

PUNTO FINAL Oroz



¿Qué siente un adolescente cuando quita el bocado a un compañero y es descubierto? Impulsado por 'Padres formados', el videojuego 'Happy' busca mostrar emociones y evitar conflictos en las aulas



La profesora de Psicología de la Universidad de Lleida Gemma Filella (izda) y la pedagoga pamplonesa impulsora del colectivo 'Padres formados', Leticia Garcés (dcha), a ambos lados del videojuego de educación emocional 'Happy'. Diseñado por esta docente, lo comercializa el colectivo.

# Las emociones a un 'click'

**SONSOLES ECHAVARREN**  
Pamplona

**M**ARÍA tiene 10 años, pocas amigas y se inventa mentiras para caer bien a las demás niñas. Juan, casi todos los días, le roba el bocadillo del recreo a su compañero Sergio. Y a Nuria le gusta jugar al ajedrez con su hermano en casa pero no le gusta perder y acusa al niño de hacer trampas. María, Juan y Nuria no son personas reales ni inventadas. Sino los protagonistas de un videojuego de descarga *on line* que persigue que los niños y adolescentes, de 8 a 16 años, se vean ante diferentes conflictos virtuales, sepan identificar qué sienten ante ellos y sean capaces de resolverlos. Se llama 'Happy', tiene dos versiones adaptadas a la edad de los menores (8-12 y 12-16 años) y lo ha diseñado una profesora de Psicología y Pedagogía de la Universidad de Lleida. El colectivo pamplonés *Padres formados*, que imparte cursos basados en la educación emocional a familias y docentes, es que se encarga de venderlo para toda España. Cuesta 50 euros y se puede

adquirir a través del mail [info@padresformados.es](mailto:info@padresformados.es)

La pedagoga pamplonesa Leticia Garcés Larrea impulsó hace dos años una colección de cuentos sobre emociones (*Emocionante*, escritos y dibujados por la periodista Asun Egurza) dirigida a los niños más pequeños. "Pero nos dimos cuenta de que con los mayores se quedaban cortos. Y se nos ocurrió diseñar un videojuego". La artífice ha sido la coordinadora del postgrado en educación emocional de esta universidad catalana, Gemma Filella. Debido a la cultura de las pantallas y de la imagen, los videojuegos, explica, son "instrumentos que facilitan el trabajo de educadores y familias y motivan a los niños". "Resolver conflictos no es una tarea fácil. Hay que poner herramientas al alcance de los niños para que puedan aprender".

## En casa y en el colegio

Cada uno de los dos videojuegos presenta veinticinco conflictos, de los que quince se desarrollan en el centro escolar y diez, entre hermano y en el familia. Así, se plantea un conflicto (el robo del

bocado, las trampas en el ajedrez...) y a los niños se les hace una pregunta: "¿qué emociones sientes ahora? (culpa, vergüenza, miedo, celos...) Se les ofrecen varias soluciones y, según la que elijan, conseguirán más o menos puntos. "Es un recurso didáctico muy apropiado para trabajar en

## 'Más autoestima y menos violencia'

La psicóloga catalana Gemma Filella insiste en que la inteligencia emocional es "ser conscientes de nuestras emociones" y "asumir que afectan a nuestros pensamientos". Facilitan, añade, cambiar la perspectiva, formar juicios y considerar nuevos puntos de vista de los problemas. "Las emociones pueden y deben ser educadas". Y esta educación, subraya, ayuda a prevenir situaciones conflictivas y a potenciar el bienestar personal y social. "Así, mejoraremos la autoestima, habrá menos violencia y seremos más felices".

el aula en grupos o para usarlo en casa, entre los hermanos, los padres...", recalca Leticia Garcés.

Gemma Filella explica que el videojuego sigue las orientaciones de la psicología evolutiva de los niños y sus habilidades cognitivas y lingüísticas. "La resolución de conflictos sigue el esquema de; conflicto-conciencia emocional-semáforo-estrategias de regulación emocional y respuesta al conflicto". Para probarlo se tomó una muestra de 574 alumnos catalanes de 5º y 6º de Primaria (el 52% niños y el 47%, niñas).

"Detrás del juego hay toda una investigación de expertos", insiste Leticia Garcés. "Los resultados indican que se reduce la ansiedad, mejora el clima social en el aula y el clima del patio". Lo que conlleva, añaden, que se reduzcan los conflictos y que aumenten el rendimiento académico.

Precisamente para hacer frente al *bullying*, estas dos expertas organizarán próximamente una jornada para prevenir el acoso escolar desde la infancia y en la adolescencia. "Sufrir situaciones de abuso afecta al rendimiento académico y al desarrollo personal de la víctima".

## El domingo en el diario...



Goizueta, un puente para la historia que cumple un siglo



El cáncer visto con ojos de niño

Mikel Berraondo, un abogado experto en derechos humanos



Descubre cada día las mejores ofertas en [www.chofert.com](http://www.chofert.com)

Con la colaboración y la garantía de [diariodenavarra.es](http://diariodenavarra.es)