

MÁSTER UNIVERSITARIO EN FORMACIÓN DEL PROFESORADO DE SECUNDARIA,
BACHILLERATO, CICLOS, ESCUELAS DE IDIOMAS Y ENSEÑANZAS DEPORTIVAS.

Estudio piloto de un programa de desarrollo positivo en adolescentes de la ESO.

Creado por:

Sara Carrió Rodríguez

Tutora: Irene Alegría.

Curso: 2023/2024

Índice

1. Resumen y palabras clave en castellano e inglés.....3-4
2. Introducción del TFM.....4-6
 - A. Justificación...11-13
 - B. Objetivos..... 13-15
 - D. Metodología...34-36
3. Desarrollo del trabajo...26-24
 - Marco normativo estatal y específico de la Comunidad Autónoma de referencia...15-18
 - Contextualización del centro educativo...18
4. Presentación de la programación didáctica, análisis y propuesta de mejora a la misma...19-20
 - a) Secuencia de los contenidos, competencias y evaluación...24-32
 - b) Actividades TIC....32-34
 - c) Metodologías activas...34-36
 - d) Propuestas de innovación educativa, indicando qué se va a incorporar en la programación, cuándo y cómo, así como los criterios y metodología de evaluación...36-38
 - e) Desarrollo de valores relativos a equidad y diversidad...38-39
 - f) Refuerzo y grupos de atención especial.....39-41
4. Desarrollo de la unidad didáctica o unidad de trabajo...42-44
5. Posibilidades de proyectos de investigación educativa.....47-49
6. Conclusiones, limitaciones y prospección de futuro...47-49
7. Referencias bibliográficas...51-54
8. Anexos.....54-58

Resumen

En los últimos años, frente al modelo tradicional centrado en el déficit, han ido surgiendo programas escolares y extraescolares basados en el Desarrollo Positivo. Diversos estudios han evidenciado los beneficios de los/as adolescentes como consecuencia de la participación en programas basados en este enfoque, tales como la mejora en habilidades y competencias socioemocionales, el aumento en la conducta prosocial, el fomento de vínculos con los otros, etc. El objetivo del presente estudio es el diseño de un programa de intervención psicosocial para adolescentes residentes en el medio rural basado en el Modelo de Desarrollo Positivo de Oliva, Parra, Pertegal, Ríos y Antolín (2008). Mediante su carácter integrador, este programa ayuda a los/as adolescentes a desarrollar competencias que les permitan crecer, desarrollar sus habilidades y convertirse en personas adultas saludables, responsables y preocupadas por los demás; y, por otro lado, promueve vínculos personales entre los iguales, a la vez que fomenta la conexión con la comunidad mediante su participación activa durante las sesiones. Posteriormente, se lleva a cabo una primera implementación del programa en el municipio Bétera de (Valencia), con una muestra de 13 adolescentes (11-16 años), residentes en ese municipio y un grupo control (N=13) con adolescentes residentes en los municipios colindantes. Con ello, se pretende que dicho estudio piloto sirva como retroalimentación para la mejora del mismo y sus futuras implementaciones.

Palabras clave: desarrollo positivo, adolescente, comunicación verbal y no verbal, asertividad.

Abstract

In recent years, facing a deficit in the traditional model, school programs and extra-curricular programs have emerged based in Positive Development. Various studies have shown the benefits of adolescents participating in programs with this focus, such as improvements in socio-emotional abilities and competence, a rise in prosocial behavior, the development of links with others, etc. The objective of the present study is the design of a program of psychosocial intervention for adolescents living in rural areas based in the Model of Positive Development of Oliva, Parra, Pertegal, Ríos y Antolín (2008). By means of its conciliatory character, this program helps adolescents develop competencies that permit them to grow, develop their abilities, and become healthy, responsible adults with concern for others; and, on the other hand, promotes personal connections between adolescents, also encourages the connection with the community by way of active participation during the sessions. Subsequently, a first implementation of the program in the rural municipality Betera (Valencia), with a sample size of 13 adolescents (11-16 years of age), residents of this municipality and a random control group (N=13) with residents of neighboring municipalities. With that, the hope is that said study provides feedback for the improvement of future implementations.

Key words: positive development, adolescent, verbal and non-verbal communication, assertiveness

Introducción

La adolescencia es el periodo de transición cognitiva, biológica y psicosocial que va desde la niñez hasta la edad adulta (Berger, 2004). Generalmente, esta etapa comienza entre los once o doce años y puede prolongarse hasta el final de la segunda década de la vida. Cuando hablamos de adolescencia debemos distinguir al menos tres vertientes. La primera de ellas es la física, que va acompañada de cambios físicos y fisiológicos, y que tiene como fin la transformación del cuerpo infantil en adulto. Solemos referirnos también a esta etapa como pubertad. La segunda es la vertiente cognitiva, que se refiere a los cambios en los procesos del pensamiento adolescente. Por último, la tercera es la faceta psicosocial, caracterizada por la relación del adolescente con su familia, amigos y con la sociedad. En la adolescencia como etapa amplia de la vida se suelen diferenciar tres subfases: *temprana o inicial, media y tardía o emergente* (Palacios, 1999). La adolescencia temprana abarca de los 10 a los 14 años aproximadamente y es cuando se producen los principales cambios físicos y sociales que tienen lugar con la llegada de la pubertad, se inicia la maduración y aparece un interés creciente por los miembros del otro sexo. De los 15 a los 17 años es el periodo que corresponde a la adolescencia media y se caracteriza por el incremento progresivo de la independencia. Algunas personas se incorporan al mercado laboral al final de esta etapa y pasan a desempeñar roles adultos. Son precisamente estos dos periodos en los cuales enmarcamos nuestra investigación.

Por la adolescencia tardía pasarían aquellos individuos que, debido al largo periodo de formación educativa o a otros factores sociales, todavía no asumen los roles adultos (Feldman, y Elliott, 1990). Dicha etapa puede llegar a prolongarse ampliamente en el tiempo, llegando a ser *eterna*. Por ello, ante esta realidad, autores como Arnett (1999), propusieron una nueva etapa entre la adolescencia tardía y la adultez denominada *Adultez Emergente*.

Uno de los primeros estudios científicos sobre la adolescencia fue llevado a cabo por Hall (citado en Montero, 2006), quien consideraba la adolescencia como un momento de turbulencia y sentimientos contradictorios. Para Erikson (Erikson, 1971/1993) la tarea principal del/la adolescente es encontrar su propia identidad tras los frenéticos cambios que ocurren en su aspecto físico, y los consiguientes cambios en las demandas sociales, aspectos ambos que influyen en el sentido de la identidad del individuo. Según el autor, la sociedad provoca crisis en la persona, y paralelamente, establece medios para superar esas crisis. Cada superación supondrá mayor apertura a la sociedad

Enfoque centrado en el déficit vs desarrollo positivo

De forma paralela al estereotipo creado por gran parte de la población de que la adolescencia se caracteriza por ser una etapa conflictiva, donde predomina el consumo de drogas y las conductas riesgosas (Buchanan y Holmbeck, 1998; Casco y Oliva, 2005), han proliferado las intervenciones basadas en el enfoque centrado en los déficits (Catalano, Berglung, Ryan, Lonczak y Hawkins, 2004). Este enfoque pretende prevenir y/o reducir comportamiento de riesgo, considerando el desarrollo y el ajuste psicológico durante la adolescencia como la ausencia de problemas, es decir, parte de un modelo de intervención con características similares al modelo médico tradicional (Rodrigo et al, 2006).

A pesar del predominio de este enfoque, en los últimos años ha surgido una nueva corriente centrada en el desarrollo positivo y saludable durante esta etapa del ciclo vital. De acuerdo con este marco, una adolescencia saludable y ajustada y una adecuada transición a la adultez requieren de algo más que la evitación de algunos comportamientos como la violencia, el consumo de drogas o las prácticas sexuales de riesgo. Así, “el modelo adopta una perspectiva centrada en el bienestar, pone un énfasis especial en la existencia de condiciones saludables y expande el concepto de salud para incluir las habilidades, conductas y competencias necesarias para tener éxito en la vida social, académica y profesional” (Oliva, Parra, Pertegal, Ríos y Antolín, 2008, p.17).

El concepto de desarrollo positivo es relativamente reciente, surge en los años 90 a partir del marco teórico de la psicología positiva (Seligman y Csikszentmihaly, 2000). Esta perspectiva se refiere a una aproximación que tiene como objetivo desarrollar programas para niños/as y jóvenes que potencien el aprendizaje de competencias que les ayudarán a adaptarse con éxito a los diversos desafíos de la vida (Escartí, Buelga, Gutiérrez y Pascual, 2009). Las diferentes perspectivas teóricas que se fundamentan en el desarrollo positivo tratan de establecer cuáles son las competencias cognitivas, sociales, emocionales y morales que ayudan a los individuos a ser personas eficientes en su entorno y comprometidas con los problemas de los demás y de la comunidad.

Este enfoque se sitúa en la línea de los modelos sistémicos evolutivos actuales que asumen el principio de que las relaciones entre el individuo y su contexto constituyen la base de la conducta y el desarrollo personal. Desde el punto de vista contextual, no es adecuado estudiar al adolescente aislándolo de su entorno (Lerner, 2002). El contexto sociocultural afecta al significado del desarrollo físico del individuo, a las expectativas de su género y a aspectos importantes de la vida (Kimmel y Weiner, 1998). Tal y como sugiere el modelo bioecológico de Bronfenbrenner (1987) la socialización tiene lugar en un contexto que posee determinadas condiciones estructurales que se extienden desde la estructura más interna, el *microsistema*, hasta la más externa el *macrosistema*. Dicho de otro modo, el ser humano se desarrolla en un *ambiente* o *nicho ecológico* que está organizado en forma de estructuras concéntricas anidadas, cada una de las cuales está contenida en la siguiente.

Estos sistemas -micro, meso, exo y macro- se desarrollan teniendo en cuenta el *cronosistema*, es decir, el patrón de los acontecimientos ambientales y las transiciones a lo largo del curso de la vida, así como a las circunstancias sociohistóricas.

Según el enfoque de desarrollo positivo, dicha interacción recíproca entre adolescente y entorno, alcanza su punto óptimo cuando se considera a los/as jóvenes y adolescentes como recursos a desarrollar más que como problemas a solucionar (Oliva, *et al*, 2008). Asimismo, cuando se enfatiza en las potencialidades más que las supuestas carencias de los y las adolescentes, incluso de los más desfavorecidos y vulnerables.

Modelos de desarrollo positivo

Cuando hacemos referencia al desarrollo positivo resulta indispensable nombrar los modelos más importantes, entre ellos, el modelo de las 5 Ces de Lerner (Lerner, Lerner, Almerigi y Theokas, 2005), el modelo SEL desarrollado por la Coalición para el Aprendizaje Socioemocional- CASEL- (Greenberg, Domitrovich, Graczyk y Zins, 2005) y el enfoque de Destrezas para la vida (Botvin y Griffin, 2004), por su carácter integrador, ya que tienen como foco principal de interés el desarrollo de competencias socioemocionales de los/as adolescentes.

El Modelo de las Cinco Ces, propuesto inicialmente por Little (1993), incluye 4 factores latentes que agrupan diversas competencias y características psicológicas o conductuales. Algunos autores (Roth y Brooks-Gunn, 2003; Lerner, 2004) añadieron a esta propuesta inicial un quinto factor, con lo que quedó configurado un modelo que captura la esencia de los indicadores de competencias cognitivas, conductuales y sociales que componen el desarrollo adolescente positivo, bajo los presupuestos fundamentales del modelo bioecológico de Bronfenbrenner. Estos cinco factores o, lo que llaman, las cinco Ces son: competencia (capacidades y habilidades relacionadas con la competencia cognitiva, académica, social y vocacional), carácter (conductas relacionadas con el respeto por las normas sociales y culturales), conexión (capacidad real del joven para establecer vínculos positivos tanto con las personas de su entorno inmediato como con entornos menos próximos), confianza (sentido interno de autovaloración global positiva y sentimiento de autoeficacia) y el cuidado (sentido de preocupación y empatía hacia los demás). Las tres primeras C del modelo corresponden a la dimensión externa de la persona, mientras que las dos últimas se refieren a la dimensión interna.

Otro autor fundamental en este enfoque es Reed Larson (2000). Tras sus estudios a finales de la década de los 90 sobre los beneficios que otorgan las actividades estructuradas voluntarias en los/as jóvenes, ha destacado el valor de la *iniciativa personal*¹, la creatividad, el liderazgo, el altruismo o la conducta cívica como elementos fundamentales para el desarrollo de competencias durante la adolescencia.

También se debe mencionar otro modelo teórico, particularmente interesante, desde la perspectiva del desarrollo positivo, es el modelo del *Empowerment* formulado por Julian Rappaport (2005). Este enfoque parte del supuesto de que el bienestar de las personas depende de su capacidad para controlar la dirección de sus vidas, tomar decisiones y plantearse cursos de acción (Buelga, Musitu, Vera, Avila y Arango, 2009). La realización personal se consigue cuando las personas se perciben competentes para resolver los desafíos a los que se enfrentan, perciben que tienen capacidad para asumir los retos (percepción de autoeficacia) y se encuentran suficientemente motivados para realizar el esfuerzo necesario para conseguir las metas propuestas.

En nuestro contexto más cercano, Alfredo Oliva y su equipo de investigación de la Universidad de Sevilla han diseñado un modelo basado en el enfoque del Desarrollo Positivo. Este modelo se representa con una flor, ya que el concepto de florecimiento (*thriving*) es clave en el modelo del desarrollo positivo. Dicho de otro modo, el florecimiento representa el proceso por el que, implicado en relaciones saludables con su contexto, el adolescente se encamina hacia el desarrollo de una integridad personal ideal. Este modelo se divide en cinco grandes áreas: *desarrollo personal, social, moral, cognitiva* y *emocional*, siendo la primera de ellas el eje fundamental del resto de áreas. En esta área central se encuentran las *competencias personales* del/la adolescente, es decir, la *autoestima*, el *autoconcepto*, la *autoeficacia*, la *individuación*, el *sentido de pertenencia* y *vinculación* y la *iniciativa personal*. En cuanto al resto de áreas, encontramos la parte *social*, basada en las *competencias y habilidades sociales*, tales como la *asertividad*, las *habilidades relacionales* y las *habilidades para la resolución de conflictos interpersonales*; la parte *moral*, la cual se centra en el *compromiso social*, la *responsabilidad*, la *prosocialidad* y la *justicia*, la *igualdad* (de género, social...) y el *respeto a la diversidad*; la parte *cognitiva*, donde se encuentra la *capacidad de análisis crítico*, la *capacidad de pensamiento analítico*, la *creatividad*, la *capacidad de planificación y revisión* y la *capacidad para tomar decisiones*; y, por último, la parte *emocional*, basada en la *empatía*, *reconocimiento* y *manejo de las emociones* de demanda pero también se orienta a largo plazo; y, por último, implica persistencia y capacidad de superar barreras para lograr el objetivo propuesto.

¹ La iniciativa personal es definida por Frese y Fay (2001), como: una conducta autoiniciada, ya que no es obligada; proactiva, en el sentido en que responde a una

los demás, conocimiento y manejo de las propias emociones, tolerancia a la frustración y el optimismo y sentido del humor (Oliva et al, 2008).

Todas las competencias incluidas en el modelo pueden considerarse dimensiones cuantitativas o un continuo en el que los chicos se situarán según tengan un mayor dominio o desempeño en cada una. Aunque no es esperable que los/as adolescentes alcancen valores muy altos en muchas de estas competencias en la adolescencia inicial o media, se trata de objetivos o habilidades que deben promoverse si queremos fomentar el desarrollo positivo y saludable durante estos años y situar a hombres y mujeres en una posición de partida ideal al comienzo de la adultez. En definitiva, el modelo del desarrollo positivo representa una visión optimista del ser humano, en general, y del adolescente, en particular, en el que cuando se dan las condiciones favorables, y chicos se ven implicados en relaciones saludables con su contexto, florecen como ciudadanos prosociales, aportando su contribución personal a la sociedad en la que están inmersos.

Concepto de Educación Emocional

La educación emocional se define como un proceso educativo continuo y permanente que tiene como objetivo desarrollar competencias emocionales, entendidas como el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de manera adecuada las emociones propias y las de los demás.

Fundamentos Teóricos

a. Teoría de la Inteligencia Emocional (Daniel Goleman)

Daniel Goleman popularizó el concepto de inteligencia emocional en su libro de 1995, "Emotional Intelligence". Propone que la inteligencia emocional es tan importante, si no más, que el coeficiente intelectual (IQ) para el éxito personal y profesional. La inteligencia emocional se compone de cinco componentes principales:

- Autoconciencia: Reconocer y entender las propias emociones.
- Autorregulación: Manejar y controlar las propias emociones
- Motivación: Usar las emociones para alcanzar metas.

- Empatía: Reconocer las emociones en los demás.
- Habilidades Sociales: Manejar las relaciones de manera efectiva.

b. Teoría de la Autorregulación Emocional (James Gross)

James Gross desarrolló un modelo de proceso de regulación emocional, que describe cómo las personas pueden influir en las emociones que tienen, cuándo las tienen y cómo las experimentan y expresan. Este modelo incluye:

- Selección de Situaciones: Elegir estar en circunstancias que eliciten emociones deseadas.
- Modificación de Situaciones: Cambiar las circunstancias para alterar su impacto emocional.
- Despliegue Atencional: Enfocar la atención en aspectos que generen el estado emocional deseado.
- Cambio Cognitivo: Cambiar la forma en que se piensa sobre una situación para modificar su impacto emocional.
- Modulación de Respuestas: Cambiar las respuestas emocionales una vez que han surgido.

c. Teoría del Aprendizaje Socioemocional (Linda Lantieri y Daniel Goleman)

El aprendizaje socioemocional (SEL) se refiere al proceso mediante el cual niños y adultos adquieren y aplican los conocimientos, actitudes y habilidades necesarias para comprender y gestionar emociones, establecer y alcanzar metas positivas, sentir y mostrar empatía por los demás, establecer y mantener relaciones positivas y tomar decisiones responsables. Los cinco ámbitos principales del SEL son:

- Autoconciencia: Conciencia y comprensión de las propias emociones, pensamientos y valores.
- Autogestión: Gestión efectiva de las emociones y comportamientos en diferentes situaciones.
- Conciencia Social: Comprensión de las perspectivas de los demás y empatía.

-Relaciones Interpersonales: Habilidades para establecer y mantener relaciones saludables.

-Toma de Decisiones Responsable: Hacer elecciones responsables basadas en la ética y el bienestar personal y de otros.

Justificación de los programas de desarrollo positivo

Numerosos estudios y metaanálisis (Durlak y Wells, 1997; Greenberg *et al*, 2003; Wilson, Lipsey y Derzon, 2003) muestran los beneficios que el desarrollo positivo tiene para los/as adolescentes que participan en estos programas de intervención, tanto escolares como extraescolares. Entre estos beneficios pueden citarse el aumento de las habilidades sociales, la mejora de las competencias emocionales, la reducción del consumo de sustancias y de los comportamientos violentos y agresivos, el fortalecimiento del vínculo con la escuela, la mayor participación en el aula y el aumento del rendimiento académico.

Aunque en nuestro país existe poca experiencia en la implementación de programas con este enfoque, ya sea formando parte de los contenidos curriculares y/o impartándose en horario extraescolar (Pertegal, Oliva, Hernando, 2010), en los últimos años han ido proliferando programas con variedad de objetivos que, de forma aislada, abordan la promoción de determinadas competencias. Podemos citar aquellos que se centran en la educación para la paz, la competencia social y la prevención de la violencia (Trianes y Fernández-Figares, 2001; Díaz-Aguado, 2003); otros que pretenden estimular la realización personal y social (Hernández y Aciego de Mendoza, 1990; Monjas, 2002); crear y promover el desarrollo del grupo, identificar y analizar

percepciones y prejuicios, y analizar la discriminación y disminuir el etnocentrismo (Garaigordobil, 2000; Díaz-Aguado, 1998); o promover el desarrollo de los factores, variables o recursos que permiten a los/as adolescentes buscar el bienestar propio y el de otras personas, así como protegerse de los riesgos y sucesos estresantes (López-Sánchez, Carpintero, Lázaro y Soriano, 2007); y otros que promueven la autoeficacia, la integración social y la responsabilidad personal y social a través de la actividad física y el deporte (Cecchini, Montero, Alonso, Izquierdo y Contreras, 2007; Escartí, Pascual y Gutiérrez, 2005; Jiménez y Durán, 2004; Pardo, 2008).

Estos programas, independientemente de si forman parte de la jornada escolar o extraescolar, no dejan de ser parciales, es decir, carecen del enfoque integrador del que parte el desarrollo positivo. Por ello, para la consecución de un desarrollo pleno del/la adolescente, sería necesario aplicar de forma más global e intensiva programas basados en este modelo, así como atendiendo a la diversidad de contextos.

Existen programas de los cuales se ha demostrado su resultado positivo en el alumnado como:

a. Programas del Aprendizaje Socioemocional (SEL)

Estos programas, desarrollados por instituciones como CASEL (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning) en Estados Unidos, proporcionan currículos y estrategias específicas para enseñar competencias emocionales y sociales en las escuelas. Ejemplos de programas SEL incluyen:

- Second Step: Materiales educativos que enseñan habilidades socioemocionales a estudiantes desde preescolar hasta secundaria.

. RULER: Desarrollado por el Centro de Yale para la Inteligencia Emocional, se centra en Reconocer, Entender, Etiquetar, Expresar y Regular las emociones.

Beneficios de la Educación Emocional

- Mejora del Rendimiento Académico: Los estudiantes con altas habilidades emocionales tienden a tener mejor rendimiento académico.
- Reducción del Estrés y la Ansiedad: La educación emocional ayuda a los estudiantes a manejar mejor el estrés y la ansiedad.

- Mejora de las Relaciones Interpersonales: Al desarrollar empatía y habilidades sociales, los estudiantes pueden construir relaciones más saludables y eficaces
- Promoción del Bienestar General: La educación emocional contribuye al bienestar emocional y mental a largo plazo.

Objetivos del estudio

1. Fomentar el Bienestar Emocional:

- Promover una autoestima saludable y una imagen positiva de sí mismos.
- Fomentar la capacidad para reconocer y gestionar emociones propias y ajenas.
- Reducir síntomas de ansiedad y estrés a través de estrategias de afrontamiento efectivas.

2. Desarrollar Habilidades Sociales:

- Mejorar la comunicación efectiva y la escucha activa.
- Fomentar el respeto, la empatía y la cooperación en las interacciones con otros.
- Desarrollar habilidades de resolución de conflictos y negociación.

3. Fortalecer la Resiliencia y la Capacidad de Afrontamiento:

- Ayudar a los estudiantes a desarrollar estrategias para enfrentar fracasos y dificultades.
- Fomentar una mentalidad de crecimiento, resiliencia y perseverancia.

4. Promover la Autonomía y la Responsabilidad:

- Potenciar la toma de decisiones informada y responsable.
- Fomentar la auto-disciplina y la gestión del tiempo.
- Desarrollar habilidades de autorregulación y autoeficacia.

5. Mejorar las Competencias Relacionales:

- Desarrollar la capacidad para trabajar en equipo y en colaboración.
- Fomentar relaciones interpersonales saludables y constructivas.

6. Incrementar la Motivación y el Compromiso Académico:

- Despertar el interés y la curiosidad por el aprendizaje.
- Fomentar metas académicas y personales a corto y largo plazo.
- Promover un entorno de aula positivo y estimulante.

7. Desarrollar Competencias de Vida y Preparación para el Futuro:

- Fomentar las habilidades de planificación y establecimiento de objetivos.
- Desarrollar la capacidad para tomar decisiones de carrera y vida informadas.
- Preparar a los estudiantes para la transición a la educación superior o al mundo laboral.

8. Promover Hábitos de Vida Saludables:

- Fomentar la adopción de hábitos alimenticios saludables y la práctica regular de ejercicio físico.
- Desarrollar una conciencia sobre la importancia del sueño y el descanso adecuados.
- Promover comportamientos responsables en relación con el uso de tecnologías y redes sociales.

9. Fomentar la Inclusión y el Sentido de Pertenencia:

- Crear un entorno escolar inclusivo donde todos los estudiantes se sientan valorados y respetados.
- Promover el sentido de comunidad y la participación activa en la vida escolar.
- Combatir el acoso escolar y fomentar la convivencia pacífica.

10. Desarrollar la Creatividad y el Pensamiento Crítico

- Fomentar el pensamiento creativo y la innovación en la resolución de problemas.
- Desarrollar habilidades de razonamiento crítico y toma de decisiones informada.
- Promover la expresión personal a través de distintas formas de arte y comunicación.

El objetivo general del programa es formar alumnos completos, preparados no solo académicamente, sino también emocional y socialmente para enfrentar los retos de la vida con confianza y habilidades sólidas. Este enfoque integral asegura que los estudiantes no solo adquieran conocimientos, sino también desarrollen las competencias necesarias para vivir una vida plena y satisfactoria.

El objetivo general del estudio es diseñar un programa piloto enmarcado bajo el Modelo de Desarrollo Positivo de Oliva *et al* (2008) para adolescentes. Este modelo pone el énfasis en la interrelación continua entre la persona en desarrollo, es decir, el/la adolescente, y los sistemas ambientales en los que se desenvuelve. El segundo objetivo del estudio es realizar una primera experiencia piloto mediante la implementación parcial del programa, para obtener los primeros resultados e indicadores de mejora.

Marco normativo estatal y específico de la Comunidad Valenciana

Marco normativo Estatal y autonómico:

Las emociones son inherentes a la condición humana por ello están presentes en todos los ámbitos y acciones que la vida conlleva, incluyendo el ámbito educativo. No obstante, su inclusión es relativamente novedosa. En el artículo 27 de la Constitución Española (1978) se establece como objeto de la educación el desarrollo de la personalidad humana, no obstante, a efectos reales no se contempla hasta casi tres décadas más tarde, con la entrada en vigor de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE, en adelante).

En este apartado en concreto nos centraremos en la presencia de la competencia y educación emocionales, así como otros aspectos que competen a la etapa educativa objeto de intervención, tanto en la legislación educativa nacional, como la autonómica que en está vigente.

A nivel nacional la normativa educativa vigente es la LOE (2006), modificada por la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre (LOMLOE). En la misma se contempla la cuestión emocional como un fin de la educación tanto en el preámbulo, como entre sus principios pedagógicos (artículo 14.3). De este modo, en el preámbulo de la Ley (LOE, 2006, p.102) se asevera: “Entre los fines de la educación se resaltan el pleno desarrollo de la personalidad y de las capacidades afectivas del alumnado, (...)”

Respecto a la educación emocional en la etapa de ESO, se refiere a la misma como un aprendizaje a trabajar de forma transversal en todas las materias comprendidas en el currículo académico (artículos 24.5 y 24.6, LOE, 2006).

Posteriormente, se halla recogida en el Artículo 71.1, denominado principios, perteneciente al capítulo I referido al alumnado con necesidad específica de apoyo educativo, del título II (equidad en la educación). En él se afirma: “Las

2 paginación según texto consolidado

Administraciones educativas dispondrán los medios necesarios para que todo el alumnado alcance el máximo desarrollo personal, intelectual, social y emocional, así como los objetivos establecidos con carácter general en la presente Ley” (p.52).

La anterior (LOE, 2006) se halla concretada en el Real Decreto 217/2022, que en consonancia con las competencias establecidas en la recomendación del Consejo de la Unión Europea, realiza una adaptación como respuesta a la necesidad de vincular las

competencias con los retos y desafíos del siglo XXI, con los principios y fines del sistema educativo establecidos en la LOE y con el contexto escolar. De este modo, establece ocho competencias claves entre las que se encuentran la competencia personal, social y de aprender a aprender, la competencia ciudadana y la competencia en conciencia y expresión culturales. Las cuales, según las implicaciones que cada una conlleva, son las que en gran medida favorecerían el desarrollo socioemocional. Del mismo modo, contempla para cada materia competencias específicas que también estarían dirigidas al aprendizaje socioemocional del alumnado.

A nivel autonómico, la Comunidad Valenciana tiene una cantidad considerable de disposiciones legislativas que regulan el ámbito educativo. Teniendo en cuenta la jerarquía de la legislación comenzaremos por el Decreto 107/2022, de 5 de agosto, por el que se establece la ordenación y el currículo de la ESO, que se desarrolla a partir del Real Decreto 217/2022. En el artículo 4.2, donde se establecen los fines de etapa y establece: “El desarrollo curricular de esta etapa tiene que contribuir a la evolución personal, emocional y social de todo el alumnado de forma equilibrada y desde una perspectiva inclusiva (...)” (p. 41762).

En consonancia con el artículo 14.3 de la LOE (2006) el artículo de los principios pedagógicos (artículo 6.5, del Decreto 107/2022) se contempla la educación emocional bajo los mismos parámetros antes mencionados. Asimismo, se exponen de forma más detallada las competencias claves y específicas enfocadas al aprendizaje socioemocional contempladas en el Real Decreto 217/2022.

Por otro lado, dentro del marco legislativo autonómico que desarrolla de forma explícita la inclusión educativa, el Decreto 195/2022, de 11 de noviembre, del Consejo, de igualdad y convivencia en el sistema educativo valenciano, cuyo ámbito de aplicación son los centros educativos de enseñanzas no universitarias. En este Decreto aparece cómo abordar el desarrollo de la IE, así como el desarrollo de las competencias socioemocionales como un derecho del alumnado, para prevenir conflictos y para promocionar la igualdad y la convivencia.

De este modo, en el Capítulo IV “prácticas educativas” en concreto en el tercer punto del artículo 11, denominado “Estrategias orientadas a la promoción de la igualdad y la convivencia” Establece como práctica educativa las tutorías entre iguales, la cual se centra, entre otros aspectos, en el desarrollo de la IE.

En el segundo apartado del artículo 12 de la sección I del siguiente capítulo (V), denominado “gestión de conflictos que altera la convivencia”, se establecen las estrategias y finalidades entre las que se hallan “Facilitar la adquisición de la competencia socioemocional para desarrollar identidades saludables, manejar las emociones, conseguir metas personales y colectivas, sentir y mostrar empatía por los otros, establecer y mantener relaciones de apoyo, y tomar decisiones responsables” (p. 60037).

Por otra parte, En el apartado “d” del artículo 40 (Capítulo II: Derechos y deberes del alumnado) se tiene en cuenta como un derecho del alumnado la educación socioemocional de modo que facilite afrontar las relaciones interpersonales de forma adecuada.

Asimismo, destacar el Decreto 104/ 2018, por el que se desarrollan los principios de equidad y de inclusión en el sistema educativo valenciano, que en su artículo 30 establece como uno de los objetivos de la orientación educativa “promover programas o acciones que contribuyan al desarrollo personal, emocional profesional y social del alumnado” (p. 33376). Además, se establecen las medidas de respuesta educativa para la inclusión en los cuatro niveles de concreción, contemplando a su vez, en rasgos generales las dimensiones de acceso, aprendizaje y participación.

El anterior queda modificado por el Decreto 72/2021, el cual tiene por objeto regular la organización de la orientación educativa del sistema educativo de la Comunidad Valenciana, acorde con un enfoque inclusivo que contribuya a la optimización de los procesos de desarrollo personal, social, emocional, académico y profesional del alumnado.

Por otro lado, la Orden 20/2019 por la cual se regula la organización de la respuesta educativa para inclusión, en su artículo 10 recoge las medidas de respuesta educativas para la inclusión y, en relación con la dimensión emocional, asevera:

Las medidas de acceso tienen como objeto asegurar la presencia de todo el alumnado en todas las experiencias educativas que se desarrollan en el centro, lo cual implica la planificación, provisión y organización de los medios y apoyos más adecuados para garantizar la accesibilidad física, sensorial, comunicativa, cognitiva y emocional/actitudinal del alumnado (...). (p. 20864)

Por su parte, la Resolución de 1 de octubre del 2021, donde se establecen las líneas

estratégicas de la orientación educativa y profesional, además de la acción tutorial para el curso 2021- 2022. En la misma se recogen las líneas estratégicas de la orientación educativa y de la acción tutorial, siendo una de ellas la de igualdad y convivencia. Ésta debe de incluir actuaciones que aborden, entre otras, la temática de educación emocional en propuestas curriculares y de acción tutorial. Así como actuaciones para la compensación de desigualdades, por ejemplo, a través de programas de mejora de competencias sociales.

Por último, cabe destacar la normativa autonómica publicada recientemente, la Orden 10/23, de 22 de mayo, por la que se establece y concretan aspectos relativos a la organización de la orientación educativa del sistema educativo Valenciano.

Contextualización:

Centro concertado que pertenece a la fundación de colegios Diocesanos San Vicente Mártir.

Ubicado en el municipio de Bétera, que atiende a una población estudiantil diversa, proveniente de distintos entornos socioculturales. En su mayoría familias de clase media. También se encuentra un grupo de familias de clase media alta y un porcentaje de familias con necesidades económicas.

Escolariza alumnos del segundo ciclo de Educación Infantil, Educación Primaria, y Educación Secundaria Obligatoria. Entre los alumnos encontramos con NEE para los cuales disponemos de un total de tres maestros de apoyo a la inclusión. Para las etapas de educación infantil y Educación Primaria el centro cuenta con el maestro de PT a jornada completa y un maestro de AL a media jornada. Además, el centro cuenta con la atención del GPM Bétera para las etapas de Educación Infantil y Educación Primaria, y una orientadora para la etapa de la ESO.



Análisis de la realidad escolar en la que se lleven a cabo las prácticas usando, utilizando los marcos teóricos estudiados:

El Colegio Diocesano Marqués de Dos Aguas de Valencia es una institución educativa que forma parte de la red de colegios diocesanos en España. Algunos aspectos que podrían considerarse en un análisis de su realidad escolar son:

1. Identidad religiosa: Como parte de la red diocesana, el colegio tenga una identidad y valores religiosos arraigados en su filosofía educativa. Esto puede influir en la forma en que se estructura el currículo y se abordan ciertos aspectos de la enseñanza y la convivencia escolar.
2. Calidad académica: El rendimiento académico de los estudiantes en exámenes estandarizados y otras evaluaciones es medio bajo en la etapa de ESO y alto en bachillerato
3. Formación en valores: Además de los aspectos académicos, es importante considerar el centro promueve la formación integral de los estudiantes, incluyendo el desarrollo de valores éticos y morales.
4. Participación de la comunidad educativa: El nivel de participación de los padres, profesores y personal no docente en la vida escolar y las actividades del colegio es bastante participativo, involucrándose en las diferentes tareas y acciones que se realizan para el alumnado.

5. Recursos educativos: El centro cuenta con recursos educativos tecnológicos proyectores y tablets, así como instalaciones deportivas fuera del centro y laboratorio de ciencias, para apoyar el proceso de enseñanza-aprendizaje.
6. Atención a la diversidad: El centro apoya la inclusión y la diversidad ofreciendo al alumnado las adaptaciones y recursos necesarios. También tiene en cuenta el origen étnico y cultural y las necesidades que puedan tener respecto al acceso al sistema educativo.
7. Relación con la comunidad: El centro se relaciona con la comunidad local, colaborando con instituciones como servicios sociales, la USME, otros centros educativos y centros psicopedagógicos o de refuerzo. Incluyendo su participación en actividades comunitarias.

Desarrollo del programa: Desarrollo Positivo en Adolescentes

El programa DPA está dirigido a jóvenes residentes en Bétera, en edades comprendidas entre los 11 y los 16 años. Este programa, basado en el modelo Ecológico (Bronfenbrenner, 1987), tiene como objetivo central conocer los principales factores de riesgo y factores de protección existentes en cuatro niveles de análisis (individual, interpersonal, situacional y macrosocial) con el fin de facilitar los recursos necesarios para que sean los propios adolescentes los que potencien sus habilidades interpersonales. A partir del análisis de dichas dinámicas relacionales propias de un contexto, el programa tiene como *objetivos*:

1. Potenciar el desarrollo personal: la autoestima, autoconcepto y autoeficacia.
2. Desarrollar el sentimiento de pertenencia y la vinculación entre iguales favoreciendo la integración social de todos los/as adolescentes residentes en el municipio.
3. Mejorar las habilidades comunicativas interpersonales, tanto entre pares como con adultos: comunicación verbal y no verbal, asertividad, elogios, dar y recibir quejas y resistirse a las presiones del grupo.

4. Aprender estrategias eficaces de resolución de conflictos y mecanismos de afrontamiento.
5. Propiciar la reflexión de los/as adolescentes sobre determinadas problemáticas existentes en su contexto que puedan incidir directamente en su bienestar psicosocial: alternativas de ocio.
6. Desarrollar el pensamiento crítico y analítico ante ciertas situaciones de la vida cotidiana: capacidad de planificación y toma de decisiones.
7. Favorecer la conducta prosocial y la adquisición de valores: sentido de la justicia, respeto a la diversidad, igualdad
8. Potenciar las habilidades para conocer y manejar las emociones propias y de las otras personas, la capacidad empática y la tolerancia a la frustración.

En cuanto a su *estructura y contenido*, el Programa DPA consta de 64 actividades, agrupadas en 22 unidades. Estas unidades, a su vez, se integran en 7 grandes módulos (Tabla 1), facilitando al profesional una guía para el correcto

desarrollo del programa. Todas las sesiones están previstas con frecuencia semanal, en horario extraescolar. Cada unidad requiere de 2 sesiones de una hora y media aproximadamente.

Cada uno de estos 7 módulos se inicia con una breve *descripción* del mismo y una clara explicitación de los *objetivos* concretos que se pretenden conseguir. La introducción al módulo se completa con *un cronograma* que ofrece una imagen de conjunto del módulo; y que puede ser de gran utilidad para planificar el desarrollo mismo de las actividades. Los módulos con los que cuenta el programa los describiremos brevemente (Ver Anexo).

Tabla 1. Estructura del programa DPA

MÓDULO I	• Presentación del programa
MÓDULO II	• Competencias personales
MÓDULO III	• Competencias y habilidades sociales
MÓDULO IV	• Competencias cognitivas
MÓDULO V	• Competencias morales
MÓDULO VI	• Competencias emocionales
MÓDULO VII	• Fin de la intervención

El programa se inicia con el *Módulo I, Presentación del programa*. En este módulo, además de conocer las pautas del programa y establecer mediante consenso las normas de convivencia que van a regir durante todo el periodo de implementación, se desarrollan actividades cuya finalidad es crear un ambiente de confianza, implicación y apertura que facilite el adecuado desarrollo de las restantes unidades que componen este programa de intervención.

El Módulo II, Competencias personales, es uno de los más extensos y tiene como objetivo principal mejorar la autoestima, el autoconcepto, la autoeficacia, la iniciativa personal y el sentido de pertenencia. De hecho, trata habilidades y capacidades básicas que sirven como pilar del resto de competencias y que, a su vez, se nutren de ellas.

El Módulo III, Competencias y habilidades sociales, está compuesta por cuatro módulos: *habilidades comunicativas, habilidades relacionales, asertividad y habilidades para la resolución de conflictos interpersonales*. Este módulo consta de un gran número de actividades encaminadas a potenciar en los/as adolescentes habilidades comunicativas y relacionales para la vida cotidiana (dar y recibir quejas, resistir a las presiones del grupo, realizar cumplidos, entre otras), así como recursos a la hora de abordar un conflicto entre pares o con adultos.

El Módulo IV, Competencias cognitivas, se compone de tres tipos de inteligencias -crítica, analítica y creativa- y de las capacidades para la planificación, para tomar decisiones y para la revisión de las decisiones tomadas.

En lo que respecta al Módulo V, competencias morales, los/as adolescentes aprenden a desarrollar su responsabilidad personal y social de modo gradual, aprendiendo por niveles, comportamientos y actitudes que les ayudarán a convertirse en personas comprometidas con su comunidad. En este sentido, los valores relacionados con el desarrollo y la integración social son: el respeto a los sentimientos y derechos de los demás, y la sensibilidad social.

El Módulo VI, competencias emocionales, se desarrollan las habilidades para conocer y manejar las emociones propias y de las otras personas, la capacidad empática (desarrollada, en parte, en el módulo anterior) y la tolerancia a la frustración.

Y, por último, el Módulo VII, Fin de la intervención, donde se realiza una valoración global de todo el programa de forma conjunta mediante diversas estrategias: mesa redonda, cuestionario de satisfacción y, de forma anónima, los/as adolescentes enuncian aquellos aspectos que más les han gustado y aquellos que cambiarían. Para el *cierre*, se proponen una serie de juegos con todas las personas que han participado a lo largo del curso escolar.

Desarrollo de la programación didáctica:

a) Secuencia de los contenidos, competencias y evaluación

Contenidos:

Autoconocimiento y Autogestión:

-Actividades: Talleres de autoexploración, cuestionarios sobre intereses y valores personales.

-Objetivos: Fomentar el entendimiento de quiénes son los estudiantes, sus fortalezas y áreas de mejora.

Gestión Emocional:

- Actividades: Ejercicios de mindfulness, sesiones de manejo del estrés, identificación y gestión de emociones.

-Objetivos: Capacitar a los estudiantes para reconocer y manejar sus emociones de manera efectiva.

Establecimiento de Metas Personales:

-Actividades: Talleres sobre establecimiento de objetivos y planificación, diario personal de metas.

-Objetivos: Enseñar a los estudiantes cómo establecer metas realistas y alcanzables y cómo planificar para lograrlas.

Habilidades Sociales y Relacionales:

Comunicación Efectiva:

-Actividades: Juegos de rol, debates, talleres sobre habilidades de escucha activa.

-Objetivos: Mejorar las habilidades de comunicación verbal y no verbal de los estudiantes.

Resolución de Conflictos:

-Actividades: Simulaciones de conflictos, mediaciones practicadas en grupo.

-Objetivos: Dotar a los estudiantes de estrategias para la gestión de conflictos de manera pacífica y constructiva.

Trabajo en Equipo:

- Actividades: Proyectos de grupo, dinámicas de equipo.

- Objetivos: Fomentar la colaboración y la capacidad de trabajar efectivamente en grupo.

Pensamiento Crítico y Toma de Decisiones:

Análisis y Resolución de Problemas:

-Actividades: Estudios de caso, proyectos de investigación, retos lógicos.

-Objetivos: Desarrollar habilidades analíticas y la capacidad de encontrar soluciones viables.

Pensamiento Crítico:

-Actividades: Debates, análisis de textos críticos, ejercicios de argumentación.

-Objetivos: Fomentar una actitud cuestionadora y la capacidad de analizar información de manera objetiva.

Toma de Decisiones Responsables:

-Actividades: Juegos de toma de decisiones, simulaciones de dilemas éticos.

-Objetivos: Enseñar a los estudiantes a tomar decisiones informadas y responsables.

Responsabilidad Social y Medioambiental:

Ciudadanía Activa:

- Actividades: Voluntariado, participación en proyectos comunitarios.
- Objetivos: Promover el compromiso cívico y la participación activa en la comunidad.

Voluntariado y Proyectos Comunitarios:

- Actividades: Colaboración con organizaciones locales, desarrollo de proyectos sociales.
- Objetivos: Fomentar la responsabilidad social y la empatía.

Conciencia Medioambiental:

- Actividades: Campañas de reciclaje, proyectos de sostenibilidad.
- Objetivos: Sensibilizar a los estudiantes sobre la importancia de cuidar el medio ambiente.

2. Competencias

Competencias Personales:

- Autoconcepto, Autorregulación, Resiliencia:
- Desarrollo: A través de actividades de reflexión personal, talleres de resiliencia y técnicas de autorregulación emocional.

Competencias Sociales:

- Empatía, Colaboración, Comunicación Asertiva:
- Desarrollo: Implementar ejercicios de empatía, actividades de trabajo en equipo y talleres que refuercen la comunicación asertiva.

Competencias Cognitivas:

- Pensamiento Crítico, Creatividad, Resolución de Problemas:
- Desarrollo: Mediante la realización de proyectos creativos y actividades que desafíen el pensamiento crítico y las habilidades analíticas.

Competencias Ciudadanas:

- Participación, Responsabilidad Social, Conciencia Ambiental:
- Desarrollo: A través de la participación activa en proyectos comunitarios y actividades que promuevan la conciencia y responsabilidad ambiental.

3. Evaluación

- Observación Continua:

-Métodos: Registro anecdótico de comportamientos y competencias demostradas en actividades diarias.

Autoevaluación y Coevaluación:

-Actividades: Revisiones periódicas donde los estudiantes reflexionan sobre su propio progreso y evaluaciones por compañeros.

Portafolio Digital:

-Contenido: Recopilación de trabajos individuales y grupales, reflexiones personales y evidencias de aprendizaje a lo largo del curso.

b) Actividades TIC

Blogs y Foros:

-Uso: Crear blogs para reflexionar sobre los contenidos y foros para la discusión de temas tratados en clases.

-Objetivos: Fomentar la capacidad de expresarse por escrito y promover el intercambio de ideas.

WebQuests:

-Uso: Diseñar actividades de investigación en línea donde los estudiantes sigan una serie de recursos proporcionados para completar una tarea.mm

-Objetivos: Desarrollar habilidades de investigación y uso efectivo de recursos en línea.

Simuladores y Juegos Educativos:

-Uso: Utilizar simuladores y juegos interactivos que permitan a los estudiantes desarrollar habilidades específicas de manera práctica y entretenida.

-Objetivos: Facilitar el aprendizaje activo y la aplicación práctica de conocimientos teóricos.

Plataformas de Aprendizaje:

-Uso: Implementar sistemas como Moodle o Google Classroom para gestionar el contenido del curso, asignaciones y evaluaciones.

- Objetivos: Centralizar recursos, facilitar la administración del curso y la comunicación entre estudiantes y educadores.

Redes Sociales Educativas:

- Uso: Crear grupos en redes sociales educativas para fomentar la discusión y colaboración entre estudiantes fuera del aula.

-Objetivos: Extender el aprendizaje más allá del espacio físico de la clase y promover la colaboración en línea.

Metodologías Activas:

Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP):

-Descripción: Los estudiantes trabajan en proyectos a largo plazo que tienen relevancia en el mundo real.

A-plicación: Podrían desarrollar proyectos que aborden problemas comunitarios, como la creación de campañas de sensibilización o la organización de eventos locales.

Aprendizaje Cooperativo:

-Descripción: Los estudiantes trabajan en pequeños grupos para alcanzar metas comunes, ayudándose mutuamente en el proceso.

-Aplicación: Pueden formar equipos para investigar temas de interés social, como el bullying o la salud mental, y luego presentar sus hallazgos a la clase.

Aprendizaje Basado en Problemas:

-Descripción: Los estudiantes se enfrentan a problemas complejos y deben resolverlos de manera colaborativa.

-Aplicación: Podrían resolver problemas hipotéticos relacionados con conflictos interpersonales, la toma de decisiones éticas o la gestión del tiempo.

Aprendizaje de Servicio:

-Descripción: Combina el servicio comunitario con objetivos de aprendizaje claros.

-Aplicación: Los adolescentes pueden participar en proyectos comunitarios, como voluntariado en organizaciones locales, mientras reflexionan sobre sus experiencias y cómo estas influyen en su desarrollo personal.

Debates y Discusiones:

- Descripción: Fomentan el pensamiento crítico y la expresión de ideas en un entorno estructurado.
- Aplicación: Organizar debates sobre temas actuales que afectan a los adolescentes, como el uso de las redes sociales, el cambio climático, o la justicia social.

Aprendizaje Basado en Juegos:

- Descripción: Utiliza elementos de los juegos para hacer el aprendizaje más atractivo y motivador.
- Aplicación: Crear juegos de rol o simulaciones donde los adolescentes pueden explorar diferentes escenarios y consecuencias de sus decisiones.

Mindfulness y Desarrollo Emocional:

- Descripción: Técnicas que promueven la autorreflexión y la regulación emocional.
- Aplicación: Sesiones regulares de mindfulness, meditación guiada, o actividades de journaling para que los adolescentes reflexionen sobre sus emociones y experiencias.

Talleres Creativos y Artísticos:

- Descripción: Utiliza formas de expresión creativa para el autodescubrimiento y el desarrollo de habilidades.
- Aplicación: Talleres de arte, teatro, escritura creativa o música donde los adolescentes pueden explorar sus talentos y expresarse libremente.

Tecnologías Educativas:

- Descripción: Integración de herramientas digitales y recursos en el aprendizaje.
- Aplicación: Utilizar plataformas de aprendizaje en línea, aplicaciones interactivas, o redes sociales para proyectos colaborativos y discusiones en línea.

Educación al Aire Libre y Aventuras:

- Descripción: Actividades físicas y desafíos al aire libre para promover la colaboración y el desarrollo personal.
- Aplicación: Excursiones, campamentos, o actividades de aventura donde los adolescentes trabajen en equipo y enfrenten desafíos de manera conjunta.

Implementar estas metodologías puede crear un entorno de aprendizaje enriquecedor donde los adolescentes desarrollen una amplia gama de competencias socioemocionales, fortaleciendo su autoestima, habilidades de resolución de problemas, y capacidad para trabajar en equipo.

Propuestas de Innovación Educativa

Innovaciones:

- Realidad Aumentada y Virtual:

- Integración a partir del segundo semestre para enriquecer contenidos difíciles de visualizar

-Gamificación:

Incorporación de mecánicas de juego a lo largo de todo el programa para aumentar la motivación

- Inteligencia Artificial:

Uso de chatbots y asistentes virtuales para el apoyo personalizado desde el tercer trimestre

Criterios y Metodología de Evaluación:

-Cuestionarios pre y post implementación para medir impacto

-Evaluación cualitativa de mejoras en la participación y motivación

-Retroalimentación continua por parte de estudiantes y docentes

Desarrollo de Valores relativos a Equidad y Diversidad

-Talleres y charlas: Sensibilización sobre diversidad cultural, de género y capacidades

-Proyectos Grupal Interculturales: Colaboración con estudiantes de diferentes contextos

-Políticas de Inclusión: Adaptaciones curriculares y accesibilidad

Desarrollo de Valores Éticos

-Debates Éticos: Discusión de dilemas éticos y morales contemporáneos

-Proyectos de Servicio Comunitario: Actividades que fomenten el altruismo y la responsabilidad ciudadana

- Lecturas y Reflexiones Éticas: Análisis de textos que tratan temas como justicia, derechos humanos y ética profesional. Trabajar la inclusión en un programa de desarrollo positivo para adolescentes implica diseñar e implementar estrategias y actividades que aseguren que todos los jóvenes se sientan valorados, respetados y capaces de participar de manera activa y equitativa. Aquí describo un conjunto de recomendaciones y actividades prácticas para fomentar la inclusión:

1. Formación y Sensibilización del Personal Educativo

Capacitación en Diversidad e Inclusión:

Realizar talleres y sesiones formativas para que los docentes y el personal educativo comprendan la importancia de la inclusión y adquieran habilidades para crear ambientes inclusivos.

Temas para tratar: sesgos inconscientes, adaptación curricular, técnicas de enseñanza inclusiva.

2. Adopción de Políticas y Normativas Inclusivas

Políticas de No Discriminación:

Crear e implementar políticas claras contra la discriminación y el acoso escolar.

Fomentar un marco normativo que promueva el respeto y la igualdad de oportunidades para todos los estudiantes.

3. Diseño Curricular Inclusivo

Adaptación de Materiales y Metodologías:

Asegurarse de que los materiales de aprendizaje sean accesibles para todos los estudiantes, incluyendo aquellos con discapacidades (p. ej., textos en braille, audiolibros, subtítulos).

Utilizar metodologías de enseñanza diferenciadas que respondan a diversos estilos de aprendizaje y necesidades individuales.

4. Promoción de la Participación

Actividades Cooperativas y Proyectos en Grupo:

Diseñar actividades que requieran la colaboración de todos los alumnos, valorando las contribuciones individuales y colectivas.

Asignar roles rotativos en proyectos para que cada estudiante tenga la oportunidad de liderar y participar.

5. Fomento de un Entorno Escolar Seguro y Aceptante

Creación de Espacios Seguros:

Establecer zonas donde los estudiantes puedan expresar sus preocupaciones y experiencias sin temor a ser juzgados.

Facilitar círculos de diálogo para fomentar la comunicación abierta y honesta.

6. Celebración y Valoración de la Diversidad

Eventos y Actividades Temáticas:

Organizar días de la diversidad donde se celebren distintas culturas, tradiciones y experiencias.

Fomentar actividades que permitan a los estudiantes compartir sus historias y enriquecer la comprensión mutua.

7. Involucrar a la Comunidad y las Familias

Participación de Padres y Comunidad Local:

Promover la participación activa de las familias y la comunidad en las actividades escolares.

Ofrecer talleres y sesiones informativas para padres sobre temas de inclusión y desarrollo positivo.

ACTIVIDADES PARA EL PROGRAMA DPA:

El desarrollo positivo en adolescentes busca fomentar habilidades socioemocionales, construir relaciones saludables y promover un bienestar integral.

1. Actividad de Autoconocimiento y Autoestima

-Título: Diario de Reflexión Personal Descripción: Los adolescentes mantienen un diario donde escriben sobre sus pensamientos, sentimientos y experiencias diarias. Se les anima a reflexionar sobre sus fortalezas, logros y áreas de crecimiento.

-Objetivo: Fomentar el autoconocimiento y la autoaceptación.

-Materiales: Cuadernos, bolígrafos.

2. Actividad de Gestión de Emociones

-Título: Caja de Herramientas Emocionales Descripción: Crear una "caja de herramientas" que contenga técnicas y estrategias para manejar diferentes emociones, como la respiración profunda, el journaling, la música relajante o el arte.

-Objetivo: Proporcionar herramientas prácticas para la regulación emocional.

-Materiales: Caja, papel, bolígrafos, materiales artísticos.

3. Actividad de Habilidades Sociales y Comunicación

-Título: Role-Playing de Situaciones Cotidianas Descripción: Organizar sesiones de role-playing donde los adolescentes practiquen la resolución de conflictos, la asertividad y la

escucha activa en situaciones cotidianas.

- Objetivo: Mejorar las habilidades de comunicación y la resolución de conflictos. -

Materiales: Escenarios escritos de situaciones, espacio para la actuación.

4. Actividad de Trabajo en Equipo y Cooperación

-Título: Proyecto Colaborativo Descripción: Desarrollar un proyecto en grupo que tenga un objetivo común, como organizar un evento escolar, diseñar una campaña de concienciación o realizar un voluntariado comunitario.

-Objetivo: Fomentar el trabajo en equipo, la cooperación y el liderazgo.

-Materiales: Dependiendo del proyecto (materiales de oficina, equipos de diseño, folletos informativos, etc.).

5. Actividad de Motivación y Establecimiento de Metas

-Título: Tablero de Visión Descripción: Los adolescentes crean tableros de visión utilizando recortes de revistas, dibujos o impresiones, donde plasman sus metas, sueños y aspiraciones.

-Objetivo: Visualizar y planificar los objetivos personales y académicos.

-Materiales: Cartulinas, pegamento, tijeras, revistas, marcadores.

6. Actividad de Empatía y Relaciones Interpersonales

-Título: Círculos de Diálogo Descripción: Facilitar círculos de diálogo donde los adolescentes compartan sus experiencias y escuchen activamente a sus compañeros, promoviendo la empatía y el entendimiento.

-Objetivo: Fomentar la empatía, la escucha activa y la construcción de relaciones saludables.

-Materiales: Espacio cómodo para sentarse en círculo, moderador del grupo.

7. Actividad de Resiliencia

-Título: Historias de Superación Descripción: Invitar a personas que hayan superado desafíos a compartir sus historias o ver testimonios inspiradores. Después, los adolescentes discuten y reflexionan sobre las lecciones aprendidas.

-Objetivo: Inspirar a los adolescentes a desarrollar resiliencia y aprender de las experiencias de superación.

-Materiales: Invitados o videos, espacio para las discusiones.

8. Actividad de Bienestar Físico y Mental

-Título: Sesiones de Mindfulness y Ejercicio Descripción: Llevar a cabo sesiones regulares de mindfulness y ejercicios físicos como yoga, caminatas o deportes en equipo.

-Objetivo: Promover el bienestar físico y mental, reducir el estrés y mejorar la concentración.

-Materiales: Esterillas de yoga, audios de mindfulness, espacio abierto o gimnasio.

9. Actividad de Creatividad y Expresión Personal

-Título: Taller de Arte y Creatividad Descripción: Realizar talleres donde los adolescentes puedan expresarse a través del arte, como pintura, escultura, música o teatro.

-Objetivo: Fomentar la creatividad y proporcionar una salida positiva para la autoexpresión.

-Materiales: Materiales artísticos diversos (pinturas, arcilla, instrumentos musicales, etc.)

10. Actividad de Inclusión y Comunidad

-Título: Proyecto de Servicio Comunitario Descripción: Organizar actividades de voluntariado o proyectos que beneficien a la comunidad local, como limpiezas de parques, apoyo a hogares de ancianos o campañas solidarias.

-Objetivo: Fomentar el sentido de comunidad, la solidaridad y el compromiso social.

-Materiales: Dependiendo del proyecto (guantes, bolsas de basura, materiales de construcción, etc.).

11. Actividad de Escucha Activa y Apoyo entre Iguales

-Título: Grupos de Apoyo y Mentoría entre Pares Descripción: Crear grupos de mentoría o apoyo donde los adolescentes puedan compartir experiencias y brindar apoyo emocional a sus compañeros.

-Objetivo: Promover un entorno de apoyo mutuo y escucha activa entre pares. --

Materiales: Espacio para reunirse, facilitador o moderador.

12 actividad de Planificación y Organización

-Título: Taller de Gestión del Tiempo y Organizadores Personales Descripción: Enseñar técnicas de gestión del tiempo y ayudar a los adolescentes a crear organizadores personales, como agendas o aplicaciones para planificar su estudio y actividades.

-Objetivo: Mejorar la organización, la disciplina y la administración del tiempo

-Materiales: Agendas, calendarios, aplicaciones de planificación, Pinterest.

Estas actividades están diseñadas para cubrir diversas áreas del desarrollo positivo en adolescentes, asegurando un enfoque integral que aborde tanto el bienestar emocional y social, como el desarrollo de habilidades prácticas para su vida diaria.

La metodología

Grupo, con 10-12 integrantes, mediante técnicas de exposición, representación, discusión, reflexión y tareas inter-encuentro. Las sesiones se conducen por un profesional formado en potenciar las habilidades sociales, contando a la vez con el apoyo de un/a vecino/a del municipio, previamente entrenado para participar de forma activa en una de las sesiones del programa.

Los Enfoques Específicos que usaremos en el programa son:

Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP):

- Implementación: Los adolescentes trabajan en proyectos colaborativos que permitan aplicar las habilidades socioemocionales y los conocimientos adquiridos.
- Beneficios: Fomenta el trabajo en equipo, la resolución de problemas y el aprendizaje activo.

Mindfulness y Técnicas de Relajación:

- Implementación: Sesiones de mindfulness y relajación que se integran en el cronograma semanal.
- Beneficios: Promueve la autorregulación emocional y reduce el estrés.

Mentoría entre Pares:

- Implementación: Creación de grupos de mentoría entre adolescentes para fomentar el apoyo mutuo.
- Beneficios: Potencia el liderazgo y las habilidades sociales.

Educación Emocional:

- Implementación: Sesiones específicas centradas en el reconocimiento y gestión de emociones.
- Beneficios: Mejora la inteligencia emocional y la resiliencia.

Educación en Valores

-Integrar la enseñanza de valores como el respeto, la empatía, la responsabilidad y la solidaridad en el currículo escolar contribuye al desarrollo de habilidades emocionales y sociales.

Esta metodología asegura un enfoque integral y sistemático, que incluye la evaluación, planificación, implementación, seguimiento y evaluación de resultados, garantizando que el programa de desarrollo positivo en adolescentes sea efectivo y sostenible.

La evaluación:

siendo clave a lo largo de todo el proceso de intervención, se divide en tres fases: *pre-evaluación, implementación y post-evaluación* (Tabla 2). La primera y tercera fase se realiza por el profesional que ha implementado el programa, mientras que la segunda fase de forma conjunta profesional y vecino de la comunidad. Todo ello, tiene como objetivo comprobar la eficacia de dicha implementación, la fiabilidad y validez del programa DPA, así como obtener una serie de recomendaciones para futuros estudios.

- Pre-evaluación: En esta fase, llevada a cabo por el profesional encargado del programa, se realiza una serie de actividades preliminares destinadas a evaluar el estado inicial de la situación antes de la intervención. Esto puede incluir la recopilación de datos, identificación de necesidades y establecimiento de objetivos.

-Implementación: En esta etapa, el profesional y el vecino de la comunidad trabajan de manera conjunta para poner en práctica el programa DPA (Desarrollo y Participación Activa). Este trabajo colaborativo es crucial para asegurar que la implementación sea pertinente y efectiva para la comunidad.

-Post-evaluación: Tras la implementación del programa, el profesional realiza una evaluación final con el propósito de medir los resultados obtenidos. Esta evaluación busca determinar la eficacia de la intervención, así como la fiabilidad y validez del programa DPA. Además, se recopilan recomendaciones y lecciones aprendidas que pueden ser valiosas para futuros estudios y programas.

El objetivo principal de todo este proceso es garantizar que la implementación del programa sea efectiva y que los resultados obtenidos sean fiables y válidos, proporcionando al mismo tiempo una base sólida de recomendaciones para optimizar futuras intervenciones.

Tabla 2. Fases de Evaluación.

FASE I: PRE-EVALUACIÓN		
ACCIONES	METODOLOGÍA	RECURSOS
Reunión conjunta madres, padres y/o tutores	Presentación del programa Consentimiento padres/madre/tutor/a	
Entrevista individual madres y padres	Entrevista semi-estructurada	
Entrevista individual adolescente	Pase de pruebas Entrevista en profundidad Entrevista motivacional	-Habilidades Sociales de Oliva et al, (2011). -Cuestionario de Autoestima Global de Rosenberg, (1966). - Escala para la evaluación de la tolerancia a la frustración de Oliva et al (2011). -Escala para la evaluación de expresión, manejo y reconocimiento de emociones de Oliva et al (2011).
Entrevista con la pareja pedagógica	Formación específica del Módulo	-DPA -Material complementario: Manual de evaluación y entrenamiento de habilidades sociales (Caballo, 1993)

FASE II: IMPLEMENTACIÓN DPA		
Desde el Módulo II al Módulo VI	Registro	Fichas de seguimiento de evaluación de las actividades Grabación de las sesiones Cuestionario de Satisfacción
Módulo VII	Pase de cuestionario	
FASE III: POST-EVALUACIÓN		
Entrevista individual con el/la adolescente	Entrevista semi- estructurada Pase de pruebas ² Entrevista semi- estructurada	Desarrollo y grado de satisfacción Valoración global
Entrevista individual madre, padre y/o tutor		Informe: evolución global del/la adolescente

² Las mismas escalas mencionadas en el apartado: FASE I: PRE-EVALUACIÓN

El segundo *objetivo* de nuestro estudio será realizar una primera experiencia piloto mediante la implementación parcial del programa (*Módulo I: Presentación del programa, Módulo III: Competencias y habilidades sociales y Módulo VII: Fin del programa*), con la finalidad de obtener los primeros resultados e indicadores de mejora.

Participantes

La muestra de este estudio está compuesta por 26 jóvenes (16 mujeres y 10 hombres) residentes en el municipio de Bétera, de edades comprendidas entre los 11 y los 16 años ($M = 13.54$, $DT = 1.47$). Dicha muestra está dividida en dos grupos: el grupo de intervención, compuesto por 13 jóvenes ($M = 8$; $V = 5$); la totalidad de jóvenes residentes en el municipio con ese rango de edad; y, el grupo control. Para la selección de este grupo, los/as alumnos/as, postulados de forma voluntaria, debían de cumplir unos requisitos: residir de forma permanente en los municipios colindantes de Bétera (Valencia), al menos, durante un año y tener las mismas características sociodemográficas en relación a la edad, sexo y curso escolar que el grupo de intervención.

Rol del orientador

El orientador escolar en dicho programa de desarrollo positivo en la Educación Secundaria Obligatoria (ESO) desempeña un papel crucial para favorecer el crecimiento integral de los estudiantes en varias dimensiones. Algunas de sus funciones clave incluyen:

Acompañamiento Académico

Ayuda a los estudiantes a identificar sus fortalezas y áreas de mejora. Ofrece estrategias de estudio y organización del tiempo. Trabaja juntamente con profesores y padres para crear planes de apoyo académico personalizados.

Desarrollo Personal y Emocional:

Proporciona orientación y apoyo emocional, ayudando a los estudiantes gestionar el estrés, la ansiedad y otras cuestiones emocionales. Fomenta habilidades de resiliencia, autoestima y autoconocimiento. Estimula el desarrollo de habilidades sociales y de comunicación efectiva.

Orientación Vocacional y Profesional:

Ayuda a los estudiantes a explorar sus intereses y opciones vocacionales. Facilita información sobre diferentes trayectorias académicas y profesionales, así como sobre el mercado laboral. Organiza actividades como talleres, charlas y visitas a empresas para ampliar el conocimiento y las oportunidades vocacionales de los estudiantes.

Prevención y Resolución de Conflictos:

Interviene en situaciones de conflicto entre estudiantes, promoviendo la mediación y la resolución pacífica de conflictos. Desarrolla programas de convivencia escolar y prevención del acoso escolar (bullying).

Asesoramiento a la Comunidad Educativa:

Ofrece asesoramiento y formación para profesores y padres en temas relacionados con el desarrollo adolescente. Participa en la elaboración de proyectos educativos y programas de mejora escolar.

Promoción de un Entorno Escolar Saludable:

Colabora en la creación de un clima escolar positivo que favorezca el aprendizaje y el bienestar. Desarrolla y coordina programas de educación en valores, salud mental y bienestar.

En resumen, el orientador actúa como un facilitador del desarrollo integral de los estudiantes, promoviendo tanto su formación académica como su crecimiento personal y social, y creando un entorno que favorezca su bienestar y éxito en la vida.

Formación del profesorado:

La formación del profesorado para implementar el programa de desarrollo positivo en un centro educativo es fundamental para garantizar que los objetivos del programa se lleven a cabo de manera efectiva. A continuación, detallo algunos elementos clave que pueden formar parte de esta formación:

1. Conceptos Básicos del Desarrollo Positivo:

- Teoría y Práctica: Introducción a los principios del desarrollo positivo adolescente, incluyendo teorías y modelos que subrayan la importancia del bienestar emocional, social y académico.

- Filosofía Positiva: Reflexión sobre cómo un enfoque positivo puede transformar las prácticas educativas y el ambiente escolar.

2. *Habilidades Socioemocionales:*

- Conciencia Emocional: Formación en inteligencia emocional para reconocer y gestionar las propias emociones y las de los estudiantes.
- Estrategias de Regulación Emocional: Técnicas para enseñar a los estudiantes a manejar el estrés, la ansiedad y otras emociones difíciles.
- Empatía y Comunicación: Desarrollo de habilidades para practicar la empatía y enseñar comunicación asertiva.

3. *Técnicas de Enseñanza y Aprendizaje:*

- Pedagogía Positiva: Métodos de enseñanza que fomenten la participación activa, la cooperación y el aprendizaje centrado en el estudiante.
- Estilos de Aprendizaje: Adaptación de las estrategias educativas a las diversas necesidades de los estudiantes, atendiendo tanto a sus fortalezas como a sus áreas de mejora.
- Evaluación Positiva: Estrategias de evaluación que se centren en el crecimiento y el esfuerzo del estudiante más que en los resultados finales.

4. *Gestión de Aula y Resolución de Conflictos:*

- Clima Escolar: Técnicas para crear un entorno de aula seguro, inclusivo y positivo.
- Mediación y Resolución de Conflictos: Métodos para prevenir y solucionar conflictos de manera pacífica y constructiva.
- Disciplina Positiva: Estrategias para manejar la disciplina con un enfoque positivo, que promueva el respeto y la autorregulación.

5. *Colaboración y Trabajo en Equipo:*

- Colaboración Interdisciplinaria: Formación sobre cómo trabajar en equipo con otros docentes, orientadores y personal de apoyo para implementar el programa.
- Comunicación con Padres y Comunidad: Desarrollo de habilidades para involucrar a los padres y a la comunidad en el proceso educativo.
- Planificación y Coordinación: Habilidades para planificar y coordinar actividades,

talleres y eventos que promuevan el desarrollo positivo.

6. *Prevención y Promoción de la Salud Mental:*

- Identificación de Necesidades: Capacidad para reconocer signos de problemas emocionales y de comportamiento en los estudiantes.
- Recursos y Apoyo: Información sobre recursos disponibles y cómo derivar a los estudiantes a servicios de apoyo adecuados.
- Promoción del Bienestar: Estrategias para integrar prácticas de bienestar y salud mental en la rutina diaria del aula.

7. *Formación Continua y Reflexión:*

- Desarrollo Profesional: Participación en talleres, seminarios y cursos de formación continua sobre desarrollo positivo.
- Reflexión Crítica: Fomentar la autoevaluación y la reflexión crítica sobre la práctica docente para mejorar continuamente.

8. *Tecnología y Desarrollo Positivo:*

- Uso Responsable de la Tecnología: Capacitación en herramientas digitales que apoyen el desarrollo positivo y estrategias para enseñar a los estudiantes el uso responsable de la tecnología.
- Recursos Digitales: Utilización de plataformas y aplicaciones que faciliten la enseñanza de habilidades socioemocionales y promuevan el bienestar.

Implementar estas áreas de formación ayudará a los docentes a crear un ambiente escolar que favorezca el desarrollo positivo de sus estudiantes, promoviendo no solo el rendimiento académico, sino también el bienestar y el crecimiento personal.

Cronograma de Formación en Desarrollo Positivo en el Aula

Mes 1: Introducción al Desarrollo Positivo y Bienestar

- Objetivo: Introducir los conceptos básicos del desarrollo positivo y el bienestar en el aula.

-Semana 1: Sesión Inicial (2 horas)

-Temas: Introducción al concepto de desarrollo positivo, bienestar en el aula, importancia y beneficios.

- Actividades: Presentación interactiva, discusión en grupos pequeños.

Semana 4: Taller Práctico (2 horas)

-Temas: Estrategias para fomentar el bienestar en el aula.

-Actividades: Taller de diseño de actividades y ejercicios prácticos.

Mes 2: Comunicación Positiva y Relaciones Interpersonales

- Objetivo: Mejorar las habilidades de comunicación y fomentar relaciones interpersonales positivas en el aula.

Semana 1: Sesión Teórica (2 horas)

- Temas: Habilidades de comunicación efectiva, empatía, escucha activa, resolución de conflictos.

- Actividades: Role-playing, estudios de caso.

Semana 3: Taller Práctico (2 horas)

-Temas: Aplicación de técnicas de comunicación positiva en situaciones reales.

-Actividades: Ejercicios prácticos, simulaciones.

Mes 3: Estrategias para la Motivación y el Compromiso del Estudiante

-Objetivo: Desarrollar estrategias para aumentar la motivación y el compromiso de los estudiantes.

-Semana 1: Sesión Teórica (2 horas)

-Temas: Teorías de la motivación, estrategias para fomentar la autodeterminación, metas y logro.

-Actividades: Presentación interactiva, análisis de ejemplos.

Semana 3: Taller Práctico (2 horas)

-Temas: Diseño de actividades motivacionales, fomento del compromiso.

-Actividades: Planificación de lecciones, creación de incentivos.

Mes 4: Gestión Positiva del Aula

-Objetivo: Implementar estrategias de gestión del aula que promuevan un ambiente de aprendizaje positivo.

Semana 1: Sesión Teórica (2 horas)

-Temas: Técnicas de gestión del aula, establecimiento de normas y expectativas positivas.

-Actividades: Discusión de mejores prácticas, análisis de casos de estudio.

Semana 2: Taller Práctico (2 horas)

-Temas: Implementación de técnicas de gestión positiva en el aula.

- Actividades: Simulaciones, desarrollo de un plan de gestión del aula.

Mes 5: Fomento de la Resiliencia y la Autonomía en los Estudiantes

-Objetivo: Ayudar a los estudiantes a desarrollar resiliencia y habilidades de auto-gestión.

Semana 1: Sesión Teórica (2 horas)

-Temas: Concepto de resiliencia, técnicas para fomentar la autonomía, estrategias de afrontamiento

-Actividades: Taller de ideas, discusiones grupales.

Semana 3: Taller Práctico (2 horas)

-Temas: Actividades para fortalecer la resiliencia y la autonomía.

-Actividades: Diseño de módulos de actividades, simulaciones.

Mes 6: Evaluación, Retroalimentación y Sostenibilidad

-Objetivo: Evaluar el impacto de la formación y planificar la sostenibilidad de las prácticas positivas en el aula.

Semana 1: Sesión Teórica (2 horas)

-Temas: Evaluación del impacto, técnicas de retroalimentación, sostenibilidad a largo plazo.

-Actividades: Presentación interactiva, análisis de resultados preliminares.

Semana 3: Taller Práctico (2 horas)

-Temas: Planificación de la implementación continua de estrategias de desarrollo positivo.

-Actividades: Trabajo colaborativo para crear planes de acción, retroalimentación entre pares.

Actividades Continuas:

- Mentoría y apoyo continuo: Designar mentores para ofrecer soporte continuo a los profesores durante los 6 meses.

- Reuniones de seguimiento mensual (1 hora):

-Revisar avances, compartir experiencias y resolver dudas.

Este cronograma proporciona una estructura sólida para formar al profesorado en desarrollo positivo en el aula, combinando teoría y práctica para asegurar una implementación efectiva y duradera.

Instrumentos

La Escala de Habilidades Sociales (Oliva *et al*, 2011) se compone de 12 ítems que permiten obtener una puntuación global en habilidades sociales, así como puntuaciones concretas en las siguientes dimensiones:

1. Habilidades comunicativas o relacionales: Se refiere al grado en que los adolescentes perciben que son hábiles o no para comunicarse y relacionarse con las personas. Está compuesta por cinco ítems (por ejemplo, "Me cuesta trabajo empezar una conversación con alguien que no conozco"). El coeficiente de fiabilidad, alfa de Cronbach, para la subescala fue de .74.
2. Asertividad: Se refiere a la percepción que los adolescentes tienen sobre su capacidad para ser asertivos, es decir, para expresar sus propias ideas o pedir

información de forma adecuada y sin ser agresivo. Está compuesta por tres ítems (por ejemplo, “Si tengo la impresión de que alguien está molesto/a conmigo, le preguntó por qué”). El coeficiente de fiabilidad, alfa de Cronbach, para esta subescala fue de .75

3. Habilidades de resolución de conflictos: Los cuatro ítems que componen esta subescala se refieren a la capacidad percibida del adolescente para resolver situaciones interpersonales conflictivas en las que pueden actuar para encontrar soluciones (“Suelo mediar en los problemas entre compañeros/as”). El coeficiente de fiabilidad, alfa de Cronbach, para esta subescala fue de .80.

Este instrumento es una escala autocumplimentable que puede aplicarse tanto de forma individual como colectiva. El sujeto debe responder su opinión sobre una serie de afirmaciones según una escala que va de 1 (Totalmente falsa) a 7 (Totalmente verdadera). Las dimensiones que integran esta escala informan sobre aspectos positivos de las habilidades sociales del sujeto evaluado, por lo que a mayor puntuación, mejores habilidades sociales posee según su propia percepción. En lo que se refiere a la fiabilidad de la escala total, el índice de consistencia interna alfa de Cronbach ha sido de .69 para N=2368 (Oliva *et al*, 2011).

Procedimiento

El diseño que hemos desarrollado a lo largo de los cuatro meses ha mantenido como estructura básica, las tres fases de intervención del programa (*pre-evaluación, implementación y post-evaluación*). Las variaciones con respecto al programa DPA radican en que solo se implementaron los tres módulos señalados y que se aplicó una de las cuatro escalas propuestas (relacionada con las competencias trabajadas) y se cumplimentaron las *fichas de seguimiento de las actividades*. De forma paralela a los tiempos pre y post del grupo de intervención, se realizó la cumplimentación de esa escala por parte del grupo control.

Tras la primera fase, se llevó a cabo la implementación del primer módulo – *Presentación del programa*-, el tercer módulo –*Competencias y habilidades sociales*- y, finalmente, el séptimo módulo –*Fin de la intervención*-. El motivo de la elección del tercer módulo fue, por un lado, por las motivaciones expresadas por los/as adolescentes sobre la temática abordada y, por otro lado, por la visión sistémica con la que parte el programa (Buelga *et al*, 2009). En este sentido, es en este módulo donde los/as adolescentes pueden adquirir las habilidades comunicativas interpersonales de forma óptima y en situación real, ya sea entre iguales o con los adultos que participan durante las diferentes sesiones. Todo ello permite aportar continuidad y pragmatismo a las competencias adquiridas, ya que los agentes participantes en el programa son residentes del mismo municipio y pueden seguir practicando con ellos a posteriori de forma natural.

Análisis de datos

Para el análisis de los efectos de la intervención se realizará un análisis de varianza de medidas repetidas con ajuste Bonferroni estudiándose los efectos simples de las medidas pretratamiento, la existencia de modificaciones significativas entre los dos momentos temporales en cada grupo (pretratamiento=T1; postratamiento=T2), así como los efectos de la interacción (grupo X tiempo). Los análisis estadísticos de este estudio se han realizado con el paquete estadístico SPSS (versión 19.0 para Windows)

Para evaluar los efectos de la intervención, se empleará un análisis de varianza de medidas repetidas (repeated measures ANOVA) con ajuste Bonferroni. Este enfoque estadístico permitirá examinar varios aspectos relacionados con la intervención:

Efectos simples de las medidas pretratamiento: Esto implica analizar las condiciones de los participantes antes de la intervención para establecer una línea base clara.

Modificaciones significativas entre los dos momentos temporales en cada grupo: Se evaluarán las diferencias significativas entre las mediciones realizadas antes del tratamiento (T1) y después del tratamiento (T2) para cada grupo, con el fin de determinar si la intervención tuvo un impacto notable.

Efectos de la interacción (grupo X tiempo): Se explorará cómo la relación entre los grupos y el tiempo afecta los resultados. Este análisis ayudará a entender si los cambios observados son consistentes a través de los diferentes grupos a lo largo del tiempo.

Para realizar estos análisis estadísticos, se ha utilizado el paquete estadístico SPSS, específicamente la versión 19.0 para Windows. Este software es ampliamente reconocido en el ámbito de la investigación por su capacidad para gestionar y analizar datos complejos con diversas técnicas estadísticas avanzadas. El ajuste Bonferroni, en particular, se emplea para controlar la tasa de errores tipo I cuando se realizan múltiples comparaciones, mejorando así la precisión y la validez de los resultados obtenidos.

Discusión y conclusiones

Los objetivos de este estudio son, por un lado, diseñar un programa de Desarrollo Positivo para adolescentes residentes en el medio rural y, por otro, realizar una primera experiencia piloto mediante la implementación parcial del programa DPA para tener los primeros resultados e indicadores de eficacia.

En cuanto al primer objetivo, remarcar que mientras el currículum escolar está cada vez más saturado de actividades y programas, los/as adolescentes disponen de mucho tiempo libre que suelen emplear en actividades de ocio no estructuradas ofreciendo escasos beneficios desde el punto de vista de la promoción del desarrollo y la adquisición de competencias (Parra, Oliva y Antolín, 2009). Por ello, el diseño de un programa de desarrollo positivo representa un importante factor de prevención de riesgos y de promoción del desarrollo adolescente, especialmente para los jóvenes de entornos más desfavorecidos (Roth y Brooks-Gunn, 2003), como es el medio rural.

En este sentido, el programa de intervención DPA se encuentra organizado a partir de cinco principios generales (*Desarrollo personal, competencias sociales, emocionales, cognitivas y morales*), sensibles para potenciar aspectos positivos que generen una fuente de protección integral, y que permitan reducir el impacto de factores de riesgo, promoviendo comportamientos saludables en adolescentes de contextos rurales. Cabe destacar que la visión sistémica de la que parte DPA se hace efectiva con la participación de la comunidad (*adolescente-familia-vecinos-Servicios Sociales Comarcales*). Ello permite una influencia recíproca entre adolescente-ambiente

(Bronfenbrenner, 1987; Escartí, *et al*, 2009; Larson, 2000), enriqueciendo el proceso enseñanza-aprendizaje (Lerner *et al*, 2005; Oliva *et al*, 2011), así como fortalece su pleno desarrollo grupo en algunas variables, sería necesaria la aplicación total del programa DPA para obtener resultados concluyentes y, en base a ellos, comprobar la eficacia real de programa.

El diseño y aplicación de programas de desarrollo positivo juvenil supone ayudar a los/as adolescentes a desarrollar competencias personales, sociales, cognitivas y emocionales que les permitan crecer, fomentar sus habilidades y convertirse en persona adultas saludables, proactivas y con capacidad para contribuir a la comunidad (Catalano *et al*, 2004; Roth y Brooks-Gunn, 2003). Por último, hay que destacar que los programas extraescolares de desarrollo positivo, como el DPA, no deben convertirse en un sustituto de otras intervenciones específicas que tengan como objetivo la prevención de problemas comportamentales (Oliva *et al*, 2008; Pertegal, Oliva y Hernando, 2010), ya que se complementan perfectamente.

Posibilidades de proyectos de investigación educativa

El desarrollo positivo en los institutos se ha convertido en un área de gran interés para la investigación educativa. Este enfoque se centra en promover el bienestar, la resiliencia y el éxito académico de los estudiantes, y ofrece un marco prometedor para abordar los desafíos que enfrentan las instituciones educativas.

A continuación, se presentan algunas posibilidades de proyectos de investigación educativa en desarrollo positivo en los institutos:

1. Implementación de programas de desarrollo positivo:

Investigar la efectividad de diferentes programas de desarrollo positivo en el contexto de los institutos.

Analizar el impacto de los programas en el bienestar, la resiliencia, el rendimiento

académico y el comportamiento de los estudiantes. Evaluar la sostenibilidad de los programas y la posibilidad de integrarlos en la cultura del instituto.

2. Factores que influyen en el desarrollo positivo:

Identificar los factores individuales, familiares, escolares y sociales que promueven el desarrollo positivo de los estudiantes. Estudiar la interacción entre estos factores y su influencia en el bienestar de los estudiantes. Desarrollar estrategias para fortalecer los factores protectores y reducir los factores de riesgo que afectan al desarrollo positivo.

3. Desarrollo de herramientas de evaluación:

Diseñar y validar instrumentos para evaluar el desarrollo positivo de los estudiantes en los institutos. Explorar el uso de herramientas tecnológicas para el seguimiento y la evaluación del desarrollo positivo. Desarrollar indicadores que permitan medir el impacto de las intervenciones en desarrollo positivo.

4. Formación del profesorado:

Investigar las necesidades de formación del profesorado en relación con el desarrollo positivo. Desarrollar programas de formación que permitan a los docentes integrar el desarrollo positivo en su práctica educativa. Evaluar el impacto de la formación del profesorado en la implementación de programas de desarrollo positivo en los institutos.

5. Participación de la comunidad:

Investigar el papel de las familias y la comunidad en el desarrollo positivo de los estudiantes. Diseñar estrategias para involucrar a las familias y la comunidad en los esfuerzos de desarrollo positivo en los institutos. Estudiar el impacto de la participación de la comunidad en el bienestar de los estudiantes y el éxito de los programas de desarrollo positivo.

Referencias bibliográficas

- Arnett, J. (1999). Adolescent Storm and Stress, Reconsidered. *American Psychologist*, 54(5), 317-326.
- Berger, K. (2004). *Psicología del desarrollo. Infancia y Adolescencia*. Buenos Aires: Editorial Médica Panamericana.
- Botvin, G. J. y Griffin, K. W. (2004). Life Skills Training: Empirical Findings and Future Directions. *The Journal of Primary Prevention*, 25, 211-232.
- Bronfenbrenner, U. (1987). *The ecology of human development*. Cambridge, Mass: University Press (Ed. cast.: La ecología del desarrollo humano: Barcelona: Paidós).
- Buchanan, C. M., y Holmbeck, G. (1998). Measuring beliefs about adolescent personality and behavior. *Journal of Youth and Adolescence*, 27, 609-629.
- Buelga, S., Musitu, G., Vera, A., Avila, E. y Arango, C. (2009). *Psicología Social Comunitaria*. México: Trillas.
- Caballo, V. (1993). *Manual de evaluación y entrenamiento de habilidades sociales*. Madrid. Siglo XXI.
- Catalano, R. F., Berglund, M. L., Ryan, J. A. M. Lonczak, H. S. y Hawkins, D. (2004) Positive youth development in the United States: Research Findings on evaluations of positive youth development programs. *The annals of the American academy of political and social science*, 591, 98-124.
- Cascón, F. (2001). *Educación en y para el conflicto*. UNESCO, Escola de Cultura de pau.
- Casco, F.J. y Oliva, A. (2005). Ideas sobre la adolescencia entre padres, profesores, adolescentes y personas mayores. *Apuntes de Psicología*, 22, 171-185.
- Cecchini, J.A., Montero, J., Alonso, A., Izquierdo, M. y Contreras, O. (2007). Effects of personal and social responsibility on fair play in sports and self-control in school-aged youths. *European Journal of Sport Science*, 7, 203-211.
- Cornelius, H. y Faire, S. (1995). *Tú ganas, yo gano. Cómo resolver los conflictos creativamente y disfrutar con las soluciones*. Madrid: Gaia.
- Díaz-Aguado, M.J. (1998) Prevenir la violencia desde la escuela. Programas desarrollados a partir de la investigación-acción. *Revista de Estudios de*

Juventud, 42, 63-77.

Díaz-Aguado, M.J. (2003). *Educación intercultural y aprendizaje cooperativo*. Madrid: Pirámide.

Durlak, J. A. y Wells, A. M. (1997). Primary prevention mental health programs for children and adolescents: A meta-analytic review. *American Journal of Community Psychology*, 25, 115-152.

Erikson, E. (1971). *Identidad, juventud y crisis*. Buenos Aires: Paidós.

Erikson, E. (1993). *Sociedad y adolescencia*. México: Siglo XXI.

Escartí, A., Pascual, C. y Gutiérrez, M. (2005). *Responsabilidad personal y social a través de la educación física y el deporte*. Barcelona: Graó.

Escartí, A., Buelga, S., Gutiérrez, M. y Pascual, C. (2009). El desarrollo positivo a través de la actividad física y el deporte: el programa de responsabilidad personal y social. *Revista de psicología general y aplicada*, 62, 45-52.

Feldman, S. S. y Elliott, G. R. (Ed) (1990). *At the threshold: The developing adolescent*. Cambridge: Harvard University Press.

Flora Davis, F y Mourgliaer, L (1985). *La comunicación no verbal*. Madrid: Alianza.

Frese, M. y Fay, D. (2001). Personal Initiative: an active performance concept for work in the 21st century. In B .Staw y R. Sutton (Eds.), *Research in Organizational Behavior*. Amsterdam: JAI Press.

Garaigordobil, M. (2000). *Intervención psicológica para adolescentes. Un programa para el desarrollo de la personalidad y la educación en derechos humanos*. Madrid: Pirámide.

Gil, F., León, J.M. y Jarana, L. (1992). *Habilidades sociales y salud*. Madrid: Eudema.

Greenberg, M. T., Weissberg, R. P., O'Brien, M. U., Zins, J. E., Fredericks, L., Resnik, H. y Elias, M. J. (2003). Enhancing school-based prevention and youth development through coordinated social, emotional, and academic learning. *American Psychologist*, 58, 466-474.

Greenberg, M. T., Domitrovich, C. E., Graczyk, P. A. y Zins, J. E. (2005). *The study of implementation in school-based preventive interventions: Theory, research, and practice*. DHHS Pub. Rockville, MD:CASEL.

Hernández, P., y Aciego de Mendoza, R. (1990). *PIECAP: Programa instruccional*

- emotivo para el crecimiento y la autorrealización personal*. Madrid: TEA.
- Jares, X. (2000). *Educación para la Paz. Su teoría y su práctica*. Madrid: Popular.
- Jiménez, P. J. y Durán, L. J. (2004). Propuesta de un programa para educar en valores a través de la actividad física y el deporte. *Apuntes*, 77, 25-29.
- Kelly, J. (1987). *Entrenamiento en habilidades sociales*. Bilbao: Grafo.
- Kimmer, P.D. y Weiner, I.B. (1998). *La adolescencia: una transición del desarrollo*. Barcelona: Ariel Psicología.
- Larson, R. (2000). Toward a psychology of positive youth development. *American Psychologist*, 55, 170–183.
- Lerner, R. M. (2002). *Concepts and theories of human development* (3rd ed.). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Lerner, R. M. (2004). *Liberty: Thriving and civic engagement among American youth*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Lerner, R.M., Lerner, J.V., Almerigi, J.B. y Theokas, C. (2005). Positive youth development, participation in community youth development programs, and community contributions of fifth-grade adolescents: Findings from the first wave of the 4-H Study of Positive Youth Development. *Journal of Early Adolescence*, 25, 17-71.
- Little, R. R. (1993). *What's working for today's youth: The issues, the programs, and the learnings*. Paper presented at the Institute for Children, Youth and Families Fellows' Colloquium.
- López-Sánchez, F., Carpintero, E., Campo, A., Lázaro, S. y Soriano, S. (2007). Bienestar personal y social: un programa de promoción para adolescentes. En J. N. García (Coord.). *Dificultades de desarrollo. Evaluación e intervención* (pp. 15-224). Madrid: Pirámide.
- Monjas, M.I. y González, B. (2000). *Las habilidades sociales en el currículo*. Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.
- Monjas, M.I. (2002). *Programa de enseñanza de habilidades de interacción social (PEHIS) Para niños y adolescentes*. Madrid: CEPE.

- Montero, Y. (2006). *Seriales, adolescentes y estereotipos. Lectura crítica de "Al salir de clase"*. Salamanca: Publicaciones Universidad Pontificia de Salamanca.
- Oliva, A, Parra, A., Pertegal, M.A., Ríos, M. y Antolín, A. (2008). *La promoción del desarrollo adolescente: recursos y estrategias de intervención*. Sevilla: Consejería de Salud, Junta de Andalucía.
- Oliva, A. Antolín, L., Pertegal, M. A., Ríos, M. y Parra, A., (2011). *Desarrollo positivo adolescente y los activos que lo promueven: un estudio en centros docentes andaluces*. Sevilla: Consejería de Salud, Junta de Andalucía.
- Ovejero, A. (1990). Las habilidades sociales y su entrenamiento: un enfoque necesariamente psicosocial. *Psicothema*, 2 (2), 93-112.
- Palacios, J. (1999). Desarrollo del yo. En I. Etxebarria, M. J. Fuentes, F. López y M. J. Ortiz (Coords.), *Desarrollo afectivo y social*. Madrid: Pirámide.
- Pardo, R. (2008). *La transmisión de valores a jóvenes socialmente desfavorecidos a través de la actividad física y del deporte. Estudio múltiple de casos: Getafe, L'Aquila y Los Ángeles*. Tesis doctoral. Madrid: Universidad Politécnica.
- Pelechano, V. (Ed.) (1996). *Habilidades interpersonales* (Vol: I, II y III). Valencia: Promolibro.
- Pertegal, M.A., Oliva, A. y Hernando, A. (2010). Los programas escolares como promotores de desarrollo positivo adolescente. *Cultura y Educación*, 22(1), 1-14.
- Rappaport, J. (2005). Community psychology is (thank God) more than science. *American Journal of Community Psychology*, 35, 231-238.
- Rodrigo, M.J., Maíquez, M., García, M., Medina, A., Martínez, M. y Martín, J.C. (2006). La influencia de las características personales y contextuales en los estilos de vida en la adolescencia: aplicaciones para la intervención en contextos de riesgo psicosocial. *Anuario de Psicología*, 37, 263-281.
- Rosenberg, M. (1966). *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton, Nueva Jersey: Princeton University Press.
- Roth, J. y Brooks-Gunn, J. (2003). Youth development programs: risk, prevention and policy. *Journal of Adolescent Health*, 32, 170-182.
- Seligman, M. y Csikszentmihalyi, M. (2000). *Positive psychology: An Introduction*.

American Psychologist, 55, 5-14.

Trianes, M.V. y Fernández-Figares, C. (2001). *Aprender a ser personas y a convivir. Un programa para secundaria*. Bilbao: DDB.

Wilson, S. J., Lipsey, M. W. y Derzon, J. H. (2003). The effects of school violence prevention programs on aggressive and disruptive behavior. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 71, 136-149.

ANEXO I: Contenido: Programa DPA

MÓDULO	UNIDAD	ACTIVIDADES	
MODULO I: PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA	<i>Unidad 1: Conocimiento del grupo</i>	1. Romper el hielo 2. Normas de relación y de participación	
MÓDULO II: COMPETENCIAS PERSONALES	<i>Unidad 2: Autoestima y autoconcepto</i>	3. Como me veo 4. Quien soy yo 5. ¿Me quiero? 6. Autoconcepto 7. La línea de la vida 8. Tal como me ven los demás	
	<i>Unidad 3: Autoeficacia y vinculación</i>	9. Valorando mi retrato 10. Mi Proyecto de vida 11. Tú último año	
	<i>Unidad 4: Autonomía e iniciativa personal</i>	12. Abanico 13. Tomamos la iniciativa	
	<i>Unidad 5: Sentido de pertenencia</i>	14. Mis metas y objetivos personales 15. ¿A qué grupo pertenezco? 16. El acuario	
		<i>Unidad 6: Habilidades comunicativas</i>	17. Vamos a hablar de comunicación 18. El balón mensajero 19. La gallina ciega 20. Vamos a mirarnos 21. Van a hablar a nuestras manos
	MÓDULO III:	<i>Unidad 7: Habilidades relacionales</i>	22. Una historia de marcianos 23. Frases incompletas

<p>COMPETENCIAS Y HABILIDADES SOCIALES</p>	<p><i>Unidad 8: Asertividad</i></p>	<p>24. Etiquetas 25. Elementos del proceso de la comunicación 26. El rumor 27. La historia del granjero 28. Vamos a leer una noticia 29. Dímelo al oído 30. Jorge y su padre 31. Sobremesa familiar 32. Ahora un poco de teatro 33. Somos asertivos 34. Dar y recibir quejas 35. Dar una negativa</p>
---	---	---

	<i>Unidad 9: Habilidades para la resolución de conflictos interpersonales</i>	36. ¿Por qué tengo este problema?, ¿qué cambios puedo introducir? 37. Clasificando motivos 38. Historia de burros
MÓDULO IV: COMPETENCIAS COGNITIVAS	<i>Unidad 10: Análisis crítico y analítico</i>	39. Me propongo objetivos y lo intento
	<i>Unidad 11: Creatividad</i>	40. A qué dedico mi tiempo
	<i>Unidad 12: Capacidad de planificación</i>	41. La importancia del horario 42. Disfrutamos de la vida 43. Distintas actividades de ocio
	<i>Unidad 13: Capacidad para tomar decisiones</i>	44. Ampliando las posibilidades 45. Consecuencias personales y sociales
MÓDULO V: COMPETENCIAS MORALES	<i>Unidad 14: Compromiso social y responsabilidad</i>	46. La Fábula del Aguilucho 47. Los problemas de Juan Manuel
	<i>Unidad 15: Prosocialidad</i>	48. Me implico más o menos... 49. Declaro inaugurado el día de la amabilidad
	<i>Unidad 16: Justicia e igualdad</i>	50. Tus derechos 51. ¿Qué es el género? ¿Es lo mismo sexo que género?
	<i>Unidad 17: Respeto a la diversidad</i>	52. Este es mi mundo
	<i>Unidad 18: Empatía</i>	53. El caso de Marta 54. Etiquetas

MÓDULO VI: COMPETENCIAS EMOCIONALES	<i>Unidad 19: Reconocimiento y manejos de las emociones</i>	55. Pensar, hacer, sentir 56. Nuestra situación ante las dificultades
	<i>Unidad 20: Tolerancia a la frustración</i>	57. ¿Qué es eso del manejo de la ansiedad? 58. Cuando aparecen los nervios... 59. Aprender a relajarnos
	<i>Unidad 21: Optimismo y sentido del humor</i>	60. Espejo 61. Juego de palabras
MÓDULO VII: FIN DE LA INTERVENCIÓN	<i>Unidad 22: Despedida y cierre</i>	62. Valoración personal del programa 63. Bola de nieve 64. juegos

ANEXO II: DAFO PROGRAMA

