

SIMPOSIUMS INVITADOS

II Congreso Internacional de Inteligencia Emocional y Bienestar



Zaragoza
21, 22, 23 y 24
de mayo de 2015

Comité Organizador

J. Antonio Planas (Presidente)
Jesús Prieto
Sylvia Oria
Conchita Casales
Marta Soro
María Torrecilla
María Rubio
Fernando Andino
Ana Navarro
Antonio Reloba
Clara Aladrén
Delia Sáez
Mónica González
Esther Iranzo
Jesús Ibáñez
Santi Hernández
Fermín Carrillo
Marta Gutiérrez
Toñy Morcillo
María González
Silvana Calamita
M^a Pilar Ortega
Consuelo Casas
Yurani Vanegas
Diana Fuior
Gemma Gasanz
Isabel Bueso
Ruth Serrano

Comité Científico

Santos Orejudo (Presidente)
Francisco Royo
Carlos Hué
Alejandra Cortés
Conchita Berruete
César Rodríguez
Lucía Aparicio
José Luis Soler
Raquel Noé
Norberto Cuartero
J. María Marco
Ana López
Eduardo Felipe
Óscar Díaz
M. Ángel Divi
Alfonso Royo
Gabriele Sofía
Aart Franken
Esperanza Cid
Carla S. Martin
Ana Rodriguez
Martha L. Gaeta
Rafael Bisquerra
Carlos Salavera
Elena Escolano
Pilar Teruel
Jacobo Cano
María Jesús Cardoso
José Martín-Albo
J. Javier Pedrosa
Jesús Laguna
Beatriz Marcos
Marta Torrente



RESÚMENES DE SIMPOSIUMS INVITADOS

Simposium Invitado 1

La influencia de la IE en la prevención e intervención de las dificultades psicológicas en el ámbito familiar y escolar

Coordina: M^a Trinidad Sánchez-Núñez. Dra. en Inteligencia Emocional por la UCLM. Miembro del P.D.I. del Departamento de Psicología de la UCLM. En la actualidad imparte docencia en el Grado de Educación Primaria y Educación Infantil, así como en Estudios de Postgrado.

Ponentes:

Javier Cejudo Prado, Silvia C. Benito-Moreno, Juan Carlos Pérez González. ¿Es posible educar las emociones en la adolescencia? Programa “Dulcinea” de Educación Emocional.

Ruth Castillo Gualda y Valme García Sánchez. Centros educativos emocionantes

M^a Trinidad Sánchez-Núñez y Cristina Rubio Medina. Ajuste Emocional Perceptivo de los padres sobre sus hijos en Inteligencia Emocional

Silvia C. Benito-Moreno, Javier Cejudo Prado y Juan Carlos Pérez González. Programa “VERA”. Diseño, aplicación y evaluación de un programa de inteligencia emocional en educación primaria

María José Gutiérrez Cobo y Pablo Fernández Berrocal. Departamento de Psicología Básica, Universidad de Málaga.

Simposium Invitado 2

Emociones, habilidades terapéuticas y práctica profesional del psicólogo

Coordina: Lucía Tomás Aragonés, Instituto Aragonés de Ciencias de la Salud (IACS), - Universidad de Zaragoza, Vicepresidenta del Colegio Profesional de Psicólogos de Aragón.

Ponentes:

Belén Civera Marín. Intervención educativa e inteligencia emocional: trastorno negativista desafiante en la educación primaria.

María Jesús Cardoso Moreno, Trastorno por déficit de atención en la práctica clínica

Santiago Boira Sarto, La intervención profesional en violencia de género en escenarios complejos. El caso de las comunidades rurales en Ecuador

Lucía Tomás Aragonés, Las emociones en la piel.

Simposium Invitado 3:

Miindfulness para el manejo del estrés y el aumento del bienestar personal

Coordina: Javier Garcia Campayo. Hospital Miguel Servet y Universidad de Zaragoza

Ponentes:

Kenji Sanada. Red Investigación Atención primaria, Madrid. "Modificación en biomarcadores por la práctica de mindfulness"

Marta Puebla Guedea. Instituto Aragonés Ciencias de la Salud. "Mindfulness y esperanza de vida: Análisis epigenético"

Nicolas Fayed. Servicio de Neuroimagen. Hospital Quirón, Zaragoza. "Efecto mindfulness en estudios de neuroimagen"

Virginian Gasión, Red Investigación Atención Primaria, Madrid. "Mindfulness en el entorno empresarial".

Simposium Invitado 4:

Proyectos y recursos para la educación emocional.

Coordina: Dra. Núria Pérez Escoda, Profesora en la Universidad de Barcelona

Ponentes:

Dra. Gemma Filella Guiu, Profesora en la Universitat de Lleida. Coordinadora del GROU en la UdL.

Dr. Antoni Giner Tarrida, Profesor en la Universidad de Barcelona.

Dra. Elia López Cassà, Profesora en la Universidad de Barcelona

Dra. Núria Pérez-Escoda, Profesora en la Universidad de Barcelona

**Simposium Invitado 5:
El papel de las “emociones” en las expresiones de violencia intrafamiliar**

Coordina: Miguel Ángel Ausejo – Fundación de Atención al Menor

Ponentes:

- Raul Gutierrez, Psicólogo en FAIM
- Angel Estalayo, IRSE
- Eva Bach, Pedagoga
- Maite Puentes, Periodista
- Miguel Ausejo, Director Médico FAIM

**Simposium Invitado 6:
Aulas Felices**

Coordina: Ricardo Arguís Rey, Profesor en el IES “Santiago Hernández” de Zaragoza.

Ponentes:

- Silvia Hernández Paniello, Asesora de Formación en el CIFE “Juan de Lanuza” de Zaragoza.
- Rosa María Llorente García, directora y orientadora en el CEIP “Ramiro Soláns” de Zaragoza.
- Ana Cristina Lozano Mateo y Cristina Solsona Altau, profesoras en el CEIP “Parque Europa” de Utebo (Zaragoza).
- Sebastián Lombas Fouletier y Terebel Jiménez Gutiérrez, profesores en la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas de Zaragoza (Campus de Teruel).

**Simposium Invitado 7:
Título: El desarrollo personal a través de las artes**

Coordina: M^a Concepción Berruete Martínez. Universidad de Zaragoza, Directora de EVOLART.

Ponentes:

- Fatima Sánchez Santiago. Fundación Botín.
- Maria Luisa Grau Tello. Asociación “Believe in art”
- Laura laguna. Proyecto diseño gráfico para niños/as
- Alejandra Morón, la Akademia Zaragoza.

SIMPOSIUM 1

LA INFLUENCIA DE LA IE EN LA PREVENCIÓN E INTERVENCIÓN DE LAS DIFICULTADES PSICOLÓGICAS EN EL ÁMBITO FAMILIAR Y ESCOLAR

Coordinadora:

M^a Trinidad Sánchez-Núñez

Dra. en Inteligencia Emocional por la UCLM. Miembro del P.D.I. del Departamento de Psicología de la UCLM. En la actualidad imparte docencia en el Grado de Educación Primaria y Educación Infantil, así como en Estudios de Postgrado.

Ponentes

Javier Cejudo Prado, Silvia C. Benito-Moreno y Juan Carlos Pérez González

Ruth Castillo Gualda y Valme García Sánchez

Silvia C. Benito-Moreno , Javier Cejudo Prado y Juan Carlos Pérez González

M^a Trinidad Sánchez-Núñez y Cristina Rubio Medina

RESUMEN

¿Es posible educar las emociones en la adolescencia? Programa “Dulcinea” de Educación Emocional.

Is it posible to train teenagers

Javier Cejudo Prado.

Profesor Departamento de Psicología de la Facultad de Educación de Ciudad Real (UCLM). Miembro de EDUEMO Lab. Profesor del Diagnóstico y Educación Emocional de la UNED diseño, desarrollo y evaluación de programas de educación emocional.

Silvia C. Benito-Moreno.

Psicóloga. Orientadora Educativa en la Comunidad de Madrid. Docente en el curso de Postgrado” Especialista en Facultad de Educación de la Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED) Miembro del equipo de EDUEMO de la UNED.

Juan Carlos Pérez González

Especialista en Diagnóstico y Educación Emocional de la UNED. Departamento de Métodos de Investigación y Diagnóstico en Educación (MIDE) II de la UNED.

En esta comunicación presentamos el Programa de Educación emocional “Dulcinea”. Este programa está basado en una integración de los principales modelos de inteligencia , (1997) el modelo de inteligencia emocional rasgo (Petrides y Furham, 2000, 2001, 2007) y el modelo tripartito competencia (Mikolajczak, 2009). En nuestra propuesta defendemos que las diferentes facetas que las socioemocionales pueden ser. Numerosos autores afirman que existen evidencias de que diversas competencias socioemocionales (CSE) se pueden desarrollar a través de intervenciones escolares (Durlak, Weissberg, Dymnicki, Taylor y Schellinger, 2011). También contamos con algunas evidencias de la eficacia de los programas de educación de la Inteligencia Emocional (IE), aunque es aún bastante limitada (Agulló, Filella, Soldevila y Kotsou, Nelis, Grégoire y Mikolajczak, 2011; Nelis, Quoidbach, Mikolajczak y Hansenne, 2009).

La finalidad principal de nuestro trabajo de investigación es diseñar, desarrollar y evaluar los efectos del programa de Educación Emocional “Dulcinea” en un centro secundario.

MÉTODO El programa incluye 17 sesiones que fueron desarrolladas por los tutores de los grupos de alumnos, durante un curso académico. Se empleó un diseño de evaluación pretest intervención-posttest con grupo de control. La muestra estuvo formada por alumnos de Educación Secundaria Obligatoria entre 12 y 17 años. Con la finalidad de evaluar los efectos del programa se emplean dos tipos de metodologías de evaluación. Por un lado, una evaluación final, del cambio producido por el programa de intervención y, por otro, una evaluación procesual. Se evaluaron diferentes variables referidas a factores cognitivos como la inteligencia, factores sociales como la adaptación social y escolar o el grado de aceptación de sus compañeros, factores comportamentales y de autopromocionales como el aprendizaje autorregulado, y otros factores como el rendimiento académico, el absentismo escolar y los rasgos de personalidad, así como la inteligencia emocional.

RESULTADOS Los análisis comparativos indican que los alumnos que participaron en el programa aumentaron significativamente, entre otras variables, su nivel de autoestima, su actitud positiva hacia el profesorado y experimentaron una disminución de la actitud negativa hacia el centro.

Centros educativos emocionantes Exciting schools

Ruth Castillo Gualda

Psicóloga, especialista en Inteligencia Emocional. Investigadora posdoctoral en el dpto. de Psicología Biológica y de la Salud de la Universidad Autónoma de Madrid.

Valme García Sánchez.

Psicopedagoga. Coordinadora de Primaria del Centro Educativo Internacional Aravaca.

Numerosas investigaciones han demostrado el papel que la Inteligencia Emocional (IE) o lo que es lo mismo, la capacidad para percibir, usar, comprender y regular las emociones eficazmente, es esencial en el éxito personal y social desde la infancia hasta la etapa adulta. La IE se relaciona con una mayor salud psicológica, con un adecuado funcionamiento social y con un mayor rendimiento académico en alumnos y profesional en trabajadores. Todas estas variables son primordiales en cualquier contexto y son particularmente importantes en el ámbito educativo, pues sin duda alguna, su ausencia o presencia puede determinar el éxito personal y social, tanto del alumnado como del profesorado. Por ello, los programas de entrenamiento en IE se muestran como unas de las más importantes iniciativas encaminadas a abordar los problemas que se den en las escuelas, otorgando no sólo medidas específicas para mejorar el bienestar y el rendimiento de toda la comunidad educativa, sino también posibilitando entornos de enseñanza-aprendizaje óptimos. En el presente trabajo se presentan y discuten los principales beneficios obtenidos y la efectividad de los programas educación emocional en contextos educativos de todo el mundo. Adicionalmente, se describe la puesta en marcha del programa de educación emocional The RULER Approach to Social and Emotional Learning, un programa basado en el modelo de habilidad de la IE, en un centro educativo de Madrid. Esta experiencia profesional persigue dos objetivos fundamentales. El primero, el de comprobar la eficacia del programa en el desarrollo de las habilidades de IE y la mejora del rendimiento laboral en el profesorado que recibió el entrenamiento. Por otro lado, un segundo objetivo,

destinado a comprobar como la aplicación de las herramientas de IE en las aulas y su integración en el curriculum educativo del centro mejora el rendimiento académico y el funcionamiento social de los alumnos. El programa completo de formación, consta de dos años de entrenamiento, con el que se forma a los docentes para que integren y apliquen las herramientas de IE en sus aulas y en sus contenidos académicos. Durante el primer año de formación, se instauran los pilares básicos de educación emocional, con la aplicación por parte de todo el centro de las cuatro herramientas fundamentales para el desarrollo de las habilidades de IE. El segundo año de formación, consiste en la integración de actividades prácticas para la adquisición de vocabulario emocional por parte del alumnado. En definitiva, con el presente trabajo se pretende exponer cómo se implementa un programa de educación emocional con el objetivo de integrarlo en los contenidos curriculares del centro. Así como, evidenciar el potencial que la formación en IE tiene para la mejora del desarrollo emocional del profesorado, sus repercusiones en la calidad de la enseñanza y la promoción de aspectos relacionados con el bienestar académico, personal e interpersonal de los alumnos. Estas iniciativas pueden convertirse en importantes motores para la mejora de la calidad educativa en centros escolares españoles, mostrando un valor diferencial en su metodología por las herramientas que utilizan, las implicaciones en la construcción de entornos de aprendizaje más positivos y la apuesta por una educación integral del alumnado.

Programa “VERA”. Diseño, aplicación y evaluación de un programa de inteligencia emocional en educación primaria

“VERA” program. Design, application and evaluation of a program of emotional intelligence in primary education

Silvia C. Benito-Moreno.

Psicóloga. Orientadora Educativa en la Comunidad de Madrid.

Docente en el curso de Postgrado “Especialista en Diagnóstico y Educación Emocional” de Facultad de Educación de la Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED)

Miembro del equipo de EDUEMO de la UNED.

Javier Cejudo Prado.

Profesor Departamento de Psicología de la Facultad de Educación de Ciudad Real (UCLM).

Miembro de EDUEMO Lab. Profesor del Postgrado de Especialista en Diagnóstico y Educación Emocional de la UNED.

Juan Carlos Pérez González.

Fundador y Director de EDUEMO Lab. Director del Postgrado de Especialista en Diagnóstico y Educación Emocional de la UNED. Profesor del Departamento de Métodos de Investigación y Diagnóstico en Educación (MIDE) II de la UNED.

La presente comunicación tiene como finalidad exponer un Programa de Educación Emocional dirigido a los alumnos de Primaria; El programa VERA (“Vamos a emocionarnos, reforzarnos y aprender”). El diseño del Programa parte de la convicción de la relevancia del desarrollo de la competencia socioemocional entre los alumnos como un factor clave de convivencia en el centro y como medida de fortalecimientos de recursos personales básicos para el presente y futuro de los alumnos participantes. Además, la competencia socioemocional (Pérez González, 2008) va a condicionar ese desarrollo posterior, pues los aspectos emocionales influyen tremendamente sobre el aprendizaje. Inteligencia “cognitiva” (entendida desde el enfoque tradicional), e Inteligencia Emocional, parecen configurar dos elementos clave para la configuración de la persona, tal y como han venido defendiendo diferentes autores (Gardner, 1995; Mayer, Di Paolo y Salovey, 1990; Salovey y Mayer, 1990; Goleman, 1995). Luego el diseño de programas que persigan

el fomento de esa Inteligencia Emocional (o competencia Emocional), se justifica desde la capacidad para incidir en dicha competencia, teniendo “todo ello como finalidad aumentar el bienestar personal y social” (Bisquerra, 2003).

OBJETIVOS

El objetivo general es el del conocimiento y fomento de habilidades socioemocionales de expresión y comprensión emocional y de autorregulación emocional.

PROCEDIMIENTO

En base al modelo de la IE-Rasgo (Furnham y Petrides, 2001; Furnham, Mavroveli y Petrides y 2007; Furnham, Pérez-González y Petrides, 2007), se diseña el Programa de Educación emocional VERA destinado a alumnos de primaria.

El programa VERA incluye 7 sesiones de trabajo en el aula cuyos contenidos son: 1. valoración o percepción emocional de uno mismo y de los demás; 2. expresión emocional; 3. baja impulsividad; 4. regulación emocional; 5. disposición afectiva; 6. habilidades de relación (relaciones con iguales).

Además se incluyen otras dos actividades paralelas: una actividad en el aula (que implica a todo el equipo docente que imparte clase en el grupo de aplicación) y otra actividad para casa (que requiere de la participación de los padres).

El trabajo de las sesiones de aula se sustenta físicamente en un cuadernillo para los alumnos. También se ha diseñado una versión de dicho material para el profesor, de forma que pueda conducir la sesión y donde se recoge el objetivo específico de la sesión, los contenidos relacionados y la metodología a seguir.

Las diversas aplicaciones del programa han contado con alumnos de primaria de primer y segundo ciclo de primaria. El método de investigación seguido es un diseño pre-test, desarrollo del programa y post-test, donde se cuenta con un grupo control y se comparan los posibles efectos sobre la competencia socioemocional de los alumnos participantes en el programa.

EVALUACIÓN

El Programa Vera también incluye una evaluación interna que pretende valorar la satisfacción y autoeficacia alcanzada (donde los alumnos son los informantes), y otra evaluación en la que son los docentes y aplicadores los que valoran el desarrollo del programa así como la consecución de los objetivos propuestos. La elaboración de este protocolo recoge los aspectos más relevantes a tener en cuenta en cualquier evaluación de un programa educativo (Pérez-González, Petrides y Furnham, 2007).

RESULTADOS

Los datos analizados hasta la fecha apuntan a la existencia de un efecto positivo en la competencia socioemocional de los alumnos de primaria que han participado hasta ahora. Incluso se registran algunos resultados beneficiosos no esperados.

Ajuste Emocional Perceptivo de los padres sobre sus hijos en Inteligencia Emocional

Perceptive Emotional Adjustment from parents about their children in Emotional Intelligence

M^a Trinidad Sánchez-Núñez

Dra. en Inteligencia Emocional por la UCLM. Miembro del P.D.I. del Departamento de Psicología de la UCLM. En la actualidad imparte docencia en el Grado de Educación Primaria y Educación Infantil, así como en Estudios de Postgrado.

Cristina Rubio Medina

Licenciada en Psicopedagogía y Diplomada en Magisterio de Educación Infantil por la UCLM. Posgraduada en Máster de Investigación y Psicología Aplicada por la UCLM.

Tras la revisión de la literatura científica relacionada con las diferencias de género en Inteligencia Emocional Autoinformada (IEA), las mujeres muestran una clara infravaloración al respecto (Sánchez-Núñez, Fernández-Berrocal, Montañés y Latorre, 2008). El objetivo de este estudio es analizar las diferencias de género en la IEA y la Inteligencia Emocional Percibida (IEP) en el ámbito familiar, así como el grado de ajuste perceptivo de los padres/madres sobre la IEA de sus hijos/as. Se pretende comprobar si existen diferencias en IEA de los hijos frente a las hijas, ya desde el seno familiar, y si existe concordancia con las creencias que los padres y madres tienen sobre la IE de sus hijos/as y si estas percepciones difieren en función del sexo, tanto de los padres como de los hijos. La muestra la conforman 1122 participantes. Entre ellos, 374 son estudiantes de la Universidad de Castilla La Mancha, 187 mujeres y 187 hombres, cuyos padres/madres se incluyen en la muestra. Los instrumentos de evaluación utilizados fueron la escala TMMS-24 de Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos (2004) y la PTMMS-24 (Sánchez-Núñez, Fernández-Berrocal y Latorre, 2013), una adaptación de la anterior para evaluar la percepción de los padres sobre la IE de sus hijos en cada uno de los factores de la IE, Atención, Claridad y Reparación. Los resultados muestran una clara superioridad en la Atención emocional autoinformada de las hijas frente a los hijos e inferioridad en la Reparación emocional autoinformada. Esto deja a las hijas en una posición de desventaja en cuanto a la IEA se refiere. Además, los padres y madres perciben a sus hijas con un mayor grado de Atención emocional que a los hijos. Las madres también perciben a las hijas con un mayor grado de Claridad y Reparación emocional que a los hijos, aunque en el caso de la Reparación las diferencias no llegan a ser estadísticamente significativas. En el caso del padre, no encontramos diferencias estadísticamente significativas para ambos sexos, ni en Claridad, con mayores puntuaciones de las hijas frente a los hijos, ni en Reparación, con mayores puntuaciones de los hijos frente a las hijas. Por otro lado, las madres presentaron un mayor ajuste perceptivo sobre la IE de sus hijos/as que los padres. Estos resultados nos proporcionan información valiosa para descubrir las vías de socialización indirecta sobre las cuales se asientan las bases del desarrollo de las creencias sobre las habilidades emocionales. Dada la transcendencia que dichas creencias tienen sobre la salud y el bienestar (Martins, Ramalho y Morin, 2010), es importante analizar y descubrir los factores que las determinan.

El efecto de la Inteligencia emocional sobre el ajuste psicosocial en la adolescencia

María José Gutiérrez Cobo

Pablo Fernández Berrocal

Departamento de Psicología Básica, Universidad de Málaga.

La adolescencia es una época de grandes cambios que requieren de una serie de destrezas sociales, emocionales y cognitivas para alcanzar un desarrollo óptimo. La Inteligencia emocional (IE) entendida como la habilidad de percibir, usar, comprender y regular las emociones puede ser una de las competencias que favorecen el progreso adecuado a estas edades. El propósito de este estudio es el de revisar el efecto de la IE sobre la salud y el bienestar, así como su papel en las conductas agresivas. Scopus, Medline y Google Académico han sido las bases de datos empleadas para la adquisición de artículos tanto en español como en inglés. Los estudios revisados demuestran que la IE parece estar relacionada de manera positiva con la salud mental, con la autoestima y la satisfacción vital y negativamente con conductas de suicidio, depresión, ansiedad, estrés social, conductas agresivas y de riesgo (sexual y consumo de drogas). Asimismo, parece que tanto la IE percibida como la real son importantes a la hora de predecir estos resultados. Finalmente, destacar que, aunque cada vez más se están empezando a utilizar medidas de habilidad de IE, son las medidas autoinformadas las que predominan en la literatura actual.

Keywords: adolescencia, inteligencia emocional, salud, bienestar, agresividad

ABSTRACT

Adolescence is a period of important changes in which social, emotional and cognitive abilities are necessary to achieve an optimal development. Emotional Intelligence (EI) is the ability to perceive, use, understand and regulate emotions and could be one of the competences that favours the appropriate progress in these ages. The purpose of this study is to review the relationship between EI and health and well-being, as its role in aggressive behaviours. Scopus, Medline and Google Scholar were searched for finding relevant articles in Spanish and English. Reviewed articles provide evidence that Emotional Intelligence seems to be positively associated with mental health, with self-esteem and life satisfaction and negatively with suicide, depression, anxiety, social stress, aggressive and risk behaviours (sexual and drug consumption). Additionally, it seems that both perceived and real EI are important when it is time to predict these results. Finally, emphasizing that, although there is a progressively more usage of ability measures of EI, up to now, self-report measures are the predominant instruments in the literature.

Keywords: Adolescence, emotional intelligence, health, well-being, aggression.

SIMPOSIUM 2

EMOCIONES, HABILIDADES TERAPÉUTICAS Y PRÁCTICA PROFESIONAL DEL PSICÓLOGO

EMOTIONS, THERAPEUTIC SKILLS AND PROFESSIONAL PRACTICE OF THE PSYCHOLOGIST

Coordinadora

Lucía Tomás Aragonés

Investigadora Postdoctoral. Instituto Aragonés de Ciencias de la Salud (IACS).

Profesora Asociada. Facultad de Educación - Universidad de Zaragoza.

Vicepresidenta del Colegio Profesional de Psicólogos de Aragón.

Ponentes

Belén Civera Marín.

María Jesús Cardoso Moreno

Santiago Boira Sarto

Lucía Tomás Aragonés

RESUMEN

El simposium que presentamos pretende dar una visión realista y global de los procesos de intervención psicológica. Para comenzar trataremos aspectos implicados en las necesidades educativas específicas desde el propio centro educativo, teniendo como eje coordinador principal al psicólogo/a, considerando que por su formación especializada y profesional en distintos ámbitos de intervención es el más capacitado para dichas funciones.

En las dos primeras intervenciones, nos centraremos más en aspectos educativos. Las necesidades educativas específicas de apoyo educativo abarcan un amplio abanico de dificultades, alteraciones y trastornos que la población infantil presenta en el ámbito escolar, social y familiar, afectando de manera significativa a su desarrollo global.

Así, la intervención psicológica especializada que aquí presentamos llega de forma directa al alumnado, al profesorado que lo atiende y a su familia de modo integrador para conseguir la mayor adaptación y desarrollo de la población escolarizada.

También es de suma relevancia las intervenciones destinadas a erradicar la violencia dentro de la pareja, aspecto que no solo se da en nuestro país. En la siguiente comunicación se expondrán los resultados de un estudio llevado a cabo en las comunidades rurales de Ecuador.

Para terminar, expondremos la relación existente entre las emociones y la piel. La piel es un órgano que reacciona con intensidad a emociones como el miedo, la vergüenza, la ansiedad, la ira, etc., y la que conecta nuestro mundo interior con el entorno.

Queremos dar así, una visión general de cómo los psicólogos/as pueden trabajar las emociones en los ámbitos escolares, familiares y sociales.

INTERVENCIÓN EDUCATIVA E INTELIGENCIA EMOCIONAL: TRASTORNO NEGATIVISTA DESAFIANTE EN LA EDUCACION PRIMARIA.

Belén Civera Marín

Departamento de Educación, Universidad, Cultura y Deporte del Gobierno de Aragón.
Directora del Equipo de Orientación Educativa y Psicopedagógica nº 3 de Zaragoza.
Presidenta del Colegio Profesional de Psicólogos de Aragón.

La intervención educativa con el Trastorno Negativista Desafiante (en adelante, TND) en los centros escolares de Aragón se contempla como la atención a las necesidades educativas especiales.

Las conductas propias de este Trastorno hacen, más que en ningún otro caso en la Educación Primaria, que el trabajo especializado en Inteligencia Emocional sea el objetivo básico del Plan de actuación educativa, tanto a nivel familiar como escolar.

Los Equipos de Orientación Educativa y Psicopedagógica realizan las actuaciones de evaluación, asesoramiento a las familias y elaboración de las propuestas curriculares que los centros tienen que diseñar para el trabajo de estas necesidades educativas.

La labor prioritaria en estos niños y niñas es la detección por parte del tutor/a y o las familias de las conductas compatibles con este trastorno.

Ocurre con frecuencia que son ya las propias familias las que aportan el primer cribado ante la dificultad parental de controlar las conductas disruptivas de sus hijos e hijas; así, su colaboración para la concreción de las conductas y su posterior trabajo es básica para este alumnado.

Desde ahí, la intervención educativa sobre las necesidades del TND tiene dos contextos de trabajo: centro escolar y familia. Además, la coordinación con los Servicios Externos para las tareas de asesoramiento familiar y actuaciones específicas donde no es posible llegar con la Escuela se vuelve fundamental para conseguir que el desarrollo integral de este tipo de alumnado sea más adaptativo y funcional a través del aprendizaje de estrategias que desarrollen las capacidades relacionadas con la Inteligencia Emocional y su generalización al contexto social y escolar del alumnado.

TRASTORNO POR DEFICIT DE ATENCIÓN EN LA PRÁCTICA CLÍNICA

María Jesús Cardoso Moreno

**Facultad de Educación de la Universidad de Zaragoza.
Vocal de la Junta Rectora del Colegio Profesional de Psicólogos de Aragón.**

El Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH) es un trastorno de origen neurobiológico de inicio en la edad infantil y cuyos síntomas pueden perdurar hasta la edad adulta. Es uno de los trastornos con mayor prevalencia en la etapa infantil y representa uno de los motivos más frecuentes de consulta debido a las enormes consecuencias en los diferentes aspectos de la vida del paciente. Las repercusiones potenciales que tiene sobre el desarrollo personal y familiar de la persona afectada hacen que sea uno de los trastornos más investigados en los últimos años.

El TDAH representa un problema de salud pública debido a su elevada prevalencia, que se estima, según las fuentes epidemiológicas, entre un 3 y un 7% de la población escolar. Es poco frecuente la presentación aislada del trastorno. Jensen et al. (2001) encontraron que más del 85% de los pacientes presentaban al menos una comorbilidad, y cerca del 60% tenían al menos dos comorbilidades. Dendy (2000) sugiere que muchas de las características del TDAH no son evidentes y su sintomatología la asemeja a la punta de un iceberg. Entre la sintomatología menos evidente, podemos destacar trastornos del sueño (en el 50% de los casos) trastornos de conducta (en el 43% de los casos), ansiedad (en el 37% de los casos), depresión (en el 28% de los casos), trastorno Bipolar (en el 12% de los casos).

Desde la clínica, además de atender a toda esta sintomatología, se realiza una intervención para mejorar los aspectos emocionales, atencionales, la memoria, el lenguaje, la psicomotricidad, el control de los impulsos y las habilidades sociales.

LA INTERVENCIÓN PROFESIONAL EN VIOLENCIA DE GÉNERO EN ESCENARIOS COMPLEJOS. EL CASO DE LAS COMUNIDADES RURALES EN ECUADOR

Santiago Boira Sarto

**Facultad de Facultad de Ciencias Sociales y del Trabajo - Universidad de Zaragoza.
Vocal de la Junta Rectora del Colegio Profesional de Psicólogos de Aragón.**

En tanto que problema complejo que provoca efectos devastadores a escala global, son todavía muchos los interrogantes que deben despejarse en relación con la violencia dentro de la pareja. Aspectos como los marcos teóricos explicativos del fenómeno, el modo en que se concreta la dinámica violenta o la efectividad de las medidas planteadas en los diferentes contextos, son objeto de permanente debate e investigación.

Esta comunicación analiza la violencia contra la mujer dentro de la pareja y la actuación del psicólogo en un contexto de pequeña comunidad rural. Se presentan algunos resultados preliminares de una investigación desarrollada en las comunidades rurales de la provincia de Imbabura en Ecuador. A través de una estrategia metodológica cualitativa se examina la información procedente de 13 grupos focales realizados a diferentes grupos de informantes dentro del territorio. Se describen las principales características de la violencia ejercida en este contexto, se identifican las dificultades para las víctimas de la misma y se proponen algunas estrategias de intervención para el profesional de la psicología.

Los resultados apuntan la necesidad de considerar: a) el contexto comunitario de intervención, b) la definición del mismo, y c) las destrezas y habilidades comunicativas propias del psicólogo como aspectos clave en la relación de ayuda y el vínculo que se establece entre el/la profesional, la víctima, su entorno y el resto de agentes significativos de la comunidad. Asimismo, parece fundamental tener presente la gestión emocional y la reflexividad del terapeuta que debe afrontar situaciones muy exigentes que requieren el desarrollo de habilidades específicas fundamentales para la atención a la víctima y de su familia.

LAS EMOCIONES EN LA PIEL

Lucía Tomás Aragonés

Investigadora Postdoctoral. Instituto Aragonés de Ciencias de la Salud (IACS).

Profesora Asociada. Facultad de Educación - Universidad de Zaragoza.

Vicepresidenta del Colegio Profesional de Psicólogos de Aragón.

La piel se ve, la piel se toca y la piel se huele. La piel está dotada de un repertorio rico y variado de dispositivos de expresión no verbal que complementan la voz y la palabra hablada. Por todo ello, la piel repercute de forma excepcional en el amplio espacio de nuestra felicidad.

La piel es un órgano receptor de sensaciones, a menudo el espejo de nuestro estado emocional. Es la carta de presentación de las personas. Muchas de nuestras reacciones cutáneas, como el sudor excesivo, la palidez, las rojeces y el prurito, delatan nuestro estado emocional. A veces, hasta se nos ponen los pelos de punta. La piel es un órgano que reacciona con intensidad a emociones como el miedo, la vergüenza, la ansiedad, la ira, etc.

Las enfermedades de la piel pueden ser precipitadas, agravadas o perpetuadas por factores emocionales y psicológicos. Cuando la piel enferma con psoriasis, alopecia, dermatitis, acné; no se puede ocultar el diagnóstico y quedemos desprotegidos ante la mirada del otro. Como consecuencia de esta visibilidad, algunos tienden al aislamiento para evitar un posible rechazado o incluso el sentirse estigmatizados.

La psicología tiene mucho que ofrecer a la dermatología. El psicólogo puede atender al malestar emocional que le supone a la persona tener una enfermedad crónica, que además, es visible. Puede ayudar a mejorar la calidad de vida de las personas afectadas. El trabajo del psicólogo consistirá en facilitar la expresión emocional, en trabajar las posibles distorsiones cognitivas, y en dotar al interesado con una serie de herramientas para ayudarle a afrontar su enfermedad de la forma más adaptativa posible.

SIMPOSIUM 3

MINDFULNESS PARA EL MANEJO DEL ESTRÉS Y EL AUMENTO DEL BIENESTAR PERSONAL

Coordinador:

Javier Garcia Campayo.

Hospital Miguel Servet y Universidad de Zaragoza

Ponentes:

Kenji Sanada

Red Investigación Atención primaria, Madrid

Marta Puebla Guedea

Instituto Aragonés Ciencias de la Salud

Nicolas Fayed

Servicio de Neuroimagen. Hospital Quirón, Zaragoza

Virginian Gasión

Red Investigación Atención Primaria, Madrid

RESUMEN

Mindfulness se define como la habilidad mental para focalizarse en la percepción directa e inmediata del momento presente con un estado de conciencia no enjuiciadora, suspendiendo voluntariamente la retroalimentación cognitiva evaluativa. Se ha demostrado que mindfulness mejora la salud mental y física, la adaptación al entorno así como reduce el afecto negativo. En este simposium estudiaremos algunos de los efectos menos evaluados de mindfulness en la literatura científica. Revisaremos su efecto en la neurofisiología, principalmente en biomarcadores como interleucinas y citocinas. Posteriormente, analizaremos el impacto de mindfulness en la esperanza de vida, mediante análisis genéticos como la longitud telomérica o los procesos de metilación del ADN. En tercer lugar, estudiaremos los cambios cerebrales medidos con pruebas de neuroimagen que se producen con la práctica de mindfulness. Por último, actualizaremos algunos datos sobre la eficacia del uso de mindfulness en el entorno empresarial.

ABSTRACT

Mindfulness is the ability to focus on the direct and immediate perception of the present moment without cognitive assessment. Mindfulness improves psychological and physical health, adjustment to the environment and reduces negative affect. In this simposium we will study some of the more unknown effects of mindfulness. We will revise its effect on neurophysiology, mainly on biomarkers such as interleukines and cytokines. Afterwards, we will analyze the impact of mindfulness on life expectancy, using genetic analysis such as telomere length and DNA metylation processes. In third place, we will study brain changes produced by mindfulness practice measured by neuroimage techniques. Finally, we will update some data on the efficacy of mindfulness use in the workplace.

Mindfulness se define como la habilidad mental para focalizarse en la percepción directa e inmediata del momento presente con un estado de conciencia no enjuiciadora, suspendiendo voluntariamente la retroalimentación cognitiva evaluativa. Se ha

demostrado que mindfulness mejora la salud mental y física, la adaptación al entorno así como reduce el afecto negativo.

En la primera comunicación (Kenji Sanada. Red Investigación Atención primaria, Madrid. “Modificación en biomarcadores por la práctica de mindfulness”) analizaremos un tema poco investigado: los cambios en biomarcadores producidos por la práctica regular de mindfulness. Para ello se ha realizado una revisión sistemática de todos los artículos publicados sobre este tema hasta diciembre de 2014. El estudio se centra en tres marcadores: citocinas, interleucinas y Proteína C reactiva. Se seleccionaron 12 artículos con 939 participantes y se analizó el efecto de mindfulness en individuos sanos y en pacientes con cáncer. En sujetos sanos, se demuestra que mindfulness no tiene efecto en las citocinas, pero incrementa los niveles del neuropéptido insulín-like growth factor-1 (IGF-1). En los pacientes con cáncer (los estudios solo se centran en las citocinas como único biomarcador), mindfulness reduce la producción de las citocinas de los linfocitos T Helper 2 (es decir, la Interleucina 4), mientras que normaliza las citocinas de los T helper 1. En suma, normalizaría el sistema inmune, que está previamente alterado, en los enfermos con cáncer.

En la segunda (Marta Puebla Guedea. Instituto Aragonés Ciencias de la Salud. “Mindfulness y esperanza de vida: Análisis epigenético”) se analizarán dos estudios controlados. En uno (20 meditadores de larga duración y 20 sujetos sanos) se analiza la longitud de los telómeros y la longitud de los telómeros cortos y en ambos los meditadores presentan longitudes significativamente mayores que los no meditadores (lo que correlaciona con mayor esperanza de vida). Cuando se analizan los predictores de la longitud telomérica se observa que, aparte de la edad (esperable por definición), el mejor predictor de la esperanza de vida es la aceptación medida con el cuestionario AAQ2. Se analiza la relación de mindfulness con la aceptación y su posible importancia en este proceso.

En la tercera ponencia (Nicolas Fayed. Servicio de Neuroimagen. Hospital Quirón, Zaragoza. “Efecto mindfulness en estudios de neuroimagen”) se resumirán los estudios de investigación sobre cambios cerebrales en sujetos que meditan de forma habitual. A nivel de neurotransmisores, se observa que los meditadores muestran niveles de glutamato (un neurotransmisor excitatorio) significativamente disminuidos en el área de la matriz del dolor. Se analizarán datos neuroanatómicos y de funcionalidad en meditadores, confirmando una mayor activación de la conexión entre corteza frontal y áreas relacionadas con la evaluación emocional (como ínsula y amígdala), lo que sería coherente con la mayor capacidad de regulación emocional que muestran los individuos meditadores.

Por último, en la última comunicación (Virginian Gasión, Red Investigación Atención Primaria, Madrid. “Mindfulness en el entorno empresarial”) se revisarán los principales datos de eficacia de intervenciones de mindfulness en empresas. Los estudios existentes demuestran que mindfulness es especialmente eficaz en la prevención del burnout o quemado profesional, en aumentar la satisfacción laboral y el rendimiento, mejorar el clima laboral y facilitar la comunicación dentro de la empresa. Se han evaluado diferentes programas con contenidos y duraciones variables, y se realizará un resumen de la evidencia existente en este sentido.

BIBLIOGRAFIA

Demarzo MM, Montero-Marin J, Stein PK, Cebolla A, Provinciale JG, García-Campayo J. Mindfulness may both moderate and mediate the effect of physical fitness on cardiovascular responses to stress: a speculative hypothesis. *Front Physiol.* 2014 Mar 25;5:105.

Soler J, Cebolla A, Feliu-Soler A, Demarzo MM, Pascual JC, Baños R, García-Campayo J. Relationship between meditative practice and self-reported mindfulness: the MINDSENS composite index. *PLoS One.* 2014 Jan 22;9(1):e86622.

Fayed N, Lopez Del Hoyo Y, Andres E, Serrano-Blanco A, Bellón J, Aguilar K, Cebolla A, Garcia-Campayo J. Brain changes in long-term zen meditators using proton magnetic resonance spectroscopy and diffusion tensor imaging: a controlled study. *PLoS One.* 2013;8(3):e58476.

SIMPOSIUM 4
PROYECTOS Y RECURSOS PARA LA EDUCACIÓN EMOCIONAL.
PROJECTS AND RESOURCES FOR EMOTIONAL EDUCATION

COORDINADOR/A:

Dra. Núria Pérez Escoda

Profesora en la Universidad de Barcelona

Ponentes

Dra. Gemma Filella Guiu

Profesora en la Universitat de Lleida. coordinadora del GROU en la UdL.

Dr. Antoni Giner Tarrida

Profesor en la Universidad de Barcelona.

Dra. Elia López Cassà

Profesora en la Universidad de Barcelona

Dra. Núria Pérez-Escoda

Profesora en la Universidad de Barcelona

RESUMEN

En este simposium, se darán a conocer mediante cuatro ponencias algunas muestras de una dilatada experiencia en la aplicación efectiva de programas y en la elaboración de materiales para la educación emocional. Nos proponemos dar a conocer algunos de los principales proyectos y recursos en los que el Grupo de Investigación en Orientación Psicopedagógica (GROP) ha elaborado e implementado durante los últimos años con el principal propósito de contribuir de forma decisiva a la mejora del desarrollo e implementación de estrategias destinadas al desarrollo de las competencias emocionales en diferentes colectivos y principalmente en el contexto escolar.

In this symposium four presentations will show evidence of many years of experience in the effective application of programmes and the elaboration of materials that enhance emotional education. We aim to disseminate some of the most relevant projects and resources that the Research Group in educational Psychology Orientation (GROP) has developed and implemented during the last years with the objective of decisively contribute to the improvement and implementation of strategies which are destined to the development of emotional competences in different groups and especially in the scholar context.

Presentación y objetivo.

En este simposium, nos proponemos dar a conocer algunos de los principales proyectos y recursos en los que el Grupo de Investigación en Orientación Psicopedagógica (GROP) ha elaborado en los últimos años con la finalidad de contribuir de forma decisiva al desarrollo

e implementación de la educación emocional en diferentes colectivos, principalmente en el contexto escolar.

Desarrollo

Presentamos cuatro ponencias centradas cada una aportación en concreto tal como se detalla a continuación:

En primer lugar la Dra. Gemma Filella, presentará el Videojuego Happy. Se trata de un software que ayuda a los profesores a entrenar las competencias emocionales del alumnado de Primaria (Happy 8-12) y Secundaria (Happy 12-16). Estas herramientas permiten el aprendizaje de la resolución de conflictos cotidianos de los estudiantes con su grupo de iguales, con asertividad, y así, mejorar la convivencia y la cohesión social en los centros educativos. Estos videojuegos tienen en cuenta las orientaciones de la psicología evolutiva, las habilidades cognitivo-lingüísticas y el desarrollo de los seis estadios morales de Piaget-Kohlberg. Se basan en las competencias de la educación emocional propuestas por el Grupo de Investigación en Orientación Psicopedagógica: conciencia emocional, regulación de las emociones, autonomía emocional, competencia social y competencias de vida y bienestar. En concreto, las estrategias de regulación emocional que se trabajan en el videojuego parten del modelo de Gross (2007), que propone tres estrategias de regulación: cambio de atención, reevaluación cognitiva y cambio de situación.

Una segunda aportación corre a cargo del Dr. Antoni Giner quien presenta el proyecto Escúchame (Projecte Escolta'm), cuya finalidad es potenciar, a través de la tutoría personalizada, la mejora de los aprendizajes y la convivencia mediante el desarrollo de las competencias emocionales. En el Proyecto Escúchame, el tutor tiene en su horario una sesión a la semana para reunirse con sus alumnos en pequeños grupos, y escuchar sus inquietudes, ideas, preocupaciones, sueños, miedos, esperanzas, opiniones, consejos a los compañeros, etc. Los alumnos salen del aula para estar con el tutor en un entorno agradable y cercano para crear un espacio facilitador de la comunicación y la vinculación. El tutor desarrolla una mirada resiliente y capacitadora en los alumnos. Se basa en la construcción de un vínculo emocional positivo que aporta autoconocimiento y seguridad en las propias capacidades de los alumnos, proporcionando factores promotores que reconozcan y acompañen al alumnado en su crecimiento integral como persona de forma satisfactoria. Posee un encuadre sistémico, por lo que se acompaña también a los tutores mediante un espacio de reflexión sobre la puesta en marcha del proyecto y sus dificultades para implementarlo.

En tercer lugar, la Dra. Elia López centrará su exposición dando a conocer algunos programas de intervención en educación emocional para la educación infantil y primaria. Implementar la educación emocional en los centros educativos es cada vez más necesario para el desarrollo socio-emocional del alumnado. En este contexto es preciso partir del desarrollo de la competencia profesional del profesorado y de la educación emocional impartida directamente con el alumnado a lo largo de todo el ciclo vital. En esta ocasión, se presentará la experiencia del GROPE en el desarrollo y aplicación de programas de educación emocional en las primeras etapas educativas. Se mostrarán algunos de los recursos básicos utilizados para su aplicación y se ofrecerán algunas orientaciones a partir de las experiencias realizadas y evaluadas.

Finalmente la Dra. Núria Pérez presentará los instrumentos de evaluación de la competencia emocional desarrollados por el GROPE. Son cuatro cuestionarios que evalúan la competencia emocional total y sus cinco dimensiones de acuerdo con el modelo desarrollado por el GROPE (Bisquerra y Pérez, 2007): conciencia emocional, regulación, autonomía, competencia social y competencias para la vida y el bienestar. Para adultos se

dispone del Cuestionario de desarrollo emocional de adultos (CDE-A), aplicado en diversas ocasiones a profesorado de diferentes niveles educativos y en otros colectivos: profesionales específicos, estudiantes universitarios, etc. También se dispone del Cuestionario de desarrollo emocional reducido (CDE-R), aplicado en investigaciones con personas desempleadas, AMPAS, centros cívicos, etc. Para la evaluación de la competencia emocional de adolescentes se dispone del Cuestionario de desarrollo emocional para secundaria (CDE-SEC), aplicable entre los 12 y 18 años, útil tanto para estudiantes de ESO como de bachillerato y otros cursos profesionalizadores. A nivel de primaria se cuenta con el Cuestionario de desarrollo emocional de 9 a 13 años (CDE_9-13) aplicable entre cuarto y sexto curso. Todos estos instrumentos resultan muy útiles como evaluación de necesidades y permiten orientar la adaptación de los programas de educación emocional a cada grupo, sin desatender las particularidades de cada participante.

Conclusiones

Se trata de un simposium en el cual se muestra el resultado de una dilatada experiencia en la aplicación efectiva de programas y recursos de educación emocional. Se dan a conocer algunas de las experiencias y recursos más significativos para debatir sobre ellos con vistas a la mejora de las intervenciones educativas destinadas al desarrollo de la competencia emocional.

Referencias

Bisquerra, R., & Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, 61-82

Bisquerra, R. & Pérez-Escoda, N. (2012). Educación emocional: Estrategias para su puesta en práctica [HYPERLINK](#)

"http://www.adide.org/revista/index.php?option=com_content&task=view&id=448&Itemid=465". *Avances en supervisión educativa. Revista de la Asociación de Inspectores de Educación de España*, 16.

Filella, G ; Bisquerra, R. & Pérez-Escoda, N. (2014) [SELHYPERLINK](#)

"<http://www.ub.edu/grop/catala/wp-content/uploads/2014/03/SEL-with-a-Video-Game-Happy-to-Resolve-Interpersonal-Conflicts.pdf>" with a Video Game (Happy) to Resolve Interpersonal Conflicts Innovative Research in SEL. In *Advances in SEL Research*. American Educational Research Association, 8 (1), 20.

Filella, G. (2014). *Aprendre a conviure. Happy 8-12: Videojoc per al desenvolupament de les competències emocionals*. Barcelona: Barcanova.

Giner, A. & Saumell, C. (2011). *Projecte* [HYPERLINK](#)

"http://www.gencat.cat/benestarsocialifamilia/publica/butlletiDGAIA/num51/projecte_escoltam.htm" [HYPERLINK](#)

"http://www.gencat.cat/benestarsocialifamilia/publica/butlletiDGAIA/num51/projecte_escoltam.htm" *Escolta'm* [HYPERLINK](#)

"http://www.gencat.cat/benestarsocialifamilia/publica/butlletiDGAIA/num51/projecte_escoltam.htm", per una [HYPERLINK](#)

"http://www.gencat.cat/benestarsocialifamilia/publica/butlletiDGAIA/num51/projecte_escoltam.htm" *tutoria* [HYPERLINK](#)

"http://www.gencat.cat/benestarsocialifamilia/publica/butlletiDGAIA/num51/projecte_escoltam.htm" [HYPERLINK](#)

"http://www.gencat.cat/benestarsocialifamilia/publica/butlletiDGAIA/num51/projecte_escoltam.htm" *personalitzada. Butlletí dels professionals de la infància i l'adolescència*.

Giner Tarrida, A. (2012). Projecte Escolta'm, recuperant l'essència de l'educació. Guix, 386.

GROP. (2009). Actividades para el desarrollo de la inteligencia emocional en los niños. Barcelona: Parramón.

Gross J. J. (Ed., 2007). Handbook of emotion regulation. New York: Guilford Press.

López, E. (2003). Educación emocional. Programa para 3-6 años. Barcelona: Praxis.

López, E. (2011). Educar las emociones en la infancia (de 0 a 6 años): reflexiones y propuestas prácticas. Madrid: Wolters Kluwer.

Pérez-Escoda, N., Bisquerra, R., Filella, G. & Soldevila, A. (2010). Construcción del cuestionario de desarrollo emocional de adultos (HYPERLINK "<http://gropinformacio.files.wordpress.com/2014/05/construccic3b3n-del-cuestionario-de-desarrollo-emocional-de-adultos-qde-a.pdf>"QDEHYPERLINK "<http://gropinformacio.files.wordpress.com/2014/05/construccic3b3n-del-cuestionario-de-desarrollo-emocional-de-adultos-qde-a.pdf>"-A). REOP, 21, 2, 367-379.

SIMPOSIUM 5

EL PAPEL DE LAS “EMOCIONES” EN LAS EXPRESIONES DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR

INTRAFAMILIAR VIOLENCE EXPRESSIONS EMOTIONS´ROLE

COORDINADOR:

Miguel Ausejo

Director Medico FAIM

Ponentes

Raúl Gutierrez

Psicologo en FAIM

Angel Estalayo

IRSE

Eva Bach

Pedagoga

Maite Puntos

Pedriodista,

Miguel Ausejo

Director Medico FAIM

RESUMEN

Presentamos el papel que juegan las emociones en las expresiones de violencia familiar en un dialogo entre varios profesionales, que en su ejercicio profesional intervienen con los menores, con sus familias, y con los educadores que atienden dichas situaciones.

En un formato abierto, con preguntas dirigidas a cada uno de los profesionales, y con aportaciones de todos los intervinientes, se pretende describir las dinámicas emocionales que se dan en los diferentes espacios de relación.

De una parte impresionan las expresiones de violencia en los menores, que se enmarcan en las experiencias compartidas en los ámbitos familiares, así como en los itinerarios vitales vividos por las familias.

Las propuestas que sugerimos pretenden abordar la importancia de construir ambientes, que contengan los malestares experimentados, que validen las experiencias emocionales, y que favorezcan la regulación de las emociones surgidas en la convivencia diaria.

Así mismo presentamos también la importancia de abordar la carga emocional asumida por los profesionales que se sumergen en la atención a estas dinámicas de violencia.

SIMPOSIUM 6

AULAS FELICES

COORDINADOR:

Ricardo Arguís Rey

Profesor en el IES “Santiago Hernández” de Zaragoza.

Ponentes

Silvia Hernández Paniello

Asesora de Formación en el CIFE “Juan de Lanuza” de Zaragoza.

Rosa María Llorente García

Directora y orientadora en el CEIP “Ramiro Soláns” de Zaragoza.

Ana Cristina Lozano Mateo y Cristina Solsona Altau

Profesoras en el CEIP “Parque Europa” de Utebo, Zaragoza

Sebastián Lombas Fouletier y Terebel Jiménez Gutiérrez

Profesores en la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas de Zaragoza Campus de Teruel

El programa “Aulas Felices” es una reciente iniciativa de Educación Positiva diseñada en España, para alumnos de Educación Infantil, Primaria y Secundaria (niños y jóvenes entre 3 y 18 años), y centrada en dos áreas fundamentales: la atención plena (“mindfulness”) y las fortalezas personales (Peterson y Seligman, 2004).

La atención plena es el primer elemento de este programa. Actualmente disponemos de un creciente número de investigaciones que evidencian los efectos positivos de la atención plena en contextos educativos (Meiklejohn et al., 2012; Arguís, 2014). Pretendemos que nuestros alumnos sean más conscientes en su vida, cultivando la atención plena como un estilo de vida, y no solamente como una práctica en momentos específicos o aislados. Así serán capaces de disfrutar más de las cosas positivas de la vida y de transformar lo negativo, a fin de alcanzar mayores niveles de bienestar.

Además, la atención plena puede trabajarse de modo conjunto con otra importante estrategia: la educación de las fortalezas personales. Diversos investigadores han señalado los numerosos beneficios de la integración de ambas estrategias (Niemic, Rashid y

Spinella, 2012; Niemiec, 2012 y 2014). Es importante destacar que nosotros distinguimos dos aproximaciones generales en este terreno, que hemos denominado “enfoques restringidos” y “enfoques abiertos”, respectivamente. Los enfoques restringidos se centran en identificar las fortalezas personales que los individuos ya poseen, y en potenciar formas de ponerlas en juego como medio de alcanzar una vida más plena. Por el contrario, los enfoques abiertos adoptan una perspectiva más amplia, promoviendo no solo las fortalezas ya existentes, sino también el resto de posibles fortalezas que las personas pueden desarrollar. Por tanto, nosotros hemos decidido basar nuestra intervención en todo el repertorio de las 24 fortalezas de la Clasificación VIA, diseñando actividades para incrementar todo el potencial de nuestros alumnos, y no solo aquello que ya poseen.

La primera edición de este programa fue publicada en Internet en octubre de 2010, y la segunda en noviembre de 2012, revisada y con más actividades para trabajar en las aulas. Actualmente, es uno de los programas más populares de Educación Positiva en países de habla hispana, y uno de los pocos en el mundo completamente gratuito y de libre distribución. Ha logrado una gran difusión y un reconocimiento a nivel internacional, por parte de la comunidad científica y de profesionales del ámbito educativo. Ha sido presentado en gran cantidad de foros y eventos (II Congreso Mundial sobre Psicología Positiva, I Congreso Español de Psicología Positiva, II Encuentro Chileno sobre Relaciones Saludables y Felicidad, y la II Conferencia Internacional sobre Psicología Positiva en la República Checa). Además, ha sido incluido como manual de referencia en programas de formación de universitarios, másteres y doctorados.

Hasta hace poco solo estaba disponible en español, pero en diciembre de 2014 se ha publicado la traducción al inglés, y en próximos meses aparecerá también la traducción al francés. Su distribución es libre y gratuita. Los autores permiten su libre difusión y reproducción, siempre que se realice sin fines comerciales y se cite la fuente original.

Nuestro programa ofrece tres posibilidades generales de trabajo en las aulas: 1) propuestas globales, 2) propuestas específicas, y 3) planes personalizados. Las propuestas globales constituyen un conjunto de principios generales que deberían impregnar la acción educativa (la actitud del profesorado, crear posibilidades para “fluir” en las aulas, cambios metodológicos, etc.). Las propuestas específicas consisten en una batería de 321 actividades para trabajar la atención plena y las fortalezas personales. Estas actividades están dirigidas a todo el alumnado de modo general, y por ello hemos incluido una tercera estrategia –los planes personalizados– para posibilitar que cada uno desarrolle su perfil personal de fortalezas. Todas estas estrategias y actividades pueden ser trabajadas dentro de todo el currículo educativo, tanto en asignaturas concretas como en sesiones de tutoría, en todos los niveles educativos.

Actualmente, hay más de 200 centros educativos en España y en el extranjero (principalmente en países de habla hispana) donde se está aplicando nuestro programa. De momento, estamos recibiendo una valoración muy positiva por parte del profesorado, el alumnado y sus familias. Además, en estos momentos hay varias investigaciones en

marcha para validar experimentalmente la eficacia del programa. Nuestro equipo está a punto de publicar los resultados de nuestra primera investigación, llevada a cabo con una muestra de 368 alumnos de Educación Secundaria (con edades comprendidas entre 12 y 18 años). Nuestros primeros hallazgos, tras un riguroso análisis basado en Modelos de Ecuaciones Estructurales, reflejan un incremento en los niveles de atención plena, inteligencia emocional y apreciación de las relaciones sociales, y una reducción del estrés percibido. No obstante, conviene señalar que estamos todavía en un primer estadio de nuestras investigaciones, por lo que se requieren estudios posteriores que nos permitan constatar tales hallazgos.

En el simposio se darán a conocer los rasgos fundamentales del programa “Aulas Felices”, ilustrándolo con ejemplos extraídos de su aplicación real en diversos centros educativos, y avanzando los resultados de nuestra primera investigación en Aragón, como primer paso para la validación del programa y el establecimiento de futuras líneas de investigación.

Referencias

- Arguís Rey, R. (2014). Mindfulness y educación: Aprendiendo a vivir con atención plena. En A. Cebolla, J. García y M. Demarzo, *Mindfulness y ciencia* (pp. 129–149). Madrid: Alianza.
- Equipo SATI (2012). *Programa AULAS FELICES. Psicología Positiva aplicada a la Educación*. Descarga gratuita del programa completo en: <http://www.aulasfelices.org>
- Meiklejohn, J., Phillips, C., Freedman, M.L., Griffin, M.L., Biegel, G., Roach, A., Frank, J., Burke, C., Pinger, L., Soloway, G., Isberg, R., Sibinga, E., Grossman, L. y Saltzman, A. (2012). Integrating mindfulness training into K-12 education: fostering the resilience of teachers and students. *Mindfulness*. doi:10.1007/s12671-012-0094-5
- Niemiec, R.M. (2012). Mindful living: Character strengths interventions as pathways for the five mindfulness trainings. *International Journal of Wellbeing*, 2(1), 22–33. doi:10.5502/ijw.v2i1.2
- Niemiec, R.M. (2014). *Mindfulness and character strengths. A practical guide to flourishing*. Boston, MA: Hogrefe.
- Niemiec, R.M., Rashid, T. y Spinella, M. (2012). Strong mindfulness: Integrating mindfulness and character strengths. *Journal of Mental Health Counseling*, 34(3), 240–253.
- Peterson, C. y Seligman, M. E. P. (2004). *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification*. Washington: Oxford University Press.

SIMPOSIUM 7

EL DESARROLLO PERSONAL A TRAVÉS DE LAS ARTES PERSONAL DEVELOPMENT THROUGH THE ARTS

COORDINADORA:

M^a Concepción Berruete Martínez

Universidad de Zaragoza, Directora de EVOLART.

Ponentes

Fatima Sánchez Santiago

Fundación Botín

Maria Luisa Grau Tello

Asociación "Believe in Art"

Laura Laguna

Proyecto Diseño Gráfico para niños/as

Alejandra Morón

La akademia Zaragoza

RESUMEN

La creatividad, entendida como la acción de crear, en este caso a través de las artes, nos permite desarrollarnos en todo nuestro ser, cambiar nuestra percepción de la realidad y transformar la realidad en sí. La creatividad y la expresión artística es una parte importante del ser humano, de su felicidad, de su desarrollo en todos los ámbitos de su vida.

La creatividad es una habilidad, que por su uso se desarrolla o se mantiene latente. Tiene que ver con el permiso que cada uno nos damos a nosotros mismos para crear sin juzgarnos. Las personas a que se les ha alentado a crear en su infancia pueden permitírselo con más facilidad, se relacionan con ella con más naturalidad.

Por eso es fundamental normalizar la acción de crear como una parte esencial del individuo, no como algo propio de algunas personas "tocadas" por un talento fijo e inalcanzable para muchos. De hecho creamos como una característica propia del ser y del estar vivos. Por eso la creatividad, por acción y a veces por omisión, es la fuerza vital que guía nuestras vidas.

Creemos que permitirnos y permitir el desarrollo de la creatividad es una parte fundamental en nuestro desarrollo personal, así como el contacto con la belleza y la sensibilidad que nos proporciona el arte. Por eso es nuestro propósito en este simposium reflexionar sobre este enfoque de la creatividad y mostrar proyectos que se están llevando a cabo en este sentido.

Abstract

Creativity, understood as the act of creating, in this case through the arts, allows us to develop our whole being, change our perception of reality and transform reality itself. Creativity and artistic expression is an important part of human beings, their happiness, their development in all areas of your life.

Creativity is a skill that develops or use remains latent. It has to do with permission each give ourselves to create without judgment. People who have been encouraged to create in its infancy can afford more easily relate to it more naturally.

It is therefore essential to normalize the action of creating an essential part of the individual, not as something out of some people "touched" by a fixed and unattainable for many talents. In fact created as a characteristic of being and being alive. So creativity, share and sometimes by default, is the life force that guides our lives.

We believe that enable and allow the development of creativity is a fundamental part of our personal development as well as contact with the beauty and sensitivity that gives us the art. That is our purpose in this symposium reflect on this approach to creativity and display projects being undertaken in this regard.

Desarrollo

Este simposium pretende mostrar diferentes proyectos puestos en acción en diferentes ámbitos, en relación al Desarrollo Personal y la Creatividad a través de las Artes.

Son cuatro experiencias profesionales las que vamos a mostrar:

En primer lugar intervendrá FÁTIMA SÁNCHEZ SANTIAGO, Directora ejecutiva del Centro Botín, directora de Proyectos y del área de Educación de la Fundación Botín y codirectora del Máster en Educación Emocional, Social y de la Creatividad desarrollado por la Fundación Botín y la Universidad de Cantabria.

Nos hablará sobre el Programa de Educación Responsable. Es un programa educativo cuyo objetivo es mejorar la calidad educativa, favoreciendo el crecimiento físico, emocional, intelectual y social, promoviendo la comunicación y la convivencia positiva en los centros escolares a partir del trabajo con docentes, alumnado y familias. Se integra en las áreas curriculares con especial atención a las artes (música, plástica y literatura).

El programa ayuda a los niños y jóvenes a conocerse y confiar en sí mismos, comprender a los demás, reconocer y expresar emociones e ideas, desarrollar el autocontrol, aprender a tomar decisiones responsables, valorar y cuidar su salud y mejorar sus habilidades sociales.

Durante tres años la Universidad de Cantabria ha evaluado de forma externa con resultados muy positivos la aplicación del programa mediante una evaluación pedagógica y otra psicológica.

En segundo lugar intervendrá MARÍA LUISA GRAU TELLO, cofundadora de Believe in Art. Doctora en Historia del Arte por la Universidad de Zaragoza, especializada en Arte Público y más concretamente en la pintura mural contemporánea, como manifestación artística, política y social vinculada con el espacio urbano. Compatibiliza su labor investigadora con la actividad desarrollada a través de Believe in Art.

Nos presentará el proyecto Believe in Art, asociación cultural sin ánimo de lucro, que nace en 2013 con el objetivo de introducir la creación artística en el ámbito del Hospital Materno-Infantil del Miguel Servet de Zaragoza con la intención de mejorar la calidad de la estancia en el centro, tanto para el niño como para sus familiares, y mitigar el síndrome hospitalario. Para alcanzar los objetivos propuestos, Believe in Art ha definido dos vías de acción, diferentes pero complementarias, que comprenden la realización de talleres didácticos y la creación de intervenciones artísticas permanentes, en ambos casos realizados mediante la colaboración altruista y desinteresada de toda una serie de agentes culturales con una reconocida trayectoria como creadores y promotores de la Cultura y la actividad artística zaragozana. A lo largo de su todavía breve andadura, Believe in Art ha llevado a cabo un conjunto de intervenciones artísticas en las zonas de Cirugía Pediátrica y de Oncopediatría del Miguel Servet, a cargo de numerosos artistas e ilustradores como Julio Antonio Blasco, David Guirao, Agnes Daroca, Coco Escribano, Estefanía Abad o Beatriz Entralgo, entre muchos otros; por lo que se refiere a los talleres, destacar la realización de toda una serie de actividades de carácter didáctico y cultural vinculadas con la creación artística y la Historia del Arte, impartidas en este caso por instituciones como el Museo de Zaragoza o los Museos Municipales del Servicio de Cultura del Ayuntamiento de Zaragoza, así como por profesionales de la didáctica del Patrimonio como es el caso de Curiosa Casiopea o Atrapavientos, vinculados a la escritura creativa.

En tercer lugar intervendrá LAURA LAGUNA, cofundadora del proyecto “Diseño Gráfico para niños”, que explicará en qué consiste esta idea innovadora que se está desarrollando en Zaragoza

Es un proyecto que concibe el Diseño Gráfico como una herramienta para poner en valor en la infancia otras capacidades creativas y artísticas que pueden desarrollarse mediante creaciones colectivas. El objetivo de este proyecto es que los niños aprendan a ser diseñadores, creativos, a comunicarse de forma original y diferente, y a aprender recursos para solucionar de forma eficaz y autónoma sus problemas.

La metodología empleada fomenta la experimentación y aprendizaje por descubrimiento, a través de las infinitas posibilidades creadoras y comunicativas que proporciona el diseño gráfico; el trabajo en equipo, la toma de decisiones grupales, el desarrollo del sentido crítico y la exposición de opiniones para crear comunidad; y el desarrollo del proyecto personal de cada uno, siguiendo su intuición y sus gustos para crear lo que realmente deseen y les motive, con un fin común.

En cuarto lugar intervendrá ALEJANDRA MORÓN, Directora de La Akademia Zaragoza. Coach certificada en coaching ejecutivo y empresarial. (IESEC) certificado y homologado por ASESCO (Asociación Española de Coaching). También es Diploma en Turismo y Posgrado en Gestión y Dirección Hotelera. Se dedica al coaching para jóvenes y risoterapia para todos.

Nos presentará La Akademia, que siendo un proyecto educativo vinculado y avalado por el Máster de Desarrollo personal y Liderazgo de la Universidad de Barcelona, lleva desarrollándose en su tercera edición en Zaragoza, de forma completamente gratuita. Promueve la educación emocional entre jóvenes de 16 y 22 años. Su finalidad es acompañar a chavales sensibles y curiosos para que aprendan a ser felices y descubran quiénes verdaderamente son, encontrando el sentido que quieren darle a sus vidas. A través del autoconocimiento y la responsabilidad personal, inspira a que los jóvenes sanen su autoestima, cultiven la confianza en sí mismos y desarrollen todo su potencial, emprendiendo una función profesional útil, creativa y con sentido en la nueva Era del Conocimiento.

CIIEB 2015
CONGRESO INTERNACIONAL DE INTELIGENCIA
EMOCIONAL Y BIENESTAR

**II Congreso Internacional de Inteligencia
Emocional y Bienestar**



Zaragoza
21, 22, 23 y 24
de mayo de 2015

WWW.CONGRESOINTELIGENCIAEMOCIONAL.COM