

TRABAJO GRUPAL DE BIENESTAR EMOCIONAL CON ADOLESCENTES



PILOTAJE



Junta de Andalucía

Consejería de Salud y Consumo

Servicio Andaluz de Salud

DISTRITOS SANITARIOS ALJARAFE Y SEVILLA NORTE



PARTICIPANTES

Isabel M^a Redondo García

M^a Dolores Jiménez Rovi

Inmaculada Gasco Fernández

Encarnación Hurtado Cerrato

M^a Carmen García Fernández

M^a José Pérez Martínez

Susana García Vallejo

Inmaculada Reina Ceballos

Silvia Sicre Alonso

Isabel Escalona Labella



AGRADECIMIENTO

Francisco Javier Nieto Casado, por su apoyo en la parte estadística.

CONTENIDOS

1. INTRODUCCIÓN

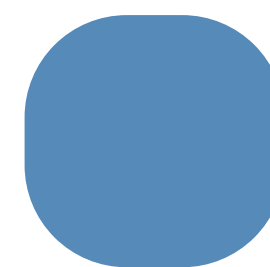
2. OBJETIVOS

3. METODOLOGÍA

4. RESULTADOS

5. CONCLUSIONES





INTRODUCCIÓN

Curso escolar 23-24



En colaboración con los
Departamentos de
Orientación



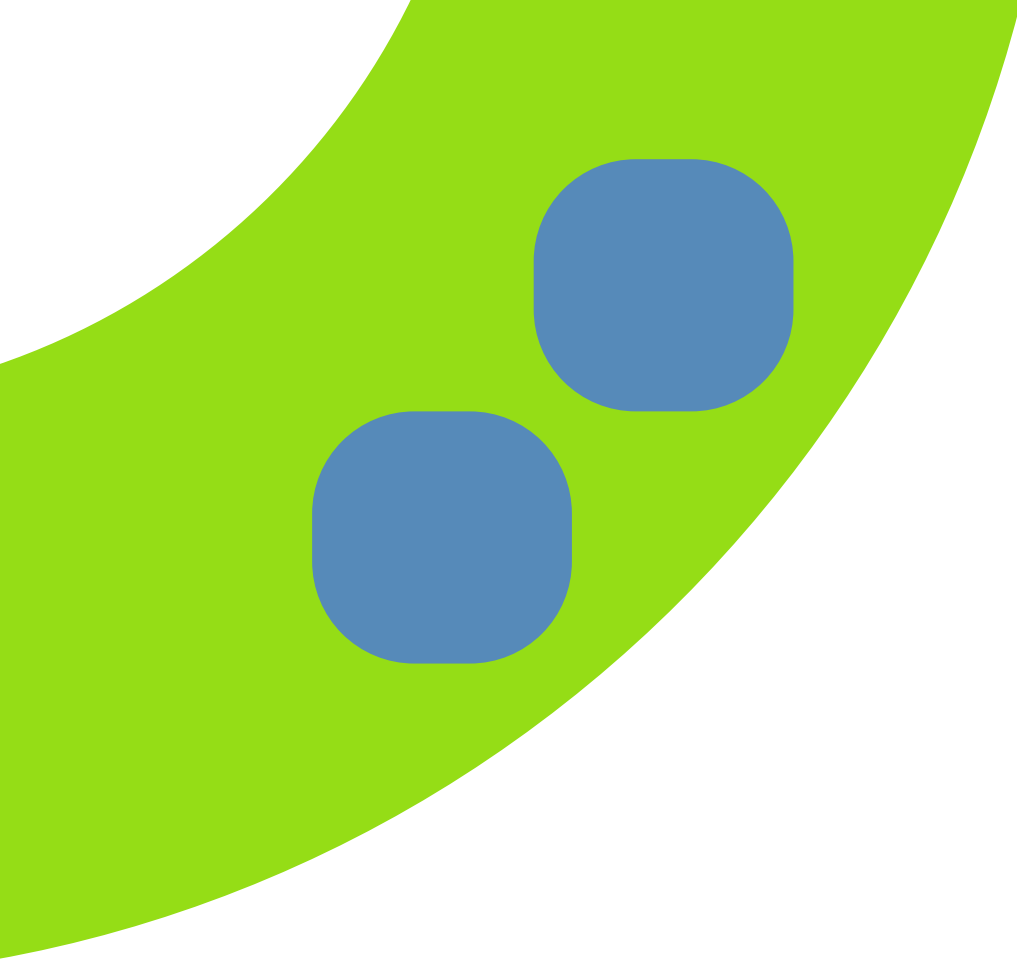
NECESIDAD

FORMACIÓN

CRONOGRAMA

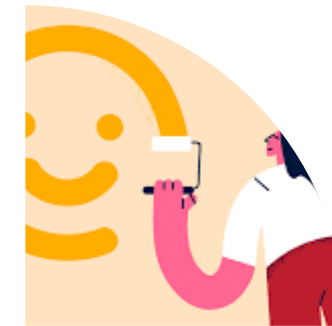
CRITERIOS DE
MÁXIMOS

**PROMOCIÓN
BIENESTAR
EMOCIONAL**



OBJETIVOS

PRINCIPALES



MEJORAR EL BIENESTAR DE CHICOS Y CHICAS QUE PRESENTAN DIFICULTADES EMOCIONALES Y RELACIONALES DEBIDO A UNA FALTA DE HERRAMIENTAS E INSTRUMENTOS PARA MANEJAR LOS PROBLEMAS DEL MOMENTO EVOLUTIVO QUE ESTÁN VIVIENDO.

CONTRIBUIR CON ESTE PROYECTO A LA MEJORA DEL BIENESTAR EMOCIONAL QUE TIENE EL CENTRO EDUCATIVO CON LA APROBACIÓN DE MADRES, PADRES Y ALUMNADO PARTICIPANTE EN COLABORACIÓN CON EL DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN.



ESPECÍFICOS



Identificar y seleccionar los mejores materiales para sesiones grupales que recojan dinámicas interactivas grupales y permita un desarrollo de habilidades emocionales y sociales en adolescentes.



ESPECÍFICOS



Identificar y seleccionar los mejores materiales para sesiones grupales que recojan dinámicas interactivas grupales y permita un desarrollo de habilidades emocionales y sociales en adolescentes.



Construir una Guía de Bienestar Emocional (Manual para el profesional sanitario y Cuadernillo para el adolescente) dirigido a chicos y chicas de entre 12 y 17 años que presenten dificultades emocionales y relacionales debido a una falta de herramientas e instrumentos para manejar los problemas del momento.



ESPECÍFICOS



Identificar y seleccionar los mejores materiales para sesiones grupales que recojan dinámicas interactivas grupales y permita un desarrollo de habilidades emocionales y sociales en adolescentes.



Construir una Guía de Bienestar Emocional (Manual para el profesional sanitario y Cuadernillo para el adolescente) dirigido a chicos y chicas de entre 12 y 17 años que presenten dificultades emocionales y relacionales debido a una falta de herramientas e instrumentos para manejar los problemas del momento evolutivo que están viviendo.



Identificar desde los Departamentos de Orientación y desde las Asesorías del Programa Forma Joven a los adolescentes y jóvenes que pueden beneficiarse de esta iniciativa



ESPECÍFICOS



Identificar y seleccionar los mejores materiales para sesiones grupales que recojan dinámicas interactivas grupales y permita un desarrollo de habilidades emocionales y sociales en adolescentes.



Construir una Guía de Bienestar emocional (Manual para el profesional sanitario y Cuadernillo para el adolescente) dirigido a chicos y chicas de entre 12 y 17 años que presenten dificultades emocionales y relacionales debido a una falta de herramientas e instrumentos para manejar los problemas del momento evolutivo que están viviendo.



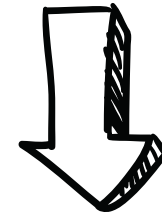
Identificar desde los Departamentos de Orientación y desde las Asesorías del Programa Forma Joven a los adolescentes y jóvenes que pueden beneficiarse de esta iniciativa.



Probar las dinámicas creadas y las sesiones diseñadas con el fin de evaluar su utilidad y factibilidad en cuanto a duración, temática y proponer cambios y mejoras de cara a la implantación futura.

ENCUADRE

11 Institutos de Educación Secundaria



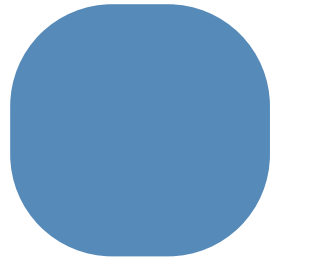
Departamentos
de Orientación y
Asesorías

Asesorías

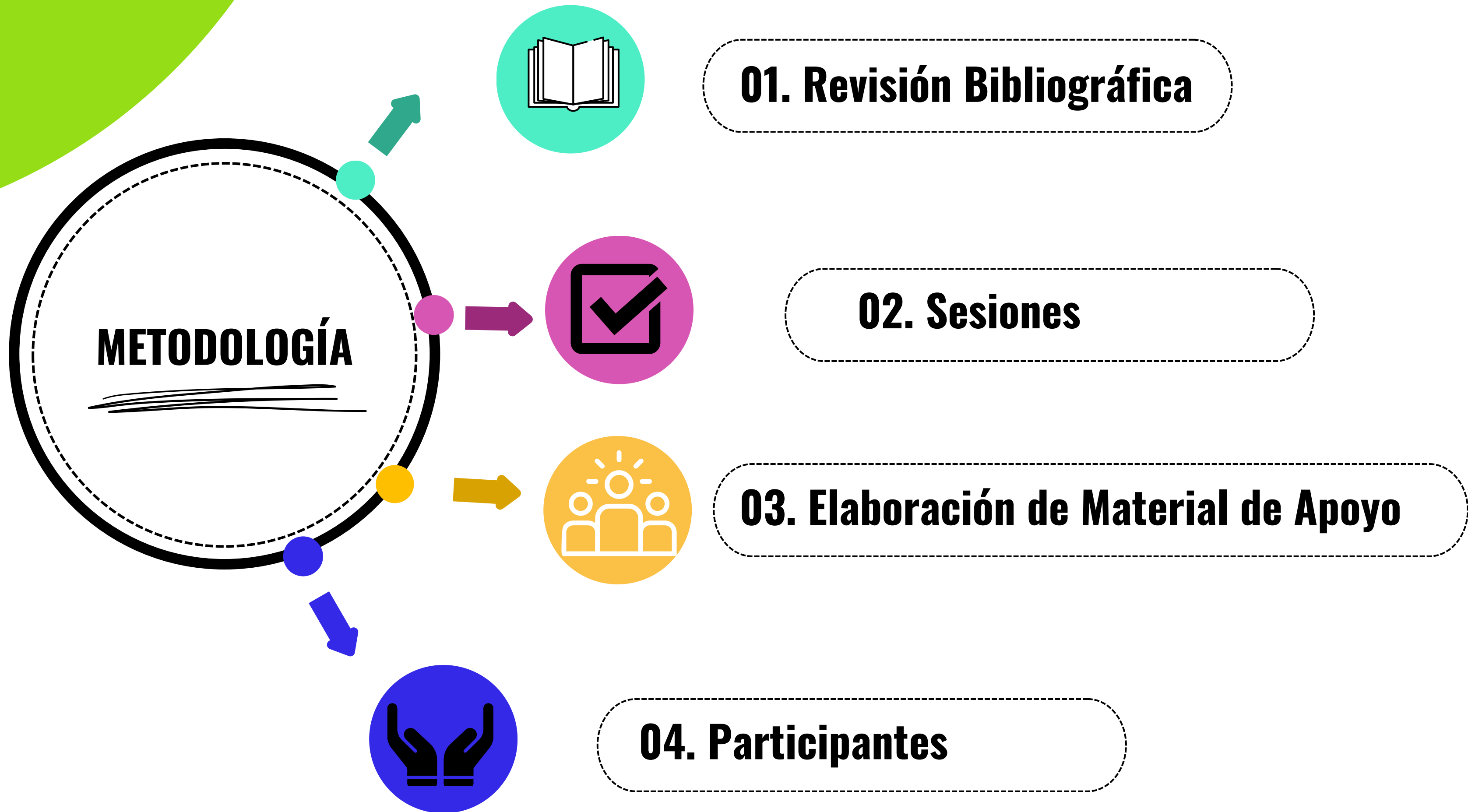


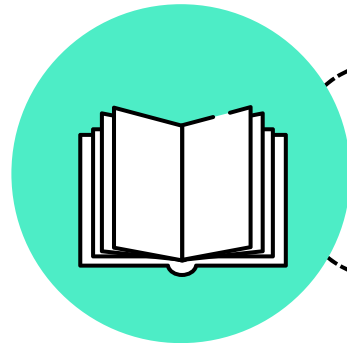
12-14 años

15-17 años



METODOLOGÍA





01. Revisión Bibliográfica

GRUSE
GRAFA
Bienestar Emocional
(Sevilla)

Navarra
País Vasco



PINCHA EN EL ENLACE DE CADA IMAGEN

¿DE QUÉ HABLAMOS HOY?

RECURSOS POR ÁREAS TEMÁTICAS DE TRABAJO PARA LOS CENTROS DOCENTES DE SEVILLA

METODOLOGÍA

02. Sesiones

1. Autoestima y Autoconcepto.
2. Percepción y Pensamiento.
3. Comunicación y HHSS.
4. Frustración, estrés y relajación.
5. Resolución de conflictos.

INDICE

NORMAS DEL GRUPO
 CRONOGRAMA
 SESIÓN 1: AUTOESTIMA Y AUTOCONCEPTO.
 SESIÓN 2: PERCEPCIÓN Y PENSAMIENTO.
 SESIÓN 3: COMUNICACIÓN Y HABILIDADES SOCIALES.
 SESIÓN 4: FRUSTRACIÓN, ESTRÉS Y RELAJACIÓN.
 SESIÓN 5: RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS.
 ANOTACIONES.
 INFOGRAFÍA.

SESIÓN 1: AUTOCONCEPTO Y AUTOESTIMA.

| | | | |
|----------------|--------------|----------------|---------------|
| CREATIVO/A | ORDENADO/A | CONSTRUCTIVO/A | ENCANTADOR/A |
| JOVIAL | ORGANIZADO/A | CONSTANTE | SENSATO/A |
| RÁPIDO/A | CORTES | CAPAZ | MADURO/A |
| COMUNICATIVO/A | CONFIABLE | ADAPTABLE | PRUDENTE |
| AMIGABLE | RESPONSABLE | PRACTICO/A | COOPERATIVO/A |
| FIEL | VALIENTE | ANALITICO/A | CAUTELOSO/A |
| FIRME | CUIDADOSO/A | SINCERO/A | POLIVALENTE |
| FORMAL | AMABLE | IMAGINATIVO/A | BUENO/A |
| PUNTUAL | GENEROSO/A | DESENVUELTO/A | MODESTO/A |
| FIABLE | ENERGICO/A | AUTÉNTICO/A | TOLERANTE |
| EXPERTO/A | POSITIVO/A | AFABLE | OPTIMISTA |
| INGENUOSO/A | LEAL | ECLÍJANIME | CONVERSADOR |
| DIPLOMÁTICO/A | SERVICIAL | LABORIOSO/A | COHERENTE |
| TRANQUILUJO/A | COMPENSIVO/A | ATENIDO/A | IUSTO/A |
| PODEROSO/A | PERSISTENTE | EDUCADO/A | LÓGICO/A |
| HABIL | PRODUCTIVO/A | EXTROVERTIDO/A | CLARO/A |
| ALEGRE | SEGURO/A | INTELIGENTE | GUIAPO/A |

SESIÓN 2: PERCEPCIÓN Y PENSAMIENTO.



SESIÓN 3: COMUNICACIÓN Y HABILIDADES SOCIALES.

OBJETIVO:

- ¿QUÉ HAS SENTIDO AL ESCUCHAR LA CANCIÓN?
- ¿QUÉ MENSAJE TE TRANSMITE LA CANCIÓN?
- ¿CÓMO RESPONDERÍAS?

¿QUÉ ME LLEVO HOY?

FRASE DEL DÍA

SESIÓN 4: FRUSTRACIÓN, ESTRÉS Y RELAJACIÓN.

Escibe dos situaciones que te generan estrés.

BOQUÍN DE HABILIDADES



¿QUÉ ME LLEVO?

SESIÓN 5: RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS.

¿QUÉ ME LLEVO HOY?

FRASE DEL DÍA

1. Autoestima y Autoconcepto

- Aceptación de las **Normas del Grupo**. Compromiso de ser parte de este grupo.
- Presentación de cada uno y lo que queremos conseguir. Dinámica "**Yo soy**".
- **Listado de adjetivos** con los que se identifican.
- Cierre de la sesión. **¿Qué me llevo hoy?**

"Esta mañana, a Alex le ha costado mucho levantarse, vestirse y prepararse para desayunar. Su padre se ha enfadado y le ha gritado:

-es un vago y que como siempre llegará tarde a clase, que está harto de su falta de interés y...

Alex se ha sentido triste, tiene una especie de nudo en el estómago y ganas de llorar por lo mal que le ha tratado su padre. Ha pensado que su padre no sabe que la víspera estuvo trabajando hasta tarde para terminar los deberes de matemáticas. Ha comenzado a explicarle la razón de su retraso pero... enfadado, ha dado un portazo y se ha ido al colegio sin desayunar"

2. Percepción y Pensamiento

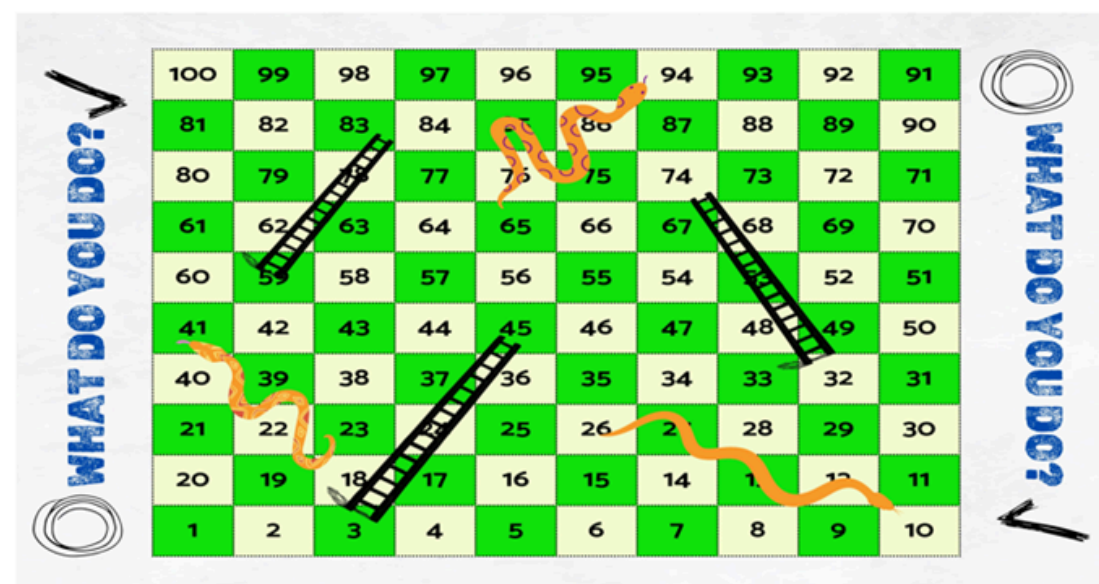
- **Dinámica del Triángulo**.
Lo que hacemos afecta a como pensamos.
Lo que pensamos afecta a como nos sentimos
Como nos sentimos afecta a como actuamos.
- **Dinámica de Rol playing "El caso de Alex"**
- **Reflexión** sobre "Lo que pasa, Lo que pienso, Lo que siento, y Lo que hago".
- Cierre de la sesión. **¿Qué me llevo hoy?**

3. Comunicación y HHSS

- Diferencia de edad 12-14 y 15-18.
- **Dinámica: "Te comprendo, ¿cómo no voy a comprenderte?"**
- Elegir una **canción**. Mejor que sea elegida por ellos y ellas (en su defecto entre las propuestas en el anexo).
- Sugerir pregunta:
¿Cómo te has sentido al escuchar la canción?
¿Cómo se siente la persona que está interpretando la canción?
¿Qué mensaje le transmitirías tú respondiéndole a la canción?
- Cierre de la sesión. **¿Qué me llevo hoy?**

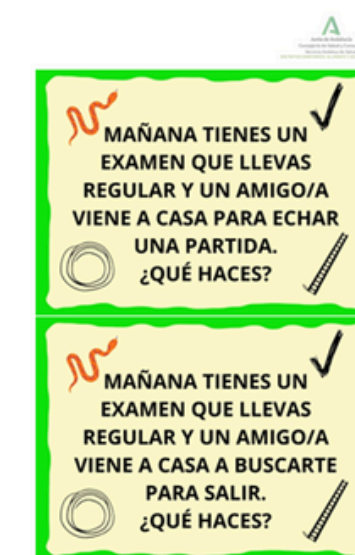
4. Frustración, estrés y relajación

- Identificación y manejo de situaciones de estrés.
- ¿Qué hago para cambiar mi estado de tensión?
- Ver corto "¡Qué alivio!"
- Botiquín de habilidades.
- Técnica de relajación, visualización, respiración y lectura.
- Cierre de la sesión. ¿Qué me llevo hoy?



5. Resolución de conflictos

- Juego de mesa "What do you do?",
- Dinámica final ¿Qué nos llevamos?
- Lectura de tarjetas
- Entrega de Diplomas personalizado.



METODOLOGÍA



03. Elaboración de Material de Apoyo

Carta de presentación.

Entrevista inicial.

Consentimiento informado (tutores legales-alumnado) y **documento informativo.**

Normas del grupo.

Escalas (pre y post).

Cuadernillos, infografía y diploma.

Carta final a las familias

Distrito Sanitario Aljarafe-Sevilla Norte
PROVINCIA: SEVILLA

Programa Forma Joven:

Trabajo Grupal con Adolescentes en Bienestar Emocional.

(Pilotaje)



Estimada familia:

Como le informamos, como enfermera referente del centro educativo al que acude su hijo/a, y junto al departamento de orientación, hemos puesto en marcha durante los meses de marzo a junio, en el Instituto, una experiencia grupal con jóvenes que necesitan adquirir herramientas de bienestar emocional para manejar dificultades derivadas del momento evolutivo que están viviendo.

Ese grupo ha finalizado recientemente y queremos hacerle participe de los resultados obtenidos en el mismo. Ha sido una experiencia muy positiva para los chicos y chicas que han podido participar. Ellos y ellas han resaltado los beneficios que iniciativas como esta les aporta a su vida cotidiana en la relación con sus iguales y su familia.

Soy consciente que estas sesiones que he coordinado no habrán sido suficientes pero estoy segura que le ayudarán a mejorar su bienestar emocional.

Estoy disponible el curso escolar próximo para todas aquellas cuestiones que como enfermera referente de su centro educativo nos quiera plantear.

Ha sido un placer desarrollar esta experiencia y haber contado con la participación de su hijo/a.

Atentamente

INDICE

NORMAS DEL GRUPO
CRONOGRAMA
SESIÓN 1: AUTOESTIMA Y AUTOCONCEPTO.
SESIÓN 2: PERCEPCIÓN Y PENSAMIENTO.
SESIÓN 3: COMUNICACIÓN Y HABILIDADES SOCIALES.
SESIÓN 4: FRUSTRACIÓN, STRESS Y RELAJACIÓN.
SESIÓN 5: RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS.
ANOTACIONES.
INFOGRAFÍA.

METODOLOGÍA

Se ofrece a **14 IES** del Distrito Sanitario

Se lleva a cabo en **11 IES**

Se desarrolla en **13 grupos**:

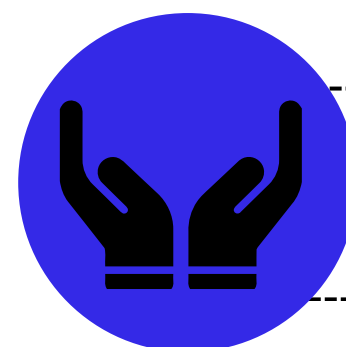
7 grupos 12 -15 años

6 grupos 15-17 años

148 entrevistas (88 chicas/60 chicos)

123 empiezan (78 chicas/45chicos)

83 terminan (57 chicas /26 chicos)



04. Participantes

IES

IES Jacaranda

IES La Encina

IES Atenea

IES Cavaleri

IES Hipatia

IES Arrabal

IES Antonio Ulloa

IES Pepe Ruiz Vela

IES Puerta de Andalucía

IES El Molinillo

IES Gerena

MUNICIPIOS

Brenes

Valencina

Mairena

Mairena

Mairena

Carmona

Rinconada

Villaverde

Sta Olalla

Guillena

Gerena

IMPLEMENTACIÓN



IMPLEMENTACIÓN: CRONOGRAMA

1

NOVIEMBRE: PUESTA
EN MARCHA



IMPLEMENTACIÓN: CRONOGRAMA

1

NOVIEMBRE: PUESTA
EN MARCHA

2

CREACIÓN DE
MATERIALES Y GUÍA.
TESTAJE



IMPLEMENTACIÓN: CRONOGRAMA

1

NOVIEMBRE: PUESTA
EN MARCHA

2

CREACIÓN DE
MATERIALES Y GUÍA.
TESTAJE

3

COORDINACIÓN CON
DEPARTAMENTO DE
ORIENTACIÓN.
SELECCIÓN.



IMPLEMENTACIÓN: CRONOGRAMA



IMPLEMENTACIÓN: CRONOGRAMA



IMPLEMENTACIÓN: CRONOGRAMA



IMPLEMENTACIÓN: CRONOGRAMA



IMPLEMENTACIÓN: CRONOGRAMA

Reuniones de Supervisión

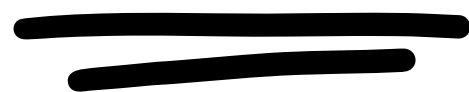


y Seguimiento



RESULTADOS

DOS TIPOS



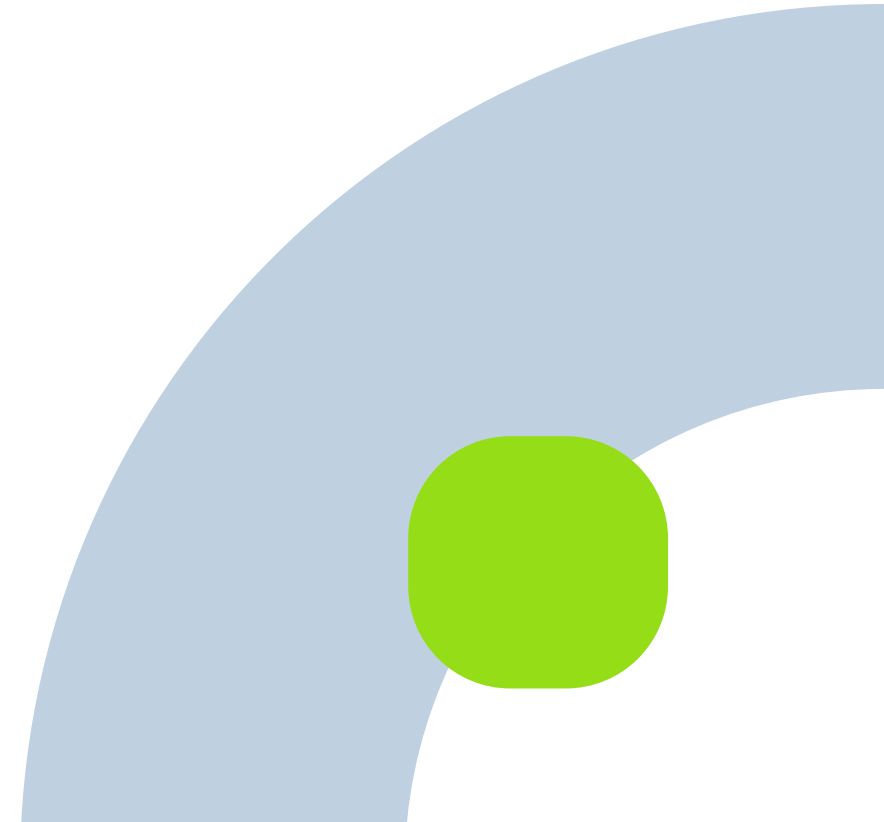
Devolución



Cambios observados antes y después de la
intervención



Impacto de la intervención en función
del género



CAMBIOS OBSERVADOS ANTES Y DESPUÉS DE LA INTERVENCIÓN

| | Antes (M) | | Después (M) | Sig. (p) |
|-----------------------------------|-----------|----|-------------|----------|
| Autoestima | 26.11 | ←→ | 29.40 | <.001 |
| Empatía afectiva | 13.95 | | 14.44 | .43 |
| Empatía conductual | 20.38 | ←→ | 20.84 | .18 |
| Empatía total | 34.47 | | 34.95 | .56 |
| Atención emocional | 24.68 | | 25.47 | .27 |
| Claridad emocional | 23.40 | ←→ | 25.89 | .003 |
| Reparación emocional | 26.32 | | 26.84 | .16 |
| Habilidades sociales relacionales | 17.26 | | 16.89 | .92 |
| Asertividad | 16.04 | | 15.93 | .77 |
| Resolución de conflictos | 18.67 | ←→ | 18.36 | .77 |
| Habilidades sociales (total) | 50.81 | | 50.97 | .51 |
| Satisfacción vital | 31.43 | ←→ | 32.47 | .22 |
| Tolerancia a la frustración | 24.71 | ←→ | 24.97 | .50 |

IMPACTO DE LA INTERVENCIÓN EN FUNCIÓN DEL GÉNERO

Género

Antes

Empatía
conductual

Chicas ($M = 21.32$) vs
chicos ($M = 18.92$)

$p = .03$

Después

Chicas ($M = 21.68$) vs
chicos ($M = 19.32$)

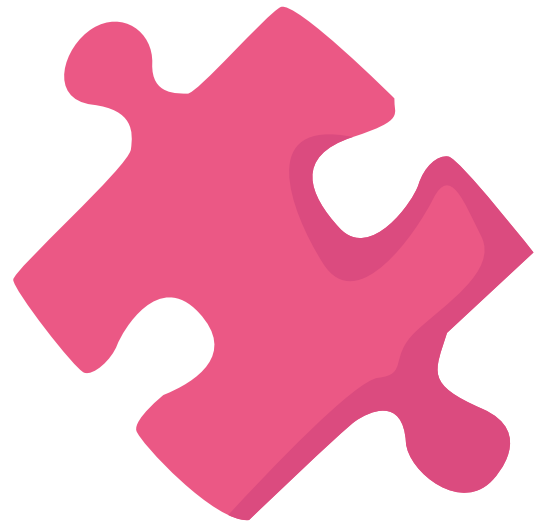
~~$p = .06$~~

Cuestionario de Preguntas Abiertas

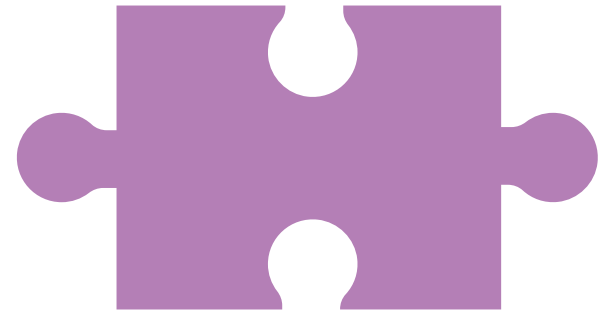


- Experiencia Equipo de Orientación
- Experiencia Alumnado
- Experiencia ERC

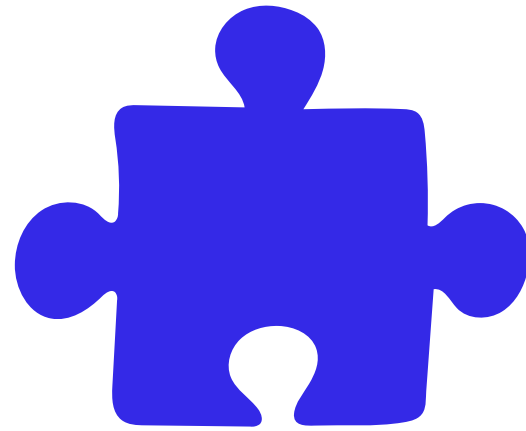
EXPERIENCIA DEL ALUMNADO



Valoración



Dificultades



Cambios

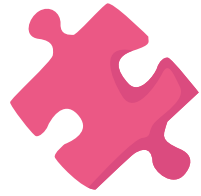


¿Qué me llevo?



**¿Qué
cambiarías?**

EXPERIENCIA DEL ALUMNADO



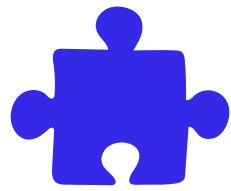
Valoración

"**Muy bien y muy cómodo**". "Al principio, sentía vergüenza."



Dificultades

"**Me cuesta** hablar de mi misma, de mis sentimientos".



Cambios

"Ahora **intento sobrellevar mejor las cosas** y no adelantarme tanto a lo que va a pasar". "**Reflexiono y pienso** como actuar".



¿Qué me llevo?

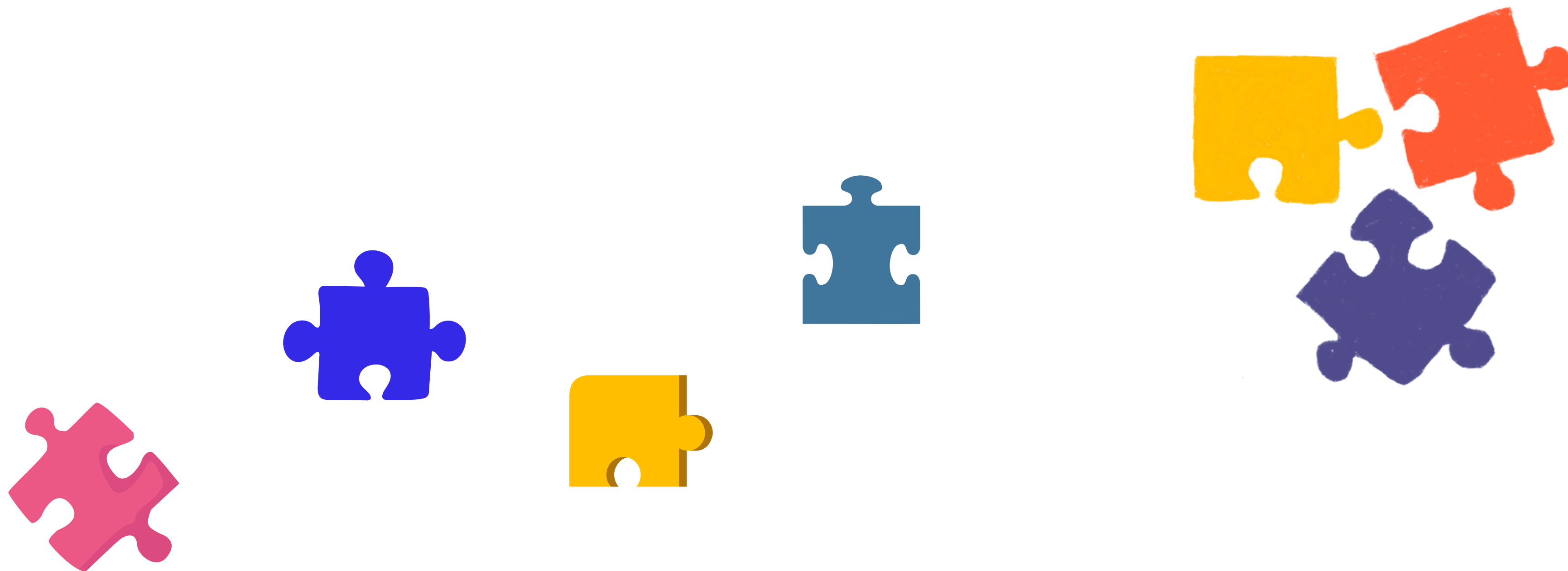
"Me ha servido para reflexionar sobre **mis emociones y sentimientos**". "Conocerme mejor"



¿Qué cambiarías?

"Que se traten **más temas**". "Sesiones **más periódicas** y con otras dinámicas". "**No cambiaría nada**, me ha gustado así".

EXPERIENCIA DEL ALUMNADO



"He aprendido a ponerme en primer lugar".

EXPERIENCIA DE EQUIPO DE **ORIENTACIÓN**



Valoración



Dificultades



Cambios



Abandonos



Aportaciones

EXPERIENCIA DE EQUIPO DE ORIENTACIÓN



"Fundamental para el **desarrollo integral** del alumno. Mejora el bienestar, el rendimiento y conducta, así como la convivencia en el centro".



"La **preparación y selección** de los alumnos conlleva mucho tiempo y esfuerzo". "Tiempo de intervención con el grupo limitado".



"Participación del alumnado con **ilusión y ganas**". "**Mejora en las relaciones y bienestar del alumno**".



"Por **falta al centro docente**, en general, no por desinterés." "Por necesidad de acudir a otras clases y por olvidos". "**Falta de compromiso** aún no desarrollado a esta edad".



"Hacer llegar esta iniciativa a **más alumnado**". "Participación de los orientadores en el diseño y contenido del taller".

EXPERIENCIA DE EQUIPO DE **ORIENTACIÓN**



“Mejora en las relaciones y bienestar del alumno, rendimiento académico y conexiones con compañeros”.

EXPERIENCIA DE LAS ERC



Valoración



Dificultades



Cambios



¿Qué me llevo?

EXPERIENCIA DE LAS ERC



Valoración

"Muy **satisfecha** de haber podido realizar este proyecto, que al principio, contemplaba con muchos miedos e inseguridades... ha sido una experiencia muy enriquecedora profesionalmente". "Ha requerido mucho tiempo, trabajo y esfuerzo pero el balance es muy positivo".



Dificultades

"He tenido que **prepararme** mucho, **dedicarle mucho tiempo**, leer mucho...". "**La selección de alumnado es un poco compleja** y se necesita la coordinación del departamento de orientación".



Cambios

"He observado la **transformación y descubrimiento de los chicos y chicas**, eso es lo mejor de este trabajo".



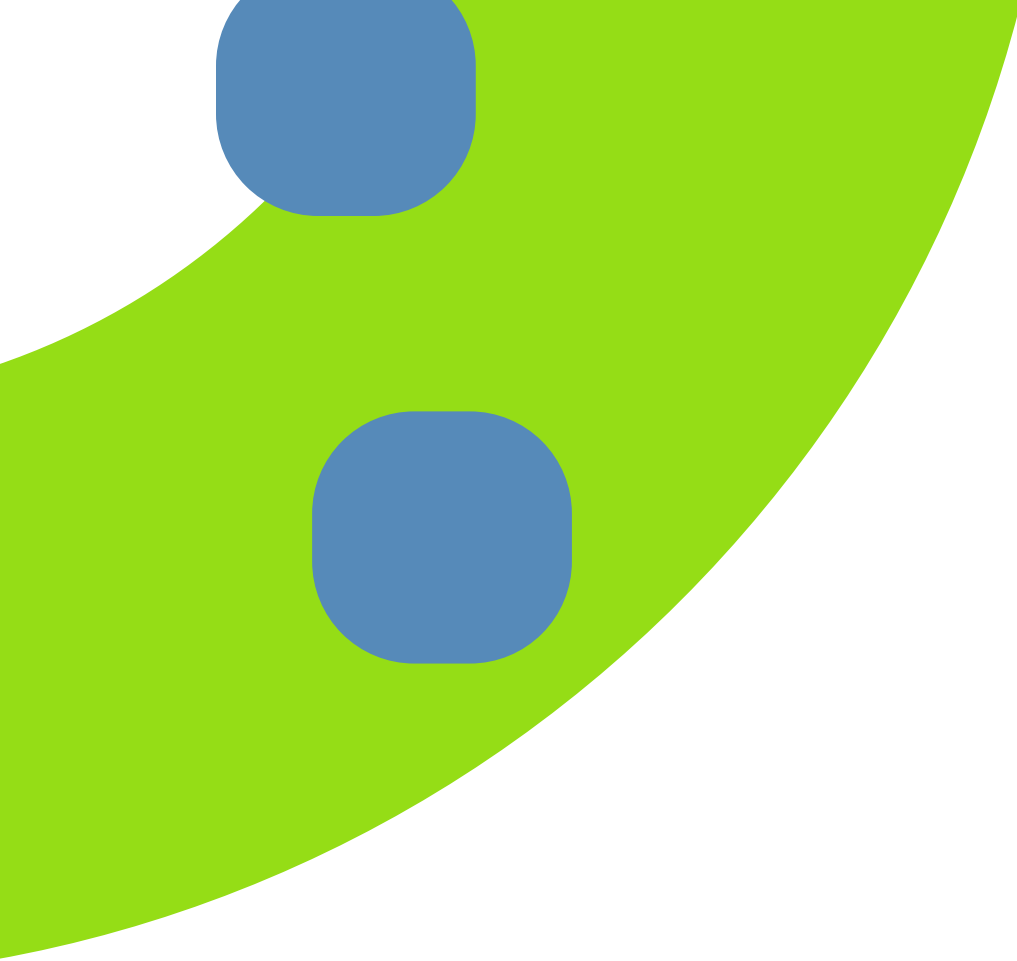
¿Qué me llevo?

"**Reconocimiento y solidez profesional** de la figura de la Enfermera de Centros Educativos ante las familias, centros educativos y otros profesionales". "Las ERc somos capaces de llevar a cabo iniciativas como esta que van a la raíz de la promoción del bienestar emocional de los que más lo necesitan."

EXPERIENCIA DE LAS ERC



“Corroborar la necesidad que tienen los adolescentes de ser escuchados, lo necesario que es la educación emocional, un espacio donde trabajar estos temas para que puedan ir adquiriendo herramientas para gestionar su día a día”.



CONCLUSIONES



Conclusiones Cuantitativas

Conclusiones Cualitativas

Conclusiones Cuantitativas



1

Muestra **pequeña** pero cierta **efectividad**.

2

Mejora autoestima y la claridad emocional en la categoría de "reconocimiento de emociones".

3

Ciertas diferencias en relación al género también se **reducen**.



Conclusiones Cualitativas

FORTALEZAS

Valoración positiva.
Espacio de encuentro y
conexión novedoso entre
el alumnado.
Reconocimiento figura
profesional.
Unión con los
Departamentos de
Orientación

FORTALEZAS

DEBILIDADES

Valoración positiva.
Espacio de encuentro y
conexión novedoso entre
el alumnado.
Reconocimiento figura
profesional.
Unión con los
Departamentos de
Orientación

Abandonos.
Falta de tiempo.
Falta de sensibilidad.
Oposición parental a
participación de sus
hijos/as.

FORTALEZAS

Valoración positiva.
Espacio de encuentro y
conexión novedoso entre
el alumnado.
Reconocimiento figura
profesional.
Unión con los
Departamentos de
Orientación

DEBILIDADES

Abandonos.
Falta de tiempo.
Falta de sensibilidad.
Oposición parental a
participación de sus
hijos/as.

ÁREAS DE MEJORA

Cronograma ajustado.
Reducir escalas.
Selección de
participantes más
exhaustiva.
Presentación inicio
curso claustro.

FORTALEZAS

DEBILIDADES

ÁREAS DE MEJORA

Valoración positiva.
Espacio de encuentro y
conexión novedoso entre
el alumnado.
Reconocimiento figura
profesional.
Unión con los
Departamentos de
Orientación

Abandonos.
Falta de tiempo.
Falta de sensibilidad.
Oposición parental a
participación de sus
hijos/as.

Cronograma ajustado.
Reducir escalas.
Selección de
participantes más
exhaustiva.
Presentación inicio
curso claustro.

DEBATE

El Distrito Sanitario Aljarafe - Sevilla Norte presenta un pilotaje sobre trabajo grupal con adolescentes en bienestar emocional desde el Programa Forma Joven

19 julio 2024

Este proyecto piloto, desarrollado durante el curso escolar 2023-2024, ha pretendido mejorar el bienestar de chicos y chicas de 12 a 17 años



El Distrito Sanitario Aljarafe - Sevilla Norte ha presentado un pilotaje sobre Trabajo Grupal con Adolescentes en bienestar emocional desde el Programa Forma Joven. Este proyecto piloto, desarrollado durante el curso escolar 2023-2024, ha pretendido mejorar el bienestar de chicos y chicas de 12 a 17 años, enfocado principalmente a adolescentes que presentan dificultades emocionales y relacionales debido a una falta de herramientas e instrumentos para manejar los problemas del momento evolutivo que están viviendo.

A través del Programa Forma Joven y de las necesidades que los jóvenes y adolescentes han expresado en las actividades que se han desarrollado en los centros educativos, como son las asesorías y las actividades grupales, se ha detectado en estos últimos años, un aumento en la problemática relacionada con desajustes emocionales. De ahí que este pilotaje surja como respuesta para paliar la necesidad sentida y valorada por las enfermeras referentes de centros educativos que surge del trabajo que realizan con jóvenes y adolescentes.

Para la realización de este pilotaje se ha contado con aquellos Institutos de Enseñanza Secundaria que han aprobado su realización con el visto bueno de la dirección del centro educativo, departamento de orientación, de los propios adolescentes que han formado parte del grupo y de los padres y madres de los mismos. Han participado 11 Institutos de Educación Secundaria, se ha llevado a cabo por 9 Enfermeras Referentes de Centros del Distrito Sanitario Aljarafe Sevilla-Norte y ha estado coordinado por las técnicas de Educación para la Salud de la Unidad de Prevención, Promoción y Vigilancia de la Salud.

El Trabajo Grupal ha consistido en el desarrollo de 5 sesiones donde se abordan contenidos sobre Autoconocimiento y Autoestima, Pensamiento y

¡MUCHAS GRACIAS!

