIOS. Garaigordobil, 2000

INTRUMENTOS DE EVALUACIÓN PRETEST-POSTEST

CAPACIDAD DE ANÁLISIS DE SENTIMIENTOS: CAUSAS, CONSECUENCIAS, RESOLUCIÓN	CECAS. CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DE LA CAPACIDAD DE ANÁLISIS DE SENTIMIENTOS. Garaigordobil, 2000
AUTOCONCEPTO ACADÉMICO, SOCIAL, FAMILIAR, EMOCIONAL POSITIVO, NEGATIVO, GLOBAL	AFA. AUTOCONCEPTO. Musitu & otros, 1991 LIA. ADJETIVOS PARA LA EVALUACIÓN DEL AUTOCONCEPTO. Garaigordobil, 2000
IMAGEN DE LOS COMPAÑEROS DEL GRUPO	CE. ADJETIVOS PARA LA EVALUACIÓN DE LA IMAGEN DE LOS COMPAÑEROS DEL GRUPO. Garaigordobil, 2000
ANSIEDAD ESTADO-RASGO	STAIC. CUESTIONARIO DE AUTOEVALUACIÓN ANSIEDAD ESTADO-RASGO. Spielberger & otros, 1973/1990
EMPATÍA	CE. CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DE LA EMPATÍA. Merhabian & Epstein, 1972
PERCEPCIÓN DE LOS COMPAÑEROS AMIGOS Y PROSOCIALES	CS. CUESTIONARIO SOCIOMÉTRICO: AMISTOSO Y PROSOCIAL. Garaigordobil, 2000
PROBLEMAS DE CONDUCTA: ESCOLARES, CONDUCTA ANTISOCIAL, TIMIDEZ-RETRAIMIENTO, PSICOPATOLÓGICOS, ANSIEDAD, PSICOSOMÁTICOS, ADAPTACIÓN SOCIAL	EPC. ESCALA DE PROBLEMAS DE CONDUCTA. Navarro & otros, 1993

RESULTADOS



CONCLUSIÓN

COMPETENCIAS SOCIALES

(comunicación, ayuda, cooperación, prosocialidad, resolución de conflictos, valores: igualdad, solidaridad, convivencia, respeto diferencias...)

COMPETENCIAS EMOCIONALES

(identificación-comprensión-expresión emocional, empatía, fomento de emociones positivas, regulación emocional y control de emociones negativas...)

PREVENCIÓN: VIOLENCIA
PROMOCIÓN: SALUD MENTAL - RENDIMIENTO

GRACIAS POR LA ATENCIÓN