

**UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID**



UNIVERSIDAD  
**COMPLUTENSE**  
MADRID

**OBSERVATORIO DEL ESTUDIANTE**

Proyectos POE-UCM 2023

Informe final



**TÍTULO: CONVIVENCIA, BIENESTAR Y VALORES DE LOS ESTUDIANTES (CONBIVE)**

**Autores/as:** SILVINA FUNES LAPPONI Y MARIANA ARDIZZI RODRÍGUEZ

**Nº de proyecto:** 29

**Centro gestor:** Facultad de EDUCACIÓN

## RESUMEN

El presente proyecto surge como respuesta a los crecientes problemas de salud mental y a los de convivencia en la universidad, desde un abordaje socioafectivo, para formar en competencias de bienestar emocional personal e interpersonal a los/as estudiantes, poner en marcha actuaciones para mejorar el clima emocional y relacional, investigar el estado actual de éstos e indagar en los aspectos que habría que mejorar en un futuro.

Basado en el método de investigación-acción (IA), desde el proyecto se creó un Laboratorio Social (LS) (espacio de innovación, reflexión, diálogo y transformación) para el análisis de los talleres formativos y de las sesiones de reflexión, por lo que se obtuvo información tanto cualitativa como cuantitativa, de las encuestas realizadas.

Las fases seguidas fueron (1) elaboración de herramientas, (2) difusión de talleres para captar interesados, (3) a. puesta en marcha del LS, b. impartición de talleres, sesiones de reflexión y puesta en marcha del equipo de Mentores de Convivencia y Bienestar (MBC), (4) tratamiento y análisis de datos y (5) difusión de resultados y presentación de la memoria.

Los objetivos principales del proyecto son (a) analizar el estado del clima de convivencia y el bienestar en el estudiantado y (b) crear las condiciones necesarias para mejorar ese clima poniendo en marcha mecanismos autogestivos.

Los objetivos del proyecto fueron parcialmente alcanzados, ya que teniendo en cuenta las actuaciones realizadas se cumplieron todas ellas, a pesar del corto período de duración del proyecto; sin embargo, la participación resultó más baja de lo esperado, por lo cual, el impacto del proyecto será menor. Y también, por ejemplo, la guía de Buenas Prácticas se transformaron en "recomendaciones", al reconsiderar el alcance de los resultados.

Si bien se conformó un equipo de MCB como se había planeado, serán ellos quienes promuevan nuevas acciones en el futuro, buscando crear redes que promuevan sinergias entre distintos grupos de estudiantes motivados para que den continuidad al proyecto, ya que aunque existe un interés por el bienestar grupal y personal, no parece preocupar tanto como para que los/as estudiantes prioricen su dedicación a esto, aunque reconocen que el problema existe y les afecta, la apatía y el desapego les condiciona más.

## INTRODUCCIÓN

Incluye pregunta de investigación y objetivos definidos

El proyecto CONBIVE ha sido creado con la intención de indagar en el clima de convivencia universitario y el bienestar emocional de los/as estudiantes, debido a la aparición de los crecientes problemas de salud mental de la época post-COVID.

Los objetivos principales son A-analizar el estado del clima de convivencia y el bienestar en el estudiantado y B-crear las condiciones necesarias para mejorar ese clima poniendo en marcha mecanismos autogestivos. Es decir, con las herramientas aprendidas en los talleres, que los propios estudiantes se encarguen de mejorar la vida emocional y social.

Como objetivos específicos, destacamos: 1-detectar y categorizar los principales problemas de convivencia entre estudiantes, así como aquellos que les afectan en su bienestar personal en la universidad, a los fines de elaborar una guía de buenas prácticas para mejorar todos estos aspectos, 2- poner en marcha un "proyecto piloto" del LS para analizar la realidad socio-emocional de los estudiantes y promover innovaciones e 3- impulsar diversas actuaciones (talleres) para mejorar del clima de convivencia y promoción del bienestar personal, con el fin de crear un grupo de MCB que sean los encargados de llevar a cabo estas mejoras entre sus compañeros/as.

Para llevarlo a cabo, la metodología seleccionada fue la de investigación-acción, a través de un LS, un espacio destinado a la investigación, innovación, reflexión y acción.

El proyecto ha seguido las siguientes fases: 1) elaboración de herramientas para la mejora de la convivencia y el bienestar basado en los valores, 2) difusión de talleres para captar posibles interesados en ser MCB, 3) puesta en marcha del Laboratorio Social e impartición de los talleres y sesiones de reflexiones, 4) tratamiento y análisis de los datos obtenidos y 5) difusión de resultados y presentación del informe final (memoria+recomendaciones).

Los contenidos de los talleres versaron sobre: 1) inteligencia emocional y resiliencia, inteligencia y gestión emocional, autoregulación emocional, mindfulness y promoción de la resiliencia. 2) Habilidades sociales y de comunicación: lenguaje positivo, escucha activa y comunicación asertiva. 3) Acompañamiento emocional y fortalecimiento de la red solidaria: gentileza y empatía, ayuda mutua y solidaridad proactiva y reencuadre y 4) Resolución de conflictos: análisis de conflictos, negociación, mediación y círculos restaurativos.

El equipo finalmente quedó conformado por Silvina Funes Lapponi como IP. Además de Pilar Munuera Gómez, Ignacio Bolaños Cartujo y Vicente Caballero de la Torre como docentes participantes; y, como estudiantes: Daniel Rey Pozuelo, Daniel García-Ubero Crespo, Andrea Fernández Bausá, Lucía Soto Torrijos, Siham Ababou Kati y una becaria.

La propuesta tuvo muy buena acogida por los estudiantes en cuanto al interés por el tema, pero muy baja participación. Aún así, los asistentes a los talleres manifestaron su satisfacción, la utilidad de lo aprendido y su interés en participar. Pero se debe potenciar la participación para su viabilidad y calado.

## DISEÑO METODOLÓGICO

En este apartado describiremos las fases, herramientas y metodologías utilizadas, así como la descripción del perfil de los destinatarios del proyecto.

La metodología seguida ha sido cuantitativa (encuestas) y cualitativa, basada en la IA, a través del LS, siendo todas ellas idóneas para un proyecto donde la reflexión y el intercambio de ideas son esenciales. Dicha metodología favorece el pensamiento crítico y la toma de decisiones y las conclusiones emanan de la misma reflexión colectiva. Las fases fueron:

(1) Elaboración de herramientas para la mejora de la convivencia y el bienestar y formación del equipo, para ser facilitadores. Para los talleres (3 jornadas de 3.30 horas) se entregó un dossier y se recogió la documentación necesaria (encuestas, etc.).

(2) Difusión de talleres para captar de interesados. Se llevó a cabo a través de a) Instagram, b) correo electrónico a decanato, facultades y grupos de interés y c) el reparto de flyers en los campus de la Universidad. Se creó, también, una identidad visual.

(3) Puesta en marcha del LS con la impartición de los talleres y sesiones de reflexión. Los asistentes a los talleres fueron estudiantes de diferentes facultades, de 19 a 30 años, con predominio femenino. En ellos se realizó la recogida de datos previa, durante y posterior al desarrollo de éstos, mediante los cuestionarios y las sesiones de reflexión. Los talleres tenían como objetivo la adquisición de competencias y habilidades para ser MCB, para los que, además de los contenidos, se reflexionó sobre la cultura de la convivencia y el bienestar en los estudiantes de la UCM. Aunque la asistencia fuese escasa, la participación de los asistentes fue positiva y activa a lo largo de las tres jornadas. Además, se realizaron dos jornadas para promover a los MCB en aulas, que también fueron evaluadas en una encuesta. Uno de los condicionantes del proyecto fue la dedicación del propio equipo (cambios en las condiciones laborales, acabar los estudios, compromisos académicos, etc.) que causaron bajas de profesores y estudiantes y dificultaron la participación, y también se buscaron fórmulas para facilitar la colaboración en el proyecto (formatos híbridos, distribución de tareas, etc.). A pesar de estos condicionantes, se pudieron cumplir los objetivos y actuaciones planteadas, e incluso, añadir una jornada de reflexión final. También se modificó la Guía de Buenas Prácticas por unas Recomendaciones, resultante del análisis DAFO realizado.

(4) Tratamiento y análisis de los datos obtenidos. Tras la extracción de los resultados de las encuestas y el análisis de los contenidos de las sesiones de reflexión, se realizó el análisis DAFO, del que se dedujeron unas conclusiones y unas recomendaciones en la jornada de presentación de resultados, a partir de la cual, se elaboraron las conclusiones finales. (5) Difusión de resultados y presentación de la memoria y recomendaciones. Se presentaron los resultados provisionales,. A ella acudieron miembros del equipo, los MCB y la delegada del Decano para Participación, Salud y Bienestar de la Facultad de Educación. Finalmente, la presentación en la Jornada de presentación de proyectos organizada por el Observatorio del estudiante. También se presentaron comunicaciones a congresos y artículos.

## RESULTADOS

El proyecto está alineado con los ODS, la filosofía humanista y la promoción de la ciudadanía activa. Busca promover los valores de bienestar personal e interpersonal a través de la formación de los estudiantes y de la participación y la ayuda mutua entre ellos. Desde estas actuaciones se recogió la información que se presenta a continuación.

A pesar de que la muestra de los talleres es pequeña, debido a la baja participación, se arrojaron resultados interesantes para el objetivo de este proyecto. En primer lugar, en cuanto al clima relacional universitario, el 50% de los asistentes consideran que es regular, y un 25%, aceptable.

En los talleres se presentaron diversas herramientas relacionadas con la convivencia y el bienestar emocional. Los que generaron mayor interés entre los asistentes fueron: comunicación positiva y asertiva, resolución de conflictos, mediación, negociación, escucha activa, autorregulación y gestión emocional. En cuanto a la actividad de los talleres, manifiestan que quieren colaborar o seguir profundizando sólo en los temas que más les interesaron. El 100% de los estudiantes creen que, gracias a los contenidos, ha cambiado su actitud y su forma de actuar frente a conflictos y a mejorar el clima de convivencia universitario. Se manifestó, también, una toma de conciencia de la necesidad de adquirir estas habilidades, tanto para su formación profesional como para su vida personal.

Entre los comentarios más destacables hechos por los asistentes, señalaron que (a) uno de los mayores conflictos en el ámbito universitario surge a partir de los trabajos en equipo, (b) el alumnado que conforman grupos vulnerables (colectivo LGBTQ+, discapacidad, de otras etnias o cultura, edades, no residentes, etc.) sufren, mayor aislamiento o no integran ningún grupo, y (c) no creen que exista un sentimiento de pertenencia, ya que, en general, sólo se interesan por su propio grupo.

Los resultados cuantitativos más relevantes de las charlas divulgativas realizadas a estudiantes de las facultades de Trabajo Social y Educación, recogidos a través de un cuestionario, fueron: (I) Más del 65% de estudiantes ha visto o sentido malas relaciones entre estudiantes y el 38,3% ha visto a compañeros con malestar emocional (ansiedad, depresión, etc.); (II) Un 96,7% cree que la universidad debe hacer algo al respecto de estos problemas en el ambiente universitario, y un 60% no sabía que existían proyectos como este, que se preocupan por estos problemas; (III) Tan sólo para un 1,7% el proyecto CONBIVE es indiferente, mientras que para el resto, el 99,3%, consideran el proyecto entre útil, necesario, imprescindible e interesante; (IV) Aunque un 51,7% de estudiantes no tienen la disponibilidad para ser MCB, el 41,7% se compone de estudiantes que sí les gustaría (10%), les gustaría si tuviesen algún tipo de incentivo (5%) y les gustaría, si no le demandara mucho tiempo (26,7%); y tan solo el 6,7% no les interesa ni aunque tuviesen disponibilidad.

socioarectivas que tienen y la falta que les hacen, además de la idea de que estos asuntos no son de interés en la universidad, son las cuestiones destacadas por ellos mismos.

## CONCLUSIONES/DISCUSIÓN

Como conclusiones resumimos las reflexiones surgidas del LS en la presentación de resultados, en el que asistieron el equipo y un miembro del decanato de la Facultad de Educación:

Dado el gran tamaño de la universidad y su complejidad organizativa, resulta muy complicado hacer circular la información por los canales establecidos para que llegue a los destinatarios adecuados.

Es un proyecto muy ambicioso para un período de sólo seis meses. Por lo que debería plantearse una iniciativa a largo plazo para alcanzar adecuadamente los objetivos planteados.

Crear sinergias entre proyectos y grupos afines, para aglutinar la participación y que se potencien mutuamente para mejorar el alcance y la eficiencia.(E.; vinculación con grupos de mediación de estudiantes, grupo EROS, etc.

Potenciar la interrelación entre lo académico con lo extra-académico, por ejemplo, integrando en las asignaturas experiencias (prácticas) en las que se apliquen contenidos de la asignatura con los del proyecto, o proporcionando incentivos (como puede ser el reconocimiento en créditos) que sirvan de estímulo, para hacer algo que les atrae, aunque esto no está exentos de debate, ya que hay quienes se apuntarían sólo por el incentivo; pero, por otro lado, serviría para captar participantes en el proyecto. Por otro lado, para dar créditos, requeriría de unos plazos y gestiones que excederían el marco y ámbito del proyecto.

También aparecieron las dificultades organizativas, la necesidad de una mayor flexibilización y de ofertas de horarios, y de localizaciones en distintas facultades y espacios distintos a los convencionales (Sala de Estudio-Comedor en lugar de aulas), e incluso, conexión online.

Crear conversatorios sobre temas de interés del alumnado y de crear un espacio parecido a las tutorías de los institutos, donde puedan hablar sobre sus inquietudes y problemas.

En síntesis, que a pesar de lo comprimido del proyecto, y de la baja participación, se han completado los objetivos y resultados esperados en gran medida y ha arrojado interesantes reflexiones para seguir avanzando y gran interés por parte de quienes lo conocieron.

Al tratarse de un proyecto de transformación social, consideramos ambicioso considerarlo de esa manera, ya que por su alcance y duración no cuenta con las condiciones para fraguar un proyecto de transformación como tal.

Sí confirmamos su carácter innovador, ya que el LS permitió reflexionar sobre el potencial y las dificultades de una propuesta de estas características, dando lugar a hallazgos que permiten barajar opciones de mejora hacia el futuro, así como valoraciones sobre las limitaciones que tiene el alumnado a la hora de participar e implicarse en la vida universitaria en actividades extra-académicas. También se ratificó la sintonía de este proyecto con los ODS, con los valores humanistas y con la ciudadanía activa y responsable.

## PROPUESTA DE POLÍTICAS DERIVADAS DEL PROYECTO

Como resultado del proyecto, las reflexiones vertidas sugirieron que al considerarse esta propuesta una actuación extra-académica, no motiva al alumnado a implicarse, ya que podría desenfocarle de los estudios por lo que debería considerarse proporcionar incentivos que atraigan al alumnado para que perciban este tipo de actuaciones como más vinculadas a su formación académica. Así como también promover foros y eventos y facilitar la puesta en marcha y el desarrollo de actuaciones de este tipo, para dar proyección a las acciones de los/as estudiantes que aumenten su sensación del impacto que tienen sus iniciativas, su reconocimiento, además de los incentivos antes mencionados, y que se reconozca su dedicación en la participación institucional y el compromiso con los valores de la misma.

Además, también haría falta sensibilizar con valores socialmente deseables explícitos y promover el compromiso con éstos, a través de la proyección social de sus beneficios y con el reconocimiento de la implicación en éstos.

El excesivo tamaño de la UCM hace perder el sentido de territorio y de identidad, por lo que para generar ese sentimiento habría que desarrollar actuaciones de identificación y pertenencia a un grupo, un espacio, unos valores, etc. Para ello, podría ayudar el promover la realización de actividades que incentiven el sentimiento de pertenencia: ligas, eventos, jornadas o celebraciones, espacios propios, símbolos identitarios, etc.

También, por el gran tamaño de la universidad, es necesario potenciar los medios y las estrategias para dar a conocer iniciativas y acciones, mejorando los canales de difusión institucionales y RRSS, que informen a los estudiantes de actividades de interés de una forma más efectiva. El hacerles llegar este tipo de propuestas al estudiantado es sumamente difícil para quien no forma parte de la estructura administrativa y pone en riesgo la viabilidad de las actuaciones.

La necesidad de hacer visible la falta de conciencia sobre los problemas de convivencia y bienestar en los/as estudiantes, y la necesidad de sensibilización y formación a la comunidad universitaria sobre éstos, es fundamental, porque, seguramente, esta cuestión es la que está en el fondo de la escasa participación en este tipo de iniciativas, haciendo a la UCM más acogedora.