

2019 II Congreso Internacional y XXXI Jornadas de Psicología: Educando en Bienestar Personal y Valores

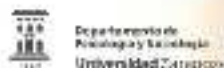
II International Congress: Education in Personal
Well-being and Values

Huesca (Spain)
21 y 22 de Noviembre de 2019



Facultad de Ciencias
Humanas y de la
Educación
Centro Ibercaja-
Palacio Villahermosa

Libro de actas



Libro de Actas del II Congreso Internacional y XXXI Jornadas de Psicología: Educando en Bienestar Personal y Valores. II International Congress: Education in Personal Well-being and Values

Mayte Navarro Gil y María Cruz Pérez Yus (coords.)

© Los autores

© Diseño de Portada: Alfonso Revilla Carrasco.

1ª edición, Zaragoza, 20019

Edita: Servicio de Publicaciones. Universidad de Zaragoza

ISBN 978-84-16723-89-8

Para citar la obra:

Navarro-Gil, María T. & Pérez-Yus, María C. Libro de Actas del II Congreso Internacional y XXXI Jornadas de Psicología: Educando en Bienestar Personal y Valores. España, Zaragoza: Servicio de Publicaciones, Universidad de Zaragoza.



Servicio de
Publicaciones
Universidad Zaragoza

Índice

MINDFULNESS Y REGULACIÓN EMOCIONAL. Chair. Marta Puebla Guedea (Universidad de Zaragoza).

- Capítulo 1. Barreras en la implementación de intervenciones basadas en mindfulness y compasión en educación. Daniel Campos (Universitat Jaume I UJI), Paola Herrera Mercadal (Universidad de Zaragoza) y Alicia Monreal Bartolomé (Instituto de Investigación Sanitaria de Aragón IIS Aragón).
- Capítulo 2. Regulación emocional en la adolescencia. Luis Borao Zabala, Alberto Barceló Soler (Instituto de Investigación Sanitaria de Aragón IIS Aragón) y Yolanda López del Hoyo (Universidad de Zaragoza).
- Capítulo 3. Regulación emocional y aceptación en la infancia: educando en un paréntesis. Marta Puebla Guedea (Universidad de Zaragoza), Antonio Celma Juste y María Beltrán Ruiz (Instituto de Investigación Sanitaria de Aragón IIS Aragón).
- Capítulo 4. Alimentación consciente y estilos de ingesta en la adolescencia. Héctor Morillo Sarto, Alba López Montoyo (Universitat Jaume I UJI) y Laura Martínez (Universidad de Zaragoza).

RECURSOS Y ESTRATEGIAS EN LA MEJORA DEL BIENESTAR EN EL ÁMBITO EDUCATIVO. Chair. Juan José Mejías Abad (Universidad de Zaragoza).

- Capítulo 5. Influencia de la metodología de enseñanza sobre los procesos motivacionales: un análisis en jugadores jóvenes de fútbol sala. Sergio Diloy-Peña, Ángel Abós, María Sanz-Remacha, Javier Sevil-Serrano y Luis García-González (Universidad de Zaragoza).
- Capítulo 6. La orientación en la Educación Permanente: servicio básico que contribuye a la mejora del bienestar de los ciudadanos. Juan José Mejías Abad y Pablo Usán Supervía (Universidad de Zaragoza).
- Capítulo 7. Análisis de la mejora de la autoconciencia y proactividad del alumnado universitario a través de una prueba de evaluación. María Gema Puig (Universidad de Zaragoza).
- Capítulo 8. La actividad física como herramienta para optimizar el bienestar del profesorado. Ángel Abós, Sergio Diloy-Peña, Laura Simón-Montañes, María Sanz-Remacha y Javier Sevil-Serrano (Universidad de Zaragoza).

MINDFULNESS, EDUCACIÓN Y SALUD. Chair. Paola Herrera Mercadal (Universidad de Zaragoza).

- Capítulo 9. Fomentando el bienestar y los valores a través de mindfulness como actividad extraescolar. Paola Herrera Mercadal, Daniel Campos Bacas (Universitat Jaume I UJI) y Alfonso Revilla (Universidad de Zaragoza).
- Capítulo 10. Los resultados en la formación profesional y el crecimiento personal de alumnos-as de magisterio tras la implementación de un proyecto de apoyo escolar. María Sierra Berdejo y Anabel Satué Orós (Universidad de Zaragoza).
- Capítulo 11. La relación entre mindfulness y salud mental en función de la IE y el sexo. Eva M. Lira, Pilar Martín, Ana Gil y Marta Gil (Universidad de Zaragoza).
- Capítulo 12. Tiempo de pantalla e índice de masa corporal de adolescentes oscenses: ¿son necesarias estrategias específicas para optimizar su bienestar? Laura Simón-Montañés, Javier Sevil-Serrano, Alberto Aibar, Ángel Abós y Luis García-González (Universidad de Zaragoza).

EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL AULA. Chair. Ana Rodríguez (Universidad de Zaragoza).

- Capítulo 13. Sentir la ópera, eslabón de la felicidad. Experiencias con alumnado universitario. Roberto Anadón Mamés y Ana Isabel Serrano Osanz (Universidad de Zaragoza).
- Capítulo 14. Propuesta de evaluación auténtica, cooperativa y emocional. Ana Rodríguez (Universidad de Zaragoza).
- Capítulo 15. Inteligencia emocional, rendimiento y socialización en la etapa infantil. Andrea Berges y Eva M. Lira (Universidad de Zaragoza).
- Capítulo 16. ¿Se abordan los contenidos en bienestar emocional y convivencia en las escuelas promotoras de salud? Estudio descriptivo en la ciudad de Huesca. Laura Simón-Montañés, Javier Sevil-Serrano, Alberto Aibar, Manuel Bueno Franco y Luis García-González (Universidad de Zaragoza).

PROPUESTAS DE EVALUACIÓN EN EL ÁMBITO EDUCATIVO. Chair. Ester Ayllón (Universidad de Zaragoza).

- Capítulo 17. Propuesta para la evaluación de la participación en el proyecto de “La Ciudad de las Niñas y los Niños”. Estudio sobre los ex consejeros. Elisa Saioni (Universidad de la Sapienza, Región Lazio), Ester Ayllón, Annabella Salamanca y Azucena Lozano (Universidad de Zaragoza).
- Capítulo 18. La importancia de los valores en el desarrollo de la iniciativa y autonomía personal en diversos contextos escolares. Ana Belén Cebollero Salinas, Jacobo Cano Escoriaza y Santos Orejudo Hernández (Universidad de Zaragoza).
- Capítulo 19. Análisis y evolución de los niveles de ansiedad en alumnos de 3º de educación primaria tras el desarrollo de un programa de educación emocional. María Sanagustín, Natalia Sobradíel y Nieves Moyano (Universidad de Zaragoza).
- Capítulo 20. El Mindfulness in Teaching Scale: una escala de mindfulness para el profesorado. Nieves Moyano y Sandra Valle (Universidad de Zaragoza).

EDUCANDO EN LA FELICIDAD: VALORES, HABILIDADES SOCIALES, EDUCACIÓN EMOCIONAL Y PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA. Chair. Eva Lira (Universidad de Zaragoza).

- Capítulo 21. Educación emocional, educación en valores y habilidades sociales: asignatura pendiente en la formación integral de las personas. Programas educativos para todos. Jorge Arbués Salazar (Down Huesca, entidad federada de Down España; Universidad de Zaragoza).
- Capítulo 22. La internalización de valores en los estudiantes. Juan Luis Azkue Beteta, Marta Gil Lacruz, Ana Gil Lacruz y Pilar Martín Hernández (Universidad de Zaragoza).
- Capítulo 23. Educación emocional y la violencia escolar en niños de educación primaria en situaciones de vulnerabilidad: El efecto modulador de la autoestima y el sexo. Rocío Cremallet y Eva M. Lira (Universidad de Zaragoza).
- Capítulo 24. El alumno feliz. Límites pedagógicos de la psicología positiva. Lucía González-Mendiondo (Universidad de Zaragoza).

SESIÓN DE PÓSTERES

- Capítulo 25. Percepciones de estudiantes universitarios ante una experiencia de Aprendizaje- Servicio (APS): De minimarcha con ASPACE. Natalia Sobradie, Marta Liesa, Pilar Otal, C. Salinas (ASPACE Huesca), Sergio Cored, Cecilia Latorre y Silvia Anzano (Universidad de Zaragoza).
- Capítulo 26. La participación cívica como promotora del envejecimiento activo en Europa. Andrea Vega-Tinoco, Marta Gil-Lacruz, Ana Isabel Gil-Lacruz y Juan Luis Azkue-Beteta (Universidad de Zaragoza).
- Capítulo 27. Nuevas tecnologías y bienestar en la tercera edad: una experiencia de realidad virtual. Julia Sánchez García, Ana Isabel Gil-Lacruz, Eva Lira Rodríguez y Marta Gil-Lacruz (Universidad de Zaragoza).
- Capítulo 28. Objetivos de las intervenciones de bienestar psicológico a través de la educación corporal, educación física y deporte escolar. Raquel Pérez-Ordás (Universidad de Zaragoza) y Javier Piñero Cossio (Universidad Pablo de Olavide, Sevilla).
- Capítulo 29. Autorregulación y patrones de motivación ante el aprendizaje en Educación Superior. Silvia Anzano Oto, Cecilia Latorre Cosculluela, Verónica Sierra Sánchez, Marta Liesa Orús, Sandra Vázquez Toledo y Natalia Sobradie Sierra (Universidad de Zaragoza).
- Capítulo 30. Educación Positiva: Educar para la felicidad y la resiliencia. ¿Dónde estamos y hacia dónde vamos? Leticia Mosteo (Universidad de Zaragoza).
- Capítulo 31. La importancia del desarrollo emocional en su relación con el logro académico: un trabajo de revisión y meta-análisis. Alberto Quílez Robres, Raquel Lozano Blasco, Nieves Moyano Muñoz y Alejandra Cortés Pascual (Universidad de Zaragoza).
- Capítulo 32. Motivaciones y expectativas de futuro en la universidad. Verónica Sierra Sánchez, Cecilia Latorre Cosculluela, Silvia Anzano Oto, Ana Rodríguez Martínez y Sergio Cored Bandrés (Universidad de Zaragoza).
- Capítulo 33. Estudio correlacional del fracaso escolar y las funciones ejecutivas en Educación Obligatoria. Marta Bestué y Elena Escolano Pérez (Universidad de Zaragoza).
- Capítulo 34. Elaboración de píldoras educativas como recurso didáctico para explicar el desarrollo cognitivo del alumnado. Pablo Usán Supervía, Juan José Mejías Abad y Carlos Salavera Bordás (Universidad de Zaragoza).

- Capítulo 35. Revisión sobre la evaluación del bienestar psicológico en edad escolar a través de educación física y deporte escolar. Javier Piñeiro Cossio (Universidad Pablo de Olavide, Sevilla) y Raquel Pérez-Ordás (Universidad de Zaragoza).

ANEXOS

- Anexo 1. Sesión de Pósteres.
- Anexo 2. El Congreso en los medios de comunicación.
- Anexo 3. El Congreso en imágenes.
- Anexo 4. Comité Científico.
- Anexo 5. Comité Organizador.
- Anexo 6. Patrocinadores.
- Anexo 7. Tríptico del Congreso.

CONFERENCIA INVITADA

- Javier García Campayo (Universidad de Zaragoza). Mindfulness en la Educación. Educando para el futuro.

CONFERENCIAS INTERNACIONALES

- Roberto Aristegui (Universidad de Santiago de Chile). Mindfulness interpersonal en el ámbito educativo.
- Julieta Galante (Cambridge University). Mejora de la resiliencia en estudiantes universitarios.

TALLERES INVITADOS

- Alejandra García-Pueyo (Centro de Psicología infanto-juvenil Alejandra García Pueyo). Disciplina positiva en el aula. Educando en conexión.
- María Domínguez y Venus Dugo (Escuela de Yoga y Yogaterapia). Como generar una competencia para la vida y el bienestarpersonal a través del mindfulness.
- Marta Modrego e Irene Delgado (Universidad de Zaragoza). Hacia el bienestar emocional en las aulas.

Página web del congreso.

<http://eventos.unizar.es/go/congresobienestaryvalores>

1

Barreras en la implementación de intervenciones basadas en mindfulness y compasión en educación.

Daniel Campos*, Paola Herrera Mercadal** & Alicia Monreal Bartolomé***

*Universitat Jaume I (UJI); Instituto de Investigación Sanitaria Aragón IIS Aragón

**Universidad de Zaragoza; Instituto de Investigación Sanitaria Aragón IIS Aragón

***Instituto de Investigación Sanitaria Aragón IIS Aragón

Resumen

En el ámbito educativo, se han desarrollado diferentes Intervenciones basadas en Mindfulness mostrando su eficacia y utilidad. Pocos estudios se han centrado en investigar los componentes, los facilitadores y las barreras en su implementación. El objetivo de este estudio es explorar e identificar dichos aspectos en la implementación de Mindfulness en el ámbito educativo. La muestra se compuso de 66 participantes, que completaron una entrevista cualitativa online. Uno de los aspectos observados a considerar por su carácter facilitador es la importancia de la formación y el papel que desempeñan los distintos agentes implicados (profesorado, dirección, administración y familias). La consideración de estos factores puede ayudar a adaptar e implementar programas de Mindfulness basados en las necesidades y realidades percibidas del contexto educativo.

Barreras en la implementación de intervenciones basadas en mindfulness y compasión en educación.

Daniel Campos*, Paola Herrera Mercadal** & Alicia Monreal Bartolomé***

*Universitat Jaume I (UJI); Instituto de Investigación Sanitaria Aragón IIS Aragón

**University of Zaragoza; Instituto de Investigación Sanitaria Aragón IIS Aragón

***Instituto de Investigación Sanitaria Aragón IIS Aragón

Abstract

In the educational field, different Mindfulness-based interventions have been developed showing their effectiveness and usefulness. Few studies have focused on investigating the components, facilitators and barriers in their implementation. The objective of this study is to explore and identify these aspects in the implementation of Mindfulness in the educational field. The sample consisted of 66 participants, who completed a qualitative online interview. One of the important aspects to consider due to its facilitating nature is the importance of the training and the role played by the different agents involved (teachers, management, administration and families). Consideration of these factors can help adapt and implement Mindfulness programs based on the perceived needs and realities of the educational context.

2

Regulación Emocional la adolescencia.

Luis Borao, Alberto Barceló Soler & Yolanda López del Hoyo

Universidad de Zaragoza

Resumen

La regulación emocional ha obtenido un creciente interés en la investigación desde la aparición de las terapias de tercera generación. Este proceso buscaría poder afrontar y manejar las emociones de una manera flexible y adaptativa, buscando que la persona pueda aceptar los diferentes eventos que vayan apareciendo en su vida. En la adolescencia se modifican muchos procesos emocionales, por lo que la desregulación emocional es un problema habitual en esta población. Conocer la perspectiva que hay en la primera y tercera generación, así como las estrategias que se pueden manejar es un tema constante en la investigación. ¿Cómo se pueden manejar estos eventos privados?

Emotional regulation in adolescents.

Luis Borao, Alberto Barceló Soler & Yolanda López del Hoyo

Universidad de Zaragoza

Abstract

Emotional regulation has gained an increasing interest in research since the emergence of third generation therapies. This process would seek to cope with and manage emotions in a flexible and adaptive way, training the person to accept the different events that appears in his life. In adolescence many emotional processes are modified, so emotional deregulation is a common problem in this population. Knowing the perspective of the first and third generation, as well as the strategies that can be managed, is a constant topic in research. How can be handled these private events?

3

Regulación emocional y aceptación en la infancia: Educando en un paréntesis.

Marta Puebla Guedea, Antonio Celma Juste & María Beltrán Ruiz

Universidad de Zaragoza

Resumen

Cada 3 minutos un niño es diagnosticado de cáncer en algún lugar del mundo. Se estima que unos 250.000 menores sufren la enfermedad en una de las 16 formas de cáncer infantil, que son diferentes de los padecidos por personas adultas. En nuestro país esta problemática es la primera causa de muerte por enfermedad en niños y adolescentes de 1 a 14 años. Todo niño que es hospitalizado, al igual que su familia, siente angustia, ansiedad, temor a lo desconocido, intranquilidad, inseguridad y miedo a la muerte. Es importante tener en cuenta que ha dejado el medio natural en el que se desenvuelve, para entrar en un universo estresante en el que todo es distinto, tanto el medio que le rodea como las personas con las que tiene que relacionarse. El objetivo es implantar un programa de entrenamiento en regulación emocional y aceptación basado en mindfulness, para mejorar el afrontamiento de la enfermedad. Este programa se ha iniciado en la planta de oncopediatria del Hospital Miguel Servet de Zaragoza con la colaboración de Aspanoa. Las sesiones se realizan una vez al mes con una duración de 2 horas. El entrenamiento en mindfulness se espera que ayude a los participantes a reducir su ansiedad, a interactuar con otras personas en su misma situación y a aprender estrategias de regulación que podrán extrapolar a diferentes ámbitos de su vida.

Emotional regulation and acceptance in childhood: Educating in a parenthesis.

Marta Puebla Guedea, Antonio Celma Juste & María Beltrán Ruiz

University of Zaragoza

Abstract

Every 3 minutes a child is diagnosed with cancer somewhere in the world. An estimated 250,000 children suffer from the disease in one of 16 forms of childhood cancer, which are different from those suffered by adults. In our country this problem is the leading cause of death due to illness in children and adolescents from 1 to 14 years. Every child who is hospitalized, like his family, feels anguish, anxiety, fear of the unknown, restlessness, insecurity and fear of death. It is important to keep in mind that you have left the natural environment in which you operate, to enter a stressful universe in which everything is different, both the environment that surrounds you and the people with whom you have to relate. The objective is to implement a training program in emotional regulation and acceptance based on mindfulness, to improve the coping with the disease. This program has started in the oncology plant of the Miguel Servet Hospital in Zaragoza with the collaboration of Aspanoa. The sessions are held once a month with a duration of 2 hours. Mindfulness training is expected to help participants reduce their anxiety, interact with other people in the same situation and learn regulation strategies that can extrapolate to different areas of their lives.

4

Alimentación consciente y estilos de ingesta en la adolescencia.

Héctor Morillo Sarto, Alba López Montoyo & Laura Martínez

Universidad de Zaragoza

Resumen

Las intervenciones basadas en la atención plena se han aplicado en diferentes campos para mejorar la salud física y psicológica. Sin embargo, se sabe poco sobre su aplicabilidad y eficacia con sobrepeso / obesidad. En la ponencia se resumirá la importancia de la relación de la persona con la comida para la salud, describiendo primero de una manera teórica los estilos de ingesta y más tarde se mostrarán los resultados de un estudio de campo realizado en el ámbito de atención primaria.

Alimentación consciente y estilos de ingesta en la adolescencia.

Héctor Morillo Sarto, Alba López Montoyo & Laura Martínez

Universidad de Zaragoza

Abstract

Interventions based on mindfulness have been applied in different settings to improve physical and psychological health. However, little is known about its applicability and effectiveness with overweight / obesity. The paper will summarize the importance of the person's relationship with food for health, first describing in a theoretical way the intake styles and later the results of a field study conducted in the context of primary care will be shown.

5

Influencia de la metodología de enseñanza sobre los procesos motivacionales: un análisis en jugadores jóvenes de fútbol sala.

Sergio Diloy-Peña, Ángel Abós, María Sanz-Remacha, Javier Sevil-Serrano & Luis García-González

Universidad de Zaragoza

Resumen

OBJETIVOS: Durante los últimos años se ha producido un cambio metodológico en los procesos de enseñanza-aprendizaje en la iniciación deportiva. La implementación de modelos orientados a la comprensión ha demostrado optimizar el desarrollo de procesos motivacionales adaptativos (Abad, Benito, Giménez, y Robles, 2013), lo cual desencadena consecuencias positivas relacionadas con la salud y el bienestar (Ryan y Deci, 2002). En este sentido, el objetivo del presente estudio pretende arrojar más luz a la literatura previa investigando las posibles diferencias motivacionales entre un modelo comprensivo y un modelo técnico. **MÉTODO:** Participaron 23 jugadores ($M=16.42$, $DT =0.51$) de género masculino, pertenecientes a dos equipos de fútbol sala. Uno de los equipos era instruido mediante un modelo comprensivo, mientras que el otro era instruido por un modelo técnico. De este modo, se recogieron datos sobre la motivación autodeterminada mediante el cuestionario de Escala de Motivación Deportiva (Balaguer, Castillo y Duda, 2007). Posteriormente, se realizó un análisis de varianza univariante (ANOVA) comparando la experiencia motivacional de los dos equipos. **RESULTADOS:** El equipo instruido por un modelo comprensivo presentó una mayor regulación identificada (diferencia de medias = -1.35 , $p<.05$), y menores niveles de regulación extrínseca (diferencia de medias = -1.26 , $p<.05$) y desmotivación (diferencia de medias = -1.55 , $p<.05$) que el equipo instruido por un modelo técnico. No se observaron diferencias significativas en la motivación intrínseca ni en la regulación introyectada. **DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES:** En la línea del presente estudio, la implementación de modelos comprensivos puede favorecer el desarrollo de formas de motivación más autodeterminadas y prevenir formas de motivación menos autodeterminadas o incluso la desmotivación (Álvarez, Balaguer, Castillo, y Duda, 2009). Parece importante que las partes interesadas apuesten por este tipo de modelos de enseñanza, ya que además de optimizar los procesos motivacionales, pueden contribuir a mejorar otras variables relacionadas con el bienestar psicológico de los deportistas.

Influence of the teaching methodology on motivational processes in young football players in training

Sergio Diloy-Peña, Ángel Abós, María Sanz-Remacha, Javier Sevil-Serrano & Luis García-González

University of Zaragoza

Abstract

AIM: In the last years there has been a methodological change in the teaching-learning processes in sport initiation. The implementation of pedagogical models aimed at understanding the game has shown an improvement in the motivation of players (Abad, Benito, Giménez, & Robles, 2013), which can trigger positive consequences related to health and well-being (Ryan & Deci, 2002). In this vein, the aim of the study was to examine the differences of motivation among young football players regarding the type of methodology implemented (understanding model vs. technical model). **METHOD:** Twenty-three ($M = 16.42$, $SD = 0.508$) male players in training belonging to two futsal teams participated in the study. One of the teams was trained using an understanding model, while the other was instructed by means a technical model. The players completed the Sports Motivation Scale questionnaire (Balaguer, Castillo, & Duda, 2007) to evaluate different motivational regulations integrated in the self-determination theory. Subsequently, a univariate analysis of variance (ANOVA) was performed, comparing the motivational regulations of the two teams. **RESULTS:** The team that was trained by means of an understanding model reported higher identified regulation (mean difference = -1.35 , $p < .05$) and lower scores of extrinsic regulation (mean difference = -1.26 , $p < .05$) and amotivation (mean difference = -1.55 , $p < .05$) when compared to the team that was instructed by a technical model. No differences between the two teams in intrinsic motivation and introjected regulation were observed. **DISCUSSION Y CONCLUSIONS:** In line with the results found in other studies in the sport context (Claver et al., 2017), the implementation of understanding models can induce not only the development of more self-determined forms of motivation, but also buffer less self-determined forms of motivation or even the amotivation. Therefore, it seems important that the coaches of athletes in training implement understanding models because the improvement of the players motivation could, at the same time, contribute to the improvement of their psychological well-being.

6

La orientación en la Educación Permanente: servicio básico que contribuye a la mejora del bienestar de los ciudadanos.

Juan José Mejías Abad & Pablo Usán Supervía

Universidad de Zaragoza

Resumen

OBJETIVOS: Analizar las funciones del orientador desde la visión del estudiante y del profesor. Identificar los diferentes componentes de la competencia comunicativa que estudiantes y profesores desearían observar en un orientador. Proponer orientaciones para mejorar las conductas comunicativas de los psicopedagogos cuando prestan su servicio a estudiantes y profesores. **MÉTODO:** La muestra está compuesta por alumnos y docentes de Centros Públicos de Educación de Personas Adultas de la provincia de Zaragoza en la Comunidad Autónoma de Aragón: 35 estudiantes de cinco de los nueve centros públicos de la provincia de Zaragoza donde se imparte la Educación Secundaria para Personas Adultas. **RESULTADOS:** Entre los principales resultados se encuentran: La valoración que se tiene del orientador en el centro escolar para la ESPA es positiva tanto por parte de los estudiantes como del profesor interno; en cambio, los docentes-funcionarios con mucha experiencia en adultos no ven tan relevante su presencia en el centro. Los estudiantes de la ESPA esperan recibir orientaciones del tutor y el orientador. Prefieren que el tutor les ofrezca orientación académica y el orientador la del ámbito profesional. Le atribuyen una importancia mucho menor a la orientación para el desarrollo personal. El orientador deberá ajustar los procesos de orientación atendiendo a los intereses y necesidades presentes del alumno. Los docentes, cuando piden consejo al orientador para ayudar a un estudiante, buscan que el orientador les diga exactamente qué hacer y qué decir. **DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES:** Los datos obtenidos en esta investigación nos llevan a una primera reflexión: el orientador debería trabajar desde diferentes modelos profesionales de intervención — consejo, consulta o programas — según el tipo de demanda del estudiante. Para la orientación profesional y personal resultaría beneficioso trabajar desde un modelo de consejo mientras que para una orientación académica sería más pertinente trabajar desde un modelo de consulta con el tutor como agente principal.

The orientation in lifelong education: a basic service that contributes to the improvement of citizens' wellbeing

Juan José Mejías Abad & Pablo Usán Supervía

University of Zaragoza

Abstract

OBJECTIVES. Analyze the functions of the counselor from the perspective of the student and the teacher. Identify the different components of the communicative competence that students and professors would like to observe in a counselor. Propose orientations to improve the communicative behaviors of psychopedagogists when they serve students and teachers. **METHOD:** The sample is composed of students and teachers of Public Centers for Adult Education in the province of Zaragoza (Aragon-Spain): 35 students from five of the nine public centers in the province of Zaragoza where Secondary Education for People is taught. **RESULTS:** The main results are: The assessment of the counselor in the school for ESPA is positive by both by the students and the internal teacher. On the other hand, teachers-officials with long experience in adults do not see their presence in the center as relevant. ESPA students expect to receive guidance from the tutor and the counselor. They prefer that the tutor offers them academic guidance and the counselor the professional guidance. They attach much less importance to the orientation for personal development. The counselor should adjust the orientation processes according to the interests and needs of the student. Teachers, when they ask the counselor for advice to help a student, seek that the counselor tell them exactly what to do and what to say. **DISCUSSION AND CONCLUSIONS:** The data obtained in this research lead us to a first reflection: the counselor should work from different professional intervention models - advice, consultation or programs - according to the type of student demand. For professional and personal guidance it would be beneficial to work from a model of advice while for an academic orientation it would be more pertinent to work from a model of consultation, with the tutor as the main agent.

7

Análisis de la mejora de la autoconciencia y proactividad del alumnado universitario a través de una prueba de evaluación.

María Gema Puig

Universidad de Zaragoza; ADDIMA, promoción y desarrollo de la resiliencia S.coop.

Resumen

Este estudio persigue valorar la utilidad de una prueba de evaluación que se diseñó e implementó en el curso académico 2018-2019 con un doble propósito: evaluar los conocimientos del tema correspondiente de una asignatura del grado de Terapia Ocupacional, además de favorecer la autoconciencia y proactividad del alumnado sobre su propio bienestar. La propuesta surgió al analizar junto con el alumnado los resultados del Cuestionario de salud general de Goldberg y la Autoevaluación Ocupacional, ambos administrados en el contexto de una práctica sobre Ergonomía y carga mental, dentro de una asignatura del grado de Terapia Ocupacional. Se propuso la realización de una prueba de evaluación en la que el sujeto de intervención era el propio grupo matriculado en la asignatura, y los datos a interpretar para la resolución del ejercicio los extraídos de los citados cuestionarios. Aunque el alumnado comentó de manera informal el efecto del ejercicio, se plantea este estudio como una oportunidad para analizar la efectividad de la prueba, de cara a consolidarlo como una posible estrategia de mejora. Para ello, se ha diseñado y administrado un cuestionario que incluye la valoración de los alumnos y alumnas que realizaron la prueba de evaluación. Los resultados confirman que el hecho de analizar sus propios datos en el contexto del grupo contribuyó a la toma de conciencia de la necesidad de realizar algún cambio para mejorar su bienestar, llevando a la práctica con ellas mismas actividades de relajación y respiración, reestructuración de rutinas y actividades de autocuidado (fundamentalmente descanso y ejercicio físico). Por tanto, se considera interesante incorporar este tipo de propuestas de manera complementaria a las pruebas de evaluación habituales, configurándose como una herramienta para favorecer la mejora del bienestar del alumnado en momentos especialmente generadores de estrés como son las fechas cercanas a los exámenes.

Analysis of the improvement of the self-consciousness and proactivity of university students through an evaluation test.

María Gema Puig

Universidad de Zaragoza; ADDIMA, promoción y desarrollo de la resiliencia S.coop.

Abstract

This study seeks to assess the usefulness of an evaluation test that was designed and implemented in the 2018-2019 academic year with a dual purpose: evaluate the knowledge of the corresponding topic of a subject of the Occupational Therapy degree, in addition to promoting students' self-awareness and proactivity over their own well-being. The proposal arose by analyzing together with the students the results of the Goldberg General Health Questionnaire and the Occupational Self-Assessment, both used in a practice about Ergonomics and mental load, within a subject of the Occupational Therapy degree. It was proposed to carry out an evaluation test in which the intervention group was the same class and the data to be interpreted for the resolution of the exercise extracted from the aforementioned questionnaires. Although students commented informally on exercise's effect, this study is presented as an opportunity to analyze the effectiveness of the test, in order to consolidate it as a possible improvement strategy. For this, a questionnaire has been designed and administered that includes the assessment of the students who took this evaluation test. The results confirm that the fact of analyzing their own data in the context of the group contributed to the awareness of the need to make some changes to improve their well-being, carrying out with them relaxation and breathing activities, restructuring routines and self-care activities (mainly rest and physical exercise). Therefore, it is interesting to incorporate this type of proposals in a complementary way to the usual evaluation tests, configuring itself as a tool to improve the well-being of students especially in stressful moments such as the dates closes to the exams.

8

La actividad física como herramienta para optimizar el bienestar del profesorado.

Ángel Abós, Sergio Diloy-Peña, Laura Simón-Montañes, María Sanz-Remacha & Javier Sevil-Serrano

Universidad de Zaragoza

Resumen

Objetivo: El profesorado es uno de los colectivos profesionales más afectados por el síndrome de burnout (Innstrand, Langballe, Falkum, y Aasland, 2011), el cual puede desencadenar consecuencias negativas como la depresión (Shin, Noh, Jang, Park, y Lee, 2013). En este sentido, la práctica de actividad física conduce a adaptaciones biológicas las cuales pueden contribuir a la obtención de un funcionamiento psicológico y bienestar más óptimo (Feuerhahn, Sonnentag, y Woll, 2014; Gluschkoff et al., 2016). El presente estudio, pretende analizar las posibles diferencias en los niveles de burnout y depresión entre los docentes que cumplen las recomendaciones de actividad física moderada vigorosa (AFMV) propuestas por la OMS (>150min/AFMV/semana) y los que no lo hacen. Método: Participaron 584 docentes (M=45.83; DT=8.74; 330 mujeres) de Educación Secundaria Obligatoria (ESO) de Aragón, quienes cumplimentaron cuestionarios validados sobre los niveles de AFMV (Roman-Viñas et al., 2010), burnout (Abós, Sevil-Serrano, Montero-Marín, Julián-Clemente, y García-González, 2019) y depresión (Quintana et al., 2003). Resultados: El profesorado de ESO realizó una media de 165.72 min/AFMV/semana. Aquellos que realizaban más de 150 min de AFMV a la semana y cumplían las recomendaciones de la OMS (38%, n=221), mostraron significativamente menores niveles de burnout (diferencia de medias = 0.127, $p < .05$) y de depresión (diferencia de medias = 0.127; $p < .01$) que los que no las cumplían. Discusión y conclusiones: En línea con estudios anteriores en trabajadores de otros ámbitos (Kim, Ji, y Kao, 2011; Sui, Smith, Fagan, Rollo, y Prapavessis, 2019), la práctica de actividad física puede ayudar a prevenir el burnout y la depresión del profesorado de ESO. Por lo tanto, parece necesario que la administración educativa promueva intervenciones basadas en la práctica de actividad física las cuales, además de mejorar la salud física, pueden contribuir a optimizar el bienestar docente y, por lo tanto, a mejorar la calidad educativa.

Physical activity as a tool to optimize the teachers wellbeing.

Ángel Abós, Sergio Diloy-Peña, Laura Simón-Montañes, María Sanz-Remacha & Javier Sevil-Serrano

University of Zaragoza

Abstract

Aim: Teachers are one of the professional groups most affected by burnout (Innstrand, Langballe, Falkum, & Aasland, 2011), which can trigger negative consequences such as depression (Shin, Noh, Jang, Park, & Lee, 2013). In this sense, the practice of physical activity leads to biological adaptations which can contribute to the obtaining of a more optimal psychological functioning and well-being (Feuerhahn, Sonnentag, y Woll, 2014; Gluschkoff et al., 2016). This study aims to analyze the possible differences in burnout and depression levels among teachers who meet the recommendations of moderate-vigorous physical activity (MVPA) proposed by the WHO (>150min/AFMV/week) and those that do not. **Method:** 584 secondary school teachers from Aragon participated (M= 45.83; SD=8.74; 330 Female) and completed validated questionnaires on MVPA levels (Roman-Viñas et al., 2010), burnout (Abós, Sevil-Serrano, Montero-Marín, Julián-Clemente, & García-González, 2019) and depression (Quintana et al., 2003). **Results:** Secondary school teachers averaged 165.72 min/MVPA/week. Those who performed more than 150 minutes of MVPA per week and met WHO recommendations (38%, n=221), showed significantly lower levels of burnout (difference of means = - 0.127, $p<.05$) and depression (mean difference = - 0.127; $p<.01$) than those who did not met. **Discussion and conclusions:** In line with previous studies in workers from other contexts (Kim, Ji, & Kao, 2011; Sui, Smith, Fagan, Rollo, & Prapavessis, 2019), the practice of physical activity can help to prevent burnout and depression of secondary school teachers. Therefore, it seems necessary that the educational administration promotes interventions based on physical activity which, in addition to improving physical health, can help to optimize teachers 'well-being and, therefore, to improve the quality of education.

9

Fomentando el bienestar y los valores a través de mindfulness como actividad extraescolar.

Paola Herrera, Daniel Campos & Alfonso Revilla

Universidad de Zaragoza

Resumen

En los últimos tiempos muchos son los programas de mindfulness en educación que han ido apareciendo (Treva, Escuelas Despiertas, Aulas Felices, Crecer Respirando...) y muchas son también las iniciativas para incorporar estos programas en el ámbito académico. No obstante, nos encontramos con una gran variedad de barreras y dificultades en su implementación en el aula. Por todo ello, ¿podría haber otras vías de acceso a mindfulness en la escuela? ¿qué hay de mindfulness como actividad extraescolar? En esta comunicación se presenta una experiencia piloto de mindfulness como extraescolar en un colegio concertado de Zaragoza.

Promoting well-being and values through mindfulness as an extracurricular activity.

Paola Herrera, Daniel Campos & Alfonso Revilla

Universidad de Zaragoza

Abstract

In recent years, several mindfulness-based programs have been developed in educational field (e.g., Escuelas Despiertas, Aulas Felices, Crecer Respirando...), together different proposals to incorporate these programs in the academic field. However, a great variety of barriers and difficulties has been found in its implementation at the classroom. Therefore, are there other ways of accessing mindfulness in school? What about mindfulness as an extracurricular activity? This communication presents a pilot experience of mindfulness as an extracurricular at a concerted school in Zaragoza.

10

Los resultados en la formación profesional y el crecimiento personal de alumnos-as de magisterio tras la implementación de un proyecto de apoyo escolar.

María Sierra Berdejo & Anabel Satué Orós

Universidad de Zaragoza

Resumen

Presentamos en este trabajo los resultados obtenidos a lo largo de seis años desde el inicio de la implementación de la actividad de Apoyo Escolar en el contexto de prácticas de Aprendizaje en Servicio. Centramos la atención, en el valor de esta experiencia para los estudiantes de Grado en Magisterio, en dos aspectos concretos: el incremento de su formación a nivel profesional y en el crecimiento personal. La participación de los alumnos-as desde 2014 fue muy variada. Esta participación abarca desde la implicación a lo largo de los cuatro cursos de formación académica, la participación durante tres cursos más un año, posterior a la finalización de sus estudios, en la modalidad de voluntariado hasta la participación de un año o varios durante el periodo de estudios. La actividad de Apoyo Escolar, cada curso, desde 2014 hasta 2019, se llevó a cabo durante cinco meses con dedicación por alumno-a de cincuenta horas efectivas por curso. A partir de una metodología cualitativa, utilizando la entrevista en profundidad como instrumento de recogida de datos, aplicada a la totalidad de los participantes en este proyecto a lo largo de los últimos cinco cursos se llegó a conclusiones tan interesantes como positivas: permitió, a los estudiantes del Grado de Maestro, poner en práctica en un contexto real los conocimientos adquiridos académicamente, antes de finalizar sus estudios y al mismo tiempo favoreció en el terreno de lo personal, el fortalecimiento de la responsabilidad social.

The results in vocational training and the personal growth of teaching students following the implementation of a school support project.

María Sierra Berdejo & Anabel Satué Orós

University of Zaragoza

Abstract

We present in this work the results obtained over six years from the beginning of the implementation of the School Support activity in the context of Service-Learning Practices. We focus on the value of this experience for undergraduate students in Teaching, on two specific aspects: increasing their training at the professional level and in personal growth. The participation of students since 2014 was very varied. This participation ranges from participation throughout the four academic training courses, participation during three courses plus one year, after the completion of their studies, in the volunteering modality to the participation of one year or several during the study period. The School Support activity, each course, from 2014 to 2019, was carried out for five months with the dedication of the student to 50 effective hours per course. Based on a qualitative methodology, using in-depth interview as a data collection tool, applied to all participants in this project over the last five courses, conclusions as interesting as positive: it allowed students of the Master's Degree to implement in a real context the academically acquired knowledge, before finishing their studies and at the same time favoured in the field of the personal, the strengthening of the social responsibility

11

La relación entre mindfulness y salud mental en función de la IE y el sexo.

Eva M. Lira, Pilar Martín, Ana Gil & Marta Gil

Universidad de Zaragoza

Resumen

Este estudio analiza la relación entre el mindfulness y la salud mental (estrés, ansiedad y depresión) en función de la IE y el sexo. 312 alumnos de la universidad de Zaragoza y la Universidad Rey Juan Carlos participan en el estudio. Los resultados muestran que el alumnado con mayores niveles de mindfulness tiene mejor salud mental (estrés, ansiedad y depresión). Los universitarios que atienden mucho a sus emociones tienen peor salud y los que las comprenden y las reparan mejor salud. La relación negativa entre mindfulness y ansiedad es mayor en los estudiantes que reparan sus emociones. La relación negativa entre mindfulness y estrés es mayor en los estudiantes que reparan menos sus emociones.

The relationship between mindfulness and mental health moderated by emotional intelligence and sex.

Eva M. Lira, Pilar Martín & Ana Gil and Marta Gil

University of Zaragoza

Abstract

This study analyzes the relationship between mindfulness and mental health (stress, anxiety and depression) moderated by EI and sex. 158 students from the University of Zaragoza participate in the study. The results show that students with higher levels of mindfulness have better mental health (stress, anxiety and depression). The university students who attend to their emotions to a greater extent have lower levels of mental health. In addition, the higher the emotional clarity (stress) and emotional repair score (stress and depression) the better the mental health. Students who score high on mindfulness and repair their emotions have less anxiety.

12

Tiempo de pantalla e índice de masa corporal de adolescentes oscenses: ¿Son necesarias estrategias específicas para optimizar su bienestar?

Laura Simón-Montañés, Javier Sevil-Serrano, Alberto Aibar, Ángel Abós & Luis García-González

Universidad de Zaragoza

Resumen

Objetivo: Un elevado tiempo dedicado a las pantallas se asocia con un menor bienestar emocional y mayor riesgo de depresión (Twenge et al., 2018). Revisiones sistemáticas han señalado que los jóvenes que no cumplen las recomendaciones de tiempo de pantalla (<2h/día) tienen un mayor riesgo de presentar niveles más altos de sobrepeso y obesidad (Tripathi y Mishra, 2019), lo cual puede afectar a su autoestima (Tirlear et al., 2019). Sin embargo, dichos estudios no han analizado las diferencias en el índice de masa corporal (IMC) en función de la utilización de diferentes medios tecnológicos de pantalla (MTP). Por ello, el objetivo fue examinar si el tiempo sedentario en diferentes MTP (i.e., televisión, teléfono móvil, ordenador y videojuegos pasivos) difería en función del IMC de los adolescentes. Método: 2021 adolescentes ($M=14.23\pm 1.58$) de ocho centros educativos de Huesca, cumplimentaron un cuestionario sobre el uso habitual de diferentes MTP, el peso y la altura. Los adolescentes fueron categorizados en función de su IMC: peso insuficiente ($IMC < 18$; $n=573$), normopeso ($IMC=18-25$; $n=1212$) y sobrepeso/obesidad ($IMC > 25$; $n=96$). Resultados: A pesar de los altos valores de tiempo sedentario de pantalla encontrados, los resultados señalan que no existen diferencias significativas en cada uno de los MTP analizados entre los adolescentes en función de su IMC. Discusión y conclusiones: Los altos valores encontrados en tiempo sedentario de pantalla son coincidentes con la literatura internacional (Thomas et al., 2019). Este hecho puede acarrear consecuencias negativas en el bienestar de los jóvenes (Twenge et al., 2018). A diferencia de la mayoría de los estudios (Tripathi y Mishra, 2019), el presente trabajo no encontró diferencias en los MTP analizados en función del IMC. Por tanto, no parece necesario desarrollar, en los programas escolares destinados a favorecer un uso responsable de pantallas, estrategias específicas en función del IMC.

Screen time and body mass index among adolescents in huesca: Are specific strategies needed to improve their well-being?

Laura Simón-Montañés, Javier Sevil-Serrano, Alberto Aibar, Ángel Abós & Luis García-González

University of Zaragoza

Abstract

Aim: High screen time is associated with reduced emotional well-being and increased risk of depression (Twenge et al., 2018). Systematic reviews have shown that young people who do not comply with screen time recommendations (<2h/day) are at increased risk of higher prevalence of overweight and obesity (Tripathi & Mishra, 2019), which can affect their self-esteem (Tirllear et al., 2019). However, these studies have not analyzed differences in body mass index (BMI) according different types of sedentary screen time. Therefore, the aim was to examine whether sedentary time in different screen-based devices (i.e., television, mobile phone, computer, and passive video games) differed according to the BMI of adolescents. **Method:** 2021 adolescents ($M=14.23\pm 1.58$) from eight high schools in Huesca, completed a questionnaire of the habitual screen time in different screen-based devices, weight and height. The adolescents were categorized according to their BMI: underweight ($BMI<18$; $n=573$), normal weight ($BMI=18-25$; $n=1212$), and overweight/obesity ($BMI>25$; $n=96$). **Results:** Despite the high sedentary screen time values found, results indicate that there are no significant differences in the different screen-based devices according to their BMI. **Discussion and conclusions:** The high total sedentary screen time minutes are consistent with international studies (Thomas et al., 2019). These results has been associated with negative consequences for the well-being of young people (Twenge et al., 2018). Contrary to previous studies (Tripathi & Mishra, 2019), the present study found no differences in the different screen-based devices according to the BMI. Therefore, it does not seem necessary to develop specific strategies based on adolescents' BMI in school-based interventions designed to encourage the appropriate use of screen time.

13

Sentir la ópera, eslabón de la felicidad. Experiencias con alumnado universitario.

Roberto Anadón Mamés & Ana Isabel Serrano Osanz

Universidad de Zaragoza

Resumen

OBJETIVOS: -Transmitir al futuro docente el conocimiento musical necesario para disfrutar a través de la ópera. -Trabajar la potencialidad mental del alumnado para relacionar la materia sonora con significados individualizables a través de la implicación personal. -Potenciar la sensibilidad, bienestar personal y la percepción subjetiva de felicidad. **MÉTODO:** El profesorado comienza presentando una síntesis de los aspectos más significativos, tanto musicales como argumentales, de la ópera propuesta, prestando especial atención, posteriormente, a los momentos de mayor intensidad dramática y emotiva. El alumnado, introducido en la trama y conociendo ciertas claves compositivas que utiliza el autor para mover nuestros afectos, está preparado para un visionado de la ópera que le faculte para una audición en dos niveles: el del puro deleite sensual y un más complejo disfrute intelectual. Tras la escucha se ponen en común las sensaciones suscitadas y se recaban datos, a través de un cuestionario, relacionado con los objetivos fijados. Han participado 82 alumnos pertenecientes a las clases de música. **RESULTADOS:** Un 95% del alumnado ha mejorado su conocimiento y disfrute musical del género operístico. Un 74% ha podido relacionar la materia sonora con significados individualizables. Un 88% reconoce encontrar en la ópera un recurso para gestionar su bienestar personal a la par que cree sentir una percepción subjetiva de felicidad. **DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES:** Se constata que el deleite de este arte nos proporciona un recurso útil en el aula para trabajar nuestros sentimientos y mejorar nuestra percepción subjetiva de felicidad.

Feel the opera, link of happiness. Experiences with university students.

Roberto Anadón Mamés & Ana Isabel Serrano Osanz

University of Zaragoza

Abstract

OBJECTIVES: -Transmit the necessary musical knowledge to the future teacher to enjoy through opera. -Working the mental potential of students to relate the sound matter with individualizable meanings through personal involvement. -Potentiate sensitivity, personal well-being and subjective perception of happiness. **METHOD:** The teaching staff begins by presenting a synthesis of the most significant aspects, both musical and plot, of the proposed opera, paying special attention, subsequently, to the moments of greater dramatic and emotional intensity. The students, introduced in the plot and knowing certain compositional keys that the author uses to move our affections, are prepared for a viewing of the opera that empowers him for an audition on two levels: that of pure sensual delight and a more complex intellectual enjoyment. After listening, the sensations raised are shared and data are collected, through a questionnaire, related to the objectives set. 82 students belonging to music classes have participated. **RESULTS:** 95% of the students have improved their knowledge and musical enjoyment of the operatic genre. 74% have been able to relate the sound matter with individualizable meanings. 88% admit to finding a resource in the opera to manage their personal well-being while feeling a subjective perception of happiness. **DISCUSSION AND CONCLUSIONS:** It is noted that the delight of this art provides us with a useful resource in the classroom to work our feelings and improve our subjective perception of happiness.

14

Propuesta de evaluación auténtica, cooperativa y emocional.

Ana Rodríguez Martínez

Universidad de Zaragoza

Resumen

Evaluar es mucho más que calificar y por ello presentamos una propuesta de evaluación que es coherente con la metodología activa y cooperativa que se trabaja en el aula. El objetivo de la propuesta es incluir la evaluación en el proceso de aprendizaje para que el alumno aprenda de ella y se empodere. La metodología empleada implica la realización de un examen oral con parte individual y parte cooperativa. Todo este proceso desemboca en un feedback por parte del profesor y en una autoevaluación del alumno sobre su propio proceso y resultado. Los resultados muestran un mayor aprendizaje por parte del alumno, así como una alta responsabilidad. Como conclusión afirmamos que hemos de innovar en el proceso evaluativo.

Proposal for authentic, cooperative and emotional evaluation.

Ana Rodríguez Martínez

University of Zaragoza

Abstract

Evaluating is much more than qualifying and therefore we present an evaluation proposal that is consistent with the active and cooperative methodology that is worked in the classroom. The objective of the proposal is to include the evaluation in the learning process so that the student learns from it and is empowered. The methodology used involves conducting an oral exam with individual and cooperative part. This whole process leads to feedback from the teacher and a self-assessment of the student about their own process and result. The results show a greater learning by the student, as well as a high responsibility. In conclusion, we affirm that we must innovate in the evaluation process.

15

Propuesta para la evaluación de la participación en el proyecto de “La Ciudad de las Niñas y los Niños”. Estudio sobre los ex consejeros.

Elisa Saioni*, Ester Ayllón**, Annabella Salamanca**, Azucena Lozano**

*Universidad de la Sapienza. Región Lazio

**Universidad de Zaragoza

Resumen

OBJETIVOS: El trabajo que presentamos pretende analizar los beneficios de la participación activa en el Proyecto “La ciudad de las niñas y los niños” en Huesca. Por ello, nuestro objetivo es conocer el nivel de bienestar psicosocial, integración comunitaria y valores de ciudadanía en adolescentes ex consejeros y comparar estas variables con otros adolescentes que no han participado en el Consejo de la ciudad. Estudios previos destacan como grupos formados por jóvenes que en su infancia vivieron experiencias participativas sostienen actualmente una idea de ciudadanía en pro de la convivencia (Novella, Agud, Llena, Trilla, 2013). **MÉTODO:** Nuestra muestra está compuesta por adolescentes que tomaron parte del proyecto desde 2012 hasta la actualidad (grupo experimental) y adolescentes que no (grupo de control), que actualmente tienen entre 12 a 18 años. La metodología utilizada es tanto cuantitativa como cualitativa. Las variables medidas de forma cuantitativa son percepción sobre la participación, valor de la ciudadanía, apoyo social y comunitario, información sobre el barrio de pertenencia, reputación social, autoconcepto, autoestima, empatía, percepción de la soledad y grado de satisfacción con la vida. Por otro lado, las técnicas cualitativas utilizadas incluyen entrevistas en profundidad a los ex consejeros y a sus padres, y grupos de discusión con los ex consejeros. **RESULTADOS:** Actualmente no disponemos de resultados porque estamos en la fase inicial del estudio. **DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES:** Consideramos que es necesario llevar a cabo programas de intervención que promuevan la participación de las niñas y niños en el Consejo de la ciudad. Y además, es muy importante evaluar, tanto de manera cuantitativa como cualitativa, que estas intervenciones tengan realmente una efectividad.

Proposal for the evaluation of participation in "The City of Children" project. Study about ex counselors.

Elisa Saioni*, Ester Ayllón**, Annabella Salamanca**, Azucena Lozano**

*Universidad de la Sapienza. Región Lazio

**University of Zaragoza

Abstract

OBJECTIVES: The work we present aims to analyse the benefits of active participation in “The City of Children” project in Huesca. For this reason our goal is to know the level of psychosocial well-being, community integration and citizenship values in adolescent ex counselors and compare these variables with other adolescents who have not participated in the City Council. Previous studies realized with groups formed by young people who in their childhood lived participatory experiences currently support an idea of citizenship in favor of coexistence (Novella, Agud, Llena, Trilla, 2013). **METHOD:** Our sample is composed of adolescents who took part in the project from 2012 to the present (experimental group) and adolescents who did not (control group). The participants are currently between 12 and 18 years old. The methodology used is both quantitative and qualitative. The variables measured quantitatively are perception of participation, value of citizenship, social and community support, information about the neighbourhood, social reputation, self-concept, self-esteem, empathy, perception of loneliness and degree of satisfaction with life. On the other hand, the qualitative techniques used include interviews with ex counselors and their parents and discussion groups with ex counselors. **RESULTS:** Currently we do not have results because we are in the initial phase of the study. **DISCUSSION AND CONCLUSIONS:** We believe that it is necessary to carry out intervention programs that promote the participation of girls and boys in the City Council. And in addition, it is very important to evaluate, both quantitatively and qualitatively, that these interventions are really effective.

16

¿Se abordan los contenidos en bienestar emocional y convivencia en las Escuelas Promotoras de Salud? Estudio descriptivo en la ciudad de Huesca.

Laura Simón-Montañés*, Javier Sevil-Serrano*, Alberto Aibar*, M. Bueno** & Luis García-González*

*Universidad de Zaragoza

**Sistema de Asesoramiento y Recursos de Educación para la Salud (SARES)

Resumen

Objetivo: En el marco de las Escuelas Promotoras de la Salud (EPS) se recoge la finalidad de promover la salud desde las instituciones educativas (Langford et al., 2014). Sin embargo, las EPS tiene un efecto bajo en la mejora del determinante salud mental (Langford et al., 2015). Este hecho cobra gran relevancia si tenemos en cuenta que los jóvenes aragoneses presentan un alto grado de estrés psicológico y emocional (Moreno et al., 2014). Consecuentemente, el objetivo de este trabajo es analizar qué contenidos sobre bienestar emocional y convivencia trabajan diferentes EPS de la localidad de Huesca en el curso académico 2017-2018. Método: Se recopilaron los informes de progreso de los 10 centros escolares acreditados como EPS en la ciudad de Huesca. A través de un análisis descriptivo, se determinó la frecuencia con la que dichas EPS abordaban contenidos de bienestar emocional y (habilidades para la vida, competencia social y clima escolar) y convivencia, así como las actividades desarrolladas. Resultados: Todas las EPS desarrollaron diferentes actividades de bienestar emocional y convivencia. La prioridad para trabajar estas actividades fue “alta” en un 70% de los centros escolares y “muy alta” en el 30% restante. Se contabilizaron hasta 37 acciones para promover el bienestar emocional y la convivencia, entre las que predominaron las dirigidas a: convivencia e igualdad, mediación escolar e iniciativas inclusivas. Discusión y conclusiones: Las EPS en la localidad de Huesca priorizan en sus programas de salud los contenidos en bienestar emocional y convivencia. Sin embargo, existe gran diversidad de actividades en los programas desarrollados, probablemente debido a que las necesidades y recursos difieren en cada centro. A pesar del tratamiento que recibe el bienestar emocional y la convivencia en las EPS de Huesca, parece necesario profundizar en su estudio para conocer el efecto que estas acciones tienen en los centros, con el objetivo de optimizar las intervenciones realizadas.

Are the contents of emotional well-being addressed in Health Promoting Schools? Descriptive study in the city of Huesca.

Laura Simón-Montañés*, Javier Sevil-Serrano*, Alberto Aibar*, M. Bueno** & Luis García-González*

*University of Zaragoza

**Sistema de Asesoramiento y Recursos de Educación para la Salud (SARES)

Abstract

Objective: The promotion of health within educational institutions is one of the purposes of the framework of the Health Promoting Schools (HPS) (Langford et al., 2014). However, HPS has a low effect on the improvement of the mental health determinant (Langford et al., 2015). This fact becomes very important if we consider that Young people have a high degree of psychological and emotional stress (Moreno et al., 2014). Consequently, the objective of this study is to analyze which contents regarding emotional well-being are applied in different HPS of the town of Huesca in the 2017-2018 academic year. **Method:** The progress reports of the 10 schools accredited as HPS in the city of Huesca were compiled. Through a descriptive analysis, the frequency with which these HPS approached the contents in emotional well-being (life skills, social competence and school climate) and coexistence, as well as the activities developed were determined. **Results:** All the HPS developed different activities of emotional well-being and coexistence. The priority apply these activities was "high" in 70% of schools and "very high" in the remaining 30%. Up to 37 actions were counted to promote emotional well-being and coexistence, among which those aimed at coexistence and equality, school mediation and inclusive initiatives were predominant. **Discussion and conclusions:** The HPS in Huesca prioritize in their health programs the factors of emotional well-being and coexistence. However, there is a great diversity of activities in the programs developed, probably because the needs and resources differ in each center. Despite the treatment received by emotional well-being and coexistence in the HPS in Huesca, it seems necessary to deepen their study to know the effect that these actions have in the centers, with the aim of optimizing the interventions performed.

17

La internalización de valores en los estudiantes.

Juan Luis Azkue Beteta, Marta Gil Lacruz, Ana Gil Lacruz & Pilar Martín Hernández

Universidad de Zaragoza

Resumen

La externalización constituye una tendencia importante de nuestra sociedad actual. Las multinacionales llevan su producción a países de salarios bajos, las empresas de servicios también se están externalizando, se puede llamar a un teléfono en el país de origen para reservar un hotel sin saber que la llamada ha sido atendida por una persona que está en otro continente. En la crisis económica los bancos prestaron dinero más allá de sus capacidades en la creencia que si algo pasaba ya habría alguien externo que respondería y que como todos hacían lo mismo al final se daría una solución. También se ha producido otra externalización de forma más sutil en la sociedad y es la de los valores. Los valores y su misión intrínseca de guía personal han sido externalizados al mercado. El mercado aporta opciones y los valores y la moral se han convertido en un conjunto de opciones en el que el que algo esté bien o mal no tiene más significado que la satisfacción o frustración del deseo personal. El resultado es que es cada vez más difícil de entender que cosas se quieren hacer, cuales se pueden permitir hacer y en cuales se tiene un derecho a hacerlas o no. El haber externalizado los valores al mercado ha hecho que las expectativas de muchas personas no se puedan cumplir, en consecuencia, la sociedad se va cargando de desilusión, resentimiento, aumentan los índices de soledad y depresión y las personas empiezan a tomar refugio en el pensamiento mágico. Los valores interiorizados son lo opuesto a la externalización, son la brújula interior que permiten responder ante territorios y situaciones no conocidos, nos dan la seguridad para tomar atrevidos pero calculados riesgos, son los que proveen un sentido de servicio y responsabilidad ante la familia, la comunidad y la sociedad en global. Las personas con valores cuando caen tienen un más rápido tiempo de recuperación. Las culturas basadas en valores permanecen jóvenes, derrotan la entropía y la pérdida de energía. Los valores recobran la dimensión moral que une el futuro personal al futuro de otros, dan la dimensión espiritual que ayuda a discernir la diferencia entre el valor y el precio de las cosas, y permiten el recuerdo de que lo que es importante es no satisfacer los deseos propios sino saber que deseos satisfacer. En este marco, la aportación que aquí se presenta tiene como objetivo general, mostrar como concretar en la práctica la comunicación de valores en la educación, pero partiendo desde el convencimiento personal por parte de los estudiantes de su importancia para afrontar de forma satisfactoria las vicisitudes de la vida y de su contribución al significado de las relaciones.

Internalizing values in students

Juan Luis Azkue Beteta, Marta Gil Lacruz, Ana Gil Lacruz & Pilar Martín Hernández

University of Zaragoza

Abstract

Outsourcing constitutes an important trend of our current society. The multinationals take their production to low-wage countries, service companies they are also outsourcing, you can make a phone call in your country to book a hotel without knowing that the call has been answered by a person who is in another continent. In the economic crisis, banks lent money beyond their capabilities in the belief that if something happened there would already be someone outside who would respond, and in the end a solution would be given. There has also been another outsourcing in a subtler way in society and refers to that of values. The values and their intrinsic mission of personal guidance have been outsourced to the market. The market provides options, and values and moral have become a set of options in which the fact that something is right or wrong has no more meaning than satisfaction or frustration of personal desires. The result is that it is increasingly difficult for people to understand what things they want to do, which ones they can afford to do and in which they have a right to do them or not. Having outsourced the values to the market has made that the expectations of many people cannot be fulfilled, consequently, society is freighted with disappointment, resentment, loneliness and depression rate increases. Therefore, people begin to take refuge in magic thinking. Internalized values are the opposite of outsourcing, they are the inner compass that allow us to respond to uncharted territories and unknown situations. Moreover, they give us the security to take bold but calculated risks, and are those that provide a sense of service and responsibility to the family, the community and society as a whole. People with values when they fall, they have a faster recovery time. Values-based cultures remain young, defeat entropy and loss of energy. Values regain the moral dimension that links the personal welfare to the welfare of others, they give the spiritual dimension that helps to discern the difference between the value and the price of things, and allow to keep in mind that what is important is not to satisfy one's desires but knowing what desires to satisfy. Within this framework, the contribution presented has as a general objective, such as instilling the importance of values in education, but starting from the personal conviction on the part of the students of their importance to face adequately the vicissitudes of life and their contribution to create meaning in the relationships

18

La importancia de los valores en el desarrollo de la iniciativa y autonomía personal en diversos contextos escolares.

Ana Belén Cebollero Salinas, Jacobo Cano Escoriaza & Santos Orejudo Hernández

Universidad de Zaragoza

Resumen

Hoy en día, la autonomía e iniciativa son competencias que se consideran especialmente necesarias para el desarrollo profesional y personal. Al mismo tiempo, llevar a cabo las propias iniciativas son foco de bienestar personal. Las últimas leyes educativas incluyen estos aspectos entre sus competencias. Se han descrito sus dimensiones y entre ellas algunas están relacionadas con los valores. Sin embargo, no disponemos de estudios empíricos que las relacionen. El principal objetivo de esta investigación es analizar la relevancia de las dimensiones de la competencia de la autonomía e iniciativa personal, y específicamente el papel de los valores. Y lo hacemos, a través de la personalidad proactiva, la actitud emprendedora y variables cognitivas, socioemocionales y los valores. Los participantes han sido alumnos de 3º y 4º de Educación Secundaria Obligatoria de Zaragoza de dos contextos sociales diferentes. Mediante modelos de ecuaciones estructurales se ha comprobado que, las dimensiones cognitivas y los valores predicen en mayor medida la competencia para la autonomía e iniciativa personal. Los resultados apuntan a que los valores individuales y sociales aportan mucho más que las dimensiones cognitivas y emocionales en los diversos contextos.

The importance of values in the development of initiative and personal autonomy in various school contexts.

Ana Belén Cebollero Salinas, Jacobo Cano Escoriaza & Santos Orejudo Hernández

University of Zaragoza

Abstract

Autonomy and initiative are competencies that are considered especially necessary for professional and personal development. At the same time, carrying out the initiatives themselves are the focus of personal well-being. The latest educational laws include these aspects among their competencies. Its dimensions have been described and among them some are related to the values. However, we do not have empirical studies that relate them. The main objective of this research is to analyze the relevance of the dimensions of the competence of autonomy and personal initiative, and specifically the role of values. And we do it, through proactive personality, entrepreneurial attitude and cognitive, socio-emotional variables and values. The participants have been students of 3rd and 4th Compulsory Secondary Education in Zaragoza from two different social contexts. Using models of structural equations, it has been proven that cognitive dimensions and values predict the competence for autonomy and personal initiative to a greater extent. The results suggest that individual and social values contribute much more than cognitive and emotional dimensions in different contexts.

19

Análisis y evolución de los niveles de ansiedad en alumnos de 3º de Educación Primaria tras el desarrollo de un programa de educación emocional.

María Sanagustín, Natalia Sobradíel & Nieves Moyano

Universidad de Zaragoza

Resumen

OBJETIVOS: La infancia es un periodo del desarrollo no exento de preocupaciones, dificultades o problemas (Cima-Muñoz, 2009): -Evaluar y medir los niveles de ansiedad en dos aulas de 3º de Educación Primaria. -Elaborar y evaluar la efectividad de una propuesta de intervención en educación emocional. **MÉTODO:** Diseño cuasi-experimental pre-post con grupo control y experimental realizado en 3º de educación primaria de un colegio público de la provincia de Huesca. La ansiedad se midió con el Cuestionario de Ansiedad Infantil (CAS) de Gillis (1980). En el grupo experimental se elaboró e implementó un programa de 5 sesiones distribuidas en 2 semanas trabajando las competencias emocionales propuestas por Bisquerra (2007). La muestra estuvo formada por 30 sujetos (57% chicos y 43% chicas), siendo n=14 control y n= 16 experimental. **RESULTADOS:** Analizando la muestra total, se obtuvieron los siguientes datos: En el pretest, el 73.4% de niños mostraron niveles de ansiedad moderado-alto y en el post-test el 53.4%. Considerando el grupo control el 79% de los niños informaron niveles de ansiedad moderado-alto en pre y post. Finalmente, en el grupo experimental el 69% de niños indicaron niveles moderados-altos en el pretest, y solo el 31% obtuvieron esos niveles en el post-test. **DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES:** Existe una clara relación entre inteligencia emocional y la prevención y el manejo de diversas problemáticas en la infancia (Bisquerra et al., 2012; Martínez et al., 2011). Se pone de manifiesto la presencia de niveles elevados de ansiedad en Primaria que disminuyen si se realizan programas específicos de educación emocional.

Analysis and evolution of anxiety levels in students of 3rd Primary Education after the development of an emotional education program.

María Sanagustín, Natalia Sobradieíl & Nieves Moyano

University of Zaragoza

Abstract

Childhood is a period of development not free from worries, difficulties or problems (Cima-Muñoz, 2009): -Evaluate and measure anxiety levels in two classrooms of 3rd Primary Education. -Develop and evaluate the effectiveness of a proposal for intervention in emotional education. METHOD: quasi-design Pre-post experimental with control and experimental group carried out in 3rd grade of primary education of a public school in the province of Huesca. Anxiety was measured with the Gillis Child Anxiety Questionnaire (CAS) (1980). In the experimental group, a program of 5 sessions distributed in 2 weeks was developed and implemented, working on the emotional skills proposed by Bisquerra (2007). The sample consisted of 30 subjects (57% boys and 43% girls), being n= 14 control and n= 16 experimental. RESULTS: Analyzing the total sample, the following data were obtained: In the pretest, 73.4% of children showed moderate-high anxiety levels and in the post-test 53.4%. Considering the control group, 79% of the children reported moderate-high anxiety levels in pre and post. Finally, in the experimental group 69% of children indicated moderate-high levels in the pretest, and only 31% obtained those levels in the post-test. DISCUSSION AND CONCLUSIONS: There is a clear relationship between emotional intelligence and the prevention and management of different problems in childhood (Bisquerra et al., 2012; Martínez et al., 2011). It shows the presence of high levels of anxiety in Primary that decrease if specific emotional education programs are carried out.

20

El “Mindfulness in Teaching Scale”: una escala de mindfulness para el Profesorado.

Nieves Moyano & Sandra Valle

Universidad de Zaragoza

Resumen

El objetivo del siguiente estudio surge ante la necesidad de contar con instrumentos de evaluación adaptados y validados que cuenten con adecuadas propiedades psicométricas para la evaluación del mindfulness en el ámbito educativo. La escala Mindfulness in Teaching Scale (Frank, Jennings y Greenberg, 2016), permite evaluar en profesorado su nivel de mindfulness a través de 14 ítems que se distribuyen en dos dimensiones: intrapersonal e interpersonal. (ejemplo: “ Cuando estoy dando clase, me encuentro haciendo cosas sin prestar atención”). Se procede por tanto a llevar a cabo un proceso de adaptación y validación de la escala, ofreciendo información sobre su fiabilidad y evidencias de validez con otras medidas tales como burnout, engagement y autoeficacia.

Mindfulness in Teaching Scale: a scale for teachers.

Nieves Moyano & Sandra Valle

Universidad de Zaragoza

Abstract

The main goal of the present study was to overcome the lack of self-reported measures to evaluate mindfulness in the educational field. This measure, the Mindfulness in Teaching Scale (MTS; Frank, Jennings, & Greenberg, 2016), allows to evaluate mindfulness in teachers using 14 items that are distributed into two dimensions: intrapersonal and interpersonal (e.g., “When I am teaching I find myself doing things without paying attention” or “Even when it makes me uncomfortable, I allow my students to express their feelings” respectively for each dimension). Therefore, we performed the Spanish adaptation and validation. Reliability and validity evidence is shown with other measures such as burnout, engagement and self-efficacy.

21

Educación emocional, educación en valores y habilidades sociales: asignatura pendiente en la formación integral de las personas. Programas educativos para todos.

Jorge Arbués Salazar

Down Huesca, entidad federada de Down España; Universidad de Zaragoza

Resumen

La educación tiene como objetivo el desarrollo integral de las personas y el respeto a los derechos humanos. Una pregunta que cada docente o profesional de la educación se debería hacer es ¿para qué educamos?. Esta reflexión nos tiene que llevar a la conclusión de que el fin último es ser ciudadanos de plena y adecuada participación en una sociedad en la que el desarrollo cognitivo hace sombra a otros aprendizajes, como son la educación emocional, las habilidades sociales y los valores. Estos tres puntos relacionados entre sí son básicos para una sociedad sostenible y llegar a una calidad de vida plena. Desde la Federación Down España se han elaborado diferentes materiales para desarrollar capacidades en estos ámbitos, para todos los alumnos y en un contexto de inclusión. Todo parte del estudio de las necesidades de docentes, profesionales, las asociaciones de personas con síndrome de Down y sus familias. Las publicaciones que se van a reseñar están realizados por equipos multidisciplinares de profesionales de la educación, estudiantes de magisterio y jóvenes con discapacidad intelectual, y pueden ser utilizados en cualquier etapa educativa. Cada manual tiene como referencia distintos agentes educativos: alumnos, profesionales y familias. Dos de los materiales, el programa de educación en valores y el de educación emocional se dividen en dos vertientes, una es el cuaderno del alumno y otra dirigida a profesionales, que son las orientaciones didácticas. El tercer material tiene la misma organización, pero actualmente solo está publicado el material de Habilidades sociales en el contexto escolar para profesionales y familias.

Emotional education, education in values and social skills: pending subject in the integral formation of people. Educational programs for everyone.

Jorge Arbués Salazar

Down Huesca, entidad federada de Down España; University of Zaragoza

Abstract

Education aims at the integral development of people and respect for human rights. One question that every teacher or education professional should ask is, what do we educate for? This reflection has to lead us to the conclusion that the ultimate goal is to be citizens of full and adequate participation in a society in which cognitive development shadows other learning, such as emotional education, social skills and values. These three related points are essential for a sustainable society and reach a full quality of life. From the Down Spain Federation different materials have been developed to develop capacities in these areas, for all students and in a context of inclusion. All part of the study of the needs of teachers, professionals, associations of people with Down syndrome and their families. The publications to be reviewed are made by multidisciplinary teams of education professionals, teachers and young people with intellectual disabilities, and can be used at any educational stage. Each manual has as a reference different educational agents: students, professionals and families. Two of the materials, the values education program and the emotional education program are divided into two aspects, one is the student's notebook and the other is aimed at professionals, which are the didactic orientations. The third material has the same organization, but currently only the Social Skills material is published in the school context for professionals and families.

22

Inteligencia emocional, rendimiento y socialización en la etapa infantil.

Andrea Berges & Eva M. Lira

Universidad de Zaragoza

Resumen

El objetivo de este estudio es analizar la influencia del nivel de identificación, verbalización y atribución causal de las emociones en el rendimiento académico y la socialización de niños en función del sexo en niños en la etapa infantil. Para ello se realizó un estudio con 121 niños y niñas de entre 3 y 6 años. Los resultados muestran una correlación positiva y significativa entre la identificación de emociones y el rendimiento académico, y la atribución causal y el rendimiento académico; no ocurre lo mismo con la socialización. Además, los resultados muestran que la edad de los participantes influye en su nivel de Inteligencia Emocional (IE), dado que, a mayor edad, mayor nivel existe en identificación, verbalización y atribución causal. Por otra parte, se confirma que las mujeres identifican, verbalizan y realizan una atribución causal en mayor nivel que los hombres. Además, el alumnado participante muestra un reconocimiento en mayor medida las emociones agradables que las desagradables en identificación y verbalización, pero no en atribución causal. Los resultados muestran que las emociones tristeza y alegría son percibidas en mayor medida que enfado, asco, sorpresa y miedo. Por último, se comprueba que la relación entre la IE y el rendimiento académico no está modulada por el sexo y la edad. Sin embargo, la relación entre la IE y la socialización sí que lo está.

Emotional intelligence and performance and socialization in early childhood education.

Andrea Berges & Eva M. Lira

Universidad de Zaragoza

Abstract

The aim of this study is to analyze the influence of the level of identification, verbalization and causal attribution of emotions in the academic performance and socialization of children according to sex and age in children in the childhood stage. For this purpose, a study was carried out with 121 boys and girls between 3 and 6 years of age. The results show a positive relationship between EI (identification, verbalization and causal attribution of emotions) and performance, although not for socialization. In addition, the results show that the older the participants, the greater the IE (identification, verbalization and causal attribution). On the other hand, it is confirmed that women show higher levels of IE than men. In addition, there is a greater recognition of pleasant emotions than unpleasant ones (identification and verbalization), but not in causal attribution. The results show that the emotions sadness and joy are perceived to a greater extent than anger, disgust, surprise and fear. Finally, it is found that the relationship between EI and academic performance is not moderated by sex and age. However, the relationship between EI and socialization is moderated by sex.

23

Educación emocional y la violencia escolar en niños de educación primaria en situaciones de vulnerabilidad: El efecto modulador de la autoestima y el sexo.

Rocío Cremallet & Eva M. Lira

Universidad de Zaragoza

Resumen

El objetivo del presente estudio analizar la relación entre la inteligencia emocional (IE) y la violencia escolar modulada por los niveles de autoestima y el sexo de un grupo de niños de educación primaria en situaciones de vulnerabilidad. Para ello se administran los cuestionarios CUVE3-EP (Álvarez-García, Núñez y Dobarro, 2013), TMMS-24 (Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos, 2004) y una Escala de autoestima (Rosenberg, 1965) a una muestra de 84 alumnos, con edades comprendidas entre los 7 y los 13 años. Los resultados mostraron que la Inteligencia Emocional (IE) estuvo correlacionada de forma negativa y significativa con la violencia escolar y que, a mayor autoestima, menor violencia en mujeres, pero mayor violencia en hombres.

*The influence of emotional education
and school violence on primary school
children in situations of vulnerability:
The moderating effect of self-esteem and
sex.*

Rocío Cremallet & Eva M. Lira

Universidad de Zaragoza

Abstract

The aim of this study is to analyze the relationship between emotional intelligence (EI) and school violence modulated by the levels of self-esteem and sex of a group of primary school children in situations of vulnerability. For this purpose, the questionnaires CUVE3-EP (Álvarez-García, Núñez and Dobarro, 2013), TMMS-24 (Fernández-Berrocal, Extremera and Ramos, 2004) and a Self-esteem Scale (Rosenberg, 1965) are administered to a sample of 84 students, with ages between 7 and 13 years old. The results showed that Emotional Intelligence (EI) was correlated in a negative and significant way with school violence and that, to higher self-esteem, less violence in women, but greater violence in men.

24

El alumno feliz. Límites pedagógicos de la psicología positiva.

Lucía Glez-Mendiondo Carmona

Universidad de Zaragoza

Resumen

Desde finales de la década pasada, con la crisis económica a nivel mundial como telón de fondo, diversas teorías propias del campo de la Psicología, entre las que destaca la Psicología Positiva, se han establecido como prioridades educativas, liderando ofertas de programas educativos a todos los niveles, incluida la formación del profesorado, y generando, incluso, un nuevo lenguaje educativo. El objeto de esta ponencia es invitar a la reflexión sobre esta psicologización de la educación atendiendo a los factores sociológicos que la posibilitan y los fines educativos que promueve.

The happy student. Pedagogical limits of positive psychology.

Lucía Glez-Mendiondo Carmona

University of Zaragoza

Abstract

Since the end of the last decade, against the backdrop of the global economic crisis, different theories from the field of psychology, among those that stand out Positive Psychology, have been established as educational priorities, leading educational programme offerings at all levels, including teacher training, and even generating a new educational language. The purpose of this paper is to invite reflection on this psychology of education based on the sociological factors that make it possible and the educational purposes it promotes.

25

Percepciones de estudiantes universitarios ante una experiencia de Aprendizaje- Servicio (APS): De minimarcha con ASPACE.

Natalia Sobradie*, Marta Liesa*, Pilar Ota*, C. Salinas**, Sergio Core*, Cecilia Latorre* & Silvia Anzano*

*Universidad de Zaragoza

**ASPACE Huesca

Resumen

Introducción y objetivo: ASPACE brinda a nuestros alumnos la oportunidad de ofrecer un servicio a la sociedad, facilitando el aprendizaje de conocimientos trabajados de forma teórica en asignaturas, de una manera real, vivencial y experimentada por uno mismo. Conceptos como inclusión y diversidad como fortaleza, los viven y observan en primera persona. Más concretamente, nuestro objetivo es analizar el feedback que nuestros alumnos nos facilitan tras la realización de la experiencia de APS. Método: ASPACE realiza anualmente una marcha senderista por el centro Huesca en la que participan el alumnado de los colegios de la ciudad tanto de escolaridad ordinaria como especial. Las funciones de los estudiantes universitarios eran: acompañar a los participantes en distintos recorridos, apoyo logístico y refuerzo. Posteriormente, se les pidió que realizaran un cuestionario para medir intención de incluir, percepción sobre inclusión y actitudes hacia las personas con discapacidad. Resultados: El análisis de resultados permite observar que las posturas actitudinales del alumnado al respecto de la inclusión y las personas con discapacidad son, en términos generales, positivas. Valorando con puntuaciones más bajas su capacitación y formación para detectar e intervenir sobre necesidades educativas específicas. Conclusiones: Nuestros alumnos valoraron que el servicio ofrecido en la minimarcha Aspace les permitió vivenciar aspectos curriculares vistos en teoría, se sintieron satisfechos y trabajaron competencias personales y sociales superando prejuicios. En cuanto a su percepción sobre su escasa capacitación y formación recibidas, es conveniente advertir que los alumnos estaban cursando 2º de Grado de Magisterio cuando realizaron la experiencia. Estas experiencias contribuyen a que nuestros alumnos aumenten su compromiso con la sociedad y se conviertan en mejores maestros y personas.

Perceptions of university students before a Service-Learning experience: De small walking march with ASPACE.

Natalia Sobradie^{*}, Marta Liesa^{*}, Pilar Ota^{*}, C. Salinas^{**}, Sergio Core^{*}, Cecilia Latorre^{*} & Silvia Anzano^{*}

^{*}University of Zaragoza

^{**}ASPACe Huesca

Abstract

Introduction and objective: ASPACe offers our students the opportunity to offer a service to society, it facilitated the learning of knowledge that was being worked theoretically on subjects of the grade, in a real, experiential and self-experienced way. They live and observe in the first person concepts such as inclusion and diversity as strength. More specifically, our goal is to analyze the feedback that our students provide us after the completion of the experience. **Method:** ASPACe annually carries out a walking march through the Huesca center in which the students of the city's schools (ordinary and special) participate. The functions of the university students were: to accompany the participants in different routes, logistic support and reinforcement. Subsequently, they were asked to conduct a questionnaire to measure intention to include, perception about inclusion and attitudes towards people with disabilities. **Results:** The analysis of results allows us to observe that the attitudinal positions of the students regarding inclusion and people with disabilities are, in general, positive. Valuing with lower scores their empowerment and training to detect and intervene on specific educational needs. **Conclusions:** Our students valued that the service offered in this experience allowed them to experience curricular aspects seen in theory, felt satisfied and worked personal and social skills overcoming prejudices. As for their perception of their poor training and education, it is advisable to note that students were studying 2nd Grade of Teaching when they made the experience. These experiences help our students increase their commitment to society and become better teachers and people.

26

La participación cívica como promotora del envejecimiento activo en Europa.

Andrea Vega-Tinoco, Marta Gil-Lacruz, Ana Isabel Gil-Lacruz & Juan Luis Azkue-Beteta

Universidad de Zaragoza

Resumen

OBJETIVOS: Como objetivo principal planteamos conocer si la participación cívica repercute sobre el bienestar de las personas mayores, siendo así una actividad clave del envejecimiento activo. De encontrarse una relación positiva, las acciones que favorezcan su participación, beneficiarán su propia calidad de vida. En caso contrario, se deberá actuar de manera independiente en la mejora de los capitales social y humano. **MÉTODO:** La muestra final consiste en aproximadamente 50.000 observaciones procedentes de la Encuesta Social Europea (2002-2016). Se consideraron únicamente los individuos con edades comprendidas entre los 59 y 61 años de 15 países europeos. La muestra se distribuyó según cohortes generacionales (BabyBoomers y Generación Silenciosa) y género. La aplicación consiste en estimaciones Logit y Blinder Oaxaca. **RESULTADOS:** El 26% de los encuestados manifestaron estar satisfechos con su vida, el 25% ser felices y el 59% tener una buena salud. Por otro lado, el 52% ha participado cívicamente en el último año, siendo las actividades más comunes: la firma de peticiones, el boicot a productos y el trabajo voluntario en organizaciones no políticas. Se observa una ligera tendencia de los BabyBoomers y de los hombres hacia una mayor participación. Mientras que los hombres reportan mejor salud, las mujeres expresan mayor satisfacción vital y felicidad. **DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES:** Los resultados obtenidos apoyan la hipótesis de que la participación cívica es promotora del bienestar para los adultos mayores. Destacamos positivamente el hecho de trabajar como voluntarios en organizaciones no políticas, así como usar distintivos. De cualquier manera, casi todas las formas de participación cívica tienen una relación positiva con el bienestar.

Civic participation as a promoter of active aging in Europe.

Andrea Vega-Tinoco, Marta Gil-Lacruz, Ana Isabel Gil-Lacruz & Juan Luis Azkue-Beteta

University of Zaragoza

Abstract

OBJECTIVES: The main objective of this research is to acknowledge whether civic participation affects the well-being of the elderly, thus being a key activity of active aging. If a positive relationship is found, the actions that promote their participation will benefit their quality of life. Otherwise, independent action must be taken in the improvement of social and human capital. **METHOD:** The final sample consists of approximately 50,000 observations from the European Social Survey (2002-2016). Only individuals between the ages of 59 and 61 in 15 European countries were considered. The sample was distributed according to generational cohorts (BabyBoomers and Silent Generation) and gender. The application consists of Logit and Blinder Oaxaca estimates. **RESULTS:** 26% of respondents expressed to be satisfied with their life, 25% to be happy and 59% to have good health. On the other hand, 52% have participated civically in the last year, being the most common activities: the signing of petitions, the boycott of products and volunteer work in non-political organizations. A slight trend of BabyBoomers and men towards greater participation can be observed. Also, while men report better health, women show greater vital satisfaction and happiness. **DISCUSSION AND CONCLUSIONS:** The given results support the hypothesis that civic participation is a promoter of well-being for the elderly. We positively highlight the activity of working as volunteers in non-political organizations, as well as wearing badges. Either way, almost all forms of civic participation show a positive relationship with well-being.

Nuevas tecnologías y bienestar en la tercera edad: una experiencia de realidad virtual.

Julia Sánchez García, Ana Isabel Gil-Lacruz, Eva Lira Rodríguez & Marta Gil-Lacruz

Universidad de Zaragoza

Resumen

OBJETIVOS: El principal objetivo de este trabajo estriba en determinar la utilidad de la experiencia con gafas de realidad virtual en la mejora del bienestar subjetivo de las personas de la tercera edad entrevistadas en un medio rural (Tauste, Aragón). **MÉTODO:** En una muestra de 46 individuos de entre 60 y 94 años de edad se implementó un cuestionario específico (Vaquerizo-García, 2015) sobre la valoración de la experiencia de inmersión en realidad virtual en su entorno domiciliario y residencial. Se realizaron análisis descriptivos y correlacionales (pruebas no paramétricas) con las variables dependientes medidas (satisfacción con la familia, aburrimiento, felicidad, y dolencias crónicas). **RESULTADOS:** Los encuestados reportaron una elevada satisfacción con la experiencia, especialmente en aquellos sujetos que residían en sus hogares. Las correlaciones resultaron significativas en relación a la felicidad y al entretenimiento que dichos dispositivos facilitaron. **DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES:** Podemos concluir que la utilización de nuevas tecnologías es útil en el enriquecimiento del entorno de las personas mayores. El tedio y la falta de estímulos sociales y cognitivos pueden mermar el bienestar y la calidad de vida de este colectivo. Llama la atención que dicha tendencia positiva se dé con más peso en las personas que residen en sus hogares. No obstante, en estos resultados podemos encontrar un cierto sesgo de deseabilidad social de las respuestas, siendo necesario seguir investigando sobre el uso, potencialidades y barreras de estos instrumentos.

New technologies and well-being in old age: a virtual reality experience.

Julia Sánchez García, Ana Isabel Gil-Lacruz, Eva Lira Rodríguez & Marta Gil-Lacruz

University of Zaragoza

Abstract

Purpose: The main objective of this work is to determine the usefulness of the experience with virtual reality glasses in improving the subjective well-being of the elderly people interviewed in a rural environment (Tauste, Aragón). **Methods:** Participants were 46 Spanish people of both sexes between 60-94 years of age. A specific questionnaire was implemented (Vaquerizo-García, 2015) on the assessment of the experience of immersion in virtual reality in their home and residential environment. Descriptive and correlational analyzes (non-parametric tests) were carried out with the measured dependent variables (family satisfaction, boredom, happiness, and chronic ailments). **Results:** Respondents reported high satisfaction with the experience, especially in those subjects residing in their homes. The correlations were significant in relation to the happiness and entertainment that these devices provided. **Conclusions:** We can conclude that the use of new technologies is useful in enriching the environment of elderly people. Boredom and lack of social and cognitive stimuli can reduce the well-being and quality of life of this group. It is striking that this positive trend is given more weight in people residing in their homes. However, in these results we can find a certain bias of social desirability of the answers, being necessary to continue investigating the use, potential and barriers of these instruments.

Objetivos de las intervenciones de bienestar psicológico a través de la educación corporal, educación física y deporte escolar.

Raquel Pérez-Ordás* & Javier Piñeiro Cossio**

*Universidad de Zaragoza

**Universidad Pablo de Olavide (Sevilla)

Resumen

La educación emocional y salud psicológica en la infancia, es una temática que durante los últimos años, ha tomado más peso en educación, desde edades más tempranas. La Educación por y para el cuerpo y su cuidado, la educación física y el deporte escolar, se han sumado a esta inquietud. Cada vez son más las investigaciones en torno al bienestar psicológico, entre otros aspectos vinculados con la salud mental en la infancia. El objetivo de este trabajo fue analizar los objetivos con los que se desarrollaban las investigaciones vinculadas con bienestar psicológico y Educación Física o deporte escolar. Se llevó a cabo una revisión bibliográfica con una búsqueda de la literatura existente en cuatro bases de datos (WOS, SPORTDISCUS, SCOPUS, ERIC), utilizando una combinación de palabras claves (Psychological Wellbeing, Physical Education, School Sport). Se encontraron 17 artículos de intervenciones, que cumplían los criterios de inclusión que se determinaron en la investigación. Los resultados evidencian que los objetivos más frecuentemente estudiados en los artículos estaban vinculados con la evaluación de los efectos de las intervenciones en los participantes: programas de desarrollo positivo (Ho, et al., 2017), impacto de ciertos contenidos (Connolly, Quin, & Redding, 2011), programas concretos (Gül, Çağlayan, & Akandere, 2017; Luna, Guerrero, & Cejudo, 2019) y el efecto de las intervenciones escolares (Smith, Beauchamp, Faulkner, & Morgan, 2018). Otros objetivos se basaron en evaluar las correlaciones entre los programas y el bienestar y valorar los mediadores o moderadores de los mismos (Bunketorp, Mamgren, Olsson, Linden, & Nilsson, 2015; Lubans, et al., 2016; Smith, Beauchamp, Faulkner, & Morgan, 2018). Vemos el creciente aumento de este tipo de estudios en los últimos años, y la preocupación por la eficacia de los programas específicos de bienestar psicológico en educación física a través de distintos contenidos y programas, y la correlación existentes entre la intervención y las variables estudiadas, como principal preocupación.

Intervention's aims of psychological wellbeing through body education, physical education and school sports.

Raquel Pérez-Ordás* & Javier Piñeiro Cossio**

*University of Zaragoza

**Universidad Pablo de Olavide (Sevilla)

Abstract

Emotional education and psychological health in childhood, are themes that in recent years has gained importance in education. Other areas such as body education, physical education and school sports have also added to this concern. Research among psychological wellbeing and other subjects related to child mental health are increasing, The purpose of this work was to analyse aims in which the researches of Psychological well-Being and Physical Education or School Sports were developed. A literature review was carried in four databases (WOS, SPORTDISCUS, SCOPUS, ERIC) to obtain the articles. A combination of keywords (Psychological Wellbeing, Physical Education, School Sport) was used. 17 intervention met the inclusion criteria that were determined in the investigation. The results show that aims most frequently studied were the ones related to the evaluation of the effects of the interventions on the participants: Positive Youth Development programs (Ho, et al., 2017), impact of certain contents (Connolly, Quin, & Redding, 2011), concrete programs (Gül, Çağlayan, & Akandere, 2017; Luna, Guerrero, & Cejudo, 2019) and the effect of school interventions (Smith, Beauchamp, Faulkner, & Morgan, 2018). Other aims were based on evaluating the correlations between programs and well-being and assessing their mediators or moderators (Bunketorp, Mamgren, Olsson, Linden, & Nilsson, 2015; Lubans, et al., 2016; Smith, Beauchamp, Faulkner, & Morgan, 2018). There is a growing number of this type of studies in in recent years. The effectiveness of specific psychological well-being programs in physical education through different contents and programs and, the correlation between the intervention and the variables are being studied.

29

Autorregulación y patrones de motivación ante el aprendizaje en Educación Superior.

Silvia Anzano Oto, Cecilia Latorre Cosculluela, Verónica Sierra Sánchez, Marta Liesa Orús,
Sandra Vázquez Toledo & Natalia Sobradíel

Universidad de Zaragoza

Resumen

El aprendizaje autorregulado y la motivación del estudiante son dos factores que impulsan la consecución de los logros académicos e incluso pueden conseguir que el alumnado universitario sea el centro de su propio proceso de aprendizaje, mostrándose comprometidos con su formación. Precisamente el objetivo de este estudio consiste en profundizar acerca de las percepciones motivacionales sobre el aprendizaje de alumnado de la etapa universitaria. Más concretamente, y considerando diferentes dimensiones de motivación (motivación, tarea, atribuciones, expectativas académicas, cognición, emociones y otros estados), se describen las representaciones mentales que un grupo de 455 estudiantes reporta acerca de aquellos incentivos por los que orientan su interés en el aprendizaje. Teniendo en cuenta los resultados obtenidos, merece destacar la existencia de una amplia consciencia entre los estudiantes sobre las consecuencias positivas que su esfuerzo y capacidad de organización tienen sobre el aprendizaje. Consideran de fundamental importancia, además, el entendimiento de los contenidos de las asignaturas. Asimismo, piensan que la inteligencia de las personas sí que es susceptible de ser modificada. Finalmente, y en términos generales, no confirman la necesidad de que otras personas los animen para estudiar. A la luz de dichos resultados, se puede concluir que los estudiantes universitarios son plenamente conscientes de la responsabilidad que recae sobre ellos mismos en todo lo relacionado con su proceso de aprendizaje y su formación. Cuando son ellos los que establecen sus propias metas en torno a sus intereses, invierten el esfuerzo necesario con el fin de lograr un mejor rendimiento académico que les permita alcanzar las expectativas propuestas a lo largo de su trayectoria académica. La motivación hacia el aprendizaje se considera, por tanto, un factor clave.

Self-regulation and motivation patterns for learning in Higher Education.

Silvia Anzano Oto, Cecilia Latorre Cosculluela, Verónica Sierra Sánchez, Marta Liesa Orús,
Sandra Vázquez Toledo & Natalia Sobradíel

University of Zaragoza

Abstract

Self-regulated learning and student motivation are two factors that drive the achievement of academic achievement and can even make university students the center of their own learning process, being committed to their training. Precisely the objective of this study is to deepen the motivational perceptions of student learning at the university stage. More specifically, and considering different dimensions of motivation (motivation, homework, attributions, academic expectations, cognition, emotions and other states), the mental representations that a group of 455 students report about those incentives that guide their interest in the learning. Taking into account the results obtained, it deserves to highlight the existence of a wide awareness among students about the positive consequences that their effort and organizational capacity have on learning. They also consider the understanding of the contents of the subjects to be of fundamental importance. Likewise, they think that the intelligence of people is capable of being modified. Finally, and in general terms, they do not confirm the need for other people to encourage them to study. In the light of these results, it can be concluded that university students are fully aware of the responsibility that falls on themselves in everything related to their learning process and training. When it is they who set their own goals around their interests, they invest the necessary effort in order to achieve a better academic performance that allows them to reach the proposed expectations throughout their academic career. Motivation towards learning is therefore considered a key factor.

Educación Positiva: Educar para la felicidad y la resiliencia. ¿Dónde estamos y hacia dónde vamos?

Leticia P. Mosteo

Universidad de Zaragoza

Resumen

La educación nos transforma. A través de la educación los individuos caminan de un estado presente a un estado futuro diferente. La educación implica intrínsecamente cambio y crecimiento, ya que impulsa una dirección concreta en el desarrollo de la persona que la recibe. No obstante, una cuestión crucial que todavía hemos de plantearnos es: ¿en qué dirección queremos transformar al individuo como resultado de su proceso educativo? ¿Cuáles son los principales pilares sobre los que la educación se construye? El profundo interés de la autora en la psicología positiva y las recientes implicaciones de esta joven ciencia en el campo de la educación, animaron a desarrollar esta propuesta teórico-visual sobre el estado de la cuestión de la llamada educación positiva. Así pues, el objetivo principal de este póster es suscitar en el lector una reflexión sobre algunas limitaciones de nuestro sistema educativo actual y animarle a conocer las posibilidades —avaladas por investigaciones recientes de calidad— que esta joven ciencia ya está aportando para expandir y mejorar el modo como entendemos y diseñamos la educación. Para ello, el póster guía al observador a través de una sección de antecedentes (¿dónde estamos?); tres preguntas principales de investigación (que conducirán un futuro proyecto en esta dirección); una justificación de algunos de los hallazgos más relevantes y consistentes de investigaciones en el campo (las habilidades del bienestar como meta + ¿por qué esas habilidades y no otras?) y una breve propuesta de acción fundamentada (¿hacia dónde vamos?). En suma, en lugar de presentar conclusiones, este póster pretende impulsar preguntas y promover nuevas direcciones en la investigación y los principios en los que se fundamenta esta visión renovada de la educación, con un enfoque específico sobre las habilidades del bienestar —entendido éste como un constructo integral que abarca una amplia gama de dimensiones.

Positive Education: Educating for happiness and resilience. Where are we & where are we going?

Leticia P. Mosteo

University of Zaragoza

Abstract

Education transforms us. Through education individuals walk from a present state to a different future state. Education intrinsically implies change and growth, since it boosts a concrete direction into the person's development who receives it. The crucial question here is though: In which direction do we want to transform individuals as a result of their educational process? What are the main pillars education is built on? The author's profound interest on positive psychology and its fairly recent research bridge built toward education encouraged the development of this visual yet theoretical proposal regarding the state of the art of the so-called positive education. Thus, the main objective of this poster is to open up into the reader a small, humble yet relevant window of reflection with regard to the current limitations of our educational system and the possibilities that international high quality research might be already bringing to expand and improve the way we understand and outline education. For doing that, the poster walks the observer through a background section (where are we?), three main research questions (which are thought to be the trigger of a forthcoming project in this direction), a justification of some of the most relevant findings from fresh yet consistent research on the field (the skills of wellbeing as a goal + why those skills and not others?) plus a brief research-based direction (where are we going?). Instead of presenting conclusions, this poster aims at boosting relevant questions and triggering new directions on research and principles on this renewed vision of education, with a specific focus on the skills of well-being—here understood as a comprehensive construct which encompasses a wide range of dimensions.

La importancia del desarrollo emocional en su relación con el logro académico: Un trabajo de revisión y meta-análisis.

Alberto Quílez Robres, Raquel Lozano Blasco, Nieves Moyano Muñoz & Alejandra Cortés Pascual

Universidad de Zaragoza

Resumen

Objetivos. Se analiza la relación entre el factor emocional (inteligencia emocional, competencia emocional y bienestar emocional) y el rendimiento académico en Educación Primaria. También, se analiza la existencia de variables moderadoras (edad, sexo, cultura). **Método.** Se realizó una revisión sistemática y meta-análisis siguiendo el siguiente protocolo de actuación: a) criterios de búsqueda y acciones booleanas en bases de datos electrónicas (PubMed Scopus, PsycInfo and Redalyc), b) palabras claves “academic achievement” and “primary education” and “correlation” and “emotional well-being”, c) criterios claros de inclusión y exclusión (rango de edad de 6-12, acotación temporal 2009-2019). El software utilizado fue CMA, Biostat, EE.UU. **Resultados.** Se obtiene un tamaño del efecto significativo, positivo bajo ($r = .172$), con un intervalo de confianza del 95% oscilando entre .084 y .257 para una muestra de $k = 12$ y una población de $n = 3.931$. Se realizaron tres meta-regresiones (edad, sexo y cultura) concluyendo que el factor emocional presenta una acción moderadora de carácter cultural (17%). **Discusión y conclusiones.** Destacar la importancia del factor emocional en referencia al logro académico en una edad donde la variabilidad se ve afectada por los diferentes niveles de madurez y por el contexto cultural donde se desarrolla. Los hallazgos del presente meta-análisis son consistentes con estudios previos donde se pone de relieve que los distintos aspectos del factor emocional se van desarrollando con la edad y además el rendimiento académico mejora a medida que los valores del factor emocional aumentan (Austin, 2010; Caemmerer and Keith, 2015; Downey et al., 2014; Parker et al., 2015; Rocha, 2016). Por otro lado, se considera como moderadora la cultura, encontrando diferencias entre los resultados de los estudios que pertenecen a sociedades colectivistas (China, Irán, Chipre) y aquellos pertenecientes a sociedades individualistas (Australia) (Marsh and Craven, 2006).

The importance of emotional development in relation to academic achievement: review and meta-analysis.

Alberto Quílez Robres, Raquel Lozano Blasco, Nieves Moyano Muñoz & Alejandra Cortés
Pascual

University of Zaragoza

Abstract

Objectives. The relationship between the emotional factor (emotional intelligence, emotional competence and emotional well-being) and academic performance in Primary Education is analyzed. Also, the role that some moderating variables (age, sex, culture) may play is considered. **Method.** A systematic review and meta-analysis was conducted. We followed this protocol: a) search criteria and Boolean actions in electronic databases (PubMed Scopus, PsycInfo and Redalyc), b) "academic achievement" and "primary education" and "correlation" and "emotional well-being" as the keywords, c) inclusion and exclusion criteria (age range 6-12 and published during 2009-2019). The software used was CMA, Biostat, USA. **Results.** A significant positive and low effect size was obtained ($r = .172$), with a 95% confidence interval ranging from .084 to .257 for a sample of $k = 12$ and a population of $n = 3,931$. There were three meta-regressions (age, sex and culture) concluding that the relationship between emotional factor and academic performance is moderated by culture (17%). **Discussion and conclusions.** Our findings highlight the role of the emotional factor on academic achievement at the range between 6 and 12 years old in which the variability is influenced by aspects such as maturity and the cultural context. The findings of this meta-analysis are consistent with previous studies in which it is evidenced that the emotional factor is developed and built as the age increases and also with the fact that academic achievement improves as the scores from the emotional factor increase (Austin, 2010; Caemmerer and Keith, 2015; Downey et al., 2014; Parker et al., 2015; Rocha, 2016). On the other hand, culture is considered a moderator on this relationships. In particular, we find differences between data from collectivist societies (China, Iran, Cyprus) and those belonging to individualistic societies (Australia) (Marsh and Craven, 2006). Therefore, it is important that the school devote effort to educate on emotions for a good performance and future personal development.

Motivaciones y expectativas de futuro en la universidad.

Verónica Sierra Sánchez, Cecilia Latorre Cosculluela, Silvia Anzano Oto, Ana Rodríguez
Martínez & Sergio Cored Bandrés

Universidad de Zaragoza

Resumen

En los últimos tiempos, se ha producido en la sociedad educativa una gran preocupación por el estudio de aquellos factores que pueden influir de algún modo en el éxito o fracaso alcanzado por los estudiantes universitarios en lo referente a su vida académica y profesional. En este caso, tanto la motivación como las expectativas de futuro de estos estudiantes, se han considerado como posibles factores, entre otros, que pueden incidir en sus resultados. A todo ello, se le añade el hecho de que estos estudiantes van construyendo sus propias expectativas de futuro en función de muy diversos factores personales, y del contexto en que se desarrollan. Partiendo de dicha premisa, el presente estudio tiene el objetivo de analizar las expectativas de futuro de un conjunto de 455 estudiantes universitarios de los Grados de Magisterio en Educación Infantil y Primaria. Para su consecución, se utilizó un cuestionario en el que se reflejaba el grado de acuerdo o desacuerdo con una serie de decisiones sobre propuestas futuras de vida laboral y académica. Además de ello, y considerando el motivo por el que escogieron dichos estudios así como el grado universitario que actualmente cursan, se contrastaron las diferencias en las medias de estas percepciones. En términos generales, los resultados evidencian notables diferencias en las expectativas de futuro de estos estudiantes. Los análisis han confirmado también la presencia de diferencias estadísticamente significativas en algunas de estas percepciones en función de los mencionados factores. Como conclusión, se puede destacar que las expectativas de futuro en los estudiantes universitarios están mediadas por ciertas características personales y también condicionadas por múltiples factores en los que es necesario incidir para promover un mayor éxito a lo largo de toda su trayectoria académica.

Motivations and expectations for the future at the university.

Verónica Sierra Sánchez, Cecilia Latorre Cosculluela, Silvia Anzano Oto, Ana Rodríguez
Martínez & Sergio Cored Bandrés

University of Zaragoza

Abstract

In recent times, there has been a great concern in the educational society for the study of those factors that may influence in some way the success or failure achieved by university students in relation to their academic and professional life. In this case, both the motivation and the future expectations of these students have been considered as possible factors, among others, that can influence their results. To all this, we add the fact that these students build their own expectations for the future based on many different personal factors, and the context in which they develop. Starting from this premise, the present study has the objective of analyzing the future expectations of a group of 455 university students of the Degrees of Teaching in Infant and Primary Education. To achieve this, a questionnaire was used that reflected the degree of agreement or disagreement with a series of decisions on future proposals for work and academic life. In addition, and considering the reason why they chose such studies as well as the university degree they are currently studying, the differences in the means of these perceptions were contrasted. In general terms, the results show notable differences in the future expectations of these students. The analyzes have also confirmed the presence of statistically significant differences in some of these perceptions based on the aforementioned factors. In conclusion, it can be emphasized that future expectations in university students are mediated by certain personal characteristics and also conditioned by multiple factors that need to be influenced to promote greater success throughout their academic career.

Estudio correlaciona del fracaso escolar y las funciones ejecutivas en Educación Obligatoria.

Marta Bestué Laguna & Elena Escolano Pérez

Universidad de Zaragoza

Resumen

Se realizó un estudio que analizaba el rendimiento académico y las funciones ejecutivas de 193 adolescentes de 12 a 18 años. La muestra la forman estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria (ESO), 109 de género masculino y 84 del género femenino. En la actualidad, a consecuencia de no alcanzar un rendimiento académico exitoso, se dan muchos casos de fracaso escolar y abandono en la etapa de ESO, por ello esta variable cobra especial interés en la adolescencia. Las funciones ejecutivas (FE) que se tienen en cuenta en este estudio son la inhibición, la supervisión de sí mismo, la flexibilidad, el control emocional, la iniciativa, la memoria de trabajo, la planificación y organización y la organización de materiales. Para el rendimiento académico (RA) se tuvo en cuenta la nota media de matemáticas, lengua, inglés, geografía e historia y educación física. El análisis que se realizó aporta datos donde correlacionan las variables FE y RA aportando evidencias de que a menor déficit en las funciones ejecutivas, tal y como las mide el BRIEF, mejor rendimiento académico. Los resultados incitan al diseño de un entrenamiento de las FE para mejorar el RA.

Correlational study of school failure and executive functions in Secondary Education.

Marta Bestué Laguna & Elena Escolano Pérez

University of Zaragoza

Abstract

Correlational study of school failure and executive functions in Secondary Education In this study was analyzed the academic performance and executive functions of 193 adolescents aged 12 to 18 years. The sample is formed by students of Secondary Education, 109 male and 84 female. At present, as a result of not achieving a successful academic performance, there are many cases of school failure and abandonment in the school, so this variable takes special interest in adolescence. The executive functions (EF) that are taken into account in this study are inhibition, self-supervision, flexibility, emotional control, initiative, working memory, planning and organization and organization of materials. For the academic performance (AP) the average grade of mathematics, language, English, geography and history and physical education was taken into account. There is a significant correlation between the EF and AP variables, providing evidence that the lower the deficit in executive functions, as measured by the BRIEF, the better academic performance. The results encourage the design of an EF training to improve the AP.

Elaboración de píldoras educativas como recurso didáctico para explicar el desarrollo cognitivo del alumnado.

Pablo Usán Supervía, Juan José Mejías Abad & Carlos Salavera Bordás

Universidad de Zaragoza

Resumen

OBJETIVOS: Demostrar de manera práctica conceptos teóricos estudiados en la asignatura. Aprender significativamente en la asunción teórica-práctica de las explicaciones. Dotar de herramientas al alumnado para su elaboración. Fomento del trabajo en equipo y metodología cooperativa. **MÉTODO:** La muestra estuvo compuesta por alumnado universitario de 1º Magisterio Primaria respondiendo a un estudio de carácter práctico y evaluado mediante una rúbrica de aprendizaje. **RESULTADOS:** Entre los principales resultados se encuentran: Aprendizaje significativo unificando teórica y práctica. Mejora de la motivación y adhesión . Aprendizaje de nuevas tecnologías aplicadas a docencia. **DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES:** Con la llegada del Plan Boloña a nuestro sistema educativo la formación de competencias implica formar al alumnado en la aplicación de diferentes conocimientos teóricos adquiridos de manera práctica y sintetizada en las situaciones de su día a día fuera del contexto académico en el que se hallan inmersos. De este modo, la importancia de las píldoras educativas se hace palpable siendo los propios alumnos van a ser partícipes de su proceso de aprendizaje a la hora de adquirir conocimientos específicos sobre el desarrollo cognitivo del alumnado. Además, como líneas futuras se alienta al trabajo con píldoras educativas aplicadas a las asignaturas.

Educational pills as a teaching resource to explain the cognitive development of students.

Pablo Usán Supervía, Juan José Mejías Abad & Carlos Salavera Bordás

University of Zaragoza

Abstract

OBJETIVES: Demonstrate in a practical way theoretical concepts studied in the subject. Significant learning in the theoretical-practical assumption of explanations. Provide educational tools for students to prepare the pills. Promotion of teamwork and cooperative methodology. **METHOD:** The sample was composed of university students of 1st Primary Teaching responding to a study of a practical nature and evaluated through a learning rubric. **RESULTS:** The main results were: Meaningful learning unifying theoretical and practical. Improvement of motivation and adherence. Learning of new technologies applied to teaching. **DISCUSSION AND CONCLUSION:** Bologna Plan into our educational system provides competences implies training students in the application of different theoretical knowledge acquired in a practical and synthesized way in different situations outside the academic context. In this way, the importance of educational pills becomes palpable as the students themselves will be participants in their learning process when it comes to acquiring specific knowledge about students' cognitive development. In addition, as future lines work is encouraged with educational pills applied to the subjects.

35

Revisión sobre la evaluación del bienestar psicológico en edad escolar a través de educación física y deporte escolar.

Javier Piñeiro Cossio* & Raquel Pérez-Ordás**

*Universidad Pablo de Olavide (Sevilla)

**Universidad de Zaragoza

Resumen

La salud mental de la infancia es una temática que durante los últimos años ha tomado suma relevancia. Es en ese contexto que la educación física y el deporte escolar asumen un rol importante, convirtiéndose en espacios para el desarrollo del bienestar psicológico en niños, niñas y adolescentes. El objetivo de este trabajo fue el de examinar cuáles eran las herramientas utilizadas para evaluar el bienestar psicológico en niños, niñas y adolescentes en el ámbito de la educación física y el deporte escolar. Para eso, se llevó a cabo una revisión bibliográfica con una búsqueda de la literatura existente en 4 bases de datos (WOS, SPORTDISCUS, SCOPUS, ERIC), utilizando una combinación de palabras claves (Psychological Wellbeing, Physical Education, School Sport). Se identificaron 123 artículos en la búsqueda, de los cuales 44 cumplían con los criterios de inclusión (Artículos en inglés o español, evaluación cuantitativa del bienestar, con niños, niñas y adolescentes sanos). De esos 44 trabajos, 17 son intervenciones y 27 estudios exploratorios o descriptivos. Los resultados de la revisión evidencian en primer lugar, la falta de consenso a la hora de conceptualizar el constructo y, por consiguiente, la existencia de diversas herramientas y posibilidades para la evaluación del bienestar psicológico en la población. De los artículos revisados, se identificaron 42 instrumentos que apuntan a la evaluación de alguna variable del bienestar psicológico, siendo las más utilizadas los cuestionarios “Kid-screen” (en sus versiones de 52, 27 y 10 ítems), “Life Satisfaction Scale”, “Escala de Bienestar de Ryff”, “Escala de vitalidad subjetiva” y la “Positive and Negative affect Scale”. Por otro lado, un gran número de estudios evalúan el bienestar con más de un instrumento, utilizando ítems o sub-escalas de otros cuestionarios.

The evaluation of psychological wellbeing in physical education and school sports: a review.

Javier Piñeiro Cossio* & Raquel Pérez-Ordás**

*Universidad Pablo de Olavide (Sevilla)

**Universidad de Zaragoza

Abstract

Childhood mental health has gain great relevance in the last years. Thus, physical education and school sports have acquired an important role, becoming a space for the development of Psychological Wellbeing (PWB) for children and adolescents. We aimed to examine the use of psychological wellbeing assessments in healthy children and adolescents within a physical education and school sport context. A literature review including 44 articles (17 interventions and 27 exploratory or descriptive researches) was developed. Inclusion criteria's involved English or Spanish articles, the use of a quantitative psychological wellbeing assessment tools and healthy participants. Searching keywords were "Psychological Wellbeing", "Physical Education" and "School Sport". Four databases (WOS, SPORTDISCUS, SCOPUS, ERIC) were used to obtain the articles. Results show a lack of consensus in the conceptualization construct, evidenced by multiple assessment tools and protocols to evaluate PWB in healthy participants. Of the reviewed articles, 42 assessments were identified using at least one dimension of PWB. The "Kid-Screen" (in its 52, 27 or 10 items version), the "Life Satisfaction scale", "Ryff's Psychological Wellbeing Scale", "Subjective Vitality Scale" and "The Positive and Negative affect Scale" were the most frequently used. Moreover, a great number of articles evaluate PWB using a combination of assessment tools. These involved the use of items or sub-scales from other questionnaires.

Anexo 1

Sesión de Pósteres

Percepciones de estudiantes universitarios ante una experiencia de Aprendizaje-Servicio (APS): De minimarcha con ASPACE.

Sobradiel N.(1)*, Liesa M.(1), Otal P.(1), Salinas C.(2), Cored S.(1), Latorre C.(1), Anzano S.(1)

(1)Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación – Universidad de Zaragoza (2) ASPACE Huesca
*nasobradi@unizar.es

CONTEXTO

Las experiencias de APS ofrecen un servicio a la sociedad, facilitando el aprendizaje de conocimientos trabajados de forma teórica en asignaturas, de una manera real, vivencial y experimentada por uno mismo.

Conceptos como inclusión y diversidad como fortaleza, los viven y observan en primera persona.



OBJETIVO: analizar el feedback que nuestros alumnos nos facilitan tras la realización de la experiencia de APS.

RESULTADOS

Actitudes del alumnado respecto a la inclusión y las personas con discapacidad positivas.

Puntuaciones más bajas en su capacitación y formación para detectar e intervenir necesidades educativas específicas.

Feedbacks autodeclarados: “Gratitud”, “Felicidad”, “Alegría”, “Satisfacción”, “Me sentí útil”

METODOLOGÍA

ASPACE realiza anualmente una marcha senderista por Huesca en la que participan colegios de la ciudad tanto de escolaridad ordinaria como especial.



FUNCIONES DE LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

Acompañar a los participantes en distintos recorridos

Apoyo logístico

Refuerzo

Posteriormente, se les pidió a los alumnos que participaron que realizaran un cuestionario para medir:

- Intención de incluir
- Percepción sobre inclusión
- Actitudes hacia las personas con discapacidad

CONCLUSIONES

Les permitió vivenciar aspectos curriculares vistos en teoría, se sintieron satisfechos y trabajaron competencias personales y sociales superando prejuicios.

Los alumnos estaban cursando 2º de Grado de Magisterio cuando realizaron la experiencia, así que es real esa percepción de falta de capacitación y formación todavía

Estas experiencias contribuyen a que nuestros alumnos aumenten su compromiso con la sociedad y se conviertan en mejores maestros y personas



1542

Universidad
Zaragoza

2019 II Congreso Internacional y XXXI Jornadas de Psicología: Educando en Bienestar Personal y Valores
II International Congress: Education in Personal Well-being and Values
Huesca (Spain)
21 y 22 de Septiembre de 2019

LA PARTICIPACIÓN CÍVICA COMO PROMOTORA DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO EN EUROPA

Vega-Tinoco, Andrea; Gil-Lacruz, Marta; Gil-Lacruz, Ana Isabel; Azkue-Beteta, Juan Luis

Contexto: la predilección de las sociedades occidentales por la idea de juventud tiende a perpetuar el rechazo hacia el envejecimiento que puede afectar la calidad de vida de las personas mayores. En contraposición, se observa que cada vez más adultos de la tercera edad tienen la capacidad de continuar con una vida activa después de su jubilación, lo que favorece un envejecimiento más saludable. Es importante que esta parte de la población goce de una buena calidad de vida, especialmente considerando los cambios demográficos que se están produciendo en Europa y en nuestro país.



En 2018, cerca del 18% de la población de España fueron mayores de 65 años. En los próximos 50 años se estima que cerca del 34% de la población de España la conformarán personas de 65+ (INE, 2018; 2016)

Como se ha hecho con el voluntariado, la participación cívica todavía precisa de análisis en cuanto a su impacto en el bienestar, como una herramienta que permite la prolongación de una vida activa y participativa después de la jubilación.

Esta investigación se encuentra en proceso y su objetivo es determinar cómo las diferentes actividades participativas inciden sobre el bienestar subjetivo de las personas mayores.

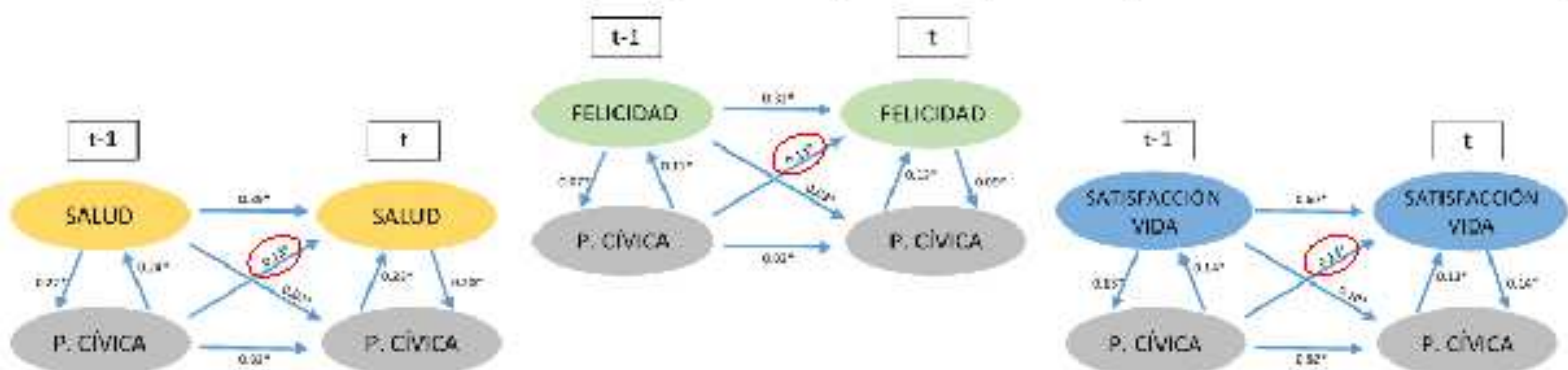
SIN EMBARGO, ESTA VISIÓN PLANTEA LA INTERROGANTE DE LA BIDIRECCIONALIDAD DE ESTA RELACIÓN.

Base de datos: análisis de datos de pseudo-panel obtenidos de las 8 olas actualmente publicadas de Encuesta Social Europea (2002-2016). Para la formación de los grupos de observación se consideraron las siguientes características invariables en el tiempo: los 14 países europeos en los cuales se han llevado a cabo las 8 olas de la ESS, el género (femenino o masculino), el nivel de estudios (primario, secundario o terciario) y la generación (Generación Silenciosa o BabyBoomers). En total se obtuvo 1318 observaciones.

Metodología: Para responder a la pregunta de investigación, se ha utilizado el modelo de panel Cross-Lagged, estimando las regresiones mediante Efectos Fijos. A través de este modelo se puede observar el efecto que tiene en el tiempo la Participación Cívica sobre el Bienestar, y viceversa. Aquel efecto que resulta más fuerte, representará la dirección predominante de la relación Participación Cívica-Bienestar.

Resultados:

	Total	Mujer	Hombre	Generación Silenciosa	Baby-Boomers
<i>Salud</i>	57%	55%	59%	52%	62%
<i>Felicidad</i>	27%	28%	26%	28%	26%
<i>Satisfacción Vida</i>	26%	27%	24%	28%	23%
<i>Participación Cívica</i>	49%	48%	50%	47%	50%



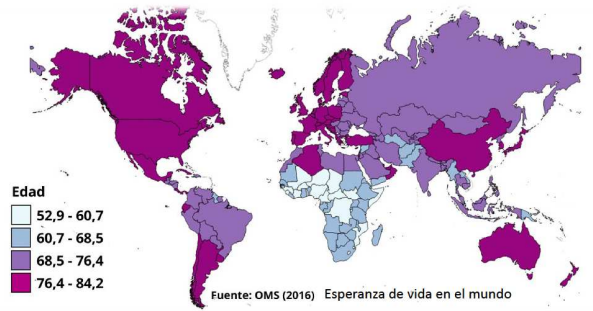
NUEVAS TECNOLOGÍAS Y BIENESTAR EN LA TERCERA EDAD: UNA EXPERIENCIA DE REALIDAD VIRTUAL

Julia Sánchez-García*, Ana Isabel Gil-Lacruz, Eva Lira Rodríguez & Marta Gil-Lacruz. University of Zaragoza

INTRODUCCIÓN



- España es uno de los países que se sitúa a la cabeza a nivel mundial en cuanto a esperanza de vida, alcanzando los 80,4 años para los hombres y los 85,7 años para las mujeres (INE, 2016).
- A partir de los 80 años, los niveles de dependencia se elevan y cobran mayor relevancia aspectos como la comorbilidad, aparición de enfermedades de menor importancia en presencia de una principal de mayor complejidad; y la multimorbilidad, enfermedades que aparecen simultáneamente con un nivel de gravedad similar (IMSERSO, 2016).
- Envejecer en condiciones normales ya supone un reto, si además le sumamos el factor de la institucionalización, se puede alterar significativamente la forma en la que este proceso de envejecimiento se desarrolla (Pérez y Villalobos, 2013).
- Una consecuencia habitual de la institucionalización se refleja en peores valoraciones de bienestar subjetivo (Molina, Meléndez y Navarro, 2008).
- La depresión afecta a un 12% de la población mayor de 65 años, frente al 46% de la población institucionalizada (Damián, Pastor-Barriso y Valderrama-Gama, 2010).
- Una práctica novedosa para combatir esta problemática en instituciones geriátricas es el uso de las gafas de realidad virtual (RV), concepto desarrollado en 1986 por Jaron Lanier (2019). Su utilización mejora las capacidades cognitivas de los adultos mayores y, de esta forma, se previene o se retrasa el deterioro de estas capacidades (Gamito et al., 2019).



OBJETIVOS

- El principal objetivo de este trabajo estriba en determinar la utilidad de la experiencia con gafas de realidad virtual en la mejora del bienestar subjetivo de las personas de la tercera edad entrevistadas en un medio rural (Tauste, Aragón). Específicamente:
- Los efectos en Satisfacción con la familia, No Aburrimiento, Felicidad y Dolencias crónicas fueron analizados.
- Como hipótesis principal, esperábamos una relación positiva entre la satisfacción con las gafas virtual y las variables dependientes medidas.



RESULTADOS

Gráfico 1. Medidas Bienestar

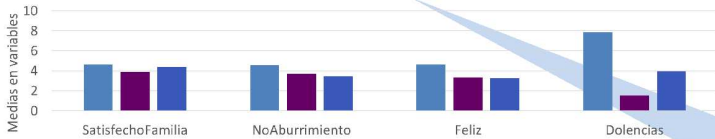
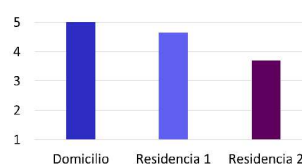


Tabla 1. Correlaciones entre las variables incluidas en este estudio.

	1	2	3	4	5
1. Satisfaction with family	1.00				
2. No boredom	.31*	1.00			
3. Happiness	.39*	.54*	1.00		
4. Chronic disease	.24	.13	.09	1.00	
5. Satisfaction VR	-.13	.29*	.26*	-.13	1.00

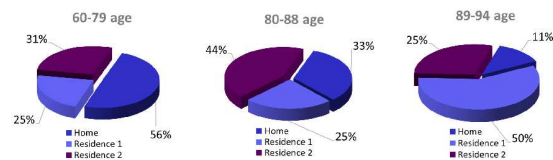
Nota. * $p < .05$; ** $p < .01$.

Gráfico 2. Satisfacción VR



MÉTODO

Participantes: 46 individuos, de los cuales 9 viven en su domicilio, 20 en la Residencia I, y 16 en la Residencia II. De los 46 individuos el 67% son mujeres, y el 33% son hombres.



Diseño y Procedimiento: diseño correlacional. Los participantes fueron dotados de un servicio integral compuesto por gafas de realidad virtual. Tras la inmersión en contenidos reales (Ciudades, Culturales, Naturaleza y Actividades), los participantes respondieron una serie de cuestiones relativas a las variables dependientes objeto de estudio.

Instrumentos:

– **Cuestionario Sistemas tecnológicos** (Vaquerizo-García, 2015). El cuestionario estuvo compuesto por 4 bloques.

- **Bloque 1 : Formulario Datos Biográficos Usuario** (Edad, Sexo, Estado Civil, Nivel de estudios, Domicilio, Profesión y, Conocimiento informático).
- **Bloque 2: WHOQoL**. Este bloque estuvo compuesto por 5 subescalas, **Satisfacción familiar** (e.g., «¿en qué grado se siente satisfecho/a de su relación con la familia?»), **salud** (e.g., «su grado de dependencia es...»), **Dolencias Crónicas** (e.g., «Hipertensión, Infarto, alergia crónica, etc. »), **Perfil de Capacidades** (e.g., «¿Ducharse») y, **Bienestar** (e.g., «¿se siente lleno de energía?»).
- **Bloque 3: Protocolo de Calidad basado en ISO 9126 y Diseño Universal**. Este bloque midió el grado de satisfacción con las gafas de realidad virtual (e.g., «¿Qué le ha gustado más de la experiencia con las gafas de realidad virtual?»).
- **Bloque 4: Protocolo de Observación**. Este bloque midió la idoneidad de aspectos específicos del servicio (e.g., «¿Cómo reacciona el usuario ante posibles interrupciones?»).

- ✓ Los participantes que vivían en su domicilio informaron mayor nivel de satisfacción con las gafas de realidad virtual, en comparación con los que habitan en residencias.
- ✓ En relación con la felicidad, encontramos una correlación positiva y estadísticamente significativa con estar satisfecho con las relaciones familiares, con no sentirse aburrido y con valorar positivamente la experiencia de gafas de RV.
- ✓ También, se observa una correlación positiva entre no sentirse aburrido y la satisfacción con las gafas de RV. Para los dependientes que habitan en las residencias, también destacamos una relación negativa entre la satisfacción con las gafas de RV y el número de dolencias crónicas que se padece y que condicionan la calidad de vida del mayor.

DISCUSIÓN

• Los datos confirman que el uso de gafas de RV puede desempeñar una importante función para reducir los niveles de aburrimiento de los mayores. La experiencia ha sido valorada positivamente por los participantes, pero en especial por los residentes en su domicilio. Además, las personas con un nivel de bienestar más elevado son las que tienen una actitud más positiva hacia la RV, considerándola más satisfactoria que útil.

• No obstante, el estudio presenta algunas limitaciones. La ausencia de datos longitudinales, recogidos en diferentes momentos temporales, impide obtener una representación de la evolución y los cambios que se han producido bajo la influencia de las gafas de RV. En el caso de las preguntas relacionadas con la valoración de la experiencia, todos los sujetos que residen en sus domicilios otorgaron la máxima puntuación. Este comportamiento es conocido como sesgo de aquiescencia y, hace referencia al uso excesivo de las opciones de respuesta positivas (Weijters, Geuens y Schillewaert, 2010).

• Finalmente, los hallazgos obtenidos abren nuevas líneas de investigación en los factores que afectan al bienestar de personas con características como las de la población de la Residencia 2, que presentan niveles inferiores de bienestar, para tratar de determinar si la RV puede resultarles útil de alguna otra forma no valorada en este estudio, como por ejemplo, a través de la estimulación cognitiva u otras prácticas de carácter terapéutico como la reminiscencia.

“Las personas que creen que tienen la facultad de ejercer cierto grado de control sobre sus vidas son más saludables, más eficaces y tienen más éxito que aquellos que no tienen fe en su capacidad para llevar a cabo cambios en sus vidas.”

- Albert Bandura

REFERENCIAS

- Damián, J., Pastor-Barriso, R. y Valderrama-Gama, E., (2010): Descriptive epidemiology of undetected depression in institutionalized older people. *Journal of the American Medical Directors Association*, 11(5), 312-319.
- Gamito, P., Oliveira, J., Morais, D., Cohelo, C., Santos, N., Alves, C., Galamba, A., Soeiro, M., Yerra, M., French, H., Talmers, L., Gomes, T., Brito, R. (2019): Cognitive Stimulation of Elderly Individuals with Instrumental Virtual Reality-Based Activities of Daily Life: Pre-Post Treatment Study. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*, 22(1), 69-75.
- IMSERSO (2016): *Informe 2016. Las personas mayores en España. Datos estadísticos estatales y por Comunidades Autónomas*. Madrid: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad.
- INE (2016): *Proyecciones de Población 2016-2066. Notas de prensa*. Recuperado de: <https://www.ine.es/prensa/np994.pdf> (Enero 2019)
- Molina, C., Meléndez, J. y Navarro, E. (2008). Esperanza Bienestar y calidad de vida en ancianos institucionalizados y no institucionalizados. *Anales de Psicología*, 24 (2), 312-319.
- Vaquerizo-García, J. (2015): *Aportaciones a la innovación en servicios tecnológicos de apoyo para la mejora de la calidad de vida, desde la colaboración interdisciplinar y la evaluación en pilotos*. (Tesis Doctoral, Universidad de Zaragoza).



OBJETIVOS DE LAS INTERVENCIONES DE BIENESTAR PSICOLÓGICO A TRAVÉS DE LA EDUCACIÓN CORPORAL, EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE ESCOLAR.

Raquel Pérez-Ordás,¹ Javier Piñeiro Cossio^{2,3}

rpordas@unizar.es

jpineiro@psicosport.cl

¹ Universidad de Zaragoza, Facultad de Educación

² Universidad Pablo de Olavide, Sevilla.

³ Asociación Chilena de Psicología Social del Deporte



Universidad
Zaragoza



UNIVERSIDAD
PABLO DE
OLAVIDE
SEVILLA



ACHPSD
Asociación Chilena de
Psicología Social del Deporte

Introducción

Áreas como la educación corporal, la educación física y el deporte escolar, se están preocupando cada vez más por la educación emocional y salud psicológica en la infancia. Cada vez son más las investigaciones en torno al bienestar psicológico, entre otros aspectos vinculados con la salud mental en la infancia.

Objetivos del estudio

El objetivo de este trabajo fue analizar los objetivos con los que se desarrollaban las investigaciones de bienestar psicológico y Educación Física o deporte escolar.

Metodología

Revisión bibliográfica con una búsqueda de la literatura existente en cuatro bases de datos:

- WOS,
- SPORTDISCUS,
- SCOPUS,
- ERIC.

Se utilizó una combinación de palabras claves (Psychological Wellbeing, Physical Education, School Sport).

La evaluación de la calidad estaba basada en:

- Inclusión de la definición de Bienestar en las intervenciones mediante actividad física en el contexto escolar,
- Número de participantes,
- inclusión del estudio en Revistar JCR o SCJ,
- Duración de la intervención,
- Inclusión de la descripción del proceso metodológico de implementación.

17 Artículos de intervenciones educativas que cumplieran los criterios de inclusión que se determinaron en la investigación.

- El total niños estudiados 5850.
- El rango de edad desde los 7 a los 22 años.
- La duración de las intervenciones fue entre 1 día (Kim & Kim, 2007) y un año académico.
- El instrumento para evaluar bienestar más utilizado fue "The Kid-Screen".

Resultados



OBJETIVOS DE LAS INVESTIGACIONES

1.- Evaluar LOS EFECTOS DE LAS INTERVENCIONES Y/O PROGRAMAS EN LOS PARTICIPANTES:

- Programas de desarrollo positivo
- Inclusión del yoga dentro del curriculum escolar
- El Impacto psicológico de la danza
- La mejora de la salud cognitiva y mental mediante entrenamientos HIIT
- Programas basados en el modelo de educación deportiva

2.- Analizar las CORRELACIONES ENTRE LOS PROGRAMAS Y EL BIENESTAR:

- Identificar y explorar cuales son los mediadores
- Identificar y explorar los moderadores de los efectos de dichas intervenciones sobre el bienestar

3.- Analizar la VINCULACIÓN ENTRE:

- La actividad física con el Bienestar físico y mental
- La eficacia preventiva para el bienestar psicosocial del yoga
- La percepción de los niños sobre su calidad de vida
- Relación de la actividad física con el rendimiento académico
- Bienestar psicológico y calidad de vida relacionada a la salud
- La vinculación de un programa de surf con el bienestar personal y la conexión con el entorno natural de niños en situación de riesgo
- Los estados de ánimo y el tipo de actividad física que se realiza
- El positivismo y la actividad físico deportiva

4.- Otros objetivos:

- Generar estrategias empíricas de evaluación



Conclusiones



1

CRECIENTE AUMENTO DE ESTE TIPO DE ESTUDIOS EN LOS ÚLTIMOS AÑOS



2

PREOCUPACIÓN POR LA EFICACIA DE LOS PROGRAMAS ESPECÍFICOS DE BIENESTAR PSICOLÓGICO EN EDUCACIÓN FÍSICA A TRAVÉS DE DISTINTOS CONTENIDOS Y PROGRAMAS



3

CORRELACIÓN EXISTENTE ENTRE LA INTERVENCIÓN Y LAS VARIABLES ESTUDIADAS

Bibliografía

- Bunketorp, L., Mangren, H., Olsson, E., Linden, T., & Nilsson, M. (2015). Effects of a Curricular Physical Activity Intervention on Children's School Performance, Wellness, and Brain Development. *Journal of School Health, 85*(10), 704-713.
- Kim, S., & Kim, J. (2007). Mood after various brief exercise and sport modes: Aerobics, Hip-Hop, Dancing, Ice Skating, and Body Conditioning. *Perceptual and Motor Skills, 104*, 1265-1270.
- Ryff, C. (2014). Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics, 83*, 10-28.
- Smith, J., Beauchamp, M., Faulkner, G., & Morgan, P. (2018). Intervention effects and mediators of well-being in a school-based physical activity program for adolescents: The 'Resistance Training for Teens' cluster RCT. *Mental Health and Physical Activity, 15*, 88-94.

Autorregulación y patrones de motivación ante el aprendizaje en Educación Superior

Silvia Anzano Oto*, Cecilia Latorre Cosculluela, Verónica Sierra Sánchez, Marta Liesa Orús, Sandra Vázquez Toledo y Natalia Sobradiel Sierra

Universidad de Zaragoza.
[*sanzano@unizar.es](mailto:sanzano@unizar.es)



OBJETIVO

Profundizar acerca de las percepciones motivacionales sobre el aprendizaje de alumnado de la etapa universitaria.

Muestra: 455 estudiantes universitarios.

Estudio cuantitativo → cuestionario.

Dimensiones: motivación, tarea, atribuciones, expectativas académicas, cognición, emociones y otros estados.

Participación anónima y voluntaria.

MÉTODO



RESULTADOS

Consecuencias positivas del esfuerzo y organización

No necesitan ánimos para estudiar

Entender contenidos de las asignaturas

Inteligencia puede modificarse

Estudiantes universitarios

Estudiantes
↓
Formación: su responsabilidad

Sus metas (intereses)

Esfuerzo necesario

Mejor rendimiento académico

alcanzar sus expectativas

CONCLUSIONES

MOTIVACIÓN



Positive Education: Educating for happiness and resilience.

Where are we & where are we going?

Leticia P. Mosteo - *Departamento de Psicología y Sociología*

1. BACKGROUND – WHERE ARE WE?

Education transforms us. Through education individuals walk from a present state to a different future state. Education intrinsically implies **change** and **growth**, since it boosts a concrete direction into the person's development who receives it. A crucial question here is though: **In which direction do we want to transform individuals as a result of their educational process?**

International rigorous research is starting to shed light on the specific impact of building the **skills of wellbeing** as well as the possibilities to **teach** and **learn** those skills, demonstrating that well-being has both **intrinsic value** (human beings innately desire happiness) as well as **instrumental value** (well-being generates desirable life outcomes, including physical health, academic and professional success, better relationships with others, less dropout, less depression, less violence and drug consumption, among others) (Adler, 2017; Seligman, Ernst, Gillham, Reivich & Linkins, 2009).

Paradoxically, education does not fully contemplate yet the **ability and responsibility** that each individual has on leading a **healthier and happier life**, even when we have never been so constantly stressed out of our minds as we are today. Stress has been called the "health epidemic of the 21st century" by the World Health Organization (WHO), forecasting that in 2030, depression will be the most common disease in high-income countries (WHS, 2018). In fact, self-reported stress-levels in European Union have increased by 30% in the last decade.

We contend that **education must provide the person with the knowledge and practical tools** to have both a **productive life and a fulfilling life**. 'Fullness' is not a threat to progress, on the contrary, it is a complement that amplifies productivity over life and that simultaneously increases the overall satisfaction of human beings with their lives.

3. THE SKILLS OF WELLBEING AS A GOAL

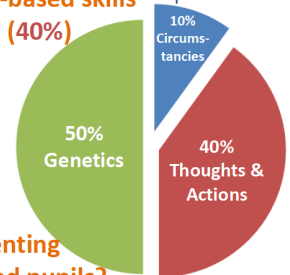
- **RESILIENCE & GROWTH MINDSET:** Reduces and prevents depression and anxiety (Brunwasser & Gillham, 2008; among others).
- **OPTIMISM:** Those with a balanced optimistic approach have better physical health, faster recoveries after surgeries, lower mortality risk, and lower incidence of tobacco, alcohol and drug use (Fry & Debats, 2009).
- **BALANCED EMOTIONAL ACTIVATION & REGULATION:** People who know how to manage emotions show healthier social relationships and behaviors. Positive affect reduces bias toward members of other racial, ethnic, cultural, and religious groups (Johnson & Fredrickson, 2005; among others).
- **GRIT & ENGAGEMENT:** Most persevering teens show sustainable healthier behaviors, better educational performance, greater success in work years later, stronger marriages and better overall health 25 years later (Bogg & Roberts, 2004; Kern & Friedman, 2008, among others).
- **SELF-ESTEEM & STRENGTHS:** The interplay of self-esteem, emotional regulation and use of strengths generate long term positive effects for physical and psychological health in adolescents and children (Hoyt, Chase, McDade & Adam, 2012).
- **MINDFULNESS, COMPASSION, GRATITUDE:** There is a solid scientifically demonstrated relationship among mindfulness, altruism, gratitude and well-being (Myers, 2000; Diener & Seligman, 2004).



Research is showing that character traits + well-being are malleable or 'skill-like' and can be improved with good teaching + proper practice.

2. RESEARCH QUESTIONS

- What are the specific evidence-based skills that lead to greater wellbeing? (40%)
- How should they be taught?
- What is the impact of implementing those skills, in both teachers and pupils?



4. WHY THOSE SKILLS?

Positive Psychology is the scientific study of optimal human functioning, aiming at discovering and promoting those factors that allow individuals, communities and organizations to thrive. Science-based education for well-being should be seen as essential for the integral development of students, since thanks to this science we already know:



5. WHERE ARE WE GOING?

The ultimate purpose of education is to promote personal and social well-being. These practices and their essence must pass through the walls of the center and reach out the entire educational community (teachers, students, non-teaching staff, families, the environment) (Bisquerra & Hernández, 2017).



Beyond what the genetic roulette gives to each individual (about 50%; Lyubomirsky, 2007), positive education increases well-being, improves students' behavior and their participation in the classroom, teaches them the tools to achieve goals connected to their values, and improves their academic performance (Seligman et al., 2009).

Our students need new skills to flourish in the 21st century. Focusing on the 40% that leads us to a happier & healthier life (since we cannot control the other 60%, yet to better deal with that) requires (1) a consistent change on our Curricula, (2) an evidence-based training of leaders, teachers and families; (3) plus continuous monitoring of the progress and its impact (Mosteo, 2019).

SELECTED KEY REFERENCES

Adler, A. (2017). Educación Positiva: Educando para el éxito académico y para la vida plena. *Psychologists Papers*, 38, 50-57.

Bisquerra, R. & Hernández, S. (2017). Positive psychology, emotional education and the happy classrooms program. *Psychologists Papers*, 38, 58-75.

Campayo, J. G., Demarzo, D. & Modrego, M. (2017). *Bienestar emocional y mindfulness en la educación*. Madrid: Alianza Editorial.

Diener, E. & Seligman, M.E.P. (2004). Beyond money: Toward an economy of well-being. *Psychological Science in the Public Interest*, 5, 1-31.

Lyubomirsky, S., King, L.A., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131, 803-855.

Schonert-Reich, K. A. & Roeser, R. W. (2016). *Handbook of mindfulness in education. Integrating Theory and Research into Practice*. Georgia: Springer

Seligman, M.E.P., Ernst, R.M., Gillham, J., Reivich, K., & Linkins, M. (2009). Positive education: Positive psychology and classroom interventions. *Oxford Review of Education*, 35, 293-311.

We see education for well-being as contributing to the solution of achieving the new economic paradigm, specially if it is guided by the values of altruism, compassion, respect and responsibility in becoming a complete human being. In fact, we believe that education that shows concern for others enlarges the person rather than diminishes their uniqueness. Becoming a good human being is about learning to take greater pleasure in contributing to the flourishing of others than your own.

UN-Bhutan HL Meeting on the New Economic Paradigm, 2014

La importancia del desarrollo emocional en su relación con el logro académico: Un trabajo de revisión y meta-análisis

Alberto Quilez Robres, Raquel Lozano Blasco, Nieves Moyano Muñoz, Alejandra Cortés Pascual

OBJETIVOS:

- Estudiar la relación entre el factor emocional (inteligencia emocional, competencia emocional y bienestar emocional) y el rendimiento académico en Educación Primaria.
- Analizar el carácter moderador que la edad, el sexo y la cultura ejerce sobre este tipo de variables.

MÉTODO:

Revisión sistemática y meta-análisis.

Diseño un protocolo de actuación:

- Criterios de búsqueda y acciones booleanas en bases de datos electrónicas (PubMed, Scopus y PsycInfo)
- Elección de palabras clave (“primary education”, “academic achievement”, “correlation” and “emotional well-being”)
- Criterios claros de inclusión y exclusión de estudios.
- Acotación temporal de las investigaciones analizadas (2009-2019) y el rango de edad (6-12 años).

RESULTADOS:

Muestra de $k = 12$ y una población de $n = 3.931$.

Tamaño del efecto significativo, positivo bajo ($r = 0.172$), con un intervalo de confianza del 95% oscilando entre 0.084 y 0.257

Tres meta-regresiones para el estudio de las variables moderadoras:

- Edad (0%)
- Sexo (0%)
- Cultura (17%).

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES:

Escasa importancia del factor emocional en el logro académico en una edad donde la variabilidad se ve afectada por los diferentes niveles de madurez y por el contexto cultural donde se desarrolla.

Los hallazgos del presente meta-análisis son consistentes con estudios previos donde se pone de relieve que los distintos aspectos del factor emocional se van desarrollando con el tiempo y además el rendimiento académico mejora a medida que los valores del factor emocional aumentan.

Se considera como moderadora la cultura, encontrando diferencias entre los resultados proporcionados por aquellos estudios que pertenecen a sociedades colectivistas (países asiáticos u oceanía) y aquellos pertenecientes a sociedades individualistas (países occidentales y EE.UU) (Marsh and Craven, 2006).

En definitiva, es indudable que la capacidad del niño para adaptar y utilizar sus emociones en la vida diaria aumenta con la edad, y en concreto la escuela juega un papel fundamental, ya que puede hacer frente a los desafíos que se le presentan asociando esta faceta a un mayor bienestar que produce mejores resultados académicos (Austin, 2010 y Mayer et al., 2008; Caemmerer and Keith, 2015; Downey et al., 2008; Downey et al., 2014; Parker et al., 2015; Rastegar et al., 2010; Rocha, 2016).

Motivaciones y expectativas de futuro en la universidad

Verónica Sierra Sánchez, Cecilia Latorre Cosculluela, Silvia Anzano Oto, Ana Rodríguez Martínez y Sergio Cored Bandrés

Introducción

En los últimos tiempos, se ha producido en la sociedad educativa una gran preocupación por el estudio de aquellos factores que pueden influir en el éxito o fracaso alcanzado por los estudiantes universitarios. En este caso, tanto la motivación como las expectativas de futuro, se han considerado como posibles factores, entre otros.

Objetivo

Analizar las expectativas de futuro de un conjunto de 455 estudiantes universitarios de los Grados de Magisterio en Educación Infantil y Primaria

Metodología

Se utilizó un cuestionario en el que se reflejaba el grado de acuerdo o desacuerdo con una serie de decisiones sobre propuestas futuras de vida laboral y académica.

Resultados

Notables diferencias en las expectativas de futuro de estos estudiantes

Diferencias estadísticamente significativas en algunas de estas percepciones en función de las motivaciones y expectativas

Conclusión

- Las expectativas de futuro en los estudiantes universitarios están condicionadas por ciertas características personales y por múltiples factores en los que es necesario incidir para promover un mayor éxito a lo largo de toda su trayectoria académica.

II Congreso Internacional y XXXI Jornadas de Psicología: Educando en Bienestar Personal y Valores

II International Congress: Education in Personal Well-being and Values

Estudio correlacional del fracaso escolar y las funciones ejecutivas en Educación Obligatoria

Objetivos:

Los objetivos de este estudio son los siguientes:

1. Conocer la relación entre las funciones ejecutivas y el rendimiento académico en adolescentes escolarizados en ESO.
2. Analizar si existen diferencias en las funciones ejecutivas de los estudiantes en función del género.

Destinatarios:

193 estudiantes de 12 a 18 años escolarizados desde 1º hasta 4º de ESO

Resumen:

En este estudio se realizó un análisis del rendimiento académico y las funciones ejecutivas de 193 adolescentes de 12 a 18 años. La muestra la forman estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria (ESO), 109 de género masculino y 84 del género femenino. En la actualidad, a consecuencia de no alcanzar un rendimiento académico exitoso, se dan muchos casos de fracaso escolar y abandono en la etapa de ESO, por ello esta variable cobra especial interés en la adolescencia. Las funciones ejecutivas (FE) que se tienen en cuenta en este estudio son la inhibición, la supervisión de sí mismo, la flexibilidad, el control emocional, la iniciativa, la memoria de trabajo, la planificación y organización y la organización de materiales. Para el rendimiento académico (RA) se tuvo en cuenta la nota media de matemáticas, lengua, inglés, geografía e historia y educación física. Se da una correlación significativa entre las variables FE y RA aportando evidencias de que a menor déficit en las funciones ejecutivas, tal y como las mide el BRIEF, mejor rendimiento académico. Los resultados incitan al diseño de un entrenamiento de las FE para mejorar el RA.

Figura 1. Distribución de la muestra en función de la nota media y el género

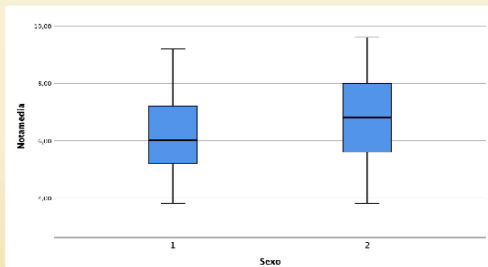
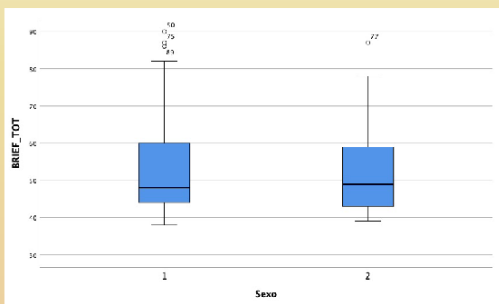


Figura 2. Distribución de la muestra en función de la puntuación de FE y el género



INSTRUMENTOS:

- BRIEF: Para evaluar las FE.
- Nota Media: Para evaluar el RA.
- SPSS-22: Para realizar el análisis de datos.

Resultados:

Tabla 1. Correlaciones Rho de Spearman:

	BRIEF_TOT	BRIEF_I NH	BRIEF_S SM	BRIEF_F LE	BRIEF_CU	BRIEF_I NI	BRIEF_MTR	BRIEF_P LA	BRIEF_S VT	BRIEF_ORG
Nota media	-.659**	-.287**	-.324**	-.448**	-.313**	-.566**	-.674**	-.620**	-.674**	-.512**
BRIEF_TOT		.630**	.697**	.712**	.657**	.790**	.870**	.890**	.854**	.749**
BRIEF_I NH			.633**	.184*	.581**	.339**	.475**	.510**	.456**	.513**
BRIEF_S SM				.393**	.604**	.455**	.515**	.558**	.490**	.540**
BRIEF_F LE					.582**	.571**	.567**	.570**	.499**	.480**
BRIEF_CU						.365**	.410**	.464**	.339**	.535**
BRIEF_I NI							.779**	.706**	.740**	.634**
BRIEF_MTR								.838**	.826**	.701**
BRIEF_P LA									.824**	.685**
BRIEF_S VT										.625**

La influencia del cerebro en los distintos aprendizajes y en conductas sociales y emocionales ha ido cobrando mayor relevancia con el tiempo, aunque el desarrollo madurativo del mismo se ha venido estudiando desde hace muchos años.

El desarrollo madurativo durante el ciclo vital es uno de los factores que se debe tener en cuenta a la hora de estudiar las FE, Escolano-Pérez y Bravo-Álvarez (2017) determinan que desde los 0 hasta los 12 años hay un desarrollo exponencial de las FE, que alcanzan su máximo nivel alrededor de los 20 años y que a partir de los 60 se da un declive claro en el nivel de ejecución.

En múltiples ocasiones cuando hablamos de bajo rendimiento académico, pensamos en las posibles causas de que los estudiantes no alcancen un rendimiento óptimo: lo asociamos a un entorno familiar poco favorable, a la baja autoestima del estudiante, poca motivación, estilo de aprendizaje...y otros factores que pueden tener relevancia, pero en este caso la variable estudiada fueron las FE.

En la Tabla 1, las correlaciones significativas son las que se encuentran destacadas en rojo y con asteriscos (>.60 y <.80) y las muy significativas en verde (>.80). En este caso todos los factores de las funciones ejecutivas tienen una correlación directa significativa a nivel .01 y >.60 con el factor que las agrupa BRIEF_TOT. En cuanto a las FE con la nota media, la correlación que encontramos es inversa y significativa a nivel .01. Esto quiere decir que una puntuación alta en el BRIEF está relacionada con una nota media baja y que una puntuación baja en el BRIEF está relacionada con una nota media alta. No se dan diferencias en función del género en cuanto a las correlaciones.

Elaboración de píldoras educativas como recurso didáctico para explicar el desarrollo cognitivo del alumnado en edad infantil y juvenil

Usán Supervía, P.; Mejías Abad, J.J. y Salavera Bordás, C. (Huesca, 2019)

¿Qué es?

Un píldora educativa es un video de corta duración (entre 5 y 10 minutos) en la que un locutor, por medio de una transparencia o imagen en una pantalla de ordenador, hace una explicación concreta de un concepto.

De este modo, se ven reflejados los procedimientos realizados en aras del aprendizaje significativo del alumnado

Estructura

Introducción
Tarea
Proceso
Evaluación
Conclusión
Retroalimentación

Duración máxima de 10 minutos con cortes de vídeo y audio

Objetivos

- Demostrar de manera práctica conceptos teóricos estudiados.
- Aprender significativamente en la asunción teórica-práctica de las explicaciones realizadas
- Dotar de herramientas al alumnado para su elaboración
- Fomento del trabajo en equipo y metodología cooperativa
- Competencia clave "Tratamiento de la información y competencia digital"

PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO

Grado en Magisterio de Educación Primaria

FCHE Universidad de Zaragoza

Metodología

Activa
Participativa
Colaborativa

Los alumnos trabajan de manera cooperativa en pequeños grupos. La muestra estuvo compuesta por alumnado universitario de 1º Magisterio Primaria respondiendo a un estudio de carácter práctico y evaluado mediante una rúbrica de aprendizaje

Resultados

Entre los principales resultados se encuentran:

- Aprendizaje significativo unificando teórica y práctica
- Aprendizaje de nuevas tecnologías aplicadas a docencia
- Mayor motivación hacia el aprendizaje
- Fomento del aprendizaje colaborativo
- Protagonismo de los alumnos
- Fomento de la interacción intra e intergrupala

Conclusiones

Metodología innovadora
Participación e interés de los alumnos hacia los contenidos de la asignatura
Aprendizaje significativo de los contenidos impartidos

Bibliografía

- Borrás Gené, O. (2012). Píldoras formativas y videojuegos aplicados al estudio de la Ingeniería Acústica. Trabajo de Fin de Máster, Universidad Politécnica de Madrid. España, 1-218.
- Butcher, N. (2015). Guía básica de Recursos Educativos Abiertos (REA), Universidad de París (Francia).



Universidad
Zaragoza

2019 II Congreso Internacional y
XXXI Jornadas de
Psicología: Educando en
Bienestar Personal y Valores

Departamento de Psicología y Sociología
Universidad de Zaragoza
pusan@unizar.es

REVISIÓN SOBRE LA EVALUACIÓN DEL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE ESCOLAR

JAVIER PIÑEIRO COSSIO^{1, 2} RAQUEL PÉREZ-ORDÁS³

jpineiro@psicosport.cl

rpordas@unizar.es

¹ Universidad Pablo de Olavide, Facultad de Ciencias de la actividad física

² Asociación Chilena de Psicología Social del Deporte

³ Universidad de Zaragoza, Facultad de Educación

Introducción

La salud mental de la infancia es una temática que durante los últimos años ha tomado suma relevancia. Es en ese contexto que la educación física y el deporte escolar asumen un rol importante, convirtiéndose en espacios para el desarrollo del bienestar psicológico (PWB) en niños, niñas y adolescentes.

Objetivos

El objetivo de este trabajo fue el de examinar cuáles eran las **herramientas utilizadas para evaluar el bienestar psicológico** en niños, niñas y adolescentes en el ámbito de la **educación física y el deporte escolar**.

Metodología



Revisión de la literatura:

- Bases de Dato:
 - WoS, ERIC, SPORTDISCUS, SCOPUS)



Palabras Clave:

- Psychological Wellbeing, Physical Education, School Sports



Criterios:

- Contexto escolar, población infantil, evaluación del bienestar psicológico, lenguaje (español o inglés), estudios cuantitativos.



- Total artículos identificados incluidos:
 - n=44

Resultados

42 Instrumentos identificados para evaluar Bienestar

Gran cantidad de estudios que evalúan el bienestar utilizando escalas o sub-escalas de otros instrumentos.

Cuestionarios más utilizados

“Kid-screen” (52, 27 y 10 ítems)

“Student’s Life Satisfaction Scale”

“Escala de Bienestar psicológico de Ryff”

“Escala de Vitalidad Subjetiva”

“Positive and Negative affect Scale”

“The Flourishing Scale”

Dimensiones evaluadas

Bienestar físico, Bienestar psicológico, Autonomía y padres, Amigos y apoyo social, Entorno escolar.

Satisfacción global con la vida.

Autonomía, Autoconocimiento, Relaciones Sociales, Propósito en la Vida, Crecimiento Personal, Dominio del Entorno

Sentimientos subjetivos de energía y viveza global

Emociones positivas y emociones negativas

Relaciones Sociales, Autoestima, Propósito y Optimismo.

Conclusiones

No existe un consenso en las definiciones del concepto de Bienestar Psicológico en infancia y adolescencia

Diversas herramientas para evaluar Bienestar Psicológico= No hay claridad en la evaluación

Necesidad de consensuar definiciones y elaborar instrumentos para estos contextos

Referencias

- Bunketorp Kall, L., Malmgren, H., Olsson, E., Linden, T., & Nilsson, M. (2015). Effects of a Curricular Physical Activity Intervention on Children’s School Performance, Wellness, and Brain Development. *Journal of School Health, 85*(10), 704–713.
- Ryff, C. (2014). Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics, 83*, 10–28.
- Smith, J., Beauchamp, M., Faulkner, G., & Morgan, P. (2018). Intervention effects and mediators of well-being in a school-based physical activity program for adolescents: The ‘Resistance Training for Teens’ cluster RCT. *Mental Health and Physical Activity, 15*, 88–94.

Anexo 2

El Congreso en los medios de comunicación

22 – 11 – 2019. Diario del Alto Aragón.

<https://www.diariodelaltoaragon.es/NoticiasDetalle.aspx?Id=1187686>

José Antonio Mayoral: "Las personas tienen que tener una educación efectiva y eficiente"

El rector inauguró este jueves el Congreso de Psicología sobre educación en bienestar personal y valores

J. N. C.

22/11/2019



21 – 11 – 2019. Radio Huesca.

<https://www.radiohuesca.com/mas-de-300-personas-en-el-ii-congreso-internacional-de-psicologia-de-huesca-20112019-132168.html>

HUESCA

Más de 300 personas en el II Congreso Internacional de Psicología de Huesca

Se celebra los días 21 y 22 de noviembre con gran expertos y numerosas actividades en la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación

4 – 11 – 2019. Informativo Huesca. Aragón Informativos. Radio Nacional de España.

<http://www.rtve.es/alcarta/audios/informativo-de-aragon/informativo-huesca-04-11-2019-451912-2019-11-04t07-36-59000/5432891/>

INFORMATIVO HUESCA -04/111/19 - La Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de Huesca acoge este mes noviembre el II Congreso Internacional de Psicología.

04 nov 2019

Ponentes de España, Chile y Reino Unido participarán en el II Congreso Internacional de Psicología que se va a celebrar en Huesca, los días 21 y 22 de este mes, con el lema "Educando en Bienestar Personal y Valores". La asistencia es gratuita y será reconocida con 0'5 créditos.

20 – 11 – 2019. Boletín diario informativo de la Universidad de Zaragoza.

http://www.unizar.es/actualidad/vernoticia_ng.php?id=51526&idh=10109&pk_campaign=iunizar20191120&pk_source=iunizar-personalunizar

El rector José Antonio Mayoral inaugura el II Congreso Internacional de Psicología de Huesca

31 – 10 – 2019. El Periódico de Aragón.

https://www.elperiodicodearagon.com/directos/actualidad-aragon-31-octubre_391.html

31.10.19 13:28h. **Expertos en psicología debatirán sobre la formación emocional del profesorado**

Anexo 3

El Congreso en imágenes

Mesa inaugural del Congreso











Homenaje



Conferencias Magistrales













Talleres

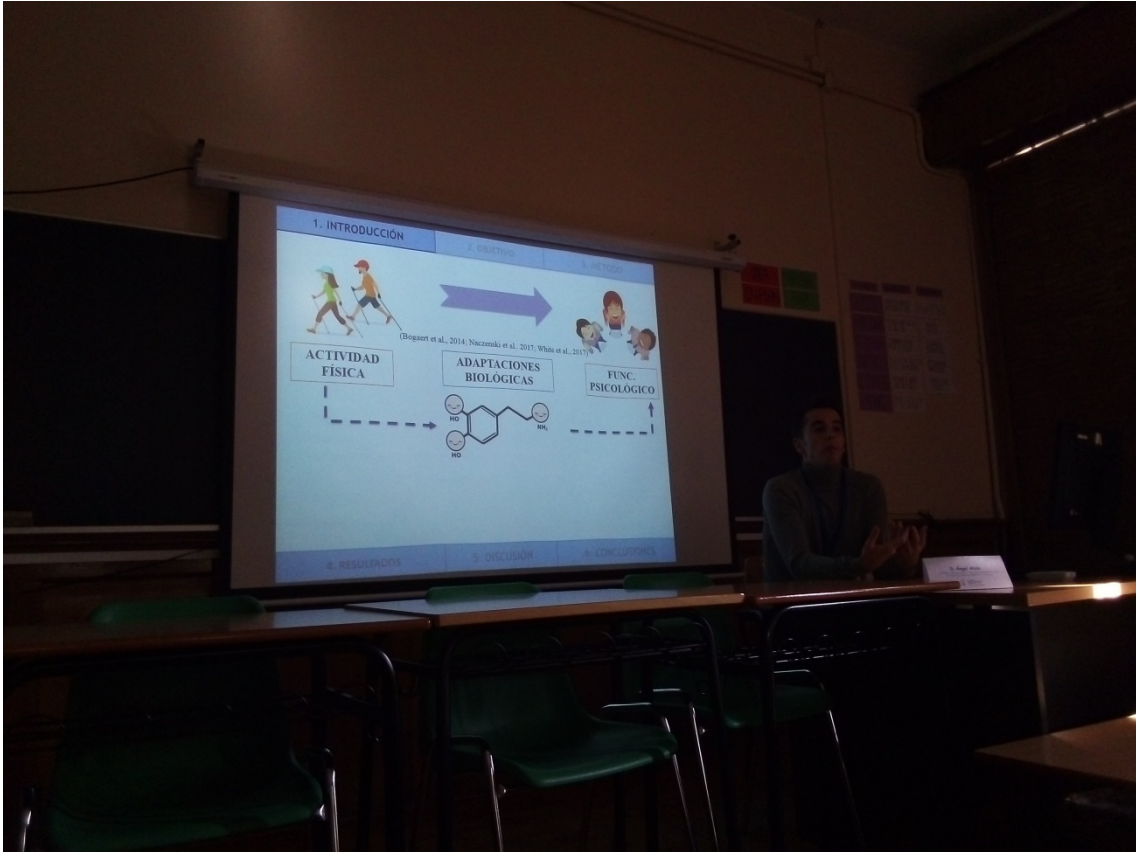


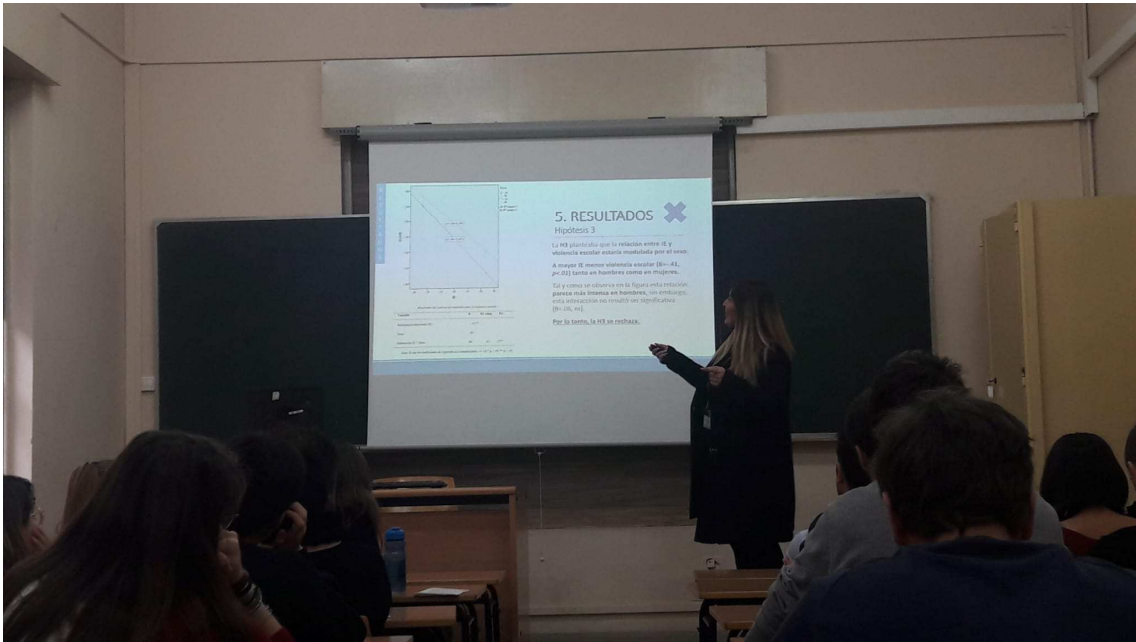


Mesas de debate













Sesión de pósteres

Universidad Zaragoza

Positive Education: Educating for happiness and resilience. Where are we & where are we going?

Leticia P. Moseo - Departamento de Psicología y Sociología

II CONGRESO INTERNACIONAL Y XXXI JORNADAS DE PSICOLOGÍA: EDUCANDO EN BIENESTAR PERSONAL Y VALORES

VIERNES

1. BACKGROUND – WHERE ARE WE?

Education researchers are through educational systems look for a positive education. Education is a process that can be used to change and improve the quality of life of individuals and communities. Education is a process that can be used to change and improve the quality of life of individuals and communities. Education is a process that can be used to change and improve the quality of life of individuals and communities.

2. RESEARCH QUESTIONS

- What are the specific evidence-based skills that lead to greater wellbeing? (40%)
- How should they be taught? (50%)
- What is the impact of implementing those skills, in both teachers and pupils? (40%)

3. THE SKILLS OF WELLBEING AS A GOAL

- RESILIENCE & GROWTH MINDSET
- OPTIMISM
- BALANCED EMOTIONAL ACTIVATION & REGULATION
- GRIT & ENGAGEMENT
- SELF-ESTEEM & STRENGTHS
- MINDFULNESS, COMPASSION, GRATITUDE

4. WHY THOSE SKILLS?

Positive Psychology is the scientific study of optimal human functioning, getting it done, and promoting it. Positive Psychology is the scientific study of optimal human functioning, getting it done, and promoting it. Positive Psychology is the scientific study of optimal human functioning, getting it done, and promoting it.

5. WHERE ARE WE GOING?

The ultimate goal of positive psychology is to help people live better lives. The ultimate goal of positive psychology is to help people live better lives. The ultimate goal of positive psychology is to help people live better lives.

Percepciones de estudiantes universitarios sobre la experiencia de Aprendizaje-Servicio (APS): De minimarcha con ASPACE.

Sobradriel N.(1)*, Liesa M.(1), Otal P.(1), Salinas C.(2), Coreo S.(1), Latorre C.(1), Anzano S.(1)

(1)Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación – Universidad de Zaragoza (2) ASPACE Huesca *nasobradi@unizar.es

CONTEXTO

Las experiencias de APS ofrecen un servicio a la sociedad, facilitando el aprendizaje de conocimientos trabajados de forma teórica en asignaturas, de una manera real, vivencial y experimentada por uno mismo.

Conceptos como inclusión y diversidad como fortaleza, los viven y observan en primera persona.

METODOLOGÍA

ASPACE realiza anualmente una marcha senderista por Huesca en la que participan colegios de la ciudad tanto de escolaridad ordinaria como especial.

FUNCIONES DE LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

- Acompañar a los participantes en distintos recorridos
- Apoyo logístico
- Refuerzo

OBJETIVO: analizar el feedback que nuestros alumnos nos facilitan tras la realización de la experiencia.

Posteriormente, se les pidió a los alumnos que participaron que realizaran un cuestionario para medir:

OBJETIVOS DE LAS INTERVENCIONES DE BIENESTAR PSICOLÓGICO A TRAVÉS DE LA EDUCACIÓN CORPORAL, EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE ESCOLAR.

Raquel Pérez-Ordás,¹ Javier Piñeiro Cossío²

¹ Universidad de Zaragoza, Facultad de Educación
² Universidad Pablo de Olavide, Sevilla
³ Asociación Chilena de Psicología Social del Deporte

Objetivos del estudio

El objetivo de este trabajo fue analizar los objetivos con los que se desarrollaban las investigaciones de bienestar psicológico y Educación Física o deporte escolar.

Metodología

Revisión bibliográfica con una búsqueda de la literatura existente en cuatro bases de datos:

- WOS
- SPORTDISCUS
- SCOPUS
- ERIC

Se utilizó una combinación de palabras claves (Psychological Wellbeing, Physical Education, School Sport).

La evaluación de la calidad estaba basada en:

- Inclusión de la definición de Bienestar en las intervenciones mediante actividad física en el contexto escolar.
- Número de participantes.
- Inclusión del estudio en Revistar JCR o SCJ.
- Duración de la intervención.
- Inclusión de la descripción del proceso metodológico de implementación.

Introducción

Áreas como la educación corporal, la educación física y el deporte escolar, se están preocupando cada vez más por la educación emocional y salud psicológica en la infancia. Cada vez son más las investigaciones en torno al bienestar psicológico, entre otros aspectos vinculados con la salud mental en la infancia.

Resultados

OBJETIVOS DE LAS INVESTIGACIONES

1. CRESCIENTE AUMENTO DE ESTE TIPO DE ESTUDIOS EN LOS ÚLTIMOS AÑOS.
2. PREOCUPACIÓN POR LA EFICACIA DE LOS PROGRAMAS ESPECÍFICOS DE BIENESTAR PSICOLÓGICO EN EDUCACIÓN FÍSICA A TRAVÉS DE DISTINTOS CONTENIDOS Y PROGRAMAS.
3. CORRELACIÓN EXISTENTE ENTRE LA INTERVENCIÓN Y LAS VARIABLES ESTUDIADAS.

Motivaciones y expectativas de futuro en la universidad

Verónica Sierra Sánchez, Cecilia Latore Casculuela, Silvia Anzano Oto, Ana Rodríguez Martínez y Sergio Coreá Bonardés

Introducción

En los últimos tiempos, se ha producido en la sociedad educativa una gran preocupación por el estudio de aquellos factores que pueden influir en el éxito o fracaso alcanzado por los estudiantes universitarios. En este caso, tanto la motivación como las expectativas de futuro, se han considerado como posibles factores, entre otros.

Objetivo

Análisis de las expectativas de futuro de un conjunto de 455 estudiantes universitarios de los Grados de Magisterio en Educación Infantil y Primaria.

Metodología

Se utilizó un cuestionario en el que se reflejaba el grado de acuerdo o desacuerdo con una serie de decisiones sobre propuestas futuras de vida laboral y académica.

Resultados

Notables diferencias en las expectativas de futuro de estos estudiantes.

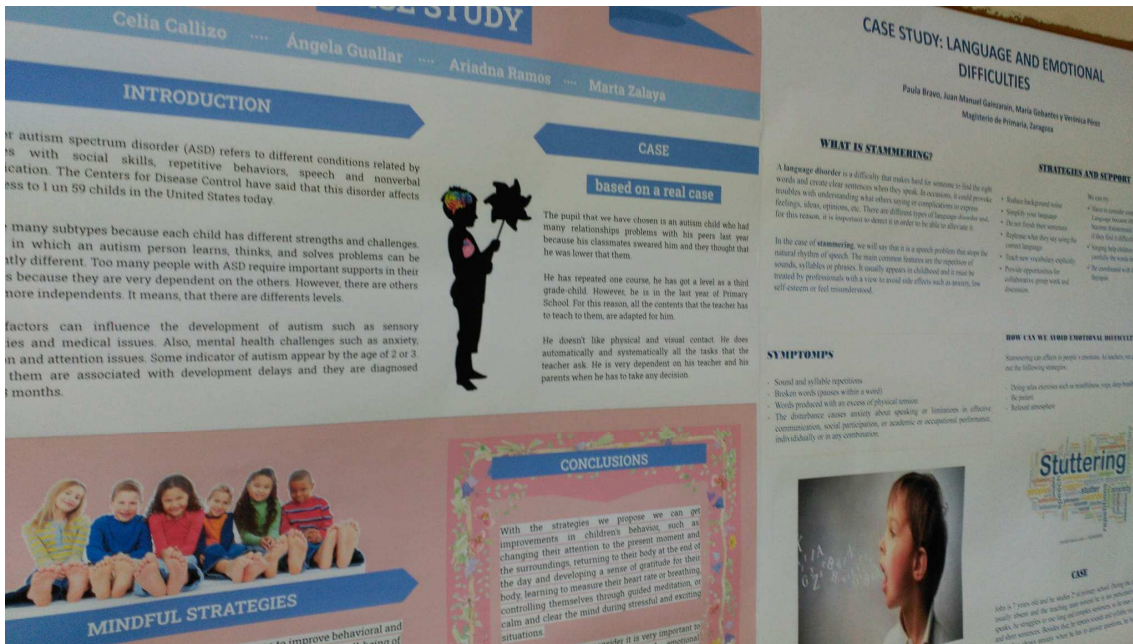
Diferencias estadísticamente significativas en algunas de estas percepciones en función de las motivaciones y expectativas.

Conclusión

Las expectativas de futuro en los estudiantes universitarios están condicionadas por ciertas características personales y por múltiples factores en los que es necesario incidir para promover un mayor éxito a lo largo de toda su trayectoria académica.



Pósters de los Alumnos de la asignatura Psychology and Diversity de la Facultad de Educación (Zaragoza)



PERSONAL INTERVENTION

Christina Casorán Reyero and Marta Martínez Magallón

STRATEGIES

In the school:
-Oral activities

-Sitting Kevin near the teacher.

-Conceptual maps to explain something

-more time in exams

-Mindfulness activities.

-Put their names in a paper and passed it from one student to other in order to each child write good opinions to his classmates

-The teacher gives one paper for each child and he/she has to write two positive characteristics of himself/herself.

-Create an anonymous suggestion box (how do you feel, what do they think...), then start a debate about what they have put.



"Education in personal wellbeing and values"

Case Study on ADHD

Reinforcing emotional intelligence

What is ADHD?

Attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) is a behavioural disorder that includes symptoms such as inattentiveness, hyperactivity and impulsiveness.

Hyperactivity is a state of excess activity that may be manifested by symptoms such as purposeless, non-compliance or excessive movement.

Inattentiveness is the tendency to not be able to do without forgetfulness about the appropriateness or consequences of the action. Inattention can be manifested in action or in memory, a decrease in starting an answer, or the inability to wait one's turn at an activity, often accompanied by symptoms such as inattentiveness, problems doing quiet activities, problems with emotional control, lack of attention, etc.

Attention deficit is a neurological disorder that causes a range of behaviour problems such as difficulty following instructions, focusing on schoolwork, keeping up with assignments, listening instructions, completing tasks and social interaction.

OUR STRATEGIES AS FUTURE TEACHERS

As future teachers we consider it really important to learn emotional intelligence in order to understand the children with ADHD. We also have an adaptive teacher who can help them to learn and to be able to create a good environment for them. We have thought the next ones:

- Subtle starting solution that would help us to have not started the school year.
- Appropriate school location according to the current competencies.
- Good way of implementation and control the learning.
- Reward for whatever the performance in class in order to try to avoid the lack of motivation.
- Feedback that would give more attention to the teacher and understand how to be the best teacher possible.
- Being in a professional school because of the "teacher" he could be.

Description of the case study: Ismael



Ismael is an 8-year-old boy whose mother was working during his pregnancy. He also has an adoptive brother who has ADHD. Ismael has always displayed the usual ADHD symptoms such as inattentiveness, hyperactivity and impulsiveness. He has a very low academic performance and he has a very low self-esteem. He has a very low self-esteem and he has a very low self-esteem. He has a very low self-esteem and he has a very low self-esteem.

ADJUSTMENT DISORDER

INTRODUCTION

In this case we are going to talk about **Social Difficulties** of special educational needs in which children/young people have difficulties in managing their emotions and they often show inappropriate responses and feelings.

We focus in the **Adjustment disorder** is a group of social difficulties that can occur after you go through a stressful life event because you are having a hard time for reaction is stronger than expected for the type of situation.

Some factors that increase the possibilities of having adjustment disorder are:

- Age in aspects of executive function such as problem solving, regulating their own actions, decision making and etc.
- Difficulties with language and communication.
- Other issues such as lying, cheating, lack of consideration of others, inability understanding feelings and emotions, etc.
- Adjustment factors.
- Some other characteristics or symptoms that the people who are affected have in common:
 - Negative, antisocial and aggressive behaviour or poor and family relationships.
 - Inactivity, attention and concentration problems.
 - Withdrawal of a group or isolation.
 - Lack of social skills.

CASE

Mary is 9 years old, she has suffered the death of her mother. It was a big trauma for her, because they were very close. She died with her father was very good, he always was taking care of Mary. Mary spent 1 week at home, because she didn't want to go anywhere, then she didn't go to school. She is very emotional, she communicates like a teacher, what had happened. The father communicates it for the rest of the teaching team, to be aware of it.

First of all, the teacher think that it's important to evaluate the emotional skills of Mary. Mary starts drawing the spirit of a tree drawing different things, and since her mother passed away drawing is the only thing that Mary likes doing, for this reason, the teacher got in contact, finally, with Mary's father who has been about the drawing and then, with an expert who wants analyzing the drawing of the children. The expert told Mary to draw whatever she wanted and then, a drawing of her family. The expert recommended that the child suffered of anxiety.

INTERVENTION

In conclusion, we have thought some strategies that the teacher can use to help Mary to solve her problem. We have thought some strategies that the teacher can use to help Mary to solve her problem. We have thought some strategies that the teacher can use to help Mary to solve her problem.

DEPRESSION AND ANXIETY

AN EMOTIONAL INTERVENTION

INTRODUCTION

DEFINITION OF DEPRESSION AND ANXIETY

DEPRESSION is a common and serious medical illness that negatively affects how you feel, the way you think and how you act. Fortunately, it is also treatable. Depression causes feelings of sadness and/or a loss of interest in activities once enjoyed. It can lead to a variety of emotional and physical problems and can decrease a person's ability to function at work and at home.

ANXIETY is defined as "an emotion characterized by feelings of tension, worried thoughts and physical changes like increased blood pressure."

CASE STUDY

- 9-year-old girl.
- Student.
- Extracurricular activities: Piano.
- Lack of interest in the subject.
- Disturbed parents.

TASK LISTEN

- Not academically.
- Inactive.
- Shy and nervous.
- Anxious thoughts.
- Strange behaviour.

RESULTS: Depression and anxiety (DIA)

INTERVENTION STRATEGIES

Reinforce the positive aspects and reduce the negative ones.

Encourage extracurricular activities with the help of a tutor. Motivate the student.

Identify and change thoughts that cause anxiety and uncertainty. Support the child and reassure him when he needs it, for example through mindfulness to work on his attention.

When having difficulties in thinking and concentrating, encourage the child to participate in games, activities, the aim is to give the signs of anxiety and use professional help when necessary to ease the mood.

CASE STUDY ON DYSPLEXIA

AN EMOTIONAL INTERVENTION

INTRODUCTION

Dyslexia is a specific learning difficulty that has an effect on the skills involved in fluent word reading and spelling.

DESCRIPTION

When Kevin started to write, his parents and teachers noticed that he struggled.

His parents and his teacher contacted with a speech therapist. She made him a list which included the Kevin had difficulties.

Then, the parents told if he Kevin and he knew all the information that was going to be developed.

When Kevin was 10 years old, although the parents had a list, he was still struggling because the dyslexia was not being treated. Therefore, he started to go to the school's psychologist.

Now, Kevin is 13 years old, his reading is much better and he is able to do his homework. The psychologist has been able to help him in the school and in the communication between his teachers, his parents, the psychologist and his school.

REFERENCES

Parsons, B. (2017). What is Depression? Retrieved from <https://www.mentalhealth.org.uk/information-and-support/what-is-depression>

Case study on ADHD: Emotional intervention

Authors: Elena Sanz, Laura Recaj, Paula Sanchez & Rodrigo Serrano
Degree of Primary Education, UNIZAR
Psychology and Diversity

DIEGO'S BEHAVIOUR

- INABILITY TO FULFILL RULES
- SIGNIFICANT SCHOOL DELAY
- DISRUPTIVE BEHAVIOR
- RESTLESS AND DISORIENTATED
- DIFFICULTY TO SOCIALIZE
- NEED TO DRAW ATTENTION AND INTERRUPT
- AGGRESSIVE BEHAVIOUR
- DESMOTIVATION FOR LEISURE ACTIVITIES (SPORT)
- DO NOT FINISH HOMEWORK OR REVIEWING

EDUCATIONAL MEASURES: VISUAL INFORMATION RATHER THAN ORAL, CONCEPTUAL MAPS, SILENT AND

AUTISM SPECTRUM DISORDER (ASD) CASE STUDY

Colla Collada, Alegre Cuadros, Anabela Ramos, María Cordero

INTRODUCTION

Autism, or autism spectrum disorder (ASD), is a different condition making challenges with social skills, repetitive behaviors, speech and nonverbal communication. The signs for autism usually don't last for more than a year or two in 18 months to the first three years.

There are many different behaviors that exist for different people and challenges. The way in which an autistic person behaves, thinks, and feels often can be significantly different. The same people with different symptoms can be the same daily lives because they are very dependent on the other humans from an early who are more independent. It means that there are different levels.

General factors can influence the development of autism such as: sensory sensitivities, and medical issues. Also, some health conditions such as anxiety, depression and phobias occur. Some children of autism appear to be the age of 1 or 2 years of their age associated with language issues and they are dependent.

CASE

Lead as a role model

The role of the teacher is to be a role model for the autistic student. The teacher should be a role model for the autistic student. The teacher should be a role model for the autistic student.

CONCLUSIONS

The teacher should be a role model for the autistic student. The teacher should be a role model for the autistic student. The teacher should be a role model for the autistic student.

INTERVENTIONS

The teacher should be a role model for the autistic student. The teacher should be a role model for the autistic student. The teacher should be a role model for the autistic student.

REFERENCES

The teacher should be a role model for the autistic student. The teacher should be a role model for the autistic student. The teacher should be a role model for the autistic student.

INTRODUCTION

Facultad de Educación (Zaragoza)

A disease that affects muscle mobility and coordination. Although it doesn't affect the cause emotional problems. Most of the causes are unknown, although in many cases the loss of strength in limbs and small muscle cramps. Another very common symptom is eating or worsening respiratory function. All these initial symptoms progressively increase since the causes of the disease, prevention is not possible. Although numerous studies on it to find solutions.

ALS is a disease that has no cure, although it can slow its progress. Patients can benefit from physical therapy and some pain medication. In addition, speech difficulties and support of their entire environment. A very well known worldwide example of a person with ALS is Stephen Hawking, with and very well the characteristics, symptoms, consequences of this disease. It reflects very well how this disease affects the person who suffers it. This theory of Everything that shows precisely this.

I have noticed that even people who say that everything is predestined and that we cannot do anything to change our destiny, continue to look both ways before crossing the street." - Stephen Hawking

STUDY

When talking about Marco Rivera, and at that time, he is starting to go in a he is still couple of move his arms. He ALS at the age of 11, so he had to take him from losing mobility quickly.

ite, although in his hand it is noted that mobility. In fact, in the exams in a time to complete them. He was a shy not usually get together with other people, he usually approach him, although he is a very shy person.

is is not very active and participatory. s illness, since although he is a person with a disability in which you are losing mobility can affect your self-way.

are are, fortunately, he is not the only one. In addition, teachers educate is on empathy, collaboration and

STRATEGIES

During the first stage it seems fundamental to us to always have 1 hour a day with a psychologist, so that the person with ALS can face his illness and be able to "confess" to let go of his.

- The person has to ACCEPT what is happening to him (frustration are normal in the process).
- The child has to learn to depend on someone (he can no longer be autonomous and independent as before or as society indicates).
- Emotional communication with family or friends should be enhanced and taken care of trying to maintain the same circle of social relationships so that the affected person never isolates himself, since this is one of the important enemies of our psychological balance.
- Maintain that social support. Need to maintain his self-esteem remains stable, he still feels useful and not a hindrance, since this disease can cause a lot of frustration, being degenerative and irreversible. Maintain family functioning as normally as possible, since the family is the main support of the affected.
- Another more medical way to help the patient is to perform rehabilitation and corresponding physical exercises in the early stages of the disease, so that the affected person can, as far as possible, delay or improve their physical state and with it their mental state, since they feel strong physically directly affects the mental state.
- You should also maintain a positive attitude with him, for example to maintain physical contact, relieves the affected person if he feels sadness.
- Have empathy.

Disabilities: Fetal alcohol disorder

Guillermo José Bernad, Nicolás Mérimo, Daniel Montañes and Diego Sanz

INTRODUCTION

People with intellectual disability are often thought of being an intelligence or mental ability. However, it is not always the case. People with intellectual disability can have other characteristics, such as emotional problems, social skills, and communication skills. These people can have a wide range of abilities and challenges. It is important to understand that people with intellectual disability are not just "less intelligent" but they have different ways of thinking and learning. They may have strengths in areas like art, music, or practical skills. It is crucial to provide them with appropriate support and resources to help them reach their full potential.

CASE STUDY

The case study focuses on a person with intellectual disability who is struggling with social interactions and communication. The individual has a history of being misunderstood and often feels isolated. The study explores the challenges they face in a classroom setting and how these challenges affect their learning and social life. The goal is to identify effective strategies and interventions that can help the individual overcome these challenges and improve their quality of life.

STRATEGIES

SMALL GROUPS

Using a small group of people to help the individual learn and interact with others. This strategy allows the individual to receive support and encouragement from peers, which can boost their confidence and social skills. The teacher should facilitate the group and ensure that the individual is included and valued.

ACHIEVABLE

Setting achievable goals for the individual to help them build self-esteem and confidence. The goals should be specific, measurable, and attainable. The teacher should provide positive feedback and encouragement when the individual achieves their goals, reinforcing their sense of accomplishment.

REFERENCES

Various academic sources and research papers related to intellectual disability and social skills training.



Comité Organizador











Anexo 4

Comité Científico

Mayte Navarro Gil (Universidad de Zaragoza).

María Cruz Pérez Yus (Universidad de Zaragoza).

Roberto Aristegui (Universidad Adolfo Ibáñez, Chile).

Julieta Galante (Universidad de Cambridge, Reino Unido).

Alfonso Revilla (Universidad de Zaragoza).

Eva Lira Rodríguez (Universidad de Zaragoza).

Nieves Moyano Muñoz (Universidad de Zaragoza).

Ester Ayllón Negrillo (Universidad de Zaragoza).

Annabella Salamanca Villate (Universidad de Zaragoza).

Ana Moreno (Universidad de Zaragoza).

Paola Herrera Mercadal (Universidad de Zaragoza).

Rafael Díaz Fernández (Universidad de Zaragoza).

Anexo 5

Comité de Organización

Presidentas del Congreso:

Mayte Navarro Gil (Universidad de Zaragoza).

María Cruz Pérez Yus (Universidad de Zaragoza).

Comité Organizador:

Marta Liesa (Universidad de Zaragoza).

Santos Orejudo (Universidad de Zaragoza).

Alberto Ballarín Tarrés (Universidad de Zaragoza).

Javier García Campayo (Hospital Universitario Miguel Servet; Universidad de Zaragoza).

Eva Lira (Universidad de Zaragoza).

Alfonso Revilla (Universidad de Zaragoza).

Rafael Díaz (Universidad de Zaragoza).

Anexo 6

Patrocinadores



Servicio Provincial del Departamento de Educación, Cultura
y Deporte en Huesca
Plaza Cervantes, 1, 22.003 Huesca
<https://www.aragon.es/>



Vicerrectorado de Política Científica
Universidad de Zaragoza
Pedro Cerbuna, 12, 50.009 Zaragoza
<http://www.unizar.es/>



Vicerrectorado del Campus Huesca
Universidad de Zaragoza – Campus de Huesca
Ronda Misericordia, 5, 22.001 Huesca
<https://campushuesca.unizar.es/>



Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación
Universidad de Zaragoza – Campus de Huesca
Valentín Carderera, 4, 22.003 Huesca
<https://magister.unizar.es/>



Departamento de Psicología y Sociología
Universidad de Zaragoza
<https://psicosocio.unizar.es/>



Cátedra United States Foreign Trade Institute
de Inteligencia Avanzada
Universidad de Zaragoza
<https://otri.unizar.es/es/catedra/catedra-united-states-foreign-trade-institute-de-inteligencia-avanzada>



Máster de Mindfulness
Universidad de Zaragoza
<https://www.masterenmindfulness.com/>



Centro de IberCaja Huesca – Palacio Villahermosa
Plaza Conde de Guara, 1, 22.001 Huesca
<https://www.fundacionibercaja.es/nuestros-espacios/centro-ibercaja-huesca>



Eboca Vending Zaragoza – Huesca
Autovía Zaragoza – Huesca Km. 356, 22.197 Cuarte,
Huesca
<https://www.eboca.com/>

Anexo 7

Tríptico del Congreso

Memoria descriptiva del congreso

La Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación (Huesca) propone la realización de un Congreso Internacional en el curso académico 2019-2020 que tiene como título: "II Congreso Internacional de Psicología y XXXI Jornada de Psicología: Educando en Bienestar Personal y en Valores", que será celebrado los días 21 y 22 de Noviembre del 2019. Este congreso tiene como objetivo contribuir en el desarrollo y crecimiento personal de nuestros alumnos, como futuros profesores, y de todos aquellos docentes que deseen ampliar sus conocimientos. Para facilitar su participación, la inscripción es gratuita y su asistencia reconocida con créditos de libre elección. Consideramos relevante la celebración de este congreso, para nutrir el ámbito académico de nuestros estudiantes y profesores no solo de contenidos, sino también de valores y de competencias personales como la aceptación, la resiliencia y la inteligencia emocional que van a resultar claves para mejorar el bienestar personal y crear espacios educativos más felices.

Presidentas del Congreso:

- Mari Cruz Pérez Yus. Profesora Ayudante Doctor de la Facultad de Educación de la Universidad de Zaragoza (Zaragoza).
- Mayte Navarro Gil. Profesora Ayudante Doctor de la Facultad de Educación de la Universidad de Zaragoza (Zaragoza).

Comité Organizador

- Marta Liesa. Decana Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, Universidad de Zaragoza (Huesca).
- Santos Orejudo. Director del Departamento de Psicología y Sociología, Universidad de Zaragoza, España.
- Rafael Díaz. Coordinador del departamento de Psicología y Sociología de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad de Zaragoza (Huesca).
- Alberto Ballarín Tarrés. Profesor Titular de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad de Zaragoza (Huesca).
- Javier García Campayo. Psiquiatra del Hospital Miguel Servet. Profesor de la Facultad de Medicina de la Universidad de Zaragoza (Zaragoza).
- Eva Lira. Profesora Ayudante Doctor Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, Universidad de Zaragoza (Huesca).
- Alfonso Revilla. Profesor Ayudante Doctor. Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad de Zaragoza (Huesca).

Comité Científico

- Roberto Aristegui. Escuela de Psicología, Universidad Adolfo Ibáñez (Chile).
- Julieta Galante. Department of Psychiatry, Universidad de Cambridge (Reino Unido).
- Rafael Díaz Fernández. Coordinador del Departamento de Sociología y Psicología de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, Universidad de Zaragoza (Huesca).
- Eva Lira Rodríguez. Profesora Ayudante Doctor de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad de Zaragoza (Huesca).
- Nieves Moyano Muñoz. Profesora Ayudante Doctor de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad de Zaragoza (Huesca).
- Ester Ayllón Negrillo. Profesora Ayudante Doctor de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad de Zaragoza (Huesca).
- Annabella Salamanca Villate. Profesora Asociada de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad de Zaragoza (Huesca).
- Paola Herrera Mercadal. Profesora Ayudante Doctor de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad de Zaragoza (Huesca).
- Ana Moreno Pueyo. Profesora Asociada de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad de Zaragoza (Huesca).
- Alfonso Revilla Carrasco. Profesor Ayudante Doctor. Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad de Zaragoza (Huesca).
- Mayte Navarro Gil. Profesora Ayudante Doctor. Facultad de Educación de la Universidad de Zaragoza (Zaragoza).
- María Cruz Pérez Yus. Profesora Ayudante Doctor. Facultad de Educación de la Universidad de Zaragoza (Zaragoza).

2019

II Congreso Internacional y XXXI Jornadas de Psicología: Educando en Bienestar Personal y Valores

II International Congress: Education in Personal
Well-being and Values

Huesca (Spain)

21 y 22 de Noviembre de 2019



Inscripción gratuita a partir del 16 de septiembre
<http://eventos.unizar.es/go/congresobienestaryvalores>

congresounizar2019@gmail.com



jueves 21 de noviembre

8.00 - 9.00 Acreditaciones (Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación).

9.00 - 9.30 Sesión de Apertura – Mesa Inaugural (Salón de Actos, Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación):

- Sr. D. José Antonio Mayoral Murillo, Rector Magnífico de la Universidad de Zaragoza
- Sr. D. Ramón Guirado, Director General de Universidades del Gobierno de Aragón
- Sra. Dña. Marta Liesa, Decana de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación
- Sr. D. Roberto Cerdán, Director del Centro Ibercaja Huesca

Sra. Dña. Olga Alastruey, Directora Provincial de Educación, Cultura y Deporte

Sr. D. Santos Orejudo, Director del Departamento de Psicología y Sociología.

9.30 - 10.30 Conferencia Magistral (Salón de Actos, Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación).
Roberto Aristegui “Mindfulness interpersonal en el ámbito educativo”.

10.30 - 11.00 Pausa Café. Exposición de Pósteres Científicos (Hall planta 1, Facultad Ciencias Humanas y de la Educación).

11.00 - 11.30 Homenaje Póstumo al Profesor Miguel Ángel Ascaso (Salón de actos, Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación):

- Marta Liesa (Sra. Decana de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación - Campus de Huesca).
- Santos Orejudo (Sr. Director del Departamento de Psicología y Sociología de la Universidad de Zaragoza).
- Alberto Ballarín Tarrés (Profesor Titular de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación - Campus de Huesca).

11.30 - 13.00 Taller paralelo 1 (Salón de Actos, Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación):

- Alejandra García-Pueyo “Disciplina positiva en el aula. Educando en conexión”.

11.30 - 13.00 Taller paralelo 2 (Aula 1, Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación)

- Ana Moreno Pueyo, Patricia Marco, Amparo Gracia “Creatividad, Arte y Neurociencias: Aportaciones en la docencia universitaria”.

13.00 - 14.00 Mesa paralela 1 (Salón de actos, Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación):

- Daniel Campos, Paola Herrera Mercadal, Alicia Monreal Bartolomé “Barreras en la implementación de intervenciones basadas en mindfulness y compasión en educación”.
- Luis Borao Zabala, Alberto Barceló Soler, Yolanda López del Hoyo “Regulación emocional en la adolescencia”.
- Marta Puebla Guede, Antonio Celma Juste, María Beltrán Ruiz “Regulación emocional y aceptación en la infancia: educando en un paréntesis”.
- Héctor Morillo Sarto, Alba López Montoyo, Laura Martínez “Alimentación consciente y estilos de ingesta en la adolescencia”.

13.00-14.00 Mesa paralela 2 (Aula 1, Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación):

- Sergio Diloy Peña, Ángel Abós Catalán, María Sanz Remacha, Javier Sevil Serrano, Luis García González “Influencia de la metodología de enseñanza sobre los procesos motivacionales: un análisis en jugadores jóvenes de fútbol sala”.
- Juan José Mejías Abad, Pablo Usán Supervía “La orientación en la Educación Permanente: servicio básico que contribuye a la mejora del bienestar de los ciudadanos”.
- María Gema Puig “Análisis de la mejora de la autoconciencia y proactividad del alumnado universitario a través de una prueba de evaluación”.
- Ángel Abós, Sergio Diloy-Peña, Laura Simón-Montañes, María Sanz-Remacha, Javier Sevil-Serrano “La actividad física como herramienta para optimizar el bienestar del profesorado”.

14,00 – 16,00 Comida

Colegio Mayor Ramón Acín. Calle Quinto Sertorio, 14, Huesca

16.00 – 17,30 Taller (Salón de Actos, planta menos 1, Centro Ibercaja Huesca - Palacio Villahermosa):

- María Domínguez y Venus Dugo. “Como generar una competencia para la vida y el bienestar personal a través del mindfulness”.

17,30 – 18,30 Mesa paralela 1 (Salón de Actos, planta menos 1, Centro Ibercaja Huesca - Palacio Villahermosa):

- Paola Herrera Mercadal, Daniel Campos Vacas, Alfonso Revilla. “Fomentando el bienestar y los valores a través de mindfulness como actividad extraescolar”.
- Eva M. Lira, Felisa Latorre, Pilar Martín, Ana Gil y Marta Gil. “La relación entre mindfulness y salud mental en función de la IE y el sexo”.
- Laura Simón-Montañes, Javier Sevil-Serrano, Ángel Abós, y Luis García González. “Tiempo de pantalla e índice de masa corporal de adolescentes oscenses: ¿son necesarias estrategias específicas para optimizar su bienestar?”.

17.30- 18.30 Mesa paralela 2 (Sala Condes de Guara, planta 1, Centro Ibercaja Huesca - Palacio Villahermosa):

- Roberto Anadón Mamés, Ana Isabel Serrano Osanz. “Sentir la ópera, eslabón de la felicidad. Experiencias con alumnado universitario”.
- Ana Rodríguez. “Competencias transversales de docentes y disidentes universitarios”.
- Andrea Berges y Eva M. Lira. “Inteligencia emocional, rendimiento y socialización en la etapa infantil”.
- Simón-Montañes, L., Sevil-Serrano, J., Aibar, A., Bueno, M, y García-González, L. “¿Se abordan los contenidos en bienestar emocional y convivencia en las escuelas promotoras de salud? Estudio descriptivo en la ciudad de Huesca”.

18.30 – 20,00 Conferencia Magistral abierta al público (Salón de Actos, planta menos 1, Centro Ibercaja Huesca - Palacio Villahermosa):

- Javier García Campayo. “Mindfulness en la Educación. Educando para el futuro”.

viernes 22 de noviembre

9,00 – 10,00 Conferencia Magistral Online (Salón de Actos, Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación):

- Julieta Galante. “Mejora de la resiliencia en estudiantes universitarios”.

10,00 – 11,00 Mesa paralela 1 (Salón de Actos, Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación):

- Elísa Saioni, Ester Ayllón, Annabella Salamanca, Azucena Lozano. “Propuesta para la evaluación de la participación en el proyecto de La ciudad de las niñas y los niños”.
- Ana Belén Cebollero Salinas, Jacobo Cano Escoriaza. “La importancia de los valores en el desarrollo de la iniciativa y autonomía personal en diversos contextos escolares”.
- María Sanagustín, Natalia Sobradie y Nieves Moyano. “Análisis y evolución de los niveles de ansiedad en alumnos de 3º de educación primaria tras el desarrollo de un programa de educación emocional”.
- Nieves Moyano, Sandra Valle. “El Mindfulness in Teaching Scale: una escala de mindfulness para el profesorado”.

10,00 – 11,00 Mesa paralela 2 (Aula de música, Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación):

- Jorge Arbués Salazar. “Educación emocional, educación en valores y habilidades sociales: asignatura pendiente en la formación integral de las personas. Programas educativos para todos”.
- Juan Azkue, Marta Gil, Ana Gil, Pilar Martín. “La internalización de valores en los estudiantes”.
- Rocío Cremallet y Eva M. Lira. “Educación emocional y la violencia escolar en niños de educación primaria en situaciones de vulnerabilidad: El efecto modulador de la autoestima y el sexo”.
- Lucía González-Mendiando. “El alumno feliz. Límites pedagógicos de la psicología positiva”.

11,00 – 11,30 Pausa Café. Exposición de Pósteres Científicos (Hall planta 1, Facultad Ciencias Humanas y de la Educación).

11,30 – 12,30 Taller (Salón de Actos, Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación):

- Marta Modrego e Irene Delgado. “Hacia el bienestar emocional en las aulas”.

12,30 – 13,30 Conferencia Magistral y Clausura del congreso (Salón de Actos, Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación):

- Mari Cruz Pérez y Mayte Navarro. “La compasión: una relación educativa basada en el amor”.