

Validación por Jueces de un Programa en Educación Emocional para Adolescentes en tiempos de pandemia por COVID-19

Judges' validation of an Emotional Education Program for Adolescents in times of the COVID-19 pandemic

José S. Jiménez-Azpeitia^a, Norma A. Ortega-Andrade^b, Andrómeda I. Valencia-Ortiz^c, Flor A. Resendiz-Canales^d,

Abstract:

The objective of this research was to carry out the validation by judges of an emotional education program, as a support to address mental health problems derived from the emotional alterations that the confinement caused by COVID-19 brought to the adolescent student population. It is a quantitative research with a descriptive scope and a cross-sectional design. A total of ten judges from five universities nationwide participated in the study, who were selected based on a non-probabilistic sampling by experts. The program was designed based on the theoretical model of emotional competencies proposed by Rafael Bisquerra. Eight sessions lasting eighty minutes each were generated. A questionnaire prepared expressly for validation by expert judges was used. The results indicate that 100% of the judges considered that the program is adequate for its application in terms of objectives, procedure and expected results. It is concluded that the design of the program is adequate and suitable for its application, anticipating that adolescents will benefit from their participation.

Keywords:

Mental health, emotional competencies, confinement by COVID-19, students

Resumen:

El objetivo de esta investigación fue llevar a cabo la validación por jueces de un programa de educación emocional, como apoyo para atender los problemas de salud mental derivados de las alteraciones emocionales que trajo como consecuencia el confinamiento por COVID-19 a la población estudiantil adolescente. Es una investigación de corte cuantitativo con alcance descriptivo y un diseño transversal. En el estudio participaron un total de diez jueces de cinco universidades a nivel nacional que fueron seleccionados con base en un muestreo no probabilístico por expertos. El programa se diseñó a partir del modelo teórico de competencias emocionales propuesto por Rafael Bisquerra. Se generaron ocho sesiones con duración de ochenta minutos cada una. Se utilizó un cuestionario elaborado ex profeso para la validación por parte de los jueces expertos. Los resultados indican que el 100% de los jueces consideraron que el programa es adecuado para su aplicación en objetivos, procedimiento y resultados esperados. Se concluye que el diseño del programa es adecuado y apto para su aplicación previendo que los adolescentes se verán beneficiados por su participación.

Palabras Clave:

Salud mental, competencias emocionales, confinamiento por COVID-19, estudiantes

Introducción

^a Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, <https://orcid.org/0000-0002-5146-6500>, Email: ji245470@uaeh.edu.mx

^b Autor de Correspondencia, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, <https://orcid.org/0000-0002-0117-2547>, Email: ortegan@uaeh.edu.mx

^c Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, <https://orcid.org/0000-001-9664-1993>, Email: andromeda_valencia@uaeh.edu.mx

^d Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, <https://orcid.org/0000-0002-4411-2333>, Email: re306718@uaeh.edu.mx

Algunas de las consecuencias que trajo consigo la pandemia por COVID-19, fue la angustia ocasionada por los efectos del virus en la salud y el encierro por el confinamiento. En específico las niñas, niños y adolescentes (NNA) se vieron afectados por el estrés que se presentó en la familia, el aislamiento, los cambios en su educación al pasar de clases presenciales a la educación a distancia y la incertidumbre de lo que podía pasar con ellos, sus familias y amigos (Naciones Unidas, 2020).

La Organización Panamericana de la Salud (2021) señaló que el confinamiento y las perturbaciones económicas influyeron en la presencia de violencia doméstica, lo cual puso en riesgo a muchos NNA.

El estudio VOCES-19 realizado por Larrea-Schiavon y colaboradores en el 2021, informó que durante el confinamiento por la pandemia de COVID-19, los adolescentes mostraron una alta presencia de síntomas de ansiedad y depresión; siendo las mujeres quienes más los presentaron en comparación con los hombres. Las principales preocupaciones que tenían fue haber perdido un familiar o un amigo, así como la situación económica, personal y familiar. De igual manera se observó un aumento del uso de las redes sociales y a pesar de esto los adolescentes se encontraban menos en contacto con sus amigos desde el comienzo de la pandemia. El mismo estudio reportó que el 69% de los adolescentes declaró haber hecho uso de apoyos gubernamentales para atender temas relacionados con la salud mental, la violencia, el apoyo social y otros.

Ante este panorama la Organización Mundial (OMS) de la Salud en su informe mundial sobre salud mental 2022, señaló la importante necesidad de atender los efectos derivados de la pandemia, ya que las tasas de trastornos como la depresión y la ansiedad, aumentaron en un 25% durante el primer año de la pandemia. Por lo que Adhanom-Ghebreyesus, director general de la OMS, invitó a llevar a cabo acciones y enfoques que contribuyan en la promoción y protección de la salud mental a través de la atención primaria en los diversos sectores donde participa la población.

En específico, los entornos de crianza, cuidado y aprendizaje pueden ser los principales espacios de protección para la salud mental de NNA al considerarse edades de alta vulnerabilidad, por lo que esta organización propone cuatro estrategias clave para reducir los riesgos y potenciar los factores de protección: 1) elaborar y aplicar políticas y leyes que promuevan y protejan la salud mental; 2) apoyar a los cuidadores para que presten una atención afectuosa; 3) poner en marcha

programas escolares que incluyan intervenciones contra la intimidación; y 4) mejorar la calidad de los entornos en las comunidades y los espacios digitales. Siendo los programas escolares de aprendizaje social y emocional los que figuran entre las estrategias de promoción más eficaces (OMS, 2022).

Dentro de los programas escolares a implementar, la educación emocional es una propuesta pedagógica que puede contribuir a la prevención y promoción de la salud (Bisquerra, 2006), dado que ésta tiene como objetivo potenciar el desarrollo de competencias emocionales que contribuyan a un mejor bienestar personal y social como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, a fin de capacitarlo para la vida (Bisquerra, 2011).

Ésta, de acuerdo con Casassus (2017) más allá de educar las emociones, se debe considerar que las respuestas emocionales son procesos emergentes que se presentan en relación con lo que nos rodea, por lo que no son estáticos. De esta manera, la educación emocional es un proceso educativo orientado al desarrollo de la conciencia y la comprensión emocional. Es decir, hacia lo que le ocurre a la persona (conciencia de la experiencia emocional) y el significado que le da a la emoción que está sintiendo; así como al proceso intersubjetivo a través del cual la persona se vincula con el campo de la experiencia emocional de otra persona (comprensión emocional). Así entonces, mediante el proceso educativo lo que se busca hacer es aproximarse a ese conocimiento y reconocer los mecanismos que se atribuyen al significado (verbal o no verbal) que se da al objeto emocional (Casassus, 2017).

Los contenidos que se pueden abordar varían según los destinatarios, pero como refiere los temas en general pueden abordar un marco conceptual de las emociones y una aplicación práctica a través de dinámica de grupos, autoreflexiones, razón dialógica, juegos, entre otras, con la finalidad de contribuir al desarrollo de las competencias emocionales propuestas por Bisquerra y Pérez (2007), que son la conciencia emocional, regulación emocional, autonomía personal, inteligencia interpersonal, habilidades para la vida y bienestar.

Los beneficios de la aplicación de programas en educación emocional se ha evidenciado en distintos estudios como los realizado por Cabello, Pérez, Ros y Filella (2018); Bisquerra (2011); Espinosa y Gregorio (2018); Pérez-Escoda, Filella, Alegre y Bisquerra (2012); y Vilorio (2005) entre otros.

Por su parte, Fernandez-Berocal (2021) habla acerca de los múltiples beneficios que conlleva la educación en

inteligencia emocional como lo pueden ser el reducir los problemas de conductas, niveles de ansiedad emocional y disminución del consumo de drogas que se refleja en una mejor salud física y emocional.

Tomando en cuenta que ante la necesidad de generar programas de intervención la validación por jueces expertos, contribuye a confirmar y mejorar los contenidos, actividades, materiales, tiempos de aplicación, dinámicas, etc. y así contar con programas que garanticen su eficacia, sobre todo cuando el contexto pone en una situación de vulnerabilidad emocional a los adolescentes como lo fue el caso de la pandemia por COVID-19. De esta manera, el juicio de expertos se considera una estrategia de evaluación con importantes características entre las que se destacan la posibilidad de obtener información detallada sobre el objeto de estudio (Cabero & Llorente, 2013).

Así entonces el presente estudio tuvo como objetivo validar por jueces expertos el diseño de un programa de educación emocional dirigido a adolescentes de nivel secundaria atendiendo a los desafíos generados en esta población derivados del aislamiento por COVID-19.

Método

Tipo de estudio y diseño de investigación

Descriptivo con un diseño no experimental transversal

Participantes

10 jueces con experiencia en el uso de estrategias y temas en emociones (experiencia, formación, universidades) los cuales fueron seleccionados por un muestreo no probabilístico por conveniencia. Criterios de inclusión: que los jueces preferentemente fueran psicólogos, con un tiempo mínimo de 1 año de experiencia en temas relacionados a emociones, que contaran con experiencia en el uso de estrategias emocionales y que aceptaran voluntariamente participar en la investigación. Como criterios de exclusión se consideró que no contaran con la experiencia en educación emocional. Como criterio de eliminación se consideró aquellos que aceptaran participar pero no contestaron el cuestionario en el tiempo establecido.

En apego al Código de Ética del Psicólogo se empleó el consentimiento informado para que los jueces aceptarán participar en el estudio, cuidando la confidencialidad de los datos personales.

Escenario

El escenario de aplicación fue virtual mediante el uso de la herramienta de Google Forms.

Instrumentos

Se elaboró un cuestionario para los fines de la investigación que consta de 28 preguntas. Éste se realizó en un formulario de Google Forms. El formulario de validación por jueces constó de dos secciones, la primera de ellas contenía la información de los jueces como lo es, grado académico, si estudiaba al momento de contestar el formulario, institución en la que labora, experiencia con temas relacionados a las emociones y experiencia en el uso de estrategias emocionales.

La segunda sección fue la evaluación del programa de intervención, compuesta de afirmaciones relacionadas con la estructura general de la intervención que incluye, claridad del objetivo general de la intervención, respaldo de forma teórica por el modelo pentagonal de competencias emocionales, secuencia adecuada de las sesiones, duración de la intervención apropiada para el logro de objetivos, técnicas emocionales para alcanzar los objetivos, actividades adecuadas para la adquisición y práctica de las competencias emocionales; los objetivos específicos por sesión contribuyen al logro del objetivo general de la intervención; actividades adecuadas para alcanzar el objetivo general; materiales adecuados para alcanzar el logro del objetivo general. Por último en una pregunta abierta se les solicitó que de acuerdo a su experiencia dijeran si los participantes se verían beneficiados con la intervención. También se incluyó un espacio para comentarios y sugerencias finales. Cabe mencionar que cada una de las afirmaciones tuvo un espacio con comentarios generales opcionales para recibir retroalimentación específica.

Procedimiento

En una primera etapa se desarrolló el programa de intervención considerando las competencias emocionales propuestas por Bisquerra y Pérez (2007). El programa tiene una duración de 8 sesiones para su implementación para ser llevado a cabo dentro del plantel educativo con adolescentes mexicanos, alumnos de educación secundaria:

1 sesión de presentación y evaluación (pretest)

6 sesiones de contenidos en educación emocional en el siguiente orden:

- 1ª Conciencia emocional
- 2ª regulación emocional (sesión uno).
- 3ª regulación emocional (sesión dos).
- 4ª Autonomía emocional.
- 5ª Competencia social.
- 6ª Competencias para la vida y el bienestar.

1 sesión de cierre y post evaluación (postest)

En la Tabla 1 se puede observar la descripción general del programa.

Tabla 1
Descripción del programa

Nombre año	Población diana	Fundamentos	Objetivos	Bloques temáticos	Duración	Resultados
Educación emocional para estudiantes de secundaria en tiempos de pandemia 2022	Estudiantes de secundaria	Actividades prácticas Preguntas y respuestas Dibujos Reflexiones Roleplaying Solución de problemas Contenido teórico	Promover el desarrollo de las competencias emocionales planteadas en el "modelo pentagonal de competencias emocionales" (Bisquerria & Pérez-Escoda, 2007) con la finalidad de capacitar para la vida y aumentar el bienestar personal y social.	Conciencia emocional Regulación emocional (Dividido en dos sesiones) Autonomía emocional Competencia social Competencias para la vida y el bienestar	Sesiones por bloque de 80 minutos	Una vez puesto en marcha el programa se analizarán los resultados obtenidos

El contacto con los jueces se llevó a cabo mediante una invitación por correo electrónico para la validación del programa a un total de 20 jueces, a partir de su aceptación se les dio seguimiento a 10 jueces enviándoles una presentación en PowerPoint en donde se incluyeron las características principales, objetivos, tiempos, dinámicas. En dicha presentación se agregó el enlace al formulario electrónico para la evaluación del programa.

Resultados

Los resultados fueron analizados de forma descriptiva. En cuanto al número de jueces participantes se encontró que: 2 Jueces fueron de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, 2 Jueces de la Universidad de Guadalajara, 2 Jueces de la Universidad Autónoma de Baja California, 2 Jueces de la Universidad Autónoma de Zacatecas, 1 Juez de la Universidad Juárez del Estado de Durango y un 1 Juez más de la Universidad Nacional Autónoma de México, dando un total de 10 jueces. Respecto de su grado académico, la mayoría de los participantes contaban con doctorado (ver Tabla 2).

Tabla 2
Grado académico de los jueces expertos

Grado académico	Número de jueces	Porcentaje
Licenciatura	1	10%
Maestría	2	20%
Doctorado	6	60%
Postdoctorado	1	10%

Como se aprecia en la Tabla 3, el 90% de los jueces cuentan con más de 5 años de experiencia en temas relacionados con las emociones.

Tabla 3
Experiencia en temas relacionados a emociones

Tiempo de experiencia	Número de jueces	Porcentaje
De 1 a 4 años	1	10%
De 5 a 9 años	2	20%
Más de 10 años	7	70%

De igual forma, como se puede ver en la Tabla 4, el 80% de los jueces cuentan con más de 5 años de experiencia en el uso de estrategias emocionales.

Tabla 4
Experiencia en el uso de estrategias emocionales

Tiempo de experiencia	Número de jueces	Porcentaje
De 1 a 4 años	2	20%
De 5 a 9 años	1	10%
Más de 10 años	7	70%

Los datos obtenidos de la aplicación del cuestionario de jueces expertos para la validación del programa en educación emocional en adolescentes de secundaria, se analizaron considerando: a) Objetivos, b) Procedimiento y c) Resultados esperados.

Objetivos

Los objetivos de la intervención en educación emocional para adolescentes son claros el 100% contestó estar de acuerdo.

Modelo Teórico

En lo que respecta al modelo teórico que respalda la intervención el 100% de los jueces contestó estar de acuerdo.

Secuencia

Se preguntó si la secuencia de las sesiones es adecuada para el logro de los objetivos el 100% de los jueces contestó estar de acuerdo.

Duración

Al cuestionar si la duración de la intervención es apropiada para el logro de objetivos el 90% de los jueces están de acuerdo y el 10% en desacuerdo.

Procedimiento

Al preguntar a los jueces si las técnicas emocionales seleccionadas son las adecuadas para alcanzar el logro de los objetivos el 100% contestó estar de acuerdo y de igual forma en la pregunta de ser apropiada para los participantes.

Actividades

Al cuestionar si las actividades son adecuadas para la adquisición y práctica de las competencias emocionales el 100% están de acuerdo.

Resultados esperados

Objetivos individuales por sesión

Al cuestionar a los jueces si los objetivos de las sesiones individuales de la intervención contribuyen a alcanzar el objetivo general de la intervención el 100% de los jueces están de acuerdo de igual forma se consideró para los materiales. Por último, se preguntó de acuerdo a la experiencia de los jueces, si consideraban que los participantes se verían beneficiados a lo cual el 100% de los jueces contestó estar de acuerdo.

Discusión

Es importante destacar que existen programas de educación socioemocional tales como el programa the Social and Emotional Aspects of Learning (SEAL), llevados a cabo en Europa y se practican desde la educación básica en el 50% de las escuelas públicas desde el año 2005, estos programas tienen como objetivo facilitar la adquisición de competencias para el comportamiento social y emocional en los niños como como medio para el desarrollo de clima escolar positivo para la convivencia en las escuelas y como modo de favorecer un aprendizaje efectivo (Aguilera, 2008), sin embargo este tipo de programas no es tan frecuente en otros países en América Latina

El profesor en psicología y director del centro de inteligencia emocional de la Universidad de Yale, Marc Brackett junto con Ruth Castillo (Canal Educarchile, 2021, 17m50s) hablan acerca de la efectividad de la educación socioemocional del sistema RULER en los rubros del

rendimiento académico, habilidades socioemocionales y su beneficio tanto en el clima escolar como en la salud mental al integrar los sistemas de educación emocional. El sistema de educación socioemocional RULER es un acrónimo en inglés para las habilidades de reconocer (*Recognizing*), entender (*Understanding*), etiquetar-identificar (*Labeling*), expresar (*Expressing*), regular (*Regulating*). Destacando que en este sistema se contempla la formación de los docentes en inteligencia emocional y también la del equipo directivo y las familias (Yale University).

Por otra parte, un estudio realizado por Sánchez, García y Rodríguez (2016) acerca de la implementación de programas de educación emocional refiere que la mayoría de los programas están desvinculados del currículum escolar. Así mismo, señalan que dada la escasez de ejemplos publicados sobre la validación por expertos de los programas de intervención, surge la necesidad de contemplar esta validación previo a su aplicación, además de la evaluación posterior a su aplicación, de tal forma que se cuente con información fiable que permita tener resultados eficaces para atender las necesidades de la población, así como ofrecer evidencia del valor de la intervención y de las acciones que se están llevando a cabo.

Conclusión

El programa en educación emocional para adolescentes fue evaluado positivamente por expertos en la materia en cuanto a los objetivos, procedimiento y resultados esperados, por lo que se espera que los resultados obtenidos de la aplicación de dicho programa, mismos que se encuentran en prensa, ponga en evidencia que los adolescentes que cursen el taller se vean beneficiados en la identificación emocional, permitiéndoles reconocer sus propias emociones y las de los demás, adquiriendo estrategias de afrontamiento adaptativas y de esta forma contar con alternativas para la regulación emocional, contribuir al desarrollo de su autonomía emocional y a la mejora de la autoestima; así como al desarrollo de competencias sociales que contribuyen al saber ser, generando destrezas para la vida e incrementando el bienestar de los adolescentes mediante la regulación emocional y la toma de decisiones. Finalmente es importante considerar que todo programa de educación emocional requiere ser incluido en el currículum escolar para realmente lograr el impacto esperado.

De esta manera se puede concluir que el análisis de la pertinencia de una intervención a partir de jueces

expertos, favorece la validación de las intervenciones, incrementando el éxito de la implementación.

Referencias

- Aguilera, P. (6 y 7 de marzo de 2008). *The Social and Emotional Aspects of Learning (SEAL): La educación emocional en Inglaterra*. [Presentación en papel] IV Jornades d' Educació Emocional. EDUCACIÓ PER A LA CIUTADANIA: la dimensió emocional. <https://docplayer.es/9308011-The-social-and-emotional-aspects-of-learning-seal-1-la-educacion-emocional-en-inglaterra.html>
- Bisquerra, R. (2006). Orientación pedagógica y educación emocional. *Estudios sobre Educación, 11*, 9-25.
- Bisquerra, R. (2011). Educación emocional. *PADRES Y MAESTROS. (337)*, 5-8.
- Bisquerra, R. & Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI, 10*, 61-82. <https://doi.org/10.5944/educxx1.1.10.297>
- Brackett, M. & Castillo, R. [Educarchile] (6 de mayo de 2021). *Charla online - Método Ruler: Educación en Inteligencia Emocional*. [Archivo de Vídeo]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=JDPF3oK3bd8>
- Cabero, A. J. & Llorente, C. M. C. (2013). La aplicación del juicio de experto como técnica de evaluación de las tecnologías de la información (TIC). *Revista de Tecnología de Información y Comunicación en Educación, 7 (2)* pp.11-22. <http://tecnologiaedu.us.es/tecnoedu/images/stories/jca107.pdf>
- Casassus, J. (2017). Una introducción a la educación emocional. *RELAPAE, (7)*, 121-130.
- Cabello, E., Pérez, N. Ros, A. & Filella, G. (2019). Los programas de educación emocional happy 8-12 y happy 12-16. Evaluación de su impacto en las emociones y el bienestar. *REOP, 30(2)*, 53-66.
- Espinosa, C., & Gregorio, M. (2018). La educación emocional en Educación infantil. *Publicaciones didácticas. (100)*, 84-92.
- Fernández-Berrocal P. (2021). *Inteligencia emocional*. Biblioteca de psicología. Bonalilettra Alcompas S. L.
- Larrea-Schiavon, Silvana, Lina López-Lalinde, Isabel Vieitez Martínez, Ricardo Regules, Juan Pablo Gutiérrez, René Nevárez, Cristina Mac Gregor, Pablo López, Nicole Haberland, & Thoai Ngô. (2021). Resultados del estudio sobre violencia en la era COVID-19 (VoCes-19): Línea base reporte." Mexico: Population Council. <https://doi.org/10.31899/sbsr2021.1049>
- Naciones Unidas. (13 de mayo de 2020). *Informe de políticas: La COVID-19 y la necesidad de actuar en relación con la salud mental*. https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/policy_brief_-_covid_and_mental_health_spanish.pdf
- Organización Panamericana de la Salud (15 de septiembre, 2021). *Los niños, niñas y adolescentes están profundamente afectados por la pandemia de COVID-19, afirma la directora de la OPS*. <https://www.paho.org/es/noticias/15-9-2021-ninos-ninas-adolescentes-estan-profundamente-afectados-por-pandemia-covid-19>
- Organización Mundial de la Salud. (2022). *Informe mundial sobre salud mental*. <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240050860>
- Pérez-Escoda, N., Fillella, G., Alegre, A. & Bisquerra, R. (2012). Desarrollo de la competencia emocional de maestros y alumnos en contextos escolares. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology. 10(3)*, 1183-1208.
- Sánchez-Calleja, L., García-Jiménez, E., & Rodríguez-Gómez, G. (2016). Evaluación del diseño del programa AedEM de Educación Emocional para Educación Secundaria. *RELIEVE. 22 (2)*, 1-25. <http://dx.doi.org/10.7203/relieve.22.2.9422>
- Viloria, C. (2005). La educación emocional en edades tempranas y el interés de su aplicación en la escuela. *Tendencias Pedagógicas. 10*, 109-123.
- Yale University. (s.f.). *What is RULER? – RULER Approach*. Recuperado el 9 de octubre de 2022, de <https://www.rulerapproach.org/about/what-is-ruler/>