

Proyecto PsiCE. Psicología basada en la evidencia en contexto educativo

Prevención de los Problemas Emocionales en el Contexto Educativo

Sobre el proyecto

¿Qué es el Proyecto PsiCE?

El Proyecto PsiCE, Psicología basada en la evidencia en contextos educativos, es un proyecto de investigación que se está llevando a cabo en toda España, promovido por el Consejo General de la Psicología de España a través de su fundación (Psicofundación), con un equipo investigador de la Universidad de La Rioja. En su aplicación en diferentes Comunidades Autónomas, se orienta a analizar la eficacia del Protocolo UP-A, que consiste en sesiones de trabajo y entrenamiento con población adolescente, en grupo, para prevenir los problemas emocionales. El objetivo es generar evidencia científica sobre programas a desarrollar desde los centros educativos, que tengan impacto en el bienestar de adolescentes y jóvenes, permitiendo mejorar los procesos de aprendizaje, el rendimiento académico, sus relaciones personales y familiares, en definitiva, su bienestar emocional y su calidad de vida. *(posible enlace al documento resumen enviado a los centros)*

¿Quiénes son sus responsables en la Comunidad de Madrid?

El proyecto se pone en marcha en el marco de un Convenio de colaboración entre la Consejería de Educación, Universidades, Ciencia y Portavocía de la Comunidad de Madrid, el Colegio Oficial de la Psicología de Madrid y Psicofundación *(enlace al convenio)*. Este convenio muestra el compromiso de todas las entidades en el desarrollo del Proyecto PsiCE y su desarrollo con plenas garantías sobre sus cuestiones éticas, técnicas y de protección de datos personales. Un equipo de psicólogas educativas colegiadas, con amplia experiencia en el trabajo con la comunidad educativa y la atención al bienestar emocional de adolescentes y jóvenes, será el responsable de la implementación y seguimiento del proyecto en cada una de sus fases. El proyecto está coordinado por la Comunidad de Madrid desde la Subdirección General de Inspección Educativa, y por el Gabinete Técnico del Colegio Oficial de la Psicología de Madrid.

¿Por qué han seleccionado a nuestro Centro Educativo?

Esta iniciativa será desarrollada únicamente en 13 centros educativos de la Comunidad de Madrid, seleccionados con criterios de representatividad, tamaño y titularidad del Centro. La participación del Centro en el Proyecto PsiCE representa una oportunidad única para que los alumnos y alumnas de estos centros educativos participen de una iniciativa de estas características que pretende repercutir en una mejora de su bienestar y calidad de vida. Además, la presencia de psicólogas educativas en el desarrollo de las sesiones, el acompañamiento y formación al claustro, y la comunicación con las familias redundará en la prevención de los problemas emocionales del alumnado.

¿En qué consiste el Proyecto PsiCE?

El proyecto consta de varias fases ([enlace a presentación del proyecto](#))

1. En un primer momento, se realizará un estudio de campo aplicando un cuestionario diseñado de forma específica para conocer el estado de bienestar psicológico del alumnado del centro. Su cumplimentación, que asegura el anonimato de cada participante, será coordinada por las psicólogas colegiadas asignadas a cada centro. La participación es voluntaria y requiere del consentimiento por parte de las familias.
2. En un segundo momento, con el análisis de las respuestas por parte del equipo investigador, se seleccionarán los participantes para el Programa de intervención y se asignará de manera aleatoria al alumnado participante en dos grupos:
 - 10 chicos y chicas formarán parte del grupo de control. Trabajarán con las psicólogas educativas en técnicas de relajación progresiva durante 10 sesiones.
 - 10 chicas y chicos formarán parte del grupo de aplicación del Protocolo, y trabajarán con las psicólogas educativas durante 10 sesiones sobre el manejo de emociones.

Además, se seleccionará un tercer grupo-clase completa que desarrollará un Programa de trabajo con el Protocolo PsiCE de gestión de emociones.

Los horarios concretos de realización de las 10 sesiones en cada uno de los 3 grupos se concretarán en cada uno de los Centros, con la premisa de facilitar la participación de las personas seleccionadas, interfiriendo lo menos posible en su vida académica y personal.

En esta nueva fase, se contactará de forma individual con las familias de los chicos y chicas seleccionados, para ofrecer información detallada sobre el programa de trabajo y solicitar nuevamente su consentimiento. Se realizarán sesiones de información, formación y entrenamiento para los progenitores/tutores legales de los alumnos y alumnas participantes, en las que se entregarán materiales diseñados para conocer con detalle el trabajo realizado en el Proyecto y, además, para que conozcan y faciliten las tareas a realizar por su hijo o hija.

3. El proyecto, además, tendrá un seguimiento a los 3, 6, 12 y 18 meses, para valorar la estabilidad de los aprendizajes obtenidos en las sesiones y el bienestar emocional de los participantes a corto, medio y largo plazo.

Es de destacar que el Proyecto cuenta con todos los avales y garantías de los Comités de Ética ([enlace a informe favorable](#)) y Protección de Datos ([enlace a convenio](#)) que aseguran la confidencialidad absoluta de la información y datos que serán relevados.

¿Cuánto dura el proyecto?

El Proyecto tiene una duración aproximada de dos años. Sin embargo, la participación del alumnado será intensiva en el curso 2022/23, en el que se desarrollará el estudio de campo (cuestionario) en los últimos meses de 2022, y las sesiones de entrenamiento específicas para cada grupo en 2023.

¿Cómo se asegurará el anonimato y la Protección de Datos?

El Proyecto PsiCE cumple con todos los requerimientos éticos y en materia de protección de datos de un proyecto de investigación. Los progenitores y/o tutores legales deberán dar su consentimiento para que su hijo o hija participe en cada una de las fases, y se guardará un estricto control del anonimato y protección de datos de los/as participantes.

Cada centro educativo tendrá un listado del alumnado participante y una asignación de un código alfanumérico que será el que utilicen para la cumplimentación de los cuestionarios de seguimiento. Los resultados se alojan en un servidor del Colegio Oficial de la Psicología de Madrid, que cumple con el nivel máximo de seguridad. El equipo investigador solo manejará datos asignados a un código, y con ellos hará la asignación de los participantes a los grupos. Ningún equipo o persona vinculada al Proyecto PsiCE tendrá información sobre las respuestas concretas que ha emitido cada alumno/a.

¿Qué harán con los resultados? ¿Se publicarán?

Cada centro educativo recibirá un informe general de los resultados obtenidos en el cuestionario, que permitirá tener información sobre la situación del alumnado participante en términos de bienestar emocional. Este informe no contendrá ningún dato específico por cada alumno o alumna participante.

Además, al finalizar el Estudio, se prevé un plan de difusión de resultados en los que trabajarán el equipo investigador y las instituciones involucradas de cada Comunidad Autónoma, dirigido tanto a la comunidad educativa como a la sociedad en general. El Proyecto PsiCE, como proyecto de investigación, posee una enorme relevancia ya que permitirá disponer de programas psicológicos rigurosos en el ámbito educativo, esenciales para mejorar los procesos de aprendizaje, el rendimiento académico y el bienestar emocional y calidad de vida de las y los adolescentes. Se considera que proporcionará información muy relevante sobre estrategias basadas en la evidencia científica, de alto impacto en el contexto educativo español. Y tendrá claras repercusiones en la prevención y promoción de la salud mental de los jóvenes, en la gestión eficaz de los recursos educativos y sociosanitarios y en la Psicología educativa y su papel en los centros educativos.

¿Se realizará dentro del horario escolar?

Las actividades de los grupos de control y experimental serán llevadas a cabo en los horarios consensuados por cada equipo directivo y docente del Centro con las psicólogas educativas del Proyecto, minimizando el impacto sobre el desempeño académico de las personas participantes.

Las sesiones correspondientes al grupo de aplicación del protocolo PsiCE serán desarrolladas en horario de tutoría.

¿Está involucrado el equipo directivo o el departamento de orientación del centro? ¿Quién supervisa a las profesionales que trabajarán en el Proyecto?

El Proyecto contará con psicólogas educativas colegiadas seleccionadas por el Colegio Oficial de la Psicología de Madrid, expertas en el trabajo en centros educativos con adolescentes, familias y equipos docentes, que guiarán el proceso y facilitarán información detallada sobre el mismo. En todos los casos, el proceso será supervisado por el equipo directivo, docente y de orientación de cada centro educativo.

¿A quién puedo acudir si tengo alguna pregunta o consulta especial?

Tanto las psicólogas que trabajarán en el Proyecto PsiCE como el equipo directivo de cada centro educativo dispondrán de un espacio y tiempo destinado a resolver dudas de los padres, madres y participantes del Proyecto. Cada centro educativo comunicará de forma oportuna los medios de contacto habilitados para este efecto.

¿Para qué sirve participar en el Proyecto si no todo el alumnado puede participar en los grupos de la segunda fase? ¿Tiene otros beneficios para la comunidad educativa?

El Proyecto PsiCE se orienta a obtener datos relevantes sobre el estado de la salud psicológica y bienestar emocional del alumnado de la Comunidad de Madrid, que permitan establecer conclusiones relevantes para el diseño de estrategias de prevención y/o intervención, de alto impacto, puesto que se contrastará y generará evidencia científica, acerca de la importancia de este trabajo en el contexto educativo actual. El entorno escolar, en tanto agente socializador fundamental en la vida de los y las adolescentes, constituye el espacio privilegiado para realizar este tipo de iniciativas.

Por otro lado, se pretende evidenciar también la importancia de la Psicología Educativa en el bienestar psicológico de niños, niñas, adolescentes y jóvenes, y del papel de los y las profesionales de la Psicología, especialmente en los centros educativos. El material y metodologías utilizadas, la organización de los espacios de intervención y el conocimiento generado por el proyecto serán difundidos y podrán ser utilizados por los centros y sus equipos de orientación en su labor regular con los y las jóvenes.

Cada centro educativo, además, tendrá información sobre el estado de bienestar psicológico del alumnado participante en el cuestionario inicial, así como formación específica para sus profesionales: equipos de orientación, tutores/as, docentes... en materia de bienestar psicológico y gestión emocional.

Sobre la participación de mi hijo/a en el proyecto

¿Tendré un informe de los resultados de mi hijo/a?

No, solo el personal investigador conocerá de forma anonimizada, los resultados de los cuestionarios. En ningún caso se trata de generar diagnósticos personalizados, sino que la intención del proyecto es poner en práctica protocolos de intervención en el contexto escolar para lograr evidencias científicas del trabajo, más que nunca necesario, a fin de reducir y prevenir los problemas emocionales en adolescentes y jóvenes, así como para promover un desarrollo óptimo a nivel personal, escolar y social.

Sí tendrán información sobre los contenidos del proceso de trabajo durante las sesiones, en caso de que sus hijos o hijas sean seleccionados/as, en dos sesiones informativas y formativas dirigidas a las familias de las personas participantes.

Si se detecta una situación de riesgo grave ¿cómo se actúa? ¿a quién se le comunica?

El cuestionario y protocolos que se utilizarán en el presente proyecto no permiten detectar situaciones de riesgo grave. En el caso de detectar alguna situación particular durante el desarrollo de las sesiones de trabajo, el equipo de psicólogas trabajará con el equipo directivo y docente de cada centro a fin de que los padres y madres sean informados a la mayor brevedad posible, siguiendo los procedimientos vigentes en cada centro escolar.

¿En base a qué criterios se asigna a los participantes a un grupo o a otro?

Cada persona seleccionada para participar en la segunda fase será asignada de forma aleatoria mediante un procedimiento definido por el equipo investigador. Ninguna de las personas del centro educativo, ni el equipo coordinador de la Consejería de Educación o del Colegio Oficial de la Psicología de Madrid, o las psicólogas educativas, participan en la selección y asignación de los chicos y chicas a cada grupo.

¿Por qué se ha selecciona/o a mi hijo/a para participar en alguno de los grupos?

Si su hijo/a ha sido seleccionado, es porque reúne los requisitos determinados por el equipo investigador. Serán excluidos/as aquellos casos que: a) no hayan entregado el consentimiento informado; b) presenten adicción comportamental, conducta suicida grave actual o síntomas psicóticos; c) presenten alteraciones neurológicas o médicas; d) presenten algún trastorno mental o del neurodesarrollo diagnosticado; e) presenten Necesidades Educativas Especiales (NEE); y/o d) estén realizando un tratamiento psicológico actual.

Para participar en la segunda fase del Estudio se contactará con las familias para ofrecer información detallada de los contenidos y objetivos de las sesiones y obtener su consentimiento en este proceso, que comenzará con una recogida de información sobre la situación emocional de partida, que permita valorar los efectos del entrenamiento en estas 10 sesiones.

¿Sobre qué cuestiones se les va a preguntar en el cuestionario?

El cuestionario es de cumplimentación online, y se realizará desde los dispositivos con los que se cuenta en el centro educativo. Las psicólogas adscritas a cada centro, acompañadas por profesionales del centro educativo, explicarán en cada clase en la que se vaya a recoger información (y con el alumnado cuyas familias hayan consentido previamente la participación), los objetivos del estudio, sus fases y la importancia de su participación. Acompañarán y resolverán dudas en esta recogida de información, que tiene una duración de 50 minutos.

El cuestionario recoge información sobre variables sociodemográficas (edad, género, orientación sexual, nivel socioeconómico, nacionalidad, etc.) y sobre factores de riesgo y protección emocional, entre otros: estilo de vida y consumo de sustancias, problemas emocionales y conductuales, autoestima, calidad de vida, sentido de pertenencia al centro, situaciones de acoso escolar y ciberacoso, apoyo social, vínculos y afectos... Se trata de factores de protección y riesgo, contenidos que se trabajan de forma habitual en los centros educativos.

¿En qué consisten las sesiones?

En el trabajo con los grupos se realizarán 10 sesiones de manera presencial en pequeños grupos. Las sesiones tendrán una duración aproximada de 50-55 minutos (correspondiente a una sesión académica). Aunque se ofrecerá información con más detalle a las familias y alumnos/as que participen, las temáticas a abordar son las siguientes:

Grupo de control

Entrenamiento en relajación progresiva:

Módulo 1: Se presentan los objetivos de la relajación y se promueve la motivación hacia la técnica, explicando sus beneficios. Se explican las instrucciones para el funcionamiento en grupo durante las sesiones de relajación.

Módulo 2: Aplicación de la relajación progresiva de distintos grupos musculares.

Módulo 3: Se lleva a cabo una revisión de lo aprendido durante las sesiones de relajación. Se ponen en común las posibles dificultades encontradas durante las sesiones y se planifican actividades relacionadas con la relajación para que las personas participantes la puedan llevar a cabo en casa una vez finalizadas las sesiones programadas.

Grupo de aplicación del protocolo

Los contenidos que se trabajarán son:

- Módulo 1: Fomentando la motivación
- Módulo 2: Comprender tus emociones
- Módulo 3: Experimentos conductuales centrados en emociones
- Módulo 4: Conciencia de tus experiencias emocionales
- Módulo 5: Aprende a ser flexible en tu forma de pensar
- Módulo 6: Afronta tus sensaciones físicas
- Módulo 7: Afronta situaciones emocionales
- Módulo 8: Trata de mantener lo conseguido

¿Se puede cancelar la participación de mi hijo/a en el Proyecto si por alguna razón debe hacerse?

Está contemplada la baja voluntaria en el programa, siguiendo el procedimiento establecido en cada centro e informando oportunamente de la misma.

¿Puede mi hijo/a participar de la primera fase y no de la segunda?

La primera fase del proyecto, el estudio de campo, puede ser realizado por todo el alumnado. Para ello, los padres y madres deberán enviar el consentimiento informado en la fecha estimada por cada centro educativo.

Posteriormente, el equipo de investigación realizará el cribado correspondiente (selección de acuerdo con ciertos parámetros) y notificará, en cada centro, quiénes han sido seleccionados para la segunda fase (de entrenamiento y aplicación). La participación en esta fase también será voluntaria y los padres y madres y alumnos/as seleccionados/as deberán facilitar un nuevo consentimiento, asumiendo el compromiso que implica su participación. Las psicólogas educativas mantendrán entrevistas con los participantes, que se integran en los distintos grupos de manera ciega y aleatoria.

Es decir, cada persona y su familia, decidirán en todo momento su grado de participación en el proyecto.

Sobre la implicación de los padres y madres en el Proyecto

¿Es obligatoria la participación en la formación para madres y padres del Proyecto?

A fin de evaluar el éxito de los protocolos de intervención se considera imprescindible el compromiso de las familias en las distintas fases de la investigación. Las sesiones de información, formación y entrenamiento (2 en cada centro a consensuar fecha y horario) para los grupos de control y experimental resultan claves para el desarrollo completo de este Proyecto.

¿Para qué me sirven estas sesiones?

Las sesiones permiten conocer con detalle el trabajo a realizar con mi hija o hijo. Son una propuesta para acompañar a tu hijo/a en el proceso de entrenamiento (en gestión de emociones o relajación, según el caso), de los que cada uno de ellos/as participarán, comprender lo que están aprendiendo y asegurar el éxito de las intervenciones. Resulta sumamente importante la implicación y el compromiso de padres y madres en todo el proceso por el sentido de prevención que posee el proyecto.

- En el caso del grupo experimental, se explicará el programa completo, y se capacitará en conceptos y técnicas vinculados a la gestión emocional que las psicólogas trabajarán con los alumnos y alumnas participantes, para que sean trabajados fuera del contexto escolar, generalizándolos a otros contextos.
- En el caso del grupo de control: se explicará a los padres, madres o tutores legales lo trabajado durante las sesiones de relajación, así como los potenciales beneficios de este tipo de intervención.

¿Cuándo se realizarán estas sesiones? ¿Qué pasa si no puedo participar por cuestiones laborales o personales?

Cada centro educativo, con el equipo de psicólogas asignadas, determinará la fecha y horario para realizar las sesiones con las familias, evaluando las posibilidades reales de madres y padres. Esta implicación y compromiso resultará de mucho provecho a nivel individual de cada uno/a de sus hijos y de la familia en general.

¿Cómo nos informarán de la marcha del Proyecto?

Las familias estarán informadas en todo momento de las distintas fases a implementar y tendrán canales de comunicación abiertos para resolver todas aquellas dudas que les puedan surgir.

Los padres y madres serán informados durante las distintas fases del proyecto mediante comunicaciones diversas, vía email o con convocatorias a reuniones, según lo estime oportuno cada Centro. Asimismo, dispondrán en todo momento de la posibilidad de compartir o solicitar información complementaria, en caso de que lo consideren necesario.