



# #CIMIE19

Lleida, 4 y 5 Julio 2019

VIII Congreso Internacional Multidisciplinar de Investigación Educativa

**Educación: La puerta a toda mejora social**

## Implementación del programa Happy Sport 8-12 de educación emocional gamificado

Farré Sopena, Míriam (UDL), Filella Guiu, Gemma (UDL), Miralles Pascual, Rosa (UDL); Ros Morente, Agnès (UDL)

Resumen:

Numerosas evidencias señalan que la convivencia, genera conflictos interpersonales en las relaciones sociales. El ámbito deportivo no es una excepción, aunque también supone una oportunidad para trabajar las competencias emocionales y sociales. Teniendo en cuenta la amplitud de oportunidades que ofrece este contexto para interactuar, es relevante intervenir para educar. Así pues, mediante la implementación del programa gamificado *Happy Sport* se pretende mejorar las competencias emocionales de los jóvenes deportistas.

Palabras clave: Competencias emocionales, deporte, conflicto, acoso escolar, satisfacción.

### **1. Objetivos o propósitos:**

---

El estudio tiene por objetivo aplicar y evaluar el programa gamificado *Happy Sport*, para la educación emocional a través del deporte, dirigido a una población de 8 a 12 años de edad, basado en el modelo de competencias emocionales propuesto por el GROPE, que engloba cinco bloques: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía personal, competencia social y competencias para la vida y el bienestar (Bisquerra y Pérez, 2007).

La herramienta gamificada *Happy Sport* la vertebraba un personaje principal, que se ve inmerso en 25 conflictos. Durante el transcurso del juego, los alumnos protagonizan distintos roles, en que se pueden diferenciar en una situación de maltrato: agresor, víctima y espectador. Para avanzar, aprenden a gestionar las competencias emocionales correspondientes a los bloques detallados en el párrafo anterior.

### **2. Marco teórico:**

---

La Educación emocional es un elemento indispensable para el bienestar social. Identificar, expresar y regular las emociones, así como conocerse y valorarse adecuadamente, resolver conflictos de forma asertiva y cuidar la relación con la gente del entorno, es la base para poder llevar una vida equilibrada (Clouder, Dahlin, Diekstra, Fernández Berrocal, Heys, Lantieri y Paschen, 2008).

---

Organizado por:





# #CIMIE19

Lleida, 4 y 5 Julio 2019

VIII Congreso Internacional Multidisciplinar de Investigación Educativa

**Educación: La puerta a toda mejora social**

El uso de un videojuego como herramienta para educar las emociones en el ámbito del deporte formativo, encuentra encaje en la afirmación que la convivencia genera conflictos.

¿Por qué utilizamos un videojuego como herramienta para educar las emociones? Por qué coincidimos con Jane McGonigal (2011) en la afirmación que los juegos y los videojuegos son una poderosa herramienta para el cambio (...). También son un instrumento que facilita el trabajo al profesorado y a los padres y motiva los niños. (Filella, 2014).

Muchas de las agresiones de los jóvenes a sus iguales no se deben a un exceso de hostilidad, sino principalmente a una carencia de habilidades y estrategias para resolver los problemas sociales de manera eficaz (Ortega, 2008).

La experiencia emocional, además de ser un fenómeno interesante y digno de estudio para la psicología de la educación y el deporte, constituye un elemento que define el rendimiento de deportistas y en consecuencia de sus resultados.

El videojuego Happy Sport es una herramienta de ayuda a los entrenadores, para educar en la capacidad de reconocer y gestionar las emociones y para que enseñar a resolver los conflictos con el grupo de iguales, con asertividad, mejorando la convivencia y la cohesión social del grupo.

El software que nos ocupa y que se presenta como medio para la educación emocional, tiene en cuenta las orientaciones de la Psicología Evolutiva, las habilidades cognitivo-lingüísticas y el desarrollo de los seis estadios morales de Piaget- Kohlberg.

Mediante el videojuego se entrenan las competencias emocionales, para reducir el número de conflictos, mejorar el clima del juego y minimizar la ansiedad, aportando un mayor estado de bienestar. Se incide en la prevención e intervención en el bullying, término creado por Olweus (1993). Se “entrena” el uso de estrategias y recursos que promueven la empatía.

La clasificación de Bisquerra, R. (2000) que diferencia emociones básicas positivas, negativas y ambiguas es la que sigue el videojuego.

Las estrategias de regulación que se utilizan en el videojuego Happy Sport, están basadas en el modelo de Gross y Thompson (2007), agrupadas en tres bloques:

- Cambiar la atención.
- Reevaluación.
- Cambiar la situación.

---

Organizado por:





#CIMIE19

Lleida, 4 y 5 Julio 2019

VIII Congreso Internacional Multidisciplinar de Investigación Educativa

**Educación: La puerta a toda mejora social**

### 3. Metodología:

---

Diseño casi experimental, teniendo en cuenta la existencia de grupo experimental (compuesto por 200 alumnos) y grupo control (compuesto por 150 alumnos).

La muestra forma parte de un colectivo de escuelas de fútbol formativas del Pirineo de Lérida y Huesca. El grupo control pertenece al club Barcino.

El instrumento que se emplea para recoger y registrar la información es la escala de evaluación (ESCALA GES, ESCALA DE APOYO SOCIAL, ERQ).

Se utiliza el programa estadístico SPSS para el análisis de datos.

### 4. Discusión de los datos, evidencias, objetos o materiales:

---

El videojuego Happy Sport es una herramienta de ayuda a los agentes que intervienen para educar alumnos, capaces de reconocer y gestionar sus emociones y para que aprendan a resolver sus conflictos con su grupo de iguales, con asertividad, mejorando la convivencia y la cohesión social del grupo.

Tiene en cuenta las orientaciones de la Psicología Evolutiva, las habilidades cognitivolingüísticas y el desarrollo de los seis estadios morales de Piaget-Kohlberg. Se entrenan las competencias emocionales para reducir el número de conflictos, mejorar el clima del juego y minimizar la ansiedad, aportando un mayor estado de bienestar y rendimiento al grupo.

La resolución asertiva de conflictos (neocórtex) necesita de la previa regulación de la emoción negativa (límbico), evitando la reacción producida por el cerebro reptiliano. Conociendo este proceso, el videojuego entrena la regulación emocional.

Enlace resumen videojuego: <https://youtu.be/bVEQmmn91jQ>

### 5. Resultados y/o conclusiones:

---

Los resultados esperados son la mejora de las competencias emocionales de los participantes, así como de los educadores y de su capacidad para trabajar las competencias emocionales y la reducción del número de conflictos entre iguales.

---

Organizado por:





#CIMIE19

Lleida, 4 y 5 Julio 2019

VIII Congreso Internacional Multidisciplinar de Investigación Educativa

**Educación: La puerta a toda mejora social**

## 6. Contribuciones y significación científica de este trabajo:

---

Los resultados cuantitativos de las herramientas gamificadas que preceden a la que se presenta (Happy), indican que los programas mejoran significativamente el clima del entorno educativo y el rendimiento, disminuyendo la ansiedad i aumentando significativamente, a nivel estadístico, la media de las distintas dimensiones.

En el estudio se prevé que Happy Sport obtenga buenos resultados, en relación con la resolución de conflictos de manera asertiva y la puesta en práctica de estrategias de regulación emocional.

En implementaciones previas en pequeños contextos se han obtenido resultados satisfactorios.

## 7. Bibliografía:

---

- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona, España: Praxis. 10.
- Bisquerra, R. y Pérez, M. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, 61-82.
- Clouder C., Dahlin B., Diekstra R., Berrocal P. F., Heys B., Lantieri L., Paschen H., et al., (2008). *Social and Emotional Education: An International Analysis*. Santander: Fundación Marcelino Botín.
- Filella, G. (2014). *Aprender a convivir*. Barcelona, España: Barcanova.
- Gross, J.J. & Thompson, Ross. (2007). Emotion Regulation: Conceptual Foundations. *Handbook of Emotion Regulation*. New York, EEUU: Guilford Press, 3-27.
- McGonigal, J. (2011). *Reality Is Broken: Why Games Make us Better and How they Can Change the World*. Nueva York: Penguin Press.
- Ortega, R. (Dir.). (2008). *Disciplina y gestión de la convivencia. 10 ideas clave*. Barcelona, España: Grao.
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Oxford: Blackwell Publishers.

---

Organizado por:

