

PROYECTO DE PREVENCIÓN Y REDUCCIÓN DEL ESTRÉS ACULTURATIVO EN ALUMNOS DE ERASMUS MEDIANTE REALIDAD VIRTUAL (FPYE_006.22_INN)

PROYECTO DE INNOVACIÓN DOCENTE DE LA CONVOCATORIA 2022-2023:

Facultad de Formación de Profesorado y Educación

Departamento Interfacultativo de Psicología Evolutiva y de la Educación

Autores:

- Roberto Sánchez Cabrero (Coordinador)
- Lidia Mañoso Pacheco
- Gema Pilar Sáez Suanes
- Rosalía Cotelo García

PRESENTACIÓN DEL PROYECTO

- La realidad virtual (RV) es, sin duda, la nueva tecnología que mayor potencial educativo presenta y que, sin embargo, está en los albores de su aprovechamiento en el ámbito educativo.
- A día de hoy, uno de los usos más habituales de la RV en el campo laboral es la visualización previa para la preparación profesional o deportiva reduciendo y mejorando la adaptación a situaciones de gran estrés.
- Esta aplicación de la RV como preparación a situaciones estresantes puede ser trasladada con facilidad al ámbito educativo. Como, por ejemplo, para paliar o prevenir los efectos negativos del conocido como *acculturative stress* (estrés aculturativo)
- La prevención de la aparición de este tipo de estrés supondría un impacto favorable en el bienestar psicoemocional del alumnado internacional del programa Erasmus.

OBJETIVOS DEL PROYECTO

Mejorar la adaptación a los nuevos entornos espaciales, culturales, sociales y lingüísticos de los destinos internacionales para alumnos de la Universidad Autónoma de Madrid (UAM) que participan en el programa Erasmus de la convocatoria 2022/2023 (y que realizarán, por tanto, sus estancias en el curso 2023/2024).



Este objetivo se trata de cumplir reduciendo el *acculturative stress* (estrés aculturativo) de los alumnos mediante la inmersión en Realidad Virtual en SPOCs (*Small Private Online Courses*) personalizados a cada estudiante.

LÍNEAS DE ACCIÓN PRIORITARIAS DE LOS PROYECTOS DE INNOVACIÓN PRESENTES EN ESTE PROYECTO

- Motivar el desarrollo de materiales y recursos docentes innovadoras que mejoren las estrategias y técnicas de aprendizaje del estudiantado y su evaluación.
- Implantar procesos que fomenten la participación del estudiantado en la construcción de su propio proceso formativo.
- Mejorar la digitalización de la docencia y los procesos de virtualización, promoviendo la utilización de los recursos y servicios disponibles de la Universidad.
- Orientar los proyectos de innovación docente hacia un enfoque basado tanto en procesos como en resultados.

LÍNEAS DE ACCIÓN PRIORITARIAS DE LOS PROYECTOS DE INNOVACIÓN PRESENTES EN ESTE PROYECTO

- Incorporación de metodologías activas que faciliten el desarrollo de competencias tanto generales como específicas y transversales e incrementen el grado de motivación de los estudiantes por el aprendizaje.
- Evaluación inicial de conocimientos y competencias de los estudiantes que permitan a los docentes ayudar a sus estudiantes a identificar deficiencias y las acciones formativas asociadas para resolverlas.
- Implantación de estrategias de aprendizaje basadas en las tecnologías actuales que fomenten un mejor aprendizaje, como la enseñanza inversa (*flipped classroom*), la utilización de juegos, simuladores, etc.

FASES SEGUIDAS EN EL DISEÑO DEL PROYECTO

1. Aprobación del proyecto por parte del Comité de Ética de la Investigación de la Universidad Autónoma de Madrid

2. Difusión del programa y captación de participantes

3. Diseño y aplicación pretratamiento de un instrumento informatizado para medir el acculturative stress y sus variables asociadas a una muestra de 26 alumnos del programa Erasmus en momentos previos a su estancia internacional.

4. Diseño de 13 planes personalizados de inmersión con RV para preparar la estancia internacional a una muestra de 13 alumnos que van a participar en el programa Erasmus en el curso 2023-2024 mediante entrevistas individuales y perfiles personalizados

5. Aplicación de 13 planes personalizados de inmersión con RV para preparar la estancia internacional a una muestra de 13 estudiantes que van a participar en el programa Erasmus en el curso 2023-2024 durante los meses de junio y septiembre de 2023

PARTICIPANTES EN EL PROYECTO

Nº	Plan	Código	Nombre de la universidad	País de la universidad	Idioma	Tiempo estancia
1	694 - Graduado/a en Maestro/a en Educación Infantil y en Maestro/a en Educación Primaria	BG SOFIA06	SOFIA UNIVERSITY ST.KLIMENT OHRIDSKI	Sofía (Bulgaria)	Búlgaro	Primer semestre
2	694 - Graduado/a en Maestro/a en Educación Infantil y en Maestro/a en Educación Primaria	G ATHINE01	ETHNIKO KAI KAPODISTRIAKO PANEPISTIMIO ATHINON	Atenas (Grecia)	Griego	Primer semestre
3	471 - Graduado/a en Maestro/a en Educación Primaria	G ATHINE01	ETHNIKO KAI KAPODISTRIAKO PANEPISTIMIO ATHINON	Atenas (Grecia)	Griego	Segundo semestre
4	694 - Graduado/a en Maestro/a en Educación Infantil y en Maestro/a en Educación Primaria	D LUDWIGB01	PÄDAGOGISCHE HOCHSCHULE LUDWIGSBURG	Ludwigsburg (Alemania)	Alemán	Primer semestre
5	471 - Graduado/a en Maestro/a en Educación Primaria	-	EÖTVÖS LORÁND UNIVERSITY	Budapest (Hungría)	Húngaro	Primer semestre
6	471 - Graduado/a en Maestro/a en Educación Primaria	NL AMSTERD01	UNIVERSITEIT VAN AMSTERDAM	Ámsterdam (Países Bajos)	Neerlandés	Segundo semestre

PARTICIPANTES EN EL PROYECTO

Nº	Plan	Código	Nombre de la universidad	País de la universidad	Idioma	Tiempo estancia
7	694 - Graduado/a en Maestro/a en Educación Infantil y en Maestro/a en Educación Primaria	RO BUCURES09	UNIVERSITATEA DIN BUCURESTI	Bucarest (Rumania)	Rumano	Primer semestre
8	694 - Graduado/a en Maestro/a en Educación Infantil y en Maestro/a en Educación Primaria	RO BUCURES09	UNIVERSITATEA DIN BUCURESTI	Bucarest (Rumania)	Rumano	Primer semestre
9	694 - Graduado/a en Maestro/a en Educación Infantil y en Maestro/a en Educación Primaria	RO BUCURES09	UNIVERSITATEA DIN BUCURESTI	Bucarest (Rumania)	Rumano	Primer semestre
10	694 - Graduado/a en Maestro/a en Educación Infantil y en Maestro/a en Educación Primaria	S STOCKHO01	STOCKHOLMS UNIVERSITET	Estocolmo (Suecia)	Sueco	Primer semestre
11	694 - Graduado/a en Maestro/a en Educación Infantil y en Maestro/a en Educación Primaria	I ROMA16	UNIVERSITA' DEGLI STUDI ROMA TRE	Italia	Italiano	Primer semestre
12	694 - Graduado/a en Maestro/a en Educación Infantil y en Maestro/a en Educación Primaria	I ROMA16	UNIVERSITA' DEGLI STUDI ROMA TRE	Italia	Italiano	Curso académico o completo
13	694 - Graduado/a en Maestro/a en Educación Infantil y en Maestro/a en Educación Primaria	I ROMA16	UNIVERSITA' DEGLI STUDI ROMA TRE	Italia	Italiano	Primer semestre

MATERIALES NECESARIOS

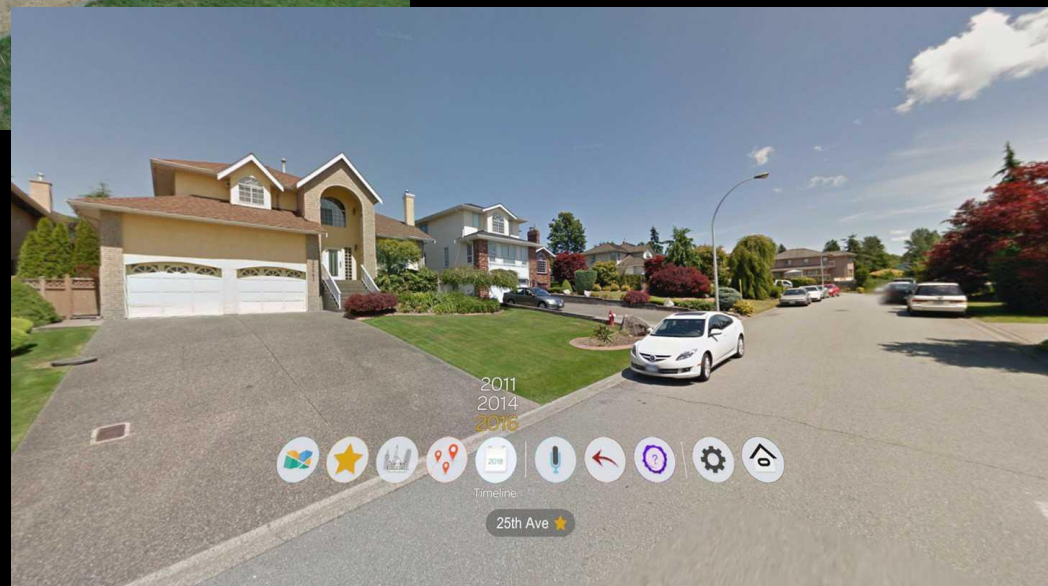
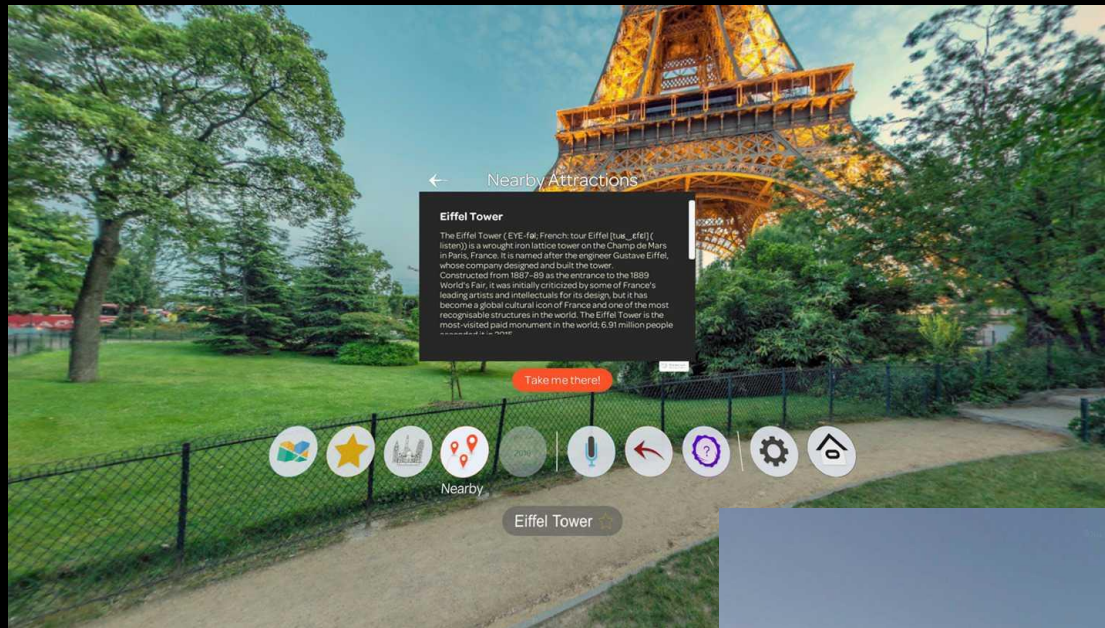
3 visores de RV
autónomos
Meta Quest 2

Apps de RV:

- Wander
- Mondly VR



WANDER VR



MONDLY VR



BLOQUES DE CONTENIDOS EN LAS INMERSIONES EN REALIDAD VIRTUAL

Bloque de
inmersión en
RV lingüístico

Bloque de
inmersión en
RV espacial

BLOQUE DE INMERSIÓN EN RV LINGÜÍSTICO

Simulación 1: “*Check-in* en el alojamiento”

Simulación 2: “interacción en un restaurante típico de la ciudad”

Simulación 3: “socialización con personas de distintas culturas”

BLOQUE DE INMERSIÓN EN RV ESPACIAL

Simulación 1: “Llegada al destino Erasmus”

Simulación 2: “Familiarización con el campus”

Simulación 3: “Recorrido por el centro de la ciudad”

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Acculturative Stress Scale for International Students: ASSFIS, de Sandhu y Asrabadi (1998)

- Dicho cuestionario, que mide específicamente el estrés aculturativo, da puntuaciones en el rango 36-144. Dando puntuaciones parciales en los constructos: Discriminación percibida, Nostalgia, Odio percibido, Miedo, Estrés cultural, Culpa,

Social Adaptation Self-evaluation Scale: SASS, de Bosc, Dubini y Polin (1997)

- El SAAS ofrece una puntuación única, que en este proyecyo tuvo una media de 44,38 (DT= 3,07), ligeramente superior a la media obtenida por los autores en similares circunstancias ($X=41,6$; DT= 6,4), por lo que no se aprecia carencia social inicial previa entre los participantes del proyecto. Preocupaciones inespecíficas.

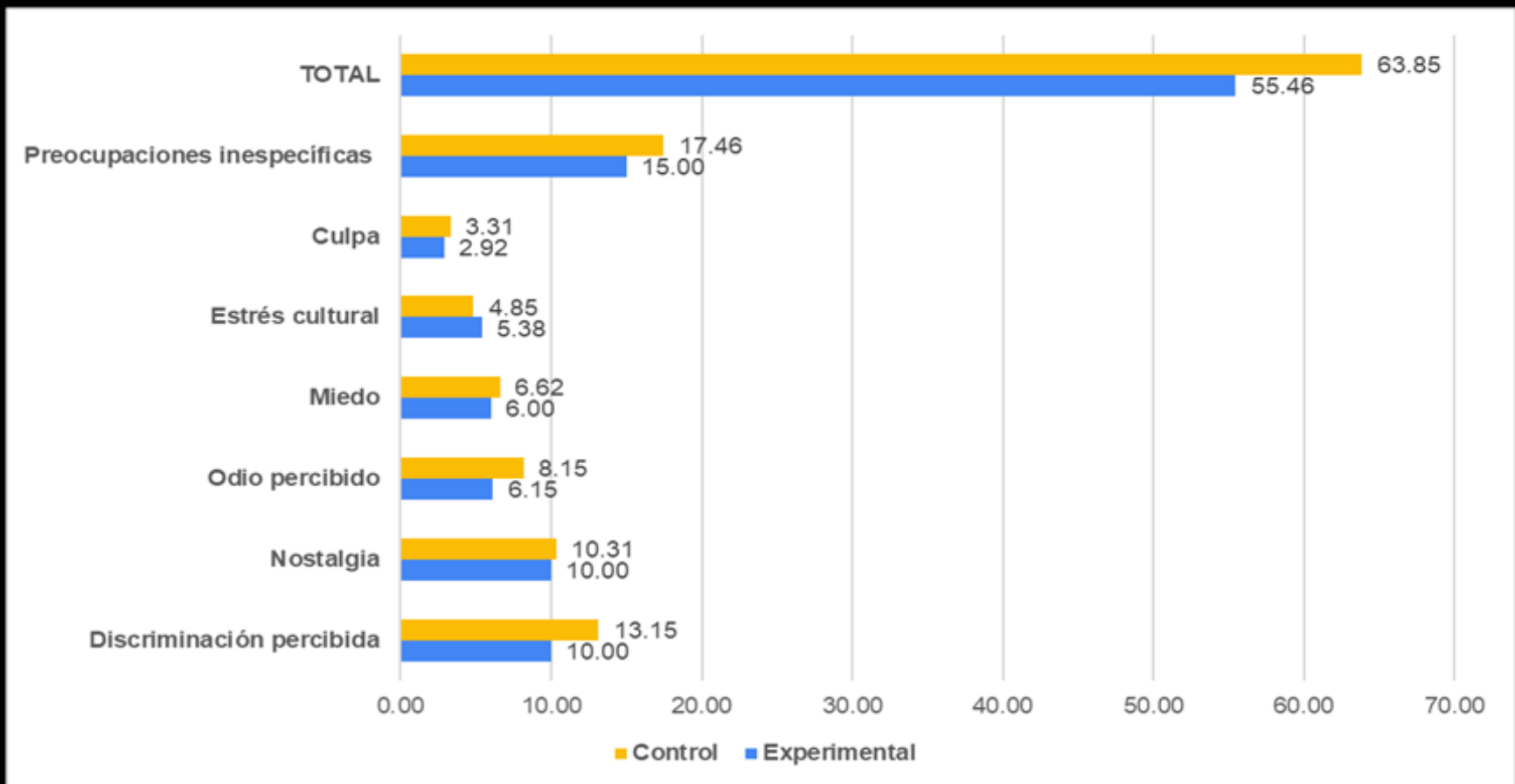
RESULTADOS ALCANZADOS E INDICADORES

Resultados del Acculturative Stress Scale for International Students

	Grupo Experimental		Grupo de Control		TOTAL	
	Media	DT	Media	DT	Media	DT
Discriminación percibida	10.00	2.160	13.15	5.771	11.58	4.562
Nostalgia	10.00	3.367	10.31	2.213	10.15	2.796
Odio percibido	6.15	2.115	8.15	3.532	7.15	3.029
Miedo	6.00	1.871	6.62	2.902	6.31	2.413
Estrés cultural	5.38	1.710	4.85	1.994	5.12	1.840
Culpa	2.92	1.188	3.31	1.702	3.12	1.451
Preocupaciones inespecíficas	15.00	3.028	17.46	6.476	16.23	5.109
TOTAL	55.46	12.258	63.85	23.093	59.65	18.612
N válido	13		13		26	

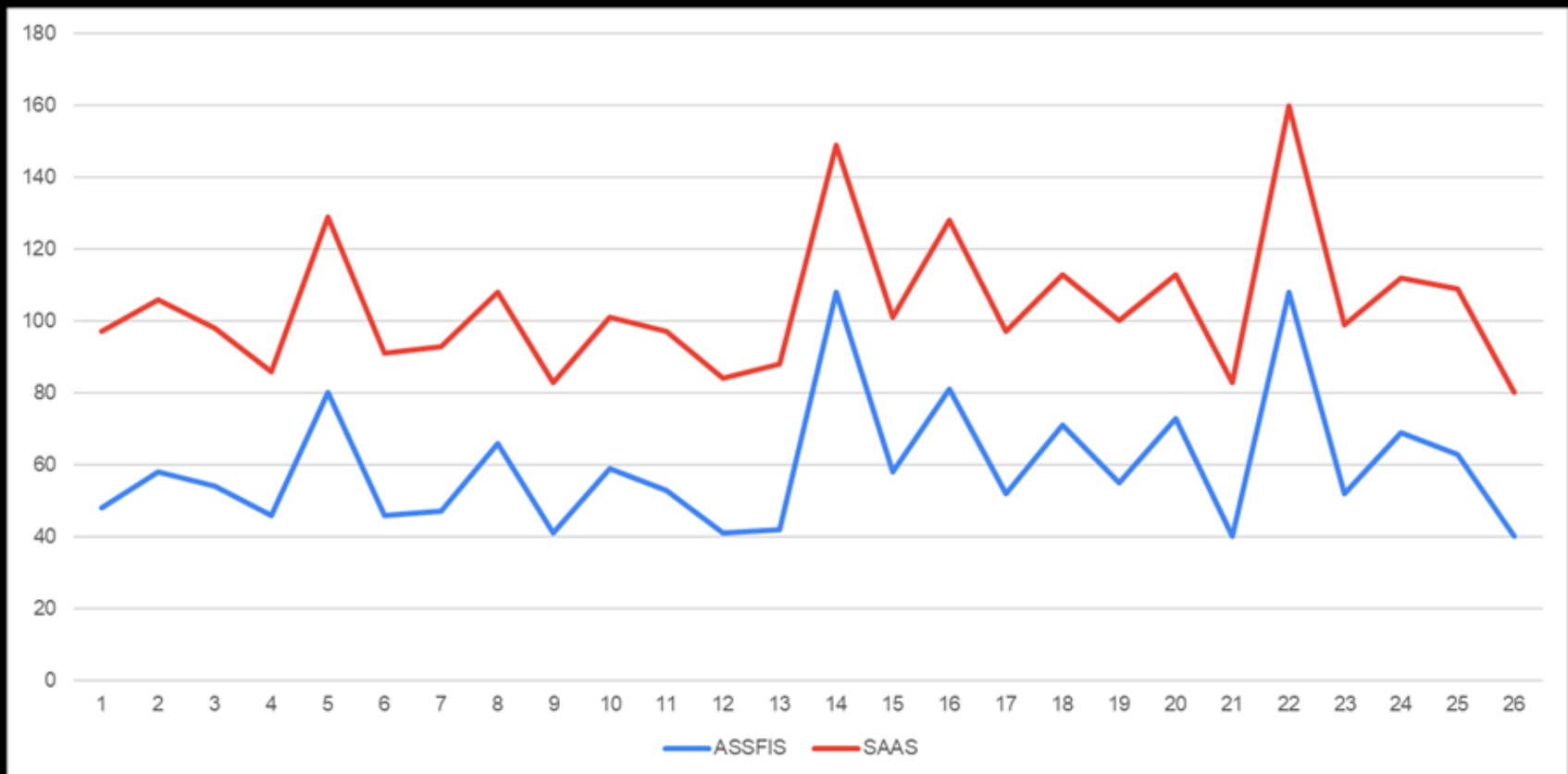
RESULTADOS ALCANZADOS E INDICADORES

Resultados visuals del Acculturative Stress Scale for International Students



RESULTADOS ALCANZADOS E INDICADORES

Distribución de las puntuaciones obtenidas en la medición Pretratamientos del del SAAS y el ASSFIS en cada uno de los 26 participantes



PROYECTO DE PREVENCIÓN Y REDUCCIÓN DEL ESTRÉS ACULTURATIVO EN ALUMNOS DE ERASMUS MEDIANTE REALIDAD VIRTUAL (FPYE_006.22_INN)

PROYECTO DE INNOVACIÓN DOCENTE DE LA CONVOCATORIA 2022-2023:

Facultad de Formación de Profesorado y Educación

Departamento Interfacultativo de Psicología Evolutiva y de la Educación

Autores:

- Roberto Sánchez Cabrero (Coordinador)
- Lidia Mañoso Pacheco
- Gema Pilar Sáez Suanes
- Rosalía Cotelo García