

Instituto Cultura y Sociedad

INVESTIGACIÓN

PUBLICACIONES

ACTIVIDADES

COLABORA

ACTUALIDAD

Estás en: [Universidad de Navarra](#) [Instituto Cultura y Sociedad](#) [Investigación](#) Un programa educativo pionero ayuda a los adolescentes a conocer y gestionar sus emociones

Grupo Mente-cerebro: biología y subjetividad en la filosofía y en la neurociencia contemporáneas

Noticias

Un programa educativo pionero ayuda a los adolescentes a conocer y gestionar sus emociones

UpToYou, impulsado por un investigador predoctoral del ICS de la Universidad, se ha puesto en marcha en un colegio navarro y se presenta oficialmente en junio en Civican



FOTO: Manuel Castells

13/05/16 17:29 **Macarena Izquierdo Isabel Solana**

Ayudar a los adolescentes a conocer y gestionar sus emociones es el objetivo de un nuevo programa educativo, *UpToYou*. El proyecto forma parte de la tesis de **José Víctor Orón**, investigador predoctoral del Grupo 'Mente-cerebro' del [Instituto Cultura y Sociedad](#) de la Universidad de Navarra, y cuenta con financiación de la Fundación Caja Navarra. Se presenta oficialmente el 22 de junio de 2016 en Civican.

El programa consta de dos vertientes. La primera es la **investigación teórica interdisciplinaria**, que se nutre de las **aportaciones de la Neurociencia, la Filosofía y la Psicología**. Para desarrollarla, José Víctor Orón ha creado lazos con la [Universidad de Reading](#) (Reino Unido) y con la [Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla](#) (México), centros en los que ha realizado estancias durante el curso 2015-2016.

La segunda línea busca **implementar la reflexión teórica en una intervención educativa**. Se desarrolla desde 2014 de forma pionera en las Escuelas Pías (Escolapios) de Tafalla (Navarra), en un grupo de doce alumnos de 1º de ESO. Previsiblemente, se extenderá en un futuro próximo a otros centros públicos y concertados de la Comunidad foral.

El trabajo con los estudiantes comienza los lunes con diez minutos de juego para diferenciar la actividad del resto de las clases. Continúa con una reunión de grupo durante cincuenta minutos para trabajar temas concretos y proponer herramientas para lograr los objetivos marcados y acaba con 30 minutos de reunión de grupo de apoyo. Estos grupos están formados por parejas en las que aprenden a compartir sus experiencias y apoyarse en sus decisiones de crecimiento personal.

Por otro lado, **los alumnos mantienen entrevistas personales con el tutor y desarrollan un trabajo personal en casa**: por ejemplo, todas las noches reflexionan en una cartilla sobre cómo han vivido el día y así poco a poco conocerse mejor por dentro. Para ello, utilizan la herramienta del 'semáforo': escriben en verde las acciones que salen bien; en amarillo, las que a veces salen bien o a veces mal; y en rojo, las que aún van mal.

Resultados positivos: crecimiento personal y control de impulsos

Durante estos dos años ha obtenido buenos resultados, de acuerdo con el investigador. **"No solo hemos recibido el reporte positivo de los alumnos, padres y profesores del centro** —expresa—, sino que **hemos realizado evaluaciones psicológicas pre y post test que muestran que en los alumnos que vivieron el programa comparados con sus compañeros que no participaron mostraban una evolución positiva en el crecimiento personal y estadísticamente significativa en**

Proyectos del ICS

[Cultura emocional e identidad](#)

[Discurso público](#)

[Educación de la afectividad y de la sexualidad humana](#)

[Grupo Mente-cerebro](#)

[Navarra Center for International Development](#)

[Programa ATLANTES](#)

[Religión y sociedad civil](#)

[Investigar y promover la educación del carácter en escuelas de secundaria de Latinoamérica](#)

Contactar

Contacto:
Edificio de Bibliotecas
Campus universitario s/n
31009 Pamplona
España

Tfn: +34 948 425 600 ext. 805615
Fax: +34 948 425 619
secretariaics@unav.es

Contactar

Me gusta 0



Valoración: ☆☆☆☆☆

Haz tu valoración: ☆☆☆☆☆

Enviar noticia

Notificar error

Convertir en PDF

Leer más tarde

Imprimir

el crecimiento personal y estadísticamente significativa en comportamientos impulsivos”.

Asimismo, destaca que también resulta estadísticamente significativa **“la mejoría de los alumnos de UpToYou en la forma de entender su persona y sus actitudes a la hora de afrontar nuevos retos”**.

José Víctor Orón apunta que la adolescencia implica tres desafíos complementarios que requieren un enfoque conjunto: “Madurez en la toma de decisiones, su realización y seguimiento; madurez en la relaciones sociales tanto entre el grupo de iguales como con el mundo adulto; y actualizar su identidad adquiriendo una conciencia de quién es él y cuál es su papel y visión en este mundo”.

“Para que un adolescente pueda afrontar satisfactoriamente todos estos retos es imprescindible que adquiera una gestión emocional que le permita asumir responsablemente su propia existencia y tener, por tanto, una postura activa sobre su propia vida”, añade. Precisamente, subraya que el programa *UpToYou* **“les enseña a conocerse a sí mismos**, sus propios dinamismos interiores e iniciar un camino de crecimiento desde una comprensión de su persona y de su situación”.

UpToYou: un programa para la educación emocional...



Presentación del programa UpToYou

Día: 22 junio 2016

Lugar: Civican. Avenida Pío XII, 2, 31008 Pamplona.

Hora: 17:30 a 19:00 h.

Archivado en:

SECCIÓN Sociedad

MARCAS Mente-cerebro

TEMAS investigación mente-cerebro educación emocional

José Víctor Orón up to you

Noticias (posiblemente) relacionadas

Síguenos en:



Investigación en la Universidad

INVESTIGACIÓN

¿Qué es el ICS?
Equipo
Áreas y proyectos
Grupos transversales
Unidad de Estadística
Sistema de Garantía de Calidad
Investiga con nosotros

PUBLICACIONES

Por proyectos
Otras publicaciones
Tesis doctorales
Actualidad

ACTIVIDADES

Presentación
Encuentro anual
ICS Lectures
Seminarios de doctorandos
Seminarios sobre Latinoamérica
Seminarios interproyectos
Actividades finalizadas

COLABORA

Por qué donar
Cómo colaborar
Donar ahora
Quiénes nos apoyan

ACTUALIDAD

Noticias
Eventos
Artículos de opinión
Presencia en medios
Vídeos
Podcasts
Timelines
Contacto

UNIVERSIDAD DE NAVARRA

Estudios
Admisión y Ayudas
Investigación
Vida Universitaria

