

# TRABAJAR LAS EMOCIONES MEDIANTE b-LEARNING: UNA EXPERIENCIA DIFERENTE



**Sr<sup>a</sup>. Nária Soares de Carvalho**

PDI: Departamento de Enfermería y  
Doctoranda en Ciencias de la Enfermería  
Asignaturas: Salud Mental Positiva URV.  
Relación y Comunicación Terapéutica.

**Dr<sup>a</sup>. Carme Ferré- Grau.** PDI Psicología y Salud Mental  
URV.

**Dr<sup>a</sup>.M<sup>a</sup>.T<sup>a</sup>. Lluch- Canut.** Catedrática de enfermería  
psicosocial UB.

**II Jornada sobre Docencia Virtual y  
Experiencias de Innovación  
Docente: entornos b-learning y e-  
learning**



UNIVERSITAT ROVIRA I VIRGILI

# Introducción

Contexto:

- El contexto donde se ha empleado la estrategia de innovación docente es la asignatura Salud Mental Positiva (SMP).
- Es semipresencial, es decir, tiene una parte que se desarrolla en el espacio virtual de aprendizaje de la URV Moodle (<http://www.urv.cat/campusvirtual/moodle>).
- La parte presencial dura 3 horas, de las cuales una hora es teoría y 1:40´ es seminario.
- Esta Asignatura tiene una media de 50 estudiantes matriculados por curso.

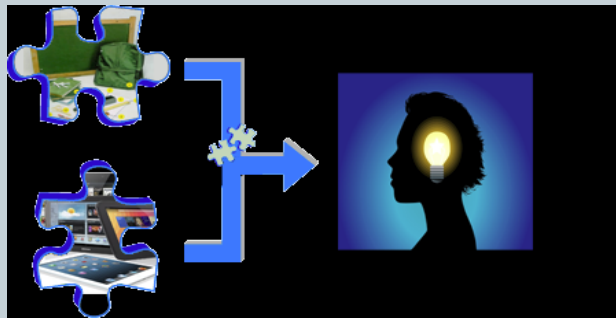
# Justificación del proyecto de innovación

El contexto anterior a la aplicación de la metodología de innovación docente de la asignatura.



# Selección de la estrategia b-Learning

El *Blended Learning (b-Learning)* es en que utilizando la enseñanza presencial y las TICs no como soporte en el aula sino adoptándolas con estrategias de aprendizaje, utilizando espacios virtuales. De manera que no es necesaria la presencia en un espacio reglado (instituciones)



Para complementar el aprendizaje presencial En el soporte Tics, la mejor estrategia es sin duda el B-learning ya que varios estudios relacionados con esta estrategia nos ha indicado una mejora en los puntos en que se fallaba en el proceso de aprendizaje y seguimiento citados anteriormente.

- El objetivo principal ha sido el de fomentar la regulación emocional que ayuda a los futuros profesionales hacia la excelencia.
- Los objetivos específicos son: evaluar la eficacia de la estrategia reflexiva con el uso de las TICs utilizando el método b-learning empleado para trabajar competencias transversales.

## Metodología

La metodología empleada para el estudio es cualitativa, pero el método de aprendizaje empleado es reflexivo. El instrumento de información es el espacio virtual llamado Fórum reflexivo que se realiza desde la plataforma de aprendizaje Moodle.

La muestra está compuesta por 42 participantes del grado de enfermería (URV) siendo la mayoría de 3º curso. El fórum reflexivo es un complemento de los seminarios prácticos que se realiza previamente. Se realizaron siete sesiones en el Fórum Reflexivo.

per #0L G5L NEONNA - RMA - dilluns, 14 abril 2014, 12:15

La verdad, me he reído mucho con tu análisis! No paras de hablar de hostilidad y de lo nerviosa que te ponen tanto despertador como Renfe, hablas de un sentimiento negativo, pero aun y así lo relatas con una alegría y un toque de humor magnifico, creo que eso es una respuesta adaptativa total. Sacarle humor y saberse reir de las cosas que no nos gustan creo que es fundamental.

Y como tu bien dices... Autorregulación, autorregulación y mucha paciencia. Piensa que queda muy poquito de clase ya, piensa en las cosas buenas que envuelven esto que ahora no te gusta... Verano, buenas notas, mención, y seguro que la excursión corriendo por la avenida os saca muchas risas. Ánimo! Y espero que pases una muy buena semana santa.

Marta.

Nombre de qualificacions: - [Mostra el missatge original](#)

**Re: Emociones, emociones...**

per ZARZAR - RMA - dimecres, 23 abril 2014, 14:54

Hola Marta!

Me alegro de que te hayas reído. Considero el humor una cualidad imprescindible en el día a día. Y bueno, estamos en salud mental positiva, reir es vida! Gracias por recordar que queda poco tiempo! Que bien! Seguro que todos tenemos muchas ganas de que llegue el verano.

Espero también que tu semana santa fuera espléndida.

(E- 21): “Además, escogí esta asignatura porque la mayoría de veces se habla de las patologías que hay en el mundo de la salud mental, pero casi nunca de cómo fomentar la salud mental positiva.”

(E- 12): “Al veure el nom de l'assignatura vaig pensar que tractaríem estratègies per millorar la nostra salut mental, però després del primer dia de classe vaig entendre que aquesta assignatura no tractava d'això. Sinó que tractaríem la salut mental normal, és a dir, que no parlaríem de patologies, ni de tractaments, ni d'estratègies,... sinó que parlaríem de la salut mental que qualsevol persona que no pateix una patologia mental té. Aquesta idea va desordenar i canviar la meva perspectiva de la matèria però em va encantar la forma en que ho va fer, perquè tenim el costum de parlar de malalties però ens costa parlar de com és la persona sana o que no presenta cap trastorn.”

# Resultados



E- 07: “Creo que algo muy bueno de tu análisis es que eres perfectamente capaz de detectar y analizar cuáles son los factores que debes fortalecer y lo explicas con mucha claridad.”



(E- 14):“A ti, decirte que me ha gustado mucho la primera relación que has hecho con la recomendación número 7 y el factor 3. Quizás es un hecho que no había pensado, porque el autocontrol que has de tener en un momento espontáneo e inesperado, sí que es verdad que puede que sea mejor si antes has tenido un espacio de relajación, un momento, un stop, ya que podrás disfrutar de unos pensamientos y visiones más claras y no aturulladas y nubosas, así actuar en consecuencias adecuadas.”



(E-17): “Por otro lado, gracias por la referencia que haces a mi análisis sobre el optimismo. Aunque, quizás, si hubiera podido escribir más habría surgido algún punto débil de algunos de los factores que creo que potencian mi salud mental. Como, por ejemplo, el tema de intervenir en clase que tú dices que te da miedo a veces hablar. Aunque yo escribo que me siento satisfecha conmigo misma, también me falta ese punto de atrevimiento y quizás algo falla en mi autoconcepto”.

E-17: “También decirte que la próxima vez que tengas alguna aportación en clase, intenta sacarla. Las primeras veces te costará, pero cuando veas que son de interés para el resto, cogerás la confianza que te falta!”.

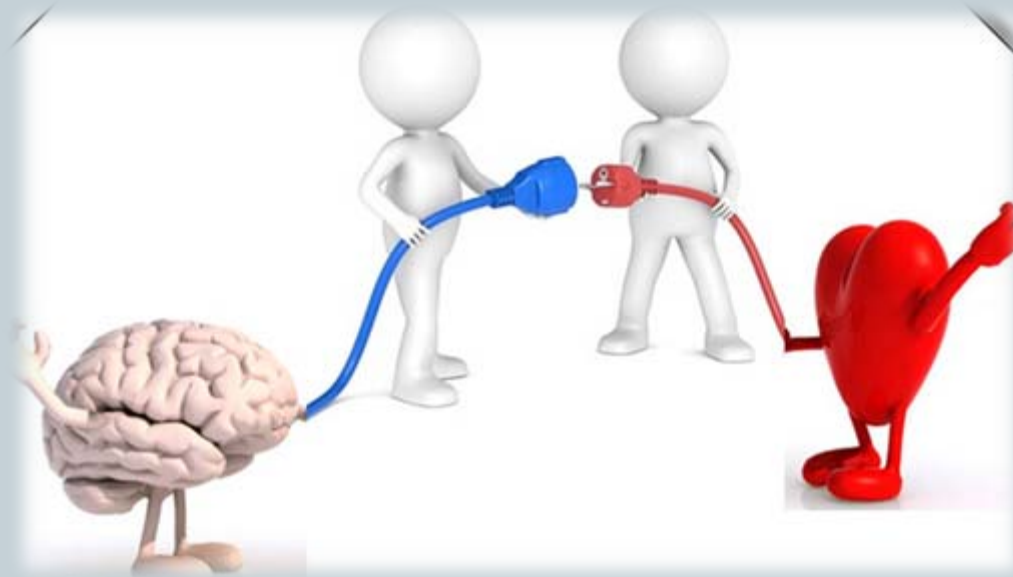
(E- 12): “Gracias por potenciar mi análisis y animarme a participar. Ya lo intento aunque siempre cuesta pero creo que voy cogiendo confianza”.

La facilidad de seguimiento, recuperación y localización de la información con el fórum reflexivo facilitó identificar en qué etapa del proceso de aprendizaje estaba el estudiante.

# Conclusión

La conclusión de la experiencia, en relación a la utilización del espacio virtual como complemento del aprendizaje presencial, es que resulta de gran utilidad para consolidar, compartir y generar conocimiento; aunque normalmente el entorno virtual está etiquetado como frío y despersonalizado. Con este estudio se ha observado que el uso de herramientas virtuales, con la metodología adecuada, se puede emplear con efectividad en el proceso de aprendizaje en competencias transversales en los estudiantes de enfermería como es la regulación emocional.

**Como afirma Goleman, el excelente profesional además de conocimiento técnico domina otras habilidades, entre estas la regulación emocional.**



Gracias  
Obrigada