

Exploradores del Bienestar: Misión Encuadre Emocional en la Familia

Gamificación de Exploración | Ciencias Sociales y Humanas | Psicología | Tema: Encuadre emocional

Contexto Narrativo

Contexto Narrativo y Ambientación

Imagina que te conviertes en un "Explorador del Bienestar", parte de una comunidad de investigadores sociales que viajan a través del tiempo y las culturas para descubrir y preservar los elementos que contribuyen al bienestar emocional y familiar en la sociedad. La ambientación se sitúa en un mundo contemporáneo cercano, pero con tecnologías de exploración social avanzada y espacios de diálogo comunitario virtuales y presenciales donde se intercambian aprendizajes y experiencias. Los estudiantes adoptan roles de exploradores sociales, facilitadores de diálogo y líderes comunitarios, encargados de analizar, mapear y proponer estrategias para mantener y potenciar los cambios positivos en el bienestar familiar.

Esta narrativa inmersiva utiliza la metáfora del viaje y la exploración para fomentar la curiosidad y el aprendizaje autónomo, motivando a los estudiantes a descubrir por sí mismos las transformaciones que impactan positivamente en las familias y a entender cómo pueden contribuir a consolidarlas mediante la acción comunitaria y ciudadana.

Roles de los Estudiantes

- **Exploradores Emocionales:** Investigadores encargados de descubrir cambios en el bienestar familiar y analizar su impacto emocional.
- **Facilitadores de Diálogo:** Moderadores que guían las conversaciones grupales para compartir experiencias y reflexiones.
- **Strategas Comunitarios:** Diseñadores de propuestas para mantener y potenciar los cambios positivos a nivel comunitario.
- **Documentalistas:** Responsables de registrar hallazgos, reflexiones y propuestas en un "Diario de Exploración" digital o físico.

Misión Principal

La misión de los estudiantes es explorar y descubrir cuáles cambios en el bienestar familiar consideran más significativos y positivos, reflexionar sobre qué aspectos quisieran que permanecieran en el tiempo y diseñar estrategias comunitarias para asegurar que dichos cambios se mantengan y se multipliquen. Para esto, deberán completar misiones abiertas que les permitan investigar, dialogar, crear y presentar sus hallazgos y propuestas.

Esta experiencia conecta con el tema de aprendizaje del Encuadre Emocional en Psicología y Ciencias Sociales al poner en práctica el análisis crítico, la reflexión emocional y la creación colaborativa, todo ello en el marco de la comprensión

del bienestar familiar desde una perspectiva multidimensional y social.

Conexión con el Tema de Aprendizaje

El Encuadre Emocional implica reconocer y gestionar las emociones propias y ajenas en contextos familiares y sociales, promoviendo ambientes saludables y sostenibles. La narrativa invita a los estudiantes a explorar cómo los cambios sociales y familiares impactan en el bienestar emocional, a reconocer el valor de esos cambios y a proyectar acciones para sostenerlos. Así, se integran competencias emocionales, sociales y cognitivas en una experiencia de aprendizaje activa, relevante y significativa.

Mecánicas de Juego

Mecánicas de Juego Detalladas

- **Sistema de Puntos - "Puntos de Exploración":** Cada actividad completada otorga puntos según la calidad y profundidad de las aportaciones. Por ejemplo, respuestas reflexivas a preguntas clave, propuestas creativas o liderazgo en grupos generan entre 10 y 30 puntos. Los puntos pueden ser visibles en un tablero digital o físico para fomentar la motivación y la competencia sana.
- **Niveles de Explorador:** Los estudiantes avanzan por niveles según sus puntos acumulados:
 - Novato (0-50 puntos)
 - Explorador en Formación (51-100 puntos)
 - Explorador Avanzado (101-150 puntos)
 - Maestro del Bienestar (151+ puntos)

Cada nivel desbloquea misiones y recursos adicionales para profundizar en el tema, incentivando el aprendizaje autónomo.

- **Insignias:** Se otorgan insignias digitales o físicas por logros específicos, como:
 - "Investigador Sensible" por identificar impactos emocionales positivos.
 - "Facilitador Empático" por liderar diálogos efectivos.
 - "Estratega Innovador" por diseñar propuestas creativas y viables.
 - "Documentalista Destacado" por registrar de forma clara y organizada los avances.

Las insignias pueden coleccionarse y mostrarse en un mural o plataforma.

- **Retos y Misiones Abiertas:** Se plantean desafíos abiertos que permiten diferentes enfoques y soluciones, fomentando la creatividad y el pensamiento crítico. Por ejemplo, "Identifica tres cambios en el bienestar familiar que impactan tu vida y justifica tu elección".
- **Progresión Visual:** Un mapa de exploración con etapas representadas gráficamente (p.ej., un camino con estaciones) permite a los estudiantes visualizar su avance, incrementar la motivación y planificar sus acciones.
- **Retroalimentación Inmediata:** A través de comentarios del docente, pares o herramientas digitales, los estudiantes reciben devoluciones rápidas sobre sus contribuciones para ajustar y mejorar su aprendizaje.

- **Cooperación y Competencia Saludable:** Los estudiantes trabajan en equipos para fomentar colaboración, negociación y liderazgo, compitiendo sanamente entre grupos para alcanzar mejores resultados colectivos.

Actividades Gamificadas

Actividades Gamificadas Paso a Paso

Actividad 1: "Mapa de Cambios en el Bienestar Familiar"

Descripción: Los estudiantes, en equipos, investigan y eligen cambios en el bienestar familiar que consideran más importantes y positivos. Luego los representan en un mapa visual colaborativo.

Instrucciones:

1. Formar equipos de 4 a 5 integrantes y asignar roles (Explorador Emocional, Facilitador, Documentalista, Estratega).
2. Recibir una lista preliminar de posibles cambios en el bienestar familiar (ejemplos: mejor comunicación, apoyo emocional, estabilidad económica, educación emocional, participación comunitaria).
3. Investigar brevemente (mediante lecturas, videos o experiencias personales) sobre cada cambio y discutir en equipo cuáles impactan más en su vida o la de familias que conocen.
4. Seleccionar los 3 cambios que consideran más relevantes y justificar la elección con argumentos emocionales y sociales.
5. Crear un mapa visual (puede ser digital con herramientas como Canva, Miro o físico con cartulina y marcadores) que conecte los cambios seleccionados con sus impactos y relaciones.
6. Presentar el mapa brevemente al resto de la clase para compartir hallazgos.

Tiempo estimado: 90 minutos.

Materiales: Listado de cambios, acceso a internet/tablets, cartulinas, marcadores, plataformas digitales colaborativas.

Integración con mecánicas: Otorga 20 puntos por selección justificada y mapa visual completo. Los facilitadores reciben la insignia "Facilitador Empático" si moderan bien la discusión.

Actividad 2: "Diario de Exploración Emocional"

Descripción: Individualmente, los estudiantes responden reflexivamente tres preguntas clave relacionadas con los cambios identificados, fomentando la autonomía y la profundidad emocional.

Preguntas:

- ¿Cuáles de estos cambios del Bienestar Familiar consideras más importantes porque tienen un impacto positivo en tu vida?
- ¿Qué te gustaría que se quedara de esos cambios en el Bienestar Familiar?
- ¿Cómo crees que la ciudadanía o las comunidades pueden ayudar a que estos cambios se mantengan en el tiempo?

Instrucciones:

1. Cada estudiante recibe un cuaderno o acceso a un documento digital llamado "Diario de Exploración".

2. Escribir respuestas personales y detalladas a las tres preguntas, utilizando ejemplos y emociones propias.
3. Compartir voluntariamente alguna reflexión con un compañero para recibir retroalimentación.
4. Enviar o entregar el diario para revisión docente.

Tiempo estimado: 45 minutos.

Materiales: Cuadernos, dispositivos digitales o documentos en línea.

Integración con mecánicas: Se otorgan entre 15 y 25 puntos según la profundidad y originalidad de las reflexiones. Posibilidad de obtener la insignia "Investigador Sensible".

Actividad 3: "Foro Estratégico Comunitario"

Descripción: En equipos, diseñar propuestas para que la ciudadanía y las comunidades mantengan y potencien los cambios positivos en el bienestar familiar.

Instrucciones:

1. Basándose en el mapa y diarios, los equipos identifican acciones concretas que pueden realizar a nivel comunitario o ciudadano para sostener los cambios.
2. Diseñan una propuesta que incluya: objetivos, actores involucrados, actividades, recursos necesarios y posibles obstáculos.
3. Preparan una presentación creativa (puede ser un video corto, cartel, role-play o presentación digital).
4. Presentan ante la clase para recibir retroalimentación y negociar mejoras en las propuestas.

Tiempo estimado: 120 minutos (puede dividirse en dos sesiones).

Materiales: Acceso a internet, herramientas para presentaciones (PowerPoint, Canva, dispositivos para grabar video), materiales para carteles.

Integración con mecánicas: Se otorgan hasta 30 puntos por creatividad, viabilidad y colaboración. El estratega que lidere la propuesta puede obtener la insignia "Estratega Innovador".

Actividad 4: "Panel de Diálogo y Negociación"

Descripción: Simulación de un panel donde los equipos defienden y negocian sus propuestas para lograr consensos sobre las mejores estrategias comunitarias.

Instrucciones:

1. Cada equipo elige representantes para el panel.
2. Los equipos escuchan las propuestas de los demás y hacen preguntas o sugerencias respetuosas.
3. Se busca llegar a acuerdos o combinaciones que potencien las propuestas.
4. Se registra el consenso final en un documento colectivo.

Tiempo estimado: 60 minutos.

Materiales: Espacio para panel, dispositivo para registrar acuerdos.

Integración con mecánicas: Se otorgan puntos por habilidades de comunicación, negociación y liderazgo (15-25 puntos). Se puede otorgar la insignia "Facilitador Empático" a moderadores destacados.

Actividad 5: "Cierre y Reflexión Final - Mural del Legado Familiar"

Descripción: Como actividad de cierre, se crea un mural colectivo que representa el legado emocional y social que los estudiantes desean dejar en sus familias y comunidades.

Instrucciones:

1. Cada estudiante escribe o dibuja una frase, símbolo o imagen que represente lo que quiere que se quede de los cambios en el bienestar familiar.
2. Los aportes se colocan en un mural físico o tablero digital colaborativo.
3. Se realiza una reflexión grupal sobre el significado del mural y las responsabilidades individuales y colectivas para mantener ese legado.

Tiempo estimado: 45 minutos.

Materiales: Cartulina grande, post-its, marcadores o plataforma digital colaborativa.

Integración con mecánicas: Otorga puntos finales y cierra la narrativa con un reconocimiento a todos los exploradores que completaron la misión, fomentando el sentido de logro y pertenencia.

Reglas y Condiciones

Reglas Claras del Juego

- **Condiciones de Victoria:**

- Cada estudiante debe acumular al menos 100 puntos para alcanzar el nivel "Explorador Avanzado".
- Los equipos deben presentar una propuesta comunitaria viable y obtener retroalimentación positiva.
- Se valorará la participación activa, la calidad de las reflexiones y el compromiso con la colaboración.

- **Penalizaciones:**

- No entregar actividades o participar activamente puede resultar en pérdida de hasta 10 puntos por actividad.
- Faltas de respeto o sabotaje a la colaboración conllevan sanciones y pueden impedir la obtención de insignias.

- **Turnos:** Se organizarán turnos para presentaciones y participaciones en paneles para garantizar equidad y orden.

- **Roles:** Cada estudiante debe asumir un rol asignado en el equipo para fomentar responsabilidad y participación equitativa.

- **Restricciones:**

- Las propuestas deben ser respetuosas, inclusivas y basadas en evidencia o experiencias reales.
- No se permiten respuestas o trabajos copiados; todo debe ser original para validar la gamificación.

- **Tabla de Puntos (Ejemplo Simplificado):**

Actividad	Acción	Puntos
Mapa de Cambios	Selección y justificación de cambios	20
Diario de Exploración	Respuestas profundas y originales	15-25
Propuesta Comunitaria	Creatividad y viabilidad	30
Panel de Diálogo	Comunicación y liderazgo	15-25
Mural del Legado	Participación y reflexión	10

- Sistema de Logros:** Para obtener una insignia, se debe demostrar competencia en el área y compromiso con el rol. Las insignias son acumulativas y pueden abrir acceso a misiones avanzadas o reconocimiento especial.

Evaluación Gamificada

Evaluación Dentro del Sistema Gamificado

Criterios de Evaluación:

- Profundidad del Análisis Emocional:** Capacidad para identificar y justificar cambios con impacto emocional positivo.
- Creatividad e Innovación:** Diseño de propuestas originales y viables para mantener cambios en el bienestar.
- Colaboración y Comunicación:** Participación activa en equipos, diálogo respetuoso y liderazgo efectivo.
- Autonomía y Responsabilidad:** Entrega puntual de actividades y compromiso con el rol asignado.
- Reflexión Crítica:** Capacidad para conectar experiencias personales con conceptos teóricos y sociales.

Rúbrica Integrada (Ejemplo para la Propuesta Comunitaria):

Aspecto	Excelente (4)	Bueno (3)	Satisfactorio (2)	Insuficiente (1)
Creatividad	Propuesta innovadora y original	Propuesta con ideas nuevas	Propuesta básica y común	Falta de creatividad
Viabilidad	Plan detallado y realista	Plan con algunos detalles	Plan poco claro	Plan inviable o ausente
Colaboración	Trabajo en equipo ejemplar	Colaboración adecuada	Participación desigual	Falta de colaboración
Comunicación	Presentación clara y persuasiva	Presentación comprensible	Presentación confusa	No presentó o presentación pobre

Evidencias de Aprendizaje:

- Mapas de cambios elaborados por equipos.

- Diarios personales de exploración emocional.
- Propuestas comunitarias y presentaciones.
- Registro de acuerdos en paneles de diálogo.
- Mural colectivo final.

Reflexión Final y Cierre de Narrativa:

Al concluir, se realiza una sesión grupal donde se reflexiona sobre el viaje como exploradores del bienestar y se comparte cómo los aprendizajes pueden aplicarse en sus vidas y comunidades reales. Se invita a los estudiantes a comprometerse con acciones concretas y a mantener el "Diario de Exploración" activo como herramienta de seguimiento personal y comunitario.

Recomendaciones Logísticas

Recomendaciones Logísticas para la Implementación

- **Tiempo Necesario:** La experiencia completa se recomienda distribuir en 4 a 5 sesiones de clase de 90 a 120 minutos cada una para asegurar profundidad y reflexión.
- **Espacio Físico:** Aula con disposición flexible para trabajo en equipo, espacio para presentaciones y un área para el mural colectivo. Si es posible, acceso a laboratorio de computación o dispositivos móviles para actividades digitales.
- **Materiales y Herramientas TIC:**
 - Conectividad a internet confiable.
 - Plataformas colaborativas gratuitas como Google Docs, Miro, Padlet o Canva.
 - Materiales para trabajo manual: cartulinas, marcadores, post-its.
 - Proyector o pantalla para presentaciones.
- **Tamaño del Grupo:** Idealmente grupos de 20 a 30 estudiantes para facilitar la interacción, divididos en equipos de 4 a 5 integrantes.
- **Preparación Previa del Docente:**
 - Familiarizarse con las mecánicas y herramientas digitales.
 - Preparar listado de cambios en bienestar familiar como punto de partida.
 - Diseñar rúbricas y preparar materiales impresos o digitales.
 - Planificar la distribución de roles y tiempos para cada sesión.
 - Establecer normas claras de convivencia y respeto para garantizar un ambiente seguro y colaborativo.
- **Posibles Dificultades y Cómo Superarlas:**
 - *Falta de participación:* Incentivar con puntos y reconocimiento, fomentar roles rotativos para que todos se involucren.
 - *Dificultad en el uso de TIC:* Brindar tutoriales breves o apoyo técnico, ofrecer alternativas manuales.

- *Conflictos en equipos:* Promover la comunicación asertiva y el papel del facilitador para mediar.
- *Tiempo insuficiente:* Priorizar actividades clave y adaptar profundidad según disponibilidad.