

Memoria de resultados

Título del proyecto: La psicologización educativa: efectos de la psicología positiva en la educación familiar y escolar. Código 203.

Curso académico de desarrollo: 2024/2025

Director o directora del proyecto y centro al que pertenece: María Dolores Conesa Lareo, Facultad de Educación y Psicología

Profesorado participante: Aurora Bernal Martínez de Soria, Gonzalo Alonso Bastarache

1. ¿En qué ha consistido el proyecto? Descripción del mismo y de las acciones realizadas.

- ✓ Para llevar a cabo este proyecto se ha escogido una obra contemporánea de varios autores que han investigado sobre el pensamiento positivo y su influjo en todos los ámbitos sociales: empresas, educación, contexto sanitario, mundo del deporte, política y ciudadanía, y en general a todos los niveles de relaciones interpersonales, contribuyendo así a una psicologización de lo social a gran escala.
- ✓ Se realizó un estudio de esta obra en la asignatura de Familia, Sociedad y Educación de 1º de Psicología (para estudiar las implicaciones psicológicas), en la asignatura de Filosofía de la Educación de 4º y 5º de los dobles grados de Educación y 4º de Pedagogía (para estudiar sus implicaciones educativas), en las asignaturas de Ética de 2º de Psicología y de 2º de los grados de Educación (para detectar los problemas morales que estas posturas llevan anejos).
- ✓ Este estudio se articuló de la siguiente manera:
 - Los profesores pautaron un calendario de lecturas de los capítulos a lo largo del mes de septiembre y octubre junto una batería de preguntas para cada capítulo.
 - El trabajo consistió en leer individualmente los capítulos señalados para cada sesión. En esta lectura los estudiantes se guiaron por la batería de preguntas publicadas en ADI. Cada alumno vino a clase en las fechas señaladas con las preguntas del capítulo correspondiente contestadas individualmente.
 - Durante las clases prácticas, los alumnos se dividieron en grupos de trabajo y empleando la metodología del Focus Group discutieron en grupo los conceptos que en esos textos explican las cuestiones que se están analizando y sus implicaciones educativas y psicológicas. Para hacer esta tarea se apoyaron en las preguntas que les habían pasado los profesores y

en las respuestas que había preparado cada uno de ellos. En estas sesiones colaborarán los alumnos internos.

- Cada grupo elaboró un informe de las conclusiones a las que llegaron después de las sesiones de Focus Group, incorporando también en qué manifestaciones de la vida cotidiana se encarnan los conceptos y fenómenos antropológicos y éticos que se han trabajado. En este informe incluyeron las cuestiones explicadas en el temario de las asignaturas que consideraron relevantes e implicadas en el tema de este trabajo. Este informe ha servido para preparar el test final.
- Realización de un workshop: Los alumnos que quisieron optar a matrícula participaron en el workshop titulado *Happycracia*, que tuvo lugar el 8 de noviembre de 16.00 a 18.15. Se podía elegir dos modalidades de participación: ponencia oral en un mesa redonda o póster. Se les pidió que preparasen su participación eligiendo alguna de las cuestiones tratadas durante las clases prácticas, que la pusieran en relación con temas actuales de la vida cotidiana y que reflexionaran sobre implicaciones, problemas, consecuencias o desafíos que todo ello plantea en el ámbito educativo o psicológicos. Con el workshop también se pretendió facilitar el intercambio e integración de enfoques de los alumnos de Psicología y Educación.

2. Valoración del director o la directora del proyecto sobre la experiencia.

A los alumnos les ha permitido reflexionar sobre cuestiones que caracterizan la actual psicologización de la vida, tanto a nivel individual como social. Han podido detectar y analizar los cambios obrados sobre los conceptos de felicidad y bienestar por parte del pensamiento postmoderno, especialmente por el Pensamiento Positivo y la industria de la felicidad.

Les ha servido para reconocer el influjo que esta psicologización ejerce en sus propias vidas, especialmente por la presión a la que están sometidos para vivir una vida positiva, exitosa y feliz. También han comprendido de qué manera esa presión está introduciendo como algo normal y generalizado situaciones psíquicas tales como la ansiedad, estrés, frustración, burnout, etc. Al descubrir hasta qué punto esto también les afecta a ellos, han podido discutir sobre sus propias convicciones acerca de la felicidad y los recursos que tienen para alcanzarla. Han podido enriquecer sus opiniones y ampliar sus horizontes reflexivos con la argumentación aportada por los textos estudiados y por la discusión con sus compañeros, con los alumnos internos y los profesores.

Por todo lo anterior creo que este trabajo ha merecido la pena.

3. Evaluación del proyecto:

a. Grado de consecución de los objetivos a partir de evidencias cualitativas y/o cuantitativas.

El proyecto constaba de los siguientes objetivos:

1. Ayudar a los alumnos a detectar la importancia de los cambios introducidos en la educación propios de la era positiva y su coste educativo y psicológico. Se trata de que los comprendan, analicen y reconozcan en la realidad familiar y educativa cotidiana, y que exploren maneras viables y eficaces para contrarrestar sus efectos no deseados.
2. Facilitar a los alumnos que sepan descubrir la diferencia entre desarrollo psicológico entendido como autorrealización personal y desarrollo psicológico entendido como madurez personal.
3. Se busca que reconozcan las implicaciones éticas de un componente decisivo del pensamiento contemporáneo para que comprendan mejor el mundo en el que viven y sepan enfrentarse a él con soluciones y actitudes acordes al respeto de la dignidad humana, tanto en su vida personal como en la práctica profesional.
4. Se pretende que hagan un ejercicio de reflexión profunda y pensamiento crítico.
5. Así mismo, se procura que descubran cómo integrar las perspectivas sociológica, pedagógica, psicológica y ética.
6. También se aspira a que este trabajo facilite a los alumnos el hallazgo de la articulación e integración del contenido de algunas de las asignaturas de distinto curso y grado, que tratan temas afines y que les aportan un conocimiento complementario.

La evaluación de estos objetivos se hizo por medio de las calificaciones obtenidas en el test personal y por medio de unos cuestionarios que se pasó a los alumnos y que tenían una parte cuantitativa y otra cualitativa.

A) Desde un punto de vista cuantitativo:

1. Los exámenes de test de los alumnos fueron calificados sobre 10. Las preguntas se redactaron para valorar el grado de comprensión y reflexión en los conceptos propuestos en los textos y en la batería de preguntas, es decir, estaban orientadas a medir el grado de consecución de los objetivos 1), 2) y 3). El resultado de esas calificaciones en 1º de psicología: de 75 alumnos aprobaron 72.

2. Los cuestionarios pasados a los alumnos tenían una parte de valoración cuantitativa para medir los objetivos 1), 2), 3), 4), 5) y 6).

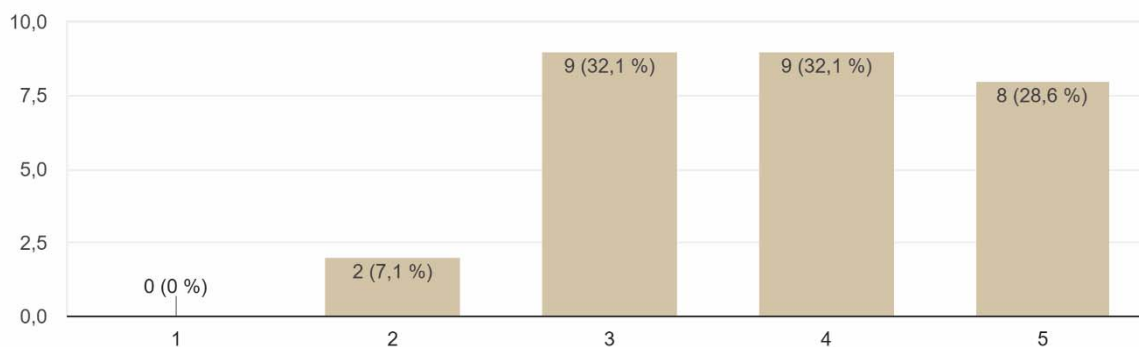
El resultado de esa parte se midió con los valores del 1 al 5, donde 1 es 'muy en desacuerdo' y 5 'muy de acuerdo'.

Anexo II. Memoria de Resultados

Los cuestionarios obtuvieron los resultados que se muestran en los gráficos siguientes:

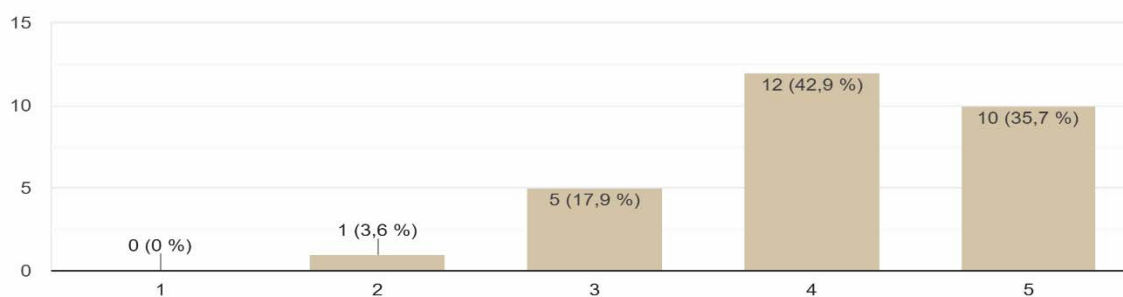
1. ¿La actividad que se ha planteado te ha facilitado una comprensión mayor del mundo contemporáneo?

28 respuestas



2. ¿La actividad que se ha planteado ha estimulado tu reflexión y el pensamiento crítico?

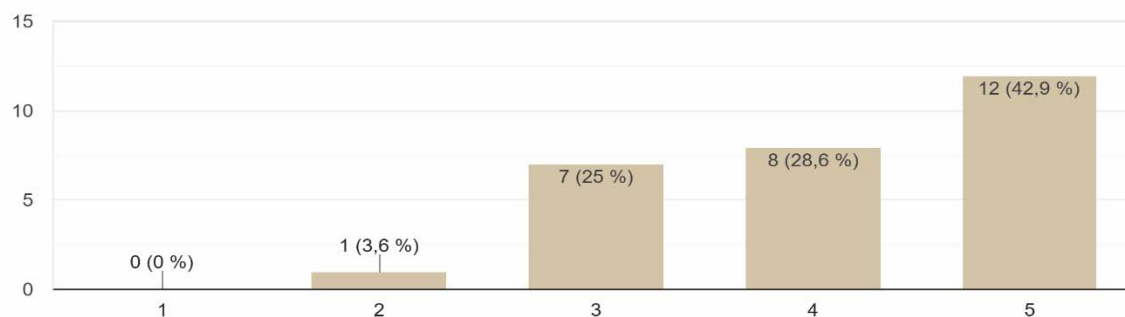
28 respuestas



Anexo II. Memoria de Resultados

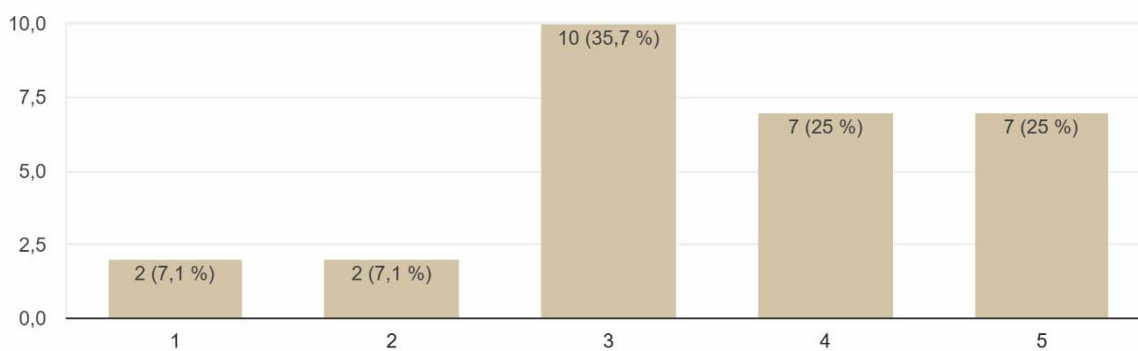
3. ¿La actividad te facilitó la comprensión del libro?

28 respuestas



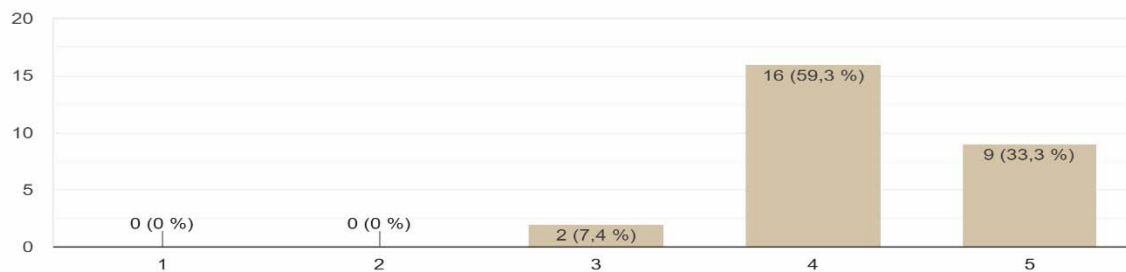
4. ¿Has visto la relación del contenido del libro con el contenido de la asignatura?

28 respuestas



5. ¿La actividad te permitió profundizar en temas relacionados con la psicología?

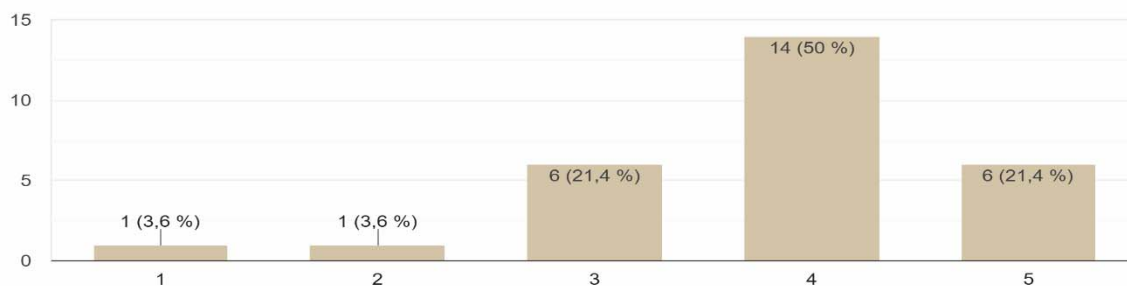
27 respuestas



Anexo II. Memoria de Resultados

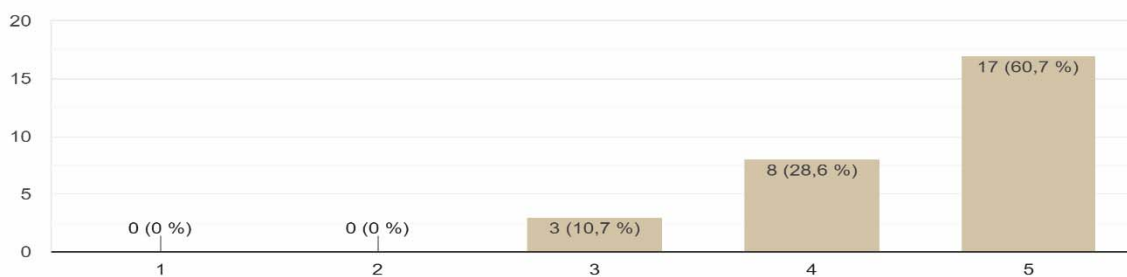
6. ¿La actividad te facilitó integrar cuestiones psicológicas con otros enfoques y perspectivas?

28 respuestas



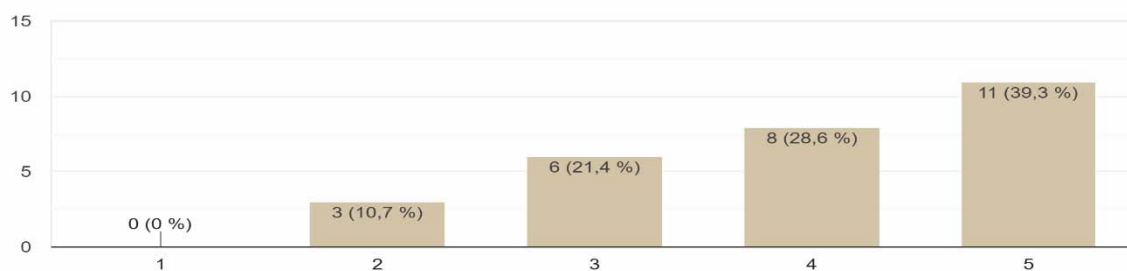
7. ¿El ambiente durante la actividad fue adecuado para una discusión abierta y respetuosa?

28 respuestas



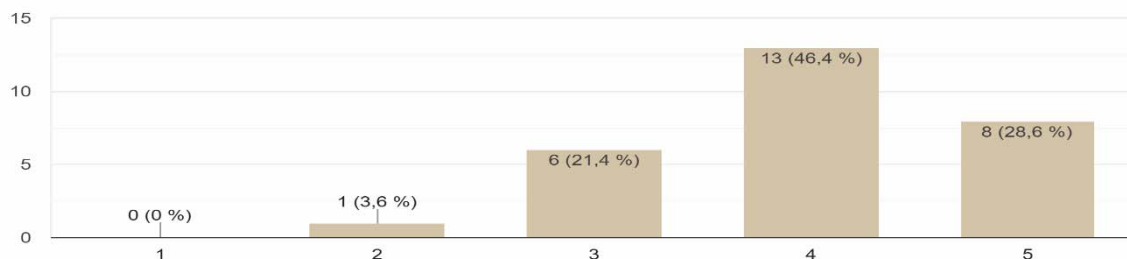
8. ¿Consideras que esta actividad ha sido estimulante intelectualmente?

28 respuestas

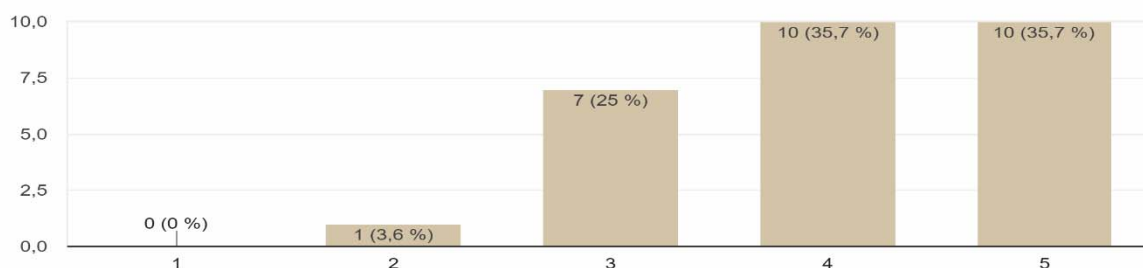


Anexo II. Memoria de Resultados

9. ¿La actividad te ha servido para desarrollar más algunas habilidades como son la capacidad de escucha, de expresión, de análisis, aplicación de economía en el aprendizaje, adaptación al grupo, etc.
28 respuestas



10. Señala tu grado de satisfacción general sobre la actividad del focus Group
28 respuestas



Análisis de resultados:

El porcentaje de los alumnos que ha respondido a las preguntas con un 3 (bueno), 4 (muy bueno) o 5 (excelente) es el siguiente:

Pregunta 1: 92,8

Pregunta 2: 96,5

Pregunta 3: 96,5

Pregunta 4: 85,7

Pregunta 5: 100

Pregunta 6: 92,8

Pregunta 7: 100

Pregunta 8: 89,3

Pregunta 9: 96,4

Pregunta 10: 96,4

Teniendo en cuenta los resultados cuantitativos, parece que los objetivos se han conseguido ampliamente.

B) Desde un punto de vista cualitativo:

Los cuestionarios pasados a los alumnos tenían una parte de valoración cualitativa dirigida a los participantes del workshop. Copio los resultados de esta parte que aportan ideas para evaluar o mejorar el proyecto.

11. (Solo para los que participaron en el workshop). Por favor, haz una breve descripción de tu experiencia en el workshop (aprendizaje, interés, ambiente de diálogo, escucha, reflexión y discusión, libertad para exponer las propias ideas y opiniones, etc.).

5 respuestas

- Con el workshop me pude centrar en un tema muy concreto, lo que me dio una perspectiva aplicable al resto del libro y esto hizo que, al ver los posters y las presentaciones de mis compañeros, entendiera lo que decían y pudiera contrastarlo con lo que yo había tratado.
- Realmente la actividad fue intelectualmente motivadora: personas de cursos varios queriendo exponer y enseñar cosas, con todo el esfuerzo que supone, fue enriquecedor. Además, no se quedó, en oposición a mis posibles prejuicios a priori, en una mera clase magistral de alumnos, sino que nacieron interacciones, debates, que realmente suscitaban el interés de quien escuchara, provocando respuestas, risas y buen ambiente. Los temas abordados fueron extensos y diferentes, cosa que nos permitió a todos, mayores y menores, aprender algo nuevo y edificante para nuestra formación personal. Todo un gusto, fue entretenido, nada aburrido; a pesar de ser un viernes por la tarde, salí satisfecho y orgulloso de haber participado, además de haber superado la incomodidad de la exposición en público.
- Me pareció una actividad muy interesante y además también me ayudó a entender un poco más los temas relacionados con el libro.
- Me parece buena idea, pero considero que los participantes únicamente exponen lo leído en el libro, que es lo mismo para todos, hecho que no da tanto lugar a la reflexión y crítica. Asimismo, considero que falta intervención de la profesora para marcar los temas más importantes y explicarlos de cara al examen.
- Desde mi punto de vista el workshop me sirvió para discutir y escuchar otra opiniones y reflexiones sobre el libro. Lo que más me gustó fueron las reflexiones de algunos compañeros tanto de otras carreras y cursos como de la mía. Me encantó escuchar sus reflexiones porque hicieron muy buenas críticas sobre el libro y propusieron soluciones para el gran problema del individualismo actual.

Esta parte del cuestionario ha servido para comprobar que el proyecto conseguía resultados respecto de los objetivos 4), 5) y 6).



2. El informe de los alumnos internos que han participado en el proyecto:

Se adjuntan anonimizados los documentos de autoinforme y desempeño de las alumnas internas implicadas en el proyecto. Han sido útiles para medir la viabilidad del proyecto y los aprendizajes de los alumnos internos en los siguientes campos: ejercicios de reflexión, práctica del diálogo y análisis de ideas, conducir pequeños grupos de estudiantes, acercarse a otras visiones y descubrir transformaciones sociales que inciden en ámbitos de la vida cotidiana (salud, bienestar, familia, educación y relaciones interpersonales).

b. ¿La evaluación del proyecto ha resultado eficaz para valorar la eficacia de la mejora propuesta?

La evaluación del proyecto ha permitido conocer el grado de cumplimiento de los 6 objetivos del proyecto.

c. Mejoras para futuras aplicaciones del proyecto.

Conseguir que más alumnos participen en la encuesta de valoración del proyecto, este año han participado solo 28. Aunque el test lo hicieron todos.

4. Describa las tareas realizadas por cada uno de los profesores y profesoras que hayan participado.

- ✓ **María Dolores Conesa Lareo:** Diseño del proyecto. Búsqueda de los textos y del equipo de profesorado participante. Realización de los Focus Group en sus dos asignaturas —Familia, sociedad y educación y Filosofía de la educación—. Coordinación del trabajo de sus alumnos internos. Preparación del workshop.
- ✓ **Aurora Bernal Martínez de Soria:** Búsqueda de textos y realización de los Focus Group en su asignatura —Ética, 2º de los grados de Educación—. Coordinación del trabajo de sus alumnos internos. Preparación del workshop.
- ✓ **Gonzalo Alonso Basterreche:** Búsqueda de textos y realización de los Focus Group en su asignatura —Ética, 2º de Psicología—. Coordinación del trabajo de sus alumnos internos. Preparación del workshop.

5. ¿Se ha contado con los medios económicos, logísticos y técnicos suficientes para llevar a cabo el proyecto?

Contamos con un aula adecuada para la realización del Simposio de alumnos. El departamento de Psicología financió la impresión del cartel de la actividad. En las sesiones prácticas dispusimos de aulas con asientos que se podían desplazar para facilitar el trabajo en grupo. El texto escogido está en la biblioteca en formato electrónico y esto facilitó el trabajo de todos. La Facultad facilitó las fotos el día del Simposio.

6. ¿Cree que su propuesta podría ser interesante para otras asignaturas de su departamento o centro?

Podría ser interesante para otras asignaturas de formación humanista transversal.

7. ¿Se plantea publicar o presentar los resultados del proyecto en alguna revista/congreso relacionado con la docencia?

Sí, me planteo hacerlo uniéndolo a los resultados de otros proyectos similares que he desarrollado en años anteriores y al que voy a llevar a cabo el próximo curso académico.

8. En el caso de que se trate de un proyecto que se desarrolle en varios cursos académicos indicar, si los hay, los cambios pertinentes.

No aplica

Firma del director o la directora del proyecto:

Fecha:



Pamplona, 30 de agosto de 2025

ANEXO Alumnas Internas

Autoevaluación alumna 1

En el curso 2024-2025 he sido alumna interna de la profesora Dolores Conesa. La tarea que he desempeñado ha sido la siguiente. En primer lugar, leí y trabajé el libro alrededor del que giraba este proyecto, titulado "Happygracia", de los autores Edgar Cabanas y Eva Illouz. En segundo lugar, otras alumnas internas y yo nos organizamos para acudir a algunas clases de

"Familia, sociedad y Educación" de 1º de Psicología, para apoyar las sesiones de focus groups. En estas clases nos dividimos en pequeños grupos donde debatimos acerca del capítulo del libro que habíamos preparado para ese día. Con el objetivo de guiar un poco este debate, contábamos con una batería de preguntas. Los alumnos traían estas preguntas contestadas y, a medida que cada uno compartía su visión, las íbamos complementando entre todos. El hecho de que este proyecto se haya realizado también en la asignatura de "Filosofía de la Educación" ha sido una ventaja para mí porque es una asignatura que he

cursado este año. Por ello, partiendo de una primera responsabilidad individual de lectura del libro, he podido retroalimentarme tanto a mí como a mis compañeros de clase y también a los alumnos de primero de psicología porque he podido ir aportando algunas ideas.

El tiempo dedicado a estas tareas ha sido el siguiente. Por un lado, la tarea previa al focus groups, es decir, trabajar el capítulo que había que preparar esa semana. Esto ha requerido unas tres horas, puesto que no sólo era leer el capítulo, sino que había que detectar partes interesantes que pudiesen ser objeto de conversación y diálogo el día de los focus groups. Por otro lado, contestar la batería de preguntas para ir lo mejor preparada posible.

En cuanto a los aprendizajes realizados, la verdad es que han sido numerosos y de diferente índole. En primer lugar, leyendo el libro he aprendido mucho acerca del impacto que está teniendo esta obligación de ser feliz. Además, he podido entender de dónde nace esta disciplina, lo cual me ha parecido muy interesante. En segundo lugar, en los focus groups he aprendido mucho de la visión de mis compañeros, ya que sus aportaciones siempre han sido muy enriquecedoras y daban mucho para hablar. En tercer lugar, es una metodología que estoy conociendo cada vez más. En cuarto lugar, tanto el hecho de haber participado en la preparación del Workshop que realizamos, como el propio día de la jornada, me ha hecho aprender no sólo de la preparación sino también de todas las intervenciones que realizaron mis compañeros. Fue todo un éxito la jornada.

Por último, considero que mi desempeño en estas tareas ha sido positivo ya que he intentado hacerlo de la mejor manera posible. Cuando estaba en los focus groups, por ejemplo, intentaba que la dinámica fuese lo más agradable y atractiva posible.

Memoria Alumna Interna: Happycracia, la obligación de ser feliz

Alumna 2

I. Trabajo realizado y tiempo dedicado

Como alumna interna de Dolores Conesa, profesora de la Facultad de Educación y Psicología, hemos realizado un proyecto de innovación docente en colaboración con otros profesores de la Universidad de Navarra en el que se pretendía hacer a los alumnos reflexionar sobre la presión por ser feliz presente en nuestra sociedad apoyándose en el libro Happycracia, de Edgar Cabanas y Eva Illouz.

Para ello, se han aprovechado las asignaturas que impartían los profesores participantes de este proyecto, en las que se han realizado sesiones de discusión siguiendo la metodología Focus Group. Cada asignatura ha podido dirigir la reflexión hacia sus respectivos campos, permitiendo un enfoque multidimensional de la problemática. Como alumna interna, he asistido en la gestión de varias de estas sesiones, orientando las discusiones y el pensamiento de los alumnos mediante preguntas y reflexiones. Asimismo, este proyecto ha podido realizar un workshop en el que los alumnos han podido participar de forma activa, expresando sus consideraciones en formato de posters.

II. Autoevaluación del desempeño y aprendizajes

Durante este proyecto, pude colaborar efectivamente tanto con la profesora, como con el resto de personas que participaban en él ayudando a avanzar en los objetivos.

Tuve la oportunidad, como estudiante de magisterio de ver la puesta en práctica de una metodología poco común pero muy efectiva basada en la lectura y la conversación, que amplió mi forma de conocer la didáctica y el proceso de enseñanza aprendizaje.

Más allá de esto, la experiencia de trabajar en un proyecto de esta clase me hizo comprender el funcionamiento general de muchas de las investigaciones que se citan en mi campo y cómo se extraen las conclusiones a las que llegan.

Por último, en relación con el tema del proyecto, a nivel personal y profesional me ha capacitado mucho para tener una mejor comprensión de la sociedad en la que vivimos y los efectos que tiene en ella la psicología positiva.

EVALUACIÓN ALUMNA INTERNA 2024-2025

Alumna 3

4º de Psicología

A continuación, realizaré una evaluación global de mi trabajo desempeñado durante el curso 2024-2025 como alumna interna de la profesora Maria Dolores Conesa dentro del departamento de Psicología.

En primer lugar, participe en un proyecto de innovación docente desarrollado durante el curso académico 24/25 en la asignatura Familia, Sociedad y Educación del 1er curso del grado de Psicología con el objetivo de evaluar el impacto que tiene la psicología positiva en la mejora de la educación y el crecimiento entendido como madurez personal y no simplemente como bienestar individual. Mi labor consistía en leer la selección de textos sobre los que se iba a trabajar, acudir a los focus group y servir de apoyo a los alumnos, orientarlos y responder a sus posibles dudas, así como ayudar a la profesora a realizar las baterías de preguntas que les entregaría a los alumnos para realizar por su cuenta y posteriormente debatir en los focus group.

Entre los aprendizajes más significativos, destaco los siguientes: A través de la lectura y análisis de los textos seleccionados, aprendí a ver la psicología positiva no solo como una herramienta para mejorar el bienestar, sino como un enfoque profundo que promueve el desarrollo integral de las personas. Entendí que el verdadero crecimiento va más allá de sentirse bien, abarcando la madurez personal, la resiliencia y la capacidad de reflexionar críticamente.

Participar en los focus groups me permitió desarrollar habilidades clave para orientar a los estudiantes. No solo respondí a sus dudas, sino que también aprendí a guiar las discusiones de manera que todos se sintieran escuchados y valorados. Esto fortaleció mis competencias como facilitador, ayudándome a fomentar un ambiente de aprendizaje seguro y participativo.

Al colaborar en la elaboración de las baterías de preguntas para los alumnos, adquirí experiencia en el diseño de instrumentos educativos que promueven la reflexión y el pensamiento crítico. Aprendí a formular preguntas claras y significativas, capaces de generar debates enriquecedores y estimular el análisis personal de los estudiantes.

Trabajar junto a la profesora del curso me enseñó la importancia de la coordinación en proyectos educativos. Aprendí a adaptarme a las necesidades del grupo y a colaborar proactivamente, aportando ideas y resolviendo problemas. Además, comprendí mejor cómo planificar y gestionar actividades que faciliten el aprendizaje.

Finalmente, al observar las discusiones en los focus groups, desarrollé la capacidad de evaluar el impacto de la psicología positiva en los estudiantes. Identifiqué patrones en sus respuestas, reconocí los aspectos que mejoraban su comprensión y pude reflexionar sobre cómo mejorar el proceso educativo.

Anexo II.
Memoria de Resultados

