

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Ciencias Sociales y Humanidades

**Aplicación de la técnica ABC PLEASE en niños de 2do de
básica como estrategia para incrementar el rendimiento
académico**

Francisco Javier León Toscano

Licenciatura en Psicología

Trabajo de integración curricular presentado como requisito
para la obtención del título de
Licenciado en Psicología

Quito, 17 de diciembre de 2019

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ
COLEGIO DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES

**HOJA DE CALIFICACIÓN
DE TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR**

**APLICACIÓN DE LA TÉCNICA ABC PLEASE EN NIÑOS DE 2DO DE
BÁSICA COMO ESTRATEGIA PARA INCREMENTAR EL RENDIMIENTO
ACADÉMICO**

Francisco Javier León Toscano

Calificación:

Nombre del profesor, Título académico

Cristina Crespo Andrade,
Doctora en Humanidades y
Artes, Mención en Educación

Firma del profesor:

Quito, 17 de diciembre de 2019

Derechos de Autor

Por medio del presente documento certifico que he leído todas las Políticas y Manuales de la Universidad San Francisco de Quito USFQ, incluyendo la Política de Propiedad Intelectual USFQ, y estoy de acuerdo con su contenido, por lo que los derechos de propiedad intelectual del presente trabajo quedan sujetos a lo dispuesto en esas Políticas.

Asimismo, autorizo a la USFQ para que realice la digitalización y publicación de este trabajo en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Firma del estudiante: _____

Nombres y apellidos: Francisco Javier León Toscano

Código: 00132358

Cédula de identidad: 1719001818

Lugar y fecha: Quito, 17 de diciembre de 2019

RESUMEN

Debido a que en la mayoría de ocasiones en las escuelas no se otorgan cursos o técnicas para hacer frente al estrés y la toma de decisiones basadas en la regulación emocional, se pretende implementar una técnica, denominada ABC PLEASE, para incrementar la resiliencia en los niños, disminuir emociones desagradables y que esto se refleje en el ámbito académico. Para la presente propuesta de investigación se utilizará una metodología cuasi-experimental, transversal. Se evaluará el desempeño académico pre y post de un mismo grupo de segundo de básica. Es decir, se compararán las calificaciones de los niños antes y después de la aplicación de la técnica ABC PLEASE. Se propone utilizar también la escala Devereux Student Strengths Assesment (DESSA) que evalúa competencias socioemocionales relacionadas con regulación emocional en niños desde Kindergarten hasta octavo grado. La población comprenderá un total de 21 niños y niñas entre seis y siete años de edad que están en segundo de básica en una escuela privada ubicada en Tumbaco. Los resultados esperados serían que exista un cambio con respecto a las competencias socioemocionales de los niños incluyendo su regulación emocional y que esto se vea reflejado en un aumento estadísticamente significativo en el rendimiento académico de los niños.

Palabras clave: emociones, regulación emocional, ABC PLEASE, desempeño académico, resiliencia, terapia dialéctica conductual

ABSTRACT

Because in most occasions there is no available courses or techniques to cope with stress and decision-making based on emotional regulation, it is intended to implement a technique, called ABC PLEASE, to increase resilience in children, decrease unpleasant emotions and that this is reflected in the academic field. For this research proposal, a quasi-experimental, transversal methodology will be used. The pre and post academic performance of the same group of first grade will be evaluated. That is, the grades of children before and after the application of the ABC PLEASE technique will be compared. The Devereux Student Strengths Assessment (DESSA) scale was also proposed that assesses the social-emotional skills related to emotion regulation in children from kindergarten through eighth grade. The population included a total of 21 boys and girls between six and seven years of age, who are in first grade at a private school located in Tumbaco. The expected results would be that there is a change with respect to the socioemotional skills of the children including their emotion regulation and that this is reflected in a statistically significant increase in the academic performance of these students.

Key words: emotions, emotional regulation, ABC PLEASE, academic performance, resilience, dialectical behavioral therapy

TABLA DE CONTENIDO

Introducción	7
Desarrollo del Tema	11
Conclusiones	29
Referencias bibliográficas	31
Anexo A: Consentimiento Informado	34
Anexo B: Escala Devereux Student Strengths Assessment	37

INTRODUCCIÓN

La regulación emocional es un aspecto clave dentro del desarrollo de las personas, puesto que contribuye a iniciar, mantener y modular a las emociones en cuanto a su ocurrencia, intensidad y expresión (Morris, Silk, Steinberg, Myers, & Robinson, 2007). Cabe destacar que las emociones permiten establecer una evaluación inmediata de los estímulos que reciben las personas, tanto internos como externos, y posibilitan que los individuos se preparen para acciones subsecuentes para mantener su bienestar. De esta manera, las emociones emanan de la evaluación de los individuos frente a un estímulo (Mazefsky et al., 2013). Esto resulta útil en la vida de las personas para su adaptación en la sociedad y, justamente, esto es lo que Quaglia y colegas (2014) enfatizan, una regulación emocional efectiva es importante para un funcionamiento social de calidad. Tanto la regulación emocional automática como la regulación emocional deliberada son elementales para el bienestar de un individuo (Malivoire, Kuo, & Antony, 2019).

La regulación emocional contempla varios procesos (p.ej cognitivos, fisiológicos o conductuales) que alteran la experiencia emocional y la respuesta de una persona (Malivoire et al., 2019). Dichos procesos corresponden al funcionamiento adaptativo de los individuos (Bucich, & MacCann, 2019). Por lo tanto, la desregulación emocional impactará de manera negativa en varios aspectos de la vida de cualquier individuo (Malivoire et al., 2019). Una de las causas más importantes dentro de la desregulación emocional en niños y adolescentes es la excesiva presión en múltiples ámbitos como el social, del desarrollo y académico (Mazza, Dexter-Mazza, Miller, Ruthus, & Murphy, 2016). En referencia al ámbito académico, la desregulación emocional puede hacer que los niños experimenten rechazo de los pares, baja autoconfianza, confusión acerca de sí mismos, conductas impulsivas en el aula etc. Por lo general, las escuelas no proveen u

otorgan cursos o técnicas para hacer frente al estrés y toma de decisiones basadas en la regulación emocional (Mazza et. al, 2016).

La desregulación emocional, como se detalló previamente, puede llevar a generar consecuencias en el entorno académico, llevando a un nivel de desempeño inferior al esperado (Seibert, Bauer, May, & Fincham, 2017). Por tanto, la regulación emocional parece ser un aspecto integral con respecto al éxito académico en todas las personas y todos los grupos de edad (Seibert et al., 2017). En efecto, la repercusión negativa de la desregulación emocional en el desempeño académico se puede evidenciar en el burnout escolar. Con respecto al burnout, Kelly & Barnes-Holmes (2013) lo definen como un síndrome, el cual tiende a fomentar sentimientos de cansancio emocional, logro personal seriamente deteriorado y hasta incluso despersonalización. Justamente, el burnout tiene la capacidad de generar consecuencias que pueden llegar a ser posiblemente dañinas para las personas que lo experimenten (Kelly & Barnes-Holmes, 2013). El burnout escolar y la desregulación emocional se relacionan con los resultados académicos más bajos en el promedio de un estudiante, abandono o deserción y ausentismo escolares (Seibert et al., 2017).

Debido al estrés y las múltiples presiones que los estudiantes pueden experimentar en el ámbito académico, es oportuno implementar como alternativa el establecimiento de una técnica que deriva de la terapia dialéctica conductual llamada ABC PLEASE. Se pretende implantar esta técnica para trabajar en mejorar varios aspectos concernientes a la regulación emocional en niños de segundo de básica de una escuela privada ubicada en Tumbaco dirigida a niños de escasos recursos. Esta propuesta tiene el objetivo de que los niños adquieran habilidades del control de sus emociones y puedan plasmar esto en su vida. Adicionalmente, esto les favorecerá ostensiblemente para que ellos puedan

desarrollar un desempeño escolar óptimo (Sunrise Residential Treatment Center, 2018).

Objetivos

Para el desarrollo del presente trabajo el objetivo general consiste en elaborar una propuesta de aplicación de la técnica ABC PLEASE en niños de 2do de básica como estrategia para incrementar el rendimiento académico. El primer objetivo específico implica establecer qué factores de la regulación emocional inciden en el pobre desempeño académico. El segundo objetivo específico radica en analizar qué aspectos de la técnica ABC PLEASE se podrían aplicar con los niños de 2do de básica.

Justificación

Esta propuesta de intervención es de suma relevancia para el Ecuador debido a que ofrece una estrategia que podría usar el espacio educativo para que los niños aprendan a regular sus emociones desde edad temprana, lo que, a su vez, posibilita que estos tengan también un nivel académico acorde a su desarrollo. Poner énfasis en la regulación emocional desde temprana edad puede reducir problemas de bajo desempeño y deserción escolares (Seibert et al., 2017).

Por otro lado, si no se le otorga la significación que merece a la regulación emocional para que los niños aprendan a manejar sus emociones satisfactoriamente, se pueden llegar a presentar patrones relacionales basados en la desregulación emocional, lo que puede generar conductas inapropiadas, que puede conllevar a violencia física, verbal, psicológica etc. Estos patrones conductuales se normalizarían, ya que los niños no conocerían un patrón alternativo para relacionarse entre sí, conduciendo a un círculo vicioso de relaciones inestables y poco satisfactorias.

Finalmente, la última y más importante justificación de esta propuesta es que en la actualidad el currículo de la escuela ecuatoriana no incluye o no trabaja formalmente con la regulación emocional en las escuelas. Es indudable que hacen falta más propuestas de este tipo.

DESARROLLO DEL TEMA

Importancia de la regulación emocional

La regulación emocional es un componente elemental en cuanto al desarrollo de las personas, tomando en consideración que contribuye a empezar, conservar y modular la ocurrencia, magnitud y manifestación de las emociones (Morris et al., 2007). Las emociones tienen la notable capacidad de proporcionar una evaluación instantánea acerca de los estímulos que presencian las personas, tanto internos como externos, y permiten que los individuos se preparen para realizar tareas siguientes con el propósito de mantener su bienestar (Morris et al., 2007). Siendo esto así, las emociones se originan de la valoración de los individuos frente a un estímulo (Mazefsky et al., 2013). Esto permite a la persona adaptarse en la comunidad y, de hecho, la regulación emocional efectiva es clave para un funcionamiento social apropiado (Quaglia et al., 2014). Es preciso rescatar que tanto la regulación emocional automática como la regulación emocional deliberada son de mucha importancia para el bienestar de una persona (Malivoire et al., 2019).

Por una parte, la regulación automática de las emociones, como su nombre revela, es una respuesta instantánea y reactiva que responden a cuestiones emocionales y no median un procesamiento consciente. Un tipo de regulación emocional implícita o automática implica que un individuo lleve a cabo estrategias que ocurren de manera automática que no median un proceso consciente (Grabell et al., 2019).

Por otro lado, la regulación emocional deliberada es una respuesta diferente, que implica que el individuo tenga que llevar a cabo mayor dedicación, esfuerzo y desarrollo (Grabell et al., 2019). En este tipo de regulación emocional, las personas son capaces de modular intencionalmente sus experiencias

emocionales y se va conformando a lo largo del desarrollo del sujeto (Grabell et al., 2019). Se cree que dicha capacidad para establecer una regulación emocional deliberada, dónde se controle y se tome en consideración a las emociones, es una habilidad elemental que surge en la primera infancia o niñez temprana (Schlesier, Roden & Moschner, 2019). Además, para regular emociones de manera intencional las personas utilizan estrategias de tipo mental o conductual que se las puede catalogar de instrumentos (Schlesier et al., 2019). Desde luego, esto predecirá el funcionamiento a futuro a través de diferentes dominios de la vida como pueden ser los sociales, los académicos o conductuales (Grabell, et al., 2019). En palabras de Malivoire y colegas (2019), la regulación explícita o deliberada de emociones consiste en que la persona aplique estrategias a las cuales les otorga un propósito y suponen un procesamiento consciente.

Malivoire y colaboradores (2019) plantean que la regulación emocional considera algunos procesos, como son los cognitivos, fisiológicos o conductuales que pueden alterar la experiencia emocional y la respuesta de un sujeto. Dichos procedimientos corresponden al funcionamiento adaptativo de los individuos (Bucich, & MacCann, 2019). Su impacto puede verse reflejado en muchas áreas que comprende la vida de una persona (Malivoire et al., 2019). Entre los principales dominios en los que las personas pueden tener que enfrentar múltiples presiones son en ámbitos sociales, del desarrollo y académicos que los pueden llevar al límite y conducir a desregularse a nivel emocional (Malivoire et al., 2019). Por este motivo, es importante regular a las emociones en términos de su intensidad, frecuencia, curso, expresión y calidad (Schlesier et al., 2019). Esto lleva a la explicación de que las emociones y el aprendizaje acerca de su manejo apropiado son de natural relevancia en relación con el bienestar general de los individuos (Schlesier et al., 2019).

Desarrollo de niños en la primera infancia y la regulación emocional

Como se describió en párrafos previos, las personas tienen la habilidad de implementar la regulación de emociones intencional, la cual suele surgir en la primera infancia o niñez temprana (Grabell et al., 2019). Dicha niñez temprana comprende desde los 3 a 6 años. En esta etapa del desarrollo de un niño, evidentemente, se lleva a cabo desarrollo a nivel físico, cognoscitivo y psicosocial (Papalia, Wendkos & Feldman, 2010). En referencia al aspecto físico en el desarrollo de los niños, durante esta etapa el crecimiento se da de forma constante, su aspecto físico se asemeja más al de los adultos. En esta etapa son más frecuentes los problemas de sueño y disminuye el apetito. Así también, se perfecciona la coordinación a nivel motor, tanto grueso como fino y su fuerza (Papalia et al., 2010).

En el desarrollo cognoscitivo de estos niños se evidencia todavía un razonamiento de tipo egocéntrico, pero incrementa el entendimiento sobre el punto de visto del resto. Sin embargo, al prevalecer todavía cierta inmadurez a nivel cognoscitivo se genera ideas ilógicas sobre el mundo (Papalia et al., 2010). El lenguaje y la memoria mejoran al punto de consolidarse y, paralelamente, se hace más predecible su inteligencia. De igual forma, en esta etapa es muy común que ocurra la experiencia a nivel preescolar y escolar (Papalia et al., 2010). Por último, en el aspecto psicosocial, se complejiza la comprensión de las emociones y el autoconcepto. Incrementa el autocontrol, la independencia, la iniciativa y empiezan a desarrollar la identidad de género (Papalia et al., 2010). Aquí, los juegos tienden a ser más sociales, elaborativos e imaginativos. Es usual el temor, el altruismo y la agresión. Asimismo, el centro de la vida social de estos sujetos aún es la familia, no obstante, otros niños empiezan a cobrar importancia en su vida (Papalia et al., 2010). Dado que en esta etapa del desarrollo el entendimiento de las emociones adquiere mayor complejidad, es pertinente trabajar con los niños

para que las aprendan a manejar satisfactoriamente y la ejecuten en la escuela (Papalia et al., 2010).

Continuando con aspectos del desarrollo en estos niños, uno de los autores más importantes dentro de las teorías del desarrollo es Jean Piaget. Piaget denomina a los niños de entre 2 a 7 años entre el grupo de niños preoperacionales (Papalia et al., 2010). Lo que ocurre en esta etapa es que los niños desarrollan la comprensión de causa y efecto, el uso de símbolos, comprensión de números, la capacidad para clasificar, el desarrollo de la Teoría de la mente y de la empatía (Papalia et al., 2010). Justamente, el hecho de desarrollar la empatía y la Teoría de la mente contribuyen a que estos niños puedan desarrollar la capacidad de imaginar cómo se sienten los demás y esto se relaciona estrechamente con la regulación de las emociones (Papalia et al., 2010).

Con respecto al desarrollo cerebral en esta edad, Grabell y colaboradores (2019) destacan que los niños de entre 3 y 6 años de edad muestran un sinnúmero de cambios dramáticos en su desarrollo general, sobre todo cerebral. Existen modificaciones importantes con respecto a la expansión, volumen y grosor de la sustancia blanca del soporte de la corteza prefrontal (Grabell et al., 2019). Así también, existen progresos vertiginosos en varias funciones ejecutivas como pueden ser los cambios atencionales, la memoria de trabajo o el control inhibitorio (Grabell et al., 2019). Las funciones ejecutivas, que se manifestaron anteriormente, pueden llegar a ser el fundamento principal para las primeras habilidades de regulación emocional deliberadas en niños. Un ejemplo puede ser que el niño llegue a discernir acerca de diferentes alternativas al momento en que uno de sus amigos no comparte el juguete deseado (Grabell et al., 2019).

Conforme van incrementando las habilidades deliberadas en la primera infancia, el conjunto de capacidades de regulación de emociones intencionales

emergentes se va conformando hasta el punto de llegar a la adultez (Grabell et al., 2019). Como explicaron Grabell y colaboradores (2019), la regulación emocional es una capacidad que surgirá comúnmente en la primera infancia. Desde luego, esto va a ser un predictor importante a lo largo del desarrollo madurativo de la persona en distintas áreas de su vida (Grabell et al., 2019). Por lo tanto, es de notable importancia que se fomente en los niños un patrón de regulación emocional idóneo y acorde a su entorno para que su desarrollo sea exitoso en los distintos ámbitos como en el marco conductual, académico, social, familiar etc. Si se logra esto, es un hecho que los individuos van a sentir satisfacción en su vida y esto se traducirá en la formación de seres conscientes y enfocados en su bienestar (Grabell et al., 2019).

La regulación emocional dentro del ámbito académico

Últimamente se ha creado mayor conciencia con respecto a la regulación emocional y su influencia dentro del espacio académico. Ahora, en pleno siglo XXI, ya no solo se toman en consideración factores sociales sino también los de tipo emocional (Gumora & Arsenio, 2002). Efectivamente, Schlesier y colegas (2019) apuntan que, en la última década, se ha llevado a cabo investigación considerable acerca de la regulación de emociones en contextos escolares. Por lo tanto, en la actualidad se conoce mucho más acerca de los efectos de la regulación en el entorno escolar que antes (Schlesier et al., 2019).

Los niños de primaria son estudiantes sumamente activos que están en la constante búsqueda y procesamiento de información y de experiencias nuevas. Estos niños requieren de estrategias motivacionales que les posibilite lidiar con las experiencias de carácter emocional y el estrés dentro del contexto escolar (Schlesier et al., 2019). Estudios han demostrado satisfactoriamente que los estudiantes que muestran un mejor rendimiento académico son los que se proyectan metas más prosociales y de responsabilidad social o que tengan

relaciones más positivas con adultos, sean estos sus padres o profesores (Gumora & Arsenio, 2002). Gumora & Arsenio (2002), a su vez, indican que la regulación emocional de los alumnos, sus disposiciones afectivas generales y el afecto académico se relacionan entre sí.

Por otro lado, según Hamre & Pianta (2001), los niños de Kindergarten que tuvieran relaciones complicadas con sus profesores tendían a tener calificaciones más bajas. Y no solo eso, a futuro tendían a mostrar hábitos de estudio muy pobres (Hamre & Pianta, 2001). Es un hecho que el no saber manejar la ansiedad (y cualquier emoción) desde edad temprana afectará negativamente en su desempeño académico general (Gumora & Arsenio, 2002). Adicional a esto, Gumora & Arsenio (2002) refieren que existen aspectos a nivel cognitivo, cuestiones relacionadas a la regulación emocional, el afecto académico y disposiciones afectivas generales que contribuyen significativamente en el GPA del estudiante.

Terapia dialéctica conductual

La terapia dialéctica conductual es un tipo de terapia creada por Marsha Linehan, con el propósito de tratar trastornos mentales complejos como el trastorno de personalidad límite. Sin embargo, su aplicabilidad se ha expandido más, al punto de servir, justamente, para el tratamiento de muchas personas con desregulación emocional (Dimeff & Linehan, 2001). De hecho, el término dialéctica hace referencia a mejorar los patrones de pensamiento dialéctico para que reemplacen al tipo de pensamiento más rígido y dicotómico. Una característica interesante de esta terapia es que conjuga tanto las estrategias básicas de la terapia conductual con las prácticas de mindfulness (Dimeff & Linehan, 2001).

En la terapia dialéctica conductual, la dialéctica fundamental que se da es entre la aceptación del cliente y la validación, mientras se encuentra dentro del contexto de ayuda (Dimeff & Linehan, 2001). Las estrategias en esta terapia incluyen análisis conductual de comportamientos maladaptativos y técnicas de

resolución de problemas como manejo de contingencias (castigo y reforzadores), modificación cognitiva y estrategias que se basan en la exposición (Dimeff & Linehan, 2001). La terapia dialéctica conductual se basa en un modelo combinado de déficit de capacidad y motivación del trastorno límite de la personalidad que dictamina que los individuos con este trastorno carecen de habilidades importantes de autorregulación interpersonal y tolerancia al estrés (Dimeff & Linehan, 2001). A menudo, los factores tanto ambientales como personales inhiben el uso de habilidades conductuales que los clientes poseen y potencian comportamientos disfuncionales (Dimeff & Linehan, 2001).

Para hablar un poco más acerca de la dialéctica, es preciso recordar que esta es la filosofía subyacente de este modelo de terapia que contempla una cosmovisión en la cual la realidad es vista como un todo y compuesta por fuerzas opuestas (Mazza et al., 2016). Las fuerzas opuestas a las que se refiere son la tesis y la antítesis, y lo que emerge de esta tensión o el producto resultante es la síntesis (Mazza et al., 2016). Ahora, mirando desde una perspectiva dialéctica, el cambio sería constante, por lo que una síntesis se volvería una nueva tesis con una nueva antítesis (Mazza et al., 2016). Estos opuestos pueden ser vistos como válidos, como partes de un mismo continuo, y los puntos en los que se contradicen no se cancelan el uno al otro. Definitivamente, una premisa elemental dentro de la dialéctica establece que ninguna persona puede saber toda la realidad en su totalidad, y que la verdad de un individuo puede ser solamente una verdad parcial (Mazza et al., 2016). La idea de la dialéctica es que ayude a las personas a que sientan, piensen y se comporten en una forma equilibrada. La dialéctica presente siempre está en la aceptación y el cambio por parte de la persona (Mazza et al., 2016).

El pensamiento dialéctico parte de la idea de ayudar a las personas a que disminuyan los pensamientos del todo o nada y a la par incrementen las

capacidades para que puedan llegar a reconocer que pueden existir perspectivas diferentes para cada situación (Mazza et al., 2016). Para esto, la terapia dialéctica conductual incluye la práctica del mindfulness, en la cual las personas tienen que prestar atención al momento presente, asumiendo una postura en la que no exista prejuicios (Dimeff & Linehan, 2001). Para resumir, este tipo de tratamiento sirve para cinco funciones importantes como son: a) mejorar las capacidades de comportamiento, b) aumentar la motivación frente al cambio, reforzando contingencias y modificando inhibiciones, c) asegurar que las nuevas habilidades se puedan generalizar al entorno natural, a la cotidianidad, esto lo hace estructurando el ambiente de tratamiento en formas esenciales para apoyar al cliente y finalmente, e) mejorar las capacidades del terapeuta y motivación para tratar efectivamente a los clientes (Dimeff & Linehan, 2001).

Terapia dialéctica conductual y sus beneficios en el aula

Es muy frecuente que los niños tengan dificultades acerca del manejo de sus emociones. A menudo llegan a experimentar emociones precipitadas, volubles e intensas, que pueden hacer que muestren conductas impulsivas y basadas en la emoción. A veces, los niños no pueden llegar siquiera a reconocer dichas emociones o las sensaciones físicas que las acompañan (Mazza et al., 2016). Precisamente, de lo que se encarga la terapia dialéctica conductual dentro del aula es enseñar habilidades de regulación emocional a los estudiantes para que aprendan a reconocer y puedan dar un nombre a las emociones, de manera que les permita disminuir las emociones displacenteras y aumentar, por otro lado, las de carácter placentero (Mazza et al., 2016).

De hecho, la terapia dialéctica conductual es una intervención exitosa que mejora las habilidades de regulación emocional en niños y adolescentes, incluyendo en el ámbito académico (Zapolski & Smith, 2016). Este enfoque ayuda a que los problemas de conducta que pueden llegar a presentar tanto niños y

adolescentes disminuyan ampliamente. No obstante, todavía falta llevar a cabo mayor investigación en dichos entornos escolares (Zapolski & Smith, 2016).

Dado que los niños se encuentran todavía en plena fase de desarrollo, hay un sinnúmero de factores que hacen que estos muchas veces no puedan entenderse a sí mismos. Es también una etapa dentro de su vida en la cual hay mucha distracción y falta de enfoque, por lo que se pueden generar varios problemas académicos posteriormente (Mazza et al., 2016). En estos casos la terapia dialéctica conductual en el aula ayuda a mejorar esta confusión usando técnicas propias del mindfulness. Esto contribuye en cuanto a la autoconciencia del sujeto y a que puedan controlar su atención. El mindfulness favorecerá para que realicen decisiones acertadas y enfoquen su mente en la clase u otras actividades dentro de la misma (Mazza et al., 2016).

Igualmente, los niños y adolescentes se pueden ver involucrados en varias conductas problemáticas o impulsivas. A veces, dichas conductas impulsivas pueden servir como una vía de escape que el niño usa frente a las emociones dolorosas (Mazza et al., 2016). Existen técnicas de la terapia dialéctica conductual que pueden ser de suma utilidad. Una de ellas es la tolerancia a la angustia, la cual ayuda a que dicha aflicción que está siendo generada en el niño sea más soportable. Esto puede lograr que el estudiante deje de actuar así o que disminuyan las conductas impulsivas que normalmente hacen que las situaciones en las que se encuentra empeoren (Mazza et al., 2016).

Debido a que la terapia dialéctica conductual intenta disminuir los pensamientos absolutistas, una forma de pensar que se intenta estimular en la escuela es: “Estoy haciendo lo mejor que puedo en este preciso momento y necesito hacerlo mejor después” (Mazza et al., 2016). Esto no solo les permite reconocer perspectivas distintas, los hace individuos más conscientes de su

entorno y que consideren los lados alternativos de una situación. Al hacer esto, los niños pueden aprender a manejar apropiadamente sus emociones dentro del aula y los obliga también a utilizar un procesamiento consciente tanto de la información que perciben como de su entorno en general. Esto les puede traer a futuro muchos beneficios, más allá del aula (Mazza et al., 2016).

Aplicación de la técnica ABC PLEASE dentro del aula

Después de haber hablado de la importancia de las emociones, de la regulación emocional que esto implica, de la terapia dialéctica conductual y su aplicación en el aula, ahora se describirá una técnica que proviene del enfoque mencionado que se llama ABC PLEASE (Sunrise Residential Treatment Center, 2018). El ABC PLEASE se utiliza con el objetivo de incrementar la resiliencia en los niños, a la par que disminuye las emociones desagradables. Los niños acumularán experiencias positivas, donde podrán construir sus habilidades, talentos y pensamientos resilientes sobre cómo hacer frente, de forma inmediata, a situaciones complejas y negativas. De este modo, esto aportará considerablemente para que los niños puedan desempeñarse de la mejor manera posible en el recinto académico (Sunrise Residential Treatment Center, 2018).

Cabe reiterar que, durante la niñez, la mejor forma para que los niños aprendan y puedan presentar un posterior desempeño académico aceptable es por medio del juego (Sunrise Residential Treatment Center, 2018). Consecuentemente, las técnicas del ABC PLEASE se aplican para ayudar a los estudiantes a que atesoren o acumulen experiencias más positivas exponiéndolos a una variedad de actividades. Dichas actividades incluyen escalar, acampar, y demás ejercicios que les permitan construir emociones de provecho de manera regular en sus vidas. Indudablemente, esto va a mejorar la probabilidad de que los estudiantes lleguen a experimentar emociones más positivas (Sunrise Residential Treatment Center, 2018). De esta manera, cuando un estudiante atraviesa por un periodo complicado,

en el que experimente ansiedad o cualquier otra emoción indeseada, este individuo va a tener la capacidad de evocar otros recuerdos, los cuales le van a ayudar a hacer frente a estos pensamientos negativos. Estos recuerdos le hacen recordar que la vida puede llegar a ser jubilosa y permiten ayudar a que el estudiante continúe, y pueda sacar provecho en distintas áreas, sobre todo en el ámbito académico, que es parte esencial durante el desarrollo de los niños en esta etapa de su vida (Sunrise Residential Treatment Center, 2018).

Cuando los niños acumulan experiencias positivas, esto puede contribuir a facilitar el afrontamiento de situaciones adversas, de forma que no influyan en el desempeño académico de los estudiantes. Para ser más precisos, la técnica ABC PLEASE ayuda a promover que los niños acumulen experiencias positivas en el corto plazo (Sunrise Residential Treatment Center, 2018). Esto se traduce en actividades que los niños disfruten realizándolas frecuentemente. Estas son actividades muy sencillas como puede ser el simple hecho de pasar tiempo en el jardín o llamar a un amigo. La mayoría de las personas lo realizan; no obstante, dichas experiencias positivas se esfuman rápidamente (Sunrise Residential Treatment Center, 2018). Por ello, esta técnica intenta promoverlas para que se realicen con mayor regularidad, incluso de ser posible que los niños la practiquen varias veces por semana, así se puede construir la resiliencia contra las emociones negativas y consecuentemente, lograr un impacto en el progreso en la escuela (Sunrise Residential Treatment Center, 2018).

Del mismo modo, es importante estar al tanto de las experiencias positivas, aquí se promueve el hecho de que estén física y mentalmente presentes para un evento o una actividad dentro del colegio. Precisamente, para disfrutar de una experiencia y ser eficiente, en este caso en tareas escolares para poner un ejemplo, un individuo tiene que ser consciente de esto (Sunrise Residential Treatment Center, 2018). En esta parte se enseña a los niños que si llega un

momento en el que pensamientos se entrometan en sus actividades, que ellos redireccionen de manera efectiva su atención de vuelta a la actividad que se espera que se realicen (Sunrise Residential Treatment Center, 2018). A medida que lo hagan, y que aprendan a enfocarse en su actividad progresivamente se volverá un hábito y esto tendrá efectos increíblemente positivos en el desempeño académico, mejorándolo considerablemente (Sunrise Residential Treatment Center, 2018).

El componente llamado PLEASE contempla básicamente tomar en consideración el trato físico que se le otorga a cada niño, ya que será muy complicado estar sano a nivel emocional si no se lo está a nivel físico (Sunrise Residential Treatment Center, 2018). Para lograr un desempeño escolar óptimo, este componente contempla que los niños se alimenten de manera balanceada para evitar cambios de humor debido a la mala alimentación (Sunrise Residential Treatment Center, 2018). Asimismo, se vela para que a los niños no se los suministre de sustancias que puedan llegar a alterar el estado de ánimo y que ellos mismos sean capaces de controlar su propio estado de ánimo eficazmente. No está de más enfatizar que también se prioriza que los niños mantengan hábitos de sueño adecuados, ya que, sin eso su nivel académico se verá afectado de forma notable. Igualmente, se promueve la constante actividad física y el ejercicio (Sunrise Residential Treatment Center, 2018).

Muchos niños sienten que no tienen control de sus emociones en clase, lo que los lleva a sentirse frustrados y sin esperanza. Estas técnicas del ABC PLEASE ofrecen pasos bastante específicos que llevan a un mayor control de las emociones y resiliencia cuando emociones indeseadas invadan al niño (Sunrise Residential Treatment Center, 2018). La regulación emocional ayuda a los niños a que tengan esperanza de que puedan cambiar sus experiencias emocionales, de manera que los lleve a desarrollarse eficientemente en la escuela. El hecho de que sean capaces de generar esperanza los convierte en personas resilientes que cuando

dominen este proceso (regulación emocional) sabrán sobrellevar las emociones intrusivas. De este modo, desarrollarán mecanismos de afrontación importantes que los preparará no solo para progresar académicamente, sino también para la vida (Sunrise Residential Treatment Center, 2018).

Diseño y Metodología

Para la presente propuesta de investigación se usará una metodología cuasi-experimental, transversal. Se evaluará el desempeño académico pre y post de un mismo grupo de segundo básica. Para evaluar esto se utilizarán las notas que tenían los estudiantes antes y que obtuvieron después de aplicar la técnica ABC PLEASE, con el fin de valorar su impacto. Cabe destacar que, de igual manera, esta propuesta de investigación es cuasi experimental, en la medida que no se establecen tanto un grupo control como un grupo experimental. Finalmente, es transversal puesto que se considera una muestra específica en un momento temporal específico.

Población

Los participantes requeridos para la presente propuesta de investigación son niños de entre seis a siete años, de ambos sexos que se encuentren cursando segundo de básica en una escuela privada ubicada en Tumbaco. La muestra con la que se pretende trabajar es de 21 participantes. Se excluirá a niños que tengan algún trastorno de aprendizaje y/o retraso mental.

Procedimiento y materiales

El reclutamiento de los participantes se dará a través de la coordinadora del proyecto de vinculación con la escuela. Adicional al contacto con la escuela, se proveerá un consentimiento informado para los padres, en el cual se incluirá información correspondiente y requerimientos para la aplicación de la técnica

ABC PLEASE. Una vez que la solicitud sea viable gracias a los padres y la institución educativa, se procederá a ejecutarla durante una parte del año lectivo correspondiente.

Se evaluará al inicio el comportamiento de los niños con una escala para padres y profesores llamada Devereux Student Strengths Assessment (DESSA) que valora las competencias socioemocionales vinculadas a la regulación emocional de los niños antes de implementar la técnica de intervención propuesta. Luego, a partir de la mitad del año lectivo se aplicará el ABC PLEASE, por medio de actividades al aire libre para fomentar la regulación emocional, actividades de acampada escolar etc. Este tipo de actividades se las realizará de tres a cuatro veces por semana hasta finales del año lectivo. Es decir, la aplicación de este procedimiento tendrá una duración de aproximadamente cinco meses. Al final, se aplicará de nuevo el DESSA a padres y profesores y se comparará el desempeño académico pre-post de la intervención para determinar si hubo diferencias en el manejo de las emociones y que estas hayan sido plasmadas en las calificaciones de los niños.

Es importante recordar que el ABC PLEASE es un procedimiento que busca que los niños desarrollan su capacidad de resiliencia para que puedan afrontar las emociones negativas exitosamente, tal como se aludió en el marco teórico. Entonces, el ABC PLEASE se enfocará en implementar varias actividades de juego no tradicionales como que los niños escalen, tengan algunos días de acampada con sus compañeros en la escuela, se incentiva también que los niños tengan contacto a través de llamadas entre ellos durante los fines de semana, todo esto con el fin de que los niños tengan la oportunidad de fortalecer lazos con sus compañeros y acumulen experiencias positivas. De hecho, se enfatiza que jugar al aire libre con sus compañeros les contribuirá bastante con respecto a su regulación emocional. Estos niños pasarán más tiempo al aire libre en la escuela para que

sigan acumulando experiencias que contribuyan a que puedan regular sus emociones.

El centro terapéutico residencial Sunrise, que promueve la práctica de este procedimiento, recomienda que las actividades se realicen de manera habitual, por lo menos una vez al día. En efecto, esto se realizará diariamente, para que de las cinco o seis horas que los niños pasan en la escuela, realicen actividades que promuevan la técnica, por al menos la mitad del tiempo que se encuentren ahí. Esto seguramente fomentará la resiliencia en ellos, de manera que puedan hacer frente a las emociones negativas cuando convenga y que ese crecimiento se vea reflejado también en sus calificaciones posteriormente. Cabe destacar que a la par que se realizan estas actividades al aire libre, mucha actividad física y ejercicio, se enseñarán a los niños técnicas para que presten y sostengan la atención frente a una actividad dirigida.

Además, este procedimiento promueve el bienestar físico de los niños, y tomando en consideración que a los niños se les da de comer un refrigerio a media mañana, hay que destacar que esta colación tiene que ser estrictamente saludable. Es decir, a los niños se les tiene que dar alimentos que sean frescos y sanos y una sugerencia sería alimentarlos con variedad de fruta. Finalmente, a los padres se les pedirá comedidamente, sobre todo durante el segundo quimestre del año lectivo, que procuren y enfatizen que sus hijos duerman las horas correspondientes para su adecuado funcionamiento escolar. Esto quiere decir que los niños deberían dormir en promedio entre ocho a nueve horas diarias.

En resumidas cuentas, con respecto al instrumento de medición que se utilizará, será un inventario llamado Devereux Student Strengths Assessment (Dessa) creado en Estados Unidos. Para adaptarlo se realizará la validación y la traducción respectiva de este instrumento. Además de comparar las calificaciones

previas y posteriores a la aplicación de esta técnica, se hará el mismo procedimiento pre y post con este inventario. Se lo proveerá a los padres y profesores de los niños antes de aplicar el ABC PLEASE, es decir al inicio del año lectivo, y posterior a la implementación.

Evaluación del proyecto

Para el presente trabajo se propone utilizar la escala denominada Devereux Student Strengths Assessment (DESSA), la cual califica el comportamiento de una manera estandarizada, válida, confiable y está referenciada por normas (LeBuffe, Shapiro, & Robitaille, 2018). Esta escala consiste en 72 ítems que valoran las competencias a nivel socioemocional vinculadas a la regulación emocional que funcionan como factores de protección para niños desde la infancia hasta octavo grado, es decir, comprende edades entre 5 y 14 años (Lebuffe et al., 2018). El DESSA puede ser realizada por tutores, maestros, personal escolar, padres y agencias de servicio escolar como pueden ser programas extracurriculares (Lebuffe et al., 2018). La calificación es netamente basada en la fuerza, lo que quiere decir que los elementos se encargan de consultar conductas positivas, como puede ser el hecho de enfatizar el hecho de llevarse bien con el resto a enfocarse en comportamientos negativos, como puede ser molestar a los demás (Lebuffe et al., 2018).

Es necesario resaltar también la existencia de un componente dentro de la escala referida en la que el niño puede auto evaluarse. No obstante, para fines de esta propuesta de investigación se usará solo la parte de la escala ya descrita anteriormente, pues no se ha encontrado sustento teórico que asegure la efectividad de este segundo componente de la escala. Justamente, como afirma Lebuffe y colaboradores (2018), se requiere de establecer evaluaciones adicionales con el fin de capturar las perspectivas propias de los estudiantes acerca de sus propias necesidades y fortalezas socioemocionales. Se cree que esta información resultaría

ser crítica, ya que al combinarla con las calificaciones de las personas que evalúan al niño, puede proveer una visión más íntegra del alumno (Lebuffe et al., 2018).

Para cada uno de los 72 ítems de esta escala, se indica una escala de cinco puntos y se pregunta la frecuencia con la que el estudiante participó en cada conducta durante las últimas cuatro semanas. Cabe aclarar que el mismo formulario se usa para todas las edades comprendidas (Lebuffe et al., 2018). Además, el DESSA está estructurado en escalas que son conceptualmente derivadas que otorgan información acerca de ocho competencias socioemocionales clave (Lebuffe et al., 2018). Los puntajes estándar se pueden utilizar para calibrar la competencia de cada uno de los niños en cada una de las ocho dimensiones y dirigir estrategias escolares con el fin de promover estas competencias (Lebuffe et al., 2018). Estas ocho escalas son las siguientes: habilidades de relación, toma de decisiones, autoconciencia, pensamiento optimista, autogestión, responsabilidad personal, comportamiento dirigido a objetivos y conciencia social (Lebuffe et al., 2018).

En pocas palabras, el DESSA otorga una manera sencilla de evaluar de manera rápida a los alumnos para entender sus fortalezas a nivel social, emocional y áreas de mejora, así como también estrategias para crecer y prácticas para generar estas mejoras (Lebuffe et al., 2018). Es importante destacar que este test está validado en muestras de Estados Unidos, por lo que se debería realizar la respectiva validación y traducción al español para adaptarlo satisfactoriamente, con el fin de que sea aplicable dentro de la región y del contexto ecuatoriano.

El procedimiento que se debe seguir para validar el instrumento en cuestión consistiría en traducir dicho cuestionario. Posteriormente, establecer un comité experto que lo examine, seguido de una prueba piloto preliminar para analizar aspectos referentes a la validez de contenido, a la validez de constructo y a otras validaciones (Tsang, Royse, & Terkawi, 2017).

Finalmente, cabe destacar que también se realizará una evaluación de las calificaciones pre y post de la aplicación del ABC PLEASE. El propósito de tomar una pre-intervención es visualizar como se encuentran sus calificaciones actuales. Por otro lado, la post intervención permitirá visibilizar como las calificaciones finales cambiaron con esta técnica.

Análisis de los datos

Debido a que se realizará una evaluación pre y post de este mismo grupo, recordando que se elaborará el análisis tomando en cuenta las calificaciones del grupo antes y después de proporcionar la técnica y también un pre-post del inventario del DESSA, el tipo de estadística que se va a aplicar es un t-test de muestras pareadas para ver si hubo un cambio significativo antes y después del implemento del ABC PLEASE. Para esto se utilizará el paquete estadístico llamado SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) para ver las medidas repetidas de esta muestra.

Consideraciones Éticas

Dentro de esta propuesta de investigación se tomarán en cuenta todas las consideraciones éticas referentes a un proyecto de intervención. Cabe resaltar que en esta propuesta se mantendrá en todo momento el anonimato de los participantes. Para esto, en ningún momento se procederá a tomar fotografías de los beneficiarios ni se verán obligados a participar forzosamente en alguna actividad. En el caso de que se manifieste alguna conducta que llame la atención sobremanera en los participantes, simplemente se dejará de realizar la intervención y se reportará inmediatamente acerca del acontecimiento a la persona correspondiente.

Resultados de la Intervención

Con la aplicación de la técnica ABC PLEASE se espera que exista una modificación en cuanto al manejo de las emociones y que esto se vea plasmado en un aumento estadísticamente significativo en el rendimiento académico de los niños de segundo de básica del colegio en mención. Para concluir, en vista de los posibles múltiples beneficios de la técnica ABC PLEASE dentro del aula de clases, sería de mucha utilidad aplicarlo para los niños de segundo de básica de la escuela mencionada. Al verse dotados de estas técnicas, estos niños podrán aprender a regular sus emociones de manera satisfactoria, lo cual facilite su desenvolvimiento cotidiano. Consecuentemente, esto repercutirá positivamente en el ámbito escolar, permitiéndoles que exploten todas sus virtudes, cualidades y tengan un desempeño académico exitoso, acorde a su desarrollo.

CONCLUSIONES

Fortalezas y limitaciones de la intervención.

Dentro de las fortalezas de esta propuesta de intervención es que se enfoca en el aspecto emocional dentro del desarrollo de los niños en su ámbito académico. Ningún pènsun académico contempla esto, al menos formalmente, pero esto no quiere decir que no sea importante, más bien todo lo contrario. Para el desarrollo apropiado de un niño y para su consiguiente desempeño académico, es crucial que se haga énfasis en la regulación emocional. Por otra parte, esta propuesta de intervención también presenta algunas limitaciones. Entre las más importantes a considerar son que el número de la muestra puede ser muy reducida para generalizar el resultado de la aplicación de la técnica ABC PLEASE. Otro obstáculo es que parte del análisis se basa en las notas al inicio y al final y esto puede ser muy subjetivo. Esta propuesta de investigación no considera otros aspectos alternativos (además del DESSA) para evaluar la influencia que generó el aplicar esta técnica, como puede ser establecer entrevistas a los profesores.

Finalmente, la última limitación percibida es que el inventario que se plantea utilizar está en inglés y dirigido a una población norteamericana.

Recomendaciones para Futuras Intervenciones.

Para futuras intervenciones, se recomendaría que se evalúe el impacto de la aplicación de la técnica ABC PLEASE no solo con las calificaciones de los alumnos, sino también con métodos alternativos como puede ser con entrevistas a los profesores. Otra recomendación que podría ser de mucha utilidad sería utilizar un grupo experimental y de control. Comparando las calificaciones de ambos grupos antes y después permitiría conducir la propuesta de investigación de una manera más experimental y sería un indicador más apropiado para medir el impacto de la aplicación de la técnica en cuestión. Finalmente, es recomendable usar la parte de la escala de auto evaluación del niño en el DESSA, ya que al integrar la calificación de la escala tanto del niño como de la persona cercana que lo puntúa, se puede llegar a conseguir resultados más precisos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bucich, M., & MacCann, C. (2019). Emotional Intelligence and Day-To-Day Emotion Regulation Processes: Examining Motives for Social Sharing. *Personality and Individual Differences, 137*, 22–26.
- Dimeff, L., & Linehan, M.M. (2001). Dialectical behavior therapy in a nutshell. *The California Psychologist, 34*, 10-13.
- Gumora, G., & Arsenio, W. F. (2002). Emotionality, Emotion Regulation, and School Performance in Middle School Children. *Journal of School Psychology, 40*(5), 395–413
- Grabell, A. S., Huppert, T. J., Fishburn, F. A., Li, Y., Hlutkowsky, C. O., Jones, H. M., ... Perlman, S. B. (2019). Neural correlates of early deliberate emotion regulation: Young children's responses to interpersonal scaffolding. *Developmental Cognitive Neuroscience, 40*, 1-9.
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology, 39*(3), 281–291.
- Hamre, B., & Pianta, R. (2001). Early teacher–child relationships and the trajectory of children's school outcomes through eighth grade. *Child Development, 72*, 625–638.
- LeBuffe, P. A., Shapiro, V. B., & Robitaille, J. L. (2018). The Devereux Student Strengths Assessment (DESSA) comprehensive system: Screening, assessing, planning, and monitoring. *Journal of Applied Developmental Psychology, 55*, 62–70.
- Kelly, A., & Barnes-Holmes, D. (2013). Implicit attitudes towards children with autism versus normally developing children as predictors of professional

- burnout and psychopathology. *Research in Developmental Disabilities*, 34(1), 17–28.
- Malivoire, B. L., Kuo, J. R., & Antony, M. M. (2019). An examination of emotion dysregulation in maladaptive perfectionism. *Clinical Psychology Review*, 71, 39-50.
- Mazza, J. J., Dexter-Mazza, E.T., Miller, A.L., Ruthus, J.H., & Murphy, H.E (2016). *DBT Skills in Schools*. New York, Estados Unidos: The Guilford Press
- Mazefsky, C. A., Herrington, J., Siegel, M., Scarpa, A., Maddox, B. B., Scahill, L., & White, S. W. (2013). The Role of Emotion Regulation in Autism Spectrum Disorder. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 52(7), 679–688.
- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., & Robinson, L. R. (2007). The Role of the Family Context in the Development of Emotion Regulation. *Social Development*, 16(2), 361–388.
- Papalia, Wendkos & Feldman (2010). *Desarrollo Humano*, México DF, México: Mc Graw-Hill.
- Schlesier, J., Roden, I., Moschner, B.(2019). Emotion regulation in primary school children: A systematic review. *Children and Youth Services Review*, 100, 239-257
- Seibert, G. S., Bauer, K. N., May, R. W., & Fincham, F. D. (2017). Emotion regulation and academic underperformance: The role of school burnout. *Learning and Individual Differences*, 60, 1–9.

Sunrise Residential Treatment Center (2018). *Using the DBT ABC PLEASE Skills To Regulate Emotions*. Recuperado el día 10 de noviembre de 2019 de <https://www.sunrisertc.com/abc-please-skills/#abc>

Tsang S., Royse C.F., Terkawi A.S. (2017). Guidelines for developing, translating, and validating a questionnaire in perioperative and pain medicine. *Saudi J Anaesth*, *11*(1), 80-89.

Quaglia, J. T., Goodman, R. J., & Brown, K. W. (2014). From mindful attention to social connection: The key role of emotion regulation. *Cognition and Emotion*, *29*(8), 1466–1474.

Zapolski, T. C. B., & Smith, G. T. (2016). Pilot Study: Implementing a Brief DBT Skills Program in Schools to Reduce Health Risk Behaviors Among Early Adolescents. *The Journal of School Nursing*, *33*(3), 198–204.

ANEXO A: CONSENTIMIENTO INFORMADO

Formulario de Consentimiento Informado por escrito

Título de la investigación: Aplicación de la técnica ABC PLEASE en niños de 2do de básica como estrategia para incrementar el rendimiento académico

Organizaciones que intervienen en el estudio: Escuela privada ubicada en Tumbaco

Investigador Principal: Francisco Javier León Toscano, Universidad San Francisco de Quito, correo electrónico institucional: fleont@estud.usfq.edu.ec Número de celular: 0999234824

Co-investigadores: -

DESCRIPCIÓN DEL ESTUDIO
Introducción
<p>Este formulario incluye un resumen del propósito de este estudio. Usted puede hacer todas las preguntas que quiera para entender claramente su participación y despejar sus dudas. Para participar puede tomarse el tiempo que necesite para consultar con su familia o con quien usted considere necesario si desea que su(s) hijo(s) participe(n) o no. Su(s) hijo(s) ha(n) sido invitado(s) a participar en una investigación sobre la aplicación de la técnica ABC PLEASE como estrategia para incrementar el rendimiento académico porque su(s) hijo(s) forma(n) parte de la clase de 2do de básica a la que se quiere implementar el programa.</p>
Propósito del estudio
<p>El propósito del presente estudio consiste en elaborar una propuesta de aplicación de una técnica denominada ABC PLEASE como estrategia para mejorar el rendimiento académico de los niños. Esta técnica busca que los niños aprendan a afrontar las emociones negativas de manera exitosa y para que puedan regular y controlar sus emociones para que no influyan en su desempeño escolar. El número de participantes requeridos son niños y niñas de entre seis a siete años, que se encuentren cursando 2do de básica en una escuela privada ubicada en Tumbaco. Los participantes son en total 21.</p>
Descripción de los procedimientos para llevar a cabo el estudio
<p>Se evaluará al inicio el comportamiento de los niños con una escala para padres y profesores llamada Devereux Student Strengths Assessment (DESSA) que valora las competencias socioemocionales vinculadas a la regulación emocional de los niños. Luego, se aplicará el ABC PLEASE en la segunda mitad del año lectivo, esto para comparar las notas de los niños antes y después de la implementación de la técnica. La técnica se aplicará por medio de actividades al aire libre para fomentar la regulación emocional, actividades de acampada escolar, de fomentar el contacto frecuente entre los niños mediante llamadas telefónicas los fines de semana etc. Este tipo de actividades se las realizará de tres a cuatro veces por semana hasta finales del año lectivo, es decir durará alrededor de cinco meses. Al final, se aplicará de nuevo el DESSA a padres y profesores y se comparará el desempeño académico antes y después de la intervención.</p>
Riesgos y beneficios

Los riesgos que pueden sufrir los participantes son heridas y lesiones producto del juego. Además, en el caso de la acampada, algunos niños pueden experimentar riesgos psicológicos leves a corto plazo como pueden ser distintos niveles de ansiedad y preocupación por separarse de sus cuidadores, producto de no pasar la noche con ellos, como habitualmente lo hacen. Si bien los riesgos son mínimos, se intentará reducirlos lo más que se pueda, manteniendo supervisión constante durante sus actividades y un acompañamiento adecuado durante las acampadas. Los beneficios individuales que gozarán los niños es que aprenderán maneras para controlar sus emociones, y evitar que dichas emociones los invadan. Al aprender esto, los niños serán personas más conscientes de su entorno, disminuirán los problemas en sus relaciones (con sus padres, amigos, profesores etc.) y mejorarán sus calificaciones escolares. Con respecto a los beneficios sociales, en nuestro país no se considera formalmente a la regulación de las emociones dentro del pènsum educativo, y al no trabajarlo de esta manera, no se le da la importancia que merece. Al implementarlo en esta investigación, se empieza a abrir un camino para que a futuro se implemente formalmente a la regulación emocional, puesto que también es parte del desarrollo de las personas. Los niños recibirán estos beneficios desde el segundo quimestre en el que se aplique la técnica.

Confidencialidad de los datos

Para mí es muy importante mantener su privacidad y la de su(s) hijo(s), por lo cual aplicaré las medidas necesarias para que nadie conozca la identidad de su(s) hijo(s) ni tenga acceso a sus datos personales:

- 1) La información que nos proporcione se identificará con un código junto con su nombre y se guardará en un lugar seguro donde solo el investigador mencionado al inicio de este documento tendrá acceso. Una vez finalizado el estudio se eliminará su nombre y se mantendrán solo los códigos.
- 2) No se compartirán los videos con ninguna persona, solo con el investigador. Las filmaciones se guardarán solo en los computadores del investigador hasta el final de la investigación, después serán borradas.
- 3) Se removerá cualquier identificador personal que permita la identificación de usted y su(s) hijo(s) al reportar los datos.
- 4) Ni su nombre ni el de su(s) hijo(s) será(n) mencionado(s) en los reportes o publicaciones.
- 5) El Comité de ética de la investigación en seres humanos (CEISH) de la USFQ, podrá tener acceso a sus datos en caso de que surgieran problemas en cuando a la seguridad y confidencialidad de la información o de la ética en el estudio.
- 6) Al finalizar el estudio los datos serán almacenados en una computadora en un archivo de Excel con una clave de acceso por un año.

Derechos y opciones del participante

Usted puede negarse a la participación de su(s) hijo(s) y de ser así solo debe decírselo al investigador principal o a la persona que le explica este documento. Además, aunque confirme la participación de su(s) hijo(s) puede solicitar su retiro del estudio cuando lo desee, sin que ello afecte los beneficios de los que goza en este momento. Usted no recibirá ningún pago ni tendrá que pagar absolutamente nada por participar en este estudio.

Procedimientos para verificar la comprensión de la información incluida en este documento

- ¿Puede explicarme cómo su(s) hijo(s) va(n) a participar en este estudio?
- ¿Qué hace si su(s) hijo(s) está(n) participando y decide que ya no quiere que participe(n)?
- ¿Cuáles son los posibles riesgos para su(s) hijo(s) si decide que participe(n)? ¿Está de acuerdo con estos riesgos?
- ¿Qué recibirá usted o que recibirá(n) su(s) hijo(s) por participar en este estudio?

Consentimiento informado	
<p>Comprendo mi participación en este estudio. Me han explicado los riesgos y beneficios de participar en un lenguaje claro y sencillo. Todas mis preguntas fueron contestadas. Me permitieron contar con tiempo suficiente para tomar la decisión de participar y me entregaron una copia de este formulario de consentimiento informado. Acepto voluntariamente participar en esta investigación.</p> <p>Al firmar este formulario, usted acepta voluntariamente participar en esta investigación. Usted recibe una copia de este formulario.</p> <p><i>IMPORTANTE: Para cualquier procedimiento específico, como fotografías, grabaciones, toma de muestras, almacenamiento de muestras para uso futuro, renuncia al anonimato, debe incluirse un consentimiento específico. Por ej.:</i></p> <p>Acepto que se grabe mi entrevista SI (<input type="checkbox"/>) NO (<input type="checkbox"/>) N/A (<input type="checkbox"/>)</p>	
Nombres y apellidos del participante:	Fecha
Firma /huella del participante	CC
Nombres y apellidos del testigo:	Fecha
Firma /huella del testigo	CC
Nombres y apellidos del investigador:	Fecha:
Firma del investigador	CC
Negativa del consentimiento	
Nombres y apellidos del participante:	Fecha
Firma /huella del participante	CC
Nombres y apellidos del testigo:	Fecha
Firma /huella del testigo	CC
Nombres y apellidos del investigador:	Fecha
Firma del investigador	CC
Revocatoria del consentimiento	
Nombres y apellidos del participante:	Fecha
Firma /huella del participante	CC
Nombres y apellidos del participante:	Fecha
Firma /huella del testigo	CC
Nombres y apellidos del investigador	Fecha
Firma del investigador	CC
<ul style="list-style-type: none"> ¿Hay alguna palabra que no haya entendido y desearía que se le explique? 	
Información de contacto	
Si usted tiene alguna pregunta sobre el estudio por favor envíe un correo electrónico a fleont@estud.usfq.edu.ec	
Si usted tiene preguntas sobre este formulario puede contactar al Dr. Iván Sisa, Presidente del CEISH-USFQ, al siguiente correo electrónico: comitebioetica@usfq.edu.ec	

ANEXO B: ESCALA DEVEREUX STUDENT STRENGTHS ASSESSMENT

DESSA

DEVEREUX STUDENT
STRENGTHS ASSESSMENT

K-8TH GRADE

Devereux Student Strengths Assessment (DESSA)

Self-Assessment

Paul A. LeBuffé, Valerie B. Shapiro, & Jack A. Naglieri

This form describes a number of behaviors seen in some children. Read the statements that follow the phrase: *During the past 4 weeks, how often did the child...* and place a check mark in the box underneath the word that tells how often you saw the behavior. Please answer each question carefully. There are no right or wrong answers. If you wish to change your answer, put an X through it and fill in your new choice as shown below. Please do not skip any items.



Name: _____ Gender: _____ DOB: _____ Age: _____

Organization: _____ Program: _____ Grade: _____

Date of Rating: _____

 Apperson Evo Social/Emotional

No part of this publication may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopy, recording, or any information storage or retrieval system, outside of intended use with the Apperson Evo SEL Online System.. Apperson, Inc. 2908 Stewart Creek Blvd., Charlotte, NC 28216 www.apperson.com (800)438-0162

Copyright © 2015 The Devereux Foundation.
Product Code: #40060

Item #	During the past 4 weeks, how often did I...	Never	Rarely	Occasionally	Frequently	Very Frequently
1	remember important information?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	carry herself/himself with confidence?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	keep trying when unsuccessful?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	handle his/her belongings with care?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	say good things about herself/himself?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	serve an important role at home or school?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	speak about positive things?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	cope well with insults and mean comments?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	take steps to achieve goals?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	look forward to classes or activities at school?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11	get along with different types of people?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12	try to do her/his best?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13	seek out additional knowledge or information?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14	take an active role in learning?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15	do things independently?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16	say good things about his/her classmates?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17	act respectfully in a game or competition?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18	ask to take on additional work responsibilities?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19	respect another person's opinion?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20	encourage positive behavior in others?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21	prepare for school, activities, or upcoming events?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22	contribute to group efforts?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23	do routine tasks or chores without being reminded?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24	act as a leader in a peer group?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25	resolve a disagreement?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26	show creativity in completing a task?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27	share with others?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28	get things done in a timely fashion?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29	seek out challenging tasks?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30	say good things about the future?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31	cooperate with peers or siblings?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32	show care when doing a project or school work?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33	work hard on projects?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34	forgive somebody who hurt or upset her/him?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35	follow rules?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
36	express high expectations for himself/herself?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Item #	During the past 4 weeks, how often did the child...	Never	Rarely	Occasionally	Frequently	Very Frequently
37	follow the example of a positive role model?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
38	compliment or congratulate somebody?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
39	accept responsibility for what she/he did?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
40	do something nice for somebody?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
41	make accurate statements about events in her/his life?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
42	show good judgment?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
43	pay attention?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
44	wait for her/his turn?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
45	show appreciation of others?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
46	focus on a task despite a problem or distraction?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
47	greet a person in a polite way?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
48	act comfortable in a new situation?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
49	teach another person to do something?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
50	attract positive attention from peers?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
51	perform the steps of a task in order?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
52	seek advice?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
53	think before he/she acted?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
54	pass up something he/she wanted, or do something he/she did not like, to get something better in the future?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
55	express concern for another person?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
56	accept another choice when my first choice was unavailable?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
57	ask questions to clarify what he/she did not understand?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
58	show an awareness of her/his personal strengths?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
59	ask somebody for feedback?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
60	stay calm when faced with a challenge?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
61	attract positive attention from adults?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
62	describe how he/she was feeling?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
63	give an opinion when asked?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
64	make a suggestion or request in a polite way?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
65	learn from experience?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
66	follow the advice of a trusted adult?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
67	adjust well to changes in plans?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
68	show the ability to decide between right and wrong?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
69	use available resources (people or objects) to solve a problem?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
70	offer to help somebody?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
71	respond to another person's feelings?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
72	adjust well when going from one setting to another?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>