

Desarrollo y validación de un programa de intervención virtual para promover la prosocialidad: Hero Program

Belén Mesurado

Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas - Universidad Austral

La siguiente presentación estará dividida en dos estudios. En el primero se presentan los resultados de un meta-análisis realizado para indagar sobre los programas existentes para promover la prosocialidad y analizar su nivel de efectividad. El segundo estudio presenta un nuevo programa de intervención en modalidad online para promover las conductas prosociales en adolescentes.

Estudio 1

Las conductas prosociales se han definido como acciones voluntarias destinadas a compartir, consolar y ayudar a otros (Batson, 2011, Eisenberg, Fabes, Spinrad, 2007). Varios estudios de investigación han demostrado que el comportamiento de ayuda surge a una edad temprana. Por ejemplo, los estudios realizados por Warneken y Tomasello (2009) encontraron pruebas de que los bebés de entre 14 y 18 meses de edad presentan comportamientos de ayuda instrumental. La ayuda instrumental se desarrolla una vez que un niño puede percibir las necesidades de otros y puede proporcionar ayuda espontáneamente, por ejemplo, para alcanzar un objeto o eliminar un obstáculo sin recibir una recompensa. Según Warneken y Tomasello (2009), la ayuda instrumental es el primer rudimento del comportamiento altruista. Otros estudios, mostraron que la cooperación y el comportamiento de intercambio aparecen alrededor de los 24 y 25 meses respectivamente (Brownell, Svetlova, Nichols, 2009, Brownell, Ramani, Zerwas, 2006), mientras que los comportamientos prosociales más complejos, como el de consolar a los demás, aparecen alrededor de los 30 meses (Dunfield, Kuhlmeier, O’Connell, Kelley, 2011).

Investigaciones previas muestran que el comportamiento prosocial es una conducta relativamente flexible que se puede estimular a través de acciones educativas apropiadas (por ejemplo, Bankard, 2015). Komorosky y O’Neal (2015) sostienen que “el objetivo principal de

la educación humana es brindar a los niños la oportunidad de aprender y comprender la experiencia de otros, compartir sus sentimientos y ayudar a otros. Cada uno de estos componentes está asociado con el sentimiento de tener empatía por los demás" (p. 399) y, en consecuencia, conduciría a la manifestación de mayores niveles de comportamiento de ayuda. La presencia de conductas prosociales como compartir, consolar y estar disponible para ayudar a otros, son conductas altamente valoradas en la sociedad porque contribuyen al bienestar social y a la construcción de un mundo más equitativo. De ahí la importancia de analizar la eficacia de los programas de intervención existentes, dado que el papel crítico de las conductas prosociales en los compromisos cívicos y sociales es bien conocido, así como en su prevención de la delincuencia y las conductas perturbadoras.

Dada la importancia que tiene la conducta prosocial el objetivo de esta presentación es analizar la eficacia de diferentes programas de intervención disponibles. Más específicamente, se presentará un meta-análisis que incluye un examen de la efectividad de los programas de intervención destinados a niños y adolescentes entre las edades de 8 y 18 años, desarrollados entre 2000 y julio de 2017, inclusive.

Se realizaron búsquedas en las siguientes bases de datos: Scielo, NCBI, Science Direct, JSTOR, Dialnet, Networked Digital Library of Theses & Dissertations, Academic Search Premier, ERIC, Directory of Open Access Journals, y EBSCO Host. Se identificaron un total de 10.641 artículos en las bases de datos y 1.009 en la web. Posteriormente, se seleccionaron 6.108 artículos a través de la lectura de títulos y resúmenes. De estos, 106 fueron seleccionados para una revisión en profundidad, y después de la revisión del texto completo, se descartaron 96. Diez se incluyeron en el meta-análisis final.

Los comportamientos prosociales se evaluaron en algunos de estos 10 estudios a través de autoinformes proporcionados en algunos casos por los participantes y, en otros, por maestros, padres y compañeros de clase de niños o adolescentes. Dado que en algunos de los estudios se usó más de una medición para evaluar las variables de prosocialidad, se usó una combinación de evaluaciones para obtener una aproximación más cercana a la evaluación del comportamiento prosocial del participante. Los resultados indican que los programas de intervención existentes son efectivos en promover la conducta prosocial. Los tamaños del efecto fueron de $g = 0.23$ (IC 95% = 0.07, 0.39, valor $Z = 2.86$, $p \leq .01$) favoreciendo la condición de

intervención utilizando random model y $g = 0.23$ usando fix model (95% CI = 0.16, 0.31, valor $Z = 6.12$, $p \leq .001$).

Estudio 2

Si bien los resultados del estudio 1 muestran que los programas para promover la prosocialidad son eficaces, una de las falencias encontradas es que son escasamente replicados en otros contextos, escuelas, países, etc. Es probable que esto ocurra por diferentes razones pero uno de los motivos fundamentales podría ser su modalidad de intervención presencial. Las intervenciones de tipo presenciales requieren que los facilitadores o interventores atraviesen por un proceso de capacitación que puede ser costoso y de larga duración. De allí que a partir de literatura existente se desarrolló un programa de intervención virtual dirigido a adolescentes que nos permita una fácil replicabilidad en diferentes contextos y países.

Partiendo de este marco, desarrollamos Hero program (www.herointervention.com), el cual es un programa autoadministrable cuyo objetivo es promover conductas prosociales en niños y adolescentes basado en desarrollos científicos acerca de la prosocialidad y los factores que la favorecen. Este programa no reemplaza otro tipo de intervenciones presenciales, sino que las complementan. A su vez, permite un mayor alcance de la propuesta alcanzando lugares que de otro modo se haría muy difícil y costoso. La modalidad digital es muy familiar para las nuevas generaciones. Y el diseño de Hero incluye actividades que promueven los vínculos incluso mientras se lo realiza.

El usuario es recibido por un Sensei (un genio sabio) que intentará establecer un vínculo con el participante y será el que guíe las actividades. Las actividades que componen Hero invitan a reflexionar al niño o adolescente pensando en su vida cotidiana y sus vínculos reales; hasta brindándole la posibilidad de compartir con sus seres queridos y conocidos las tareas realizadas en el sistema. Varias de las actividades que contiene el programa están estructuradas en forma de juegos para hacerlo más entretenido para los participantes.

De un modo simple, sencillo, y desde cualquier lugar y a toda hora (siempre y cuando se cuente con un dispositivo con acceso a internet y buena señal), Hero es un puente que ofrece la posibilidad de reflexionar y trabajar acerca de uno mismo y los otros, para luego promover acciones concretas con el objetivo de generar una sociedad más saludable para todos.

Hero program fue aplicado a una muestra de 51 adolescentes entre las edades de 12 y 16 años (edad promedio 15.02; SD = 1.07; 49% hombres). Todos los adolescentes asistieron a la escuela secundaria y pertenecían a un nivel socioeconómico medio. Los resultados indicaron que la mayoría de los usuarios disfrutaron participar del programa Hero, piensan que era fácil de usar, que lo que aprendieron podían transferirlo a la vida diaria, y que recomendarían el programa a otros adolescentes. Además, la intervención del Hero fue efectiva en la promoción de comportamiento prosocial [Wilk's $\lambda = .79$, $F(3, 48) = 4.14$, $p < .01$, $\eta = .21$] hacia extraños [$F(1, 50) = 8.20$, $p < .01$, $\eta = .14$] y miembros de la familia [$F(1, 50) = 9.13$, $p < .01$, $\eta = .15$] pero no en la promoción de comportamiento prosocial hacia los amigos [$F(1, 50) = .55$, $p = .42$].

Probada la aceptación del programa por los adolescentes y la eficacia general del programa en la promoción de algunos tipos de prosocialidad, actualmente se está aplicando Hero a una muestra mayor de adolescentes argentinos y en el futuro se replicarán los estudios en otros países de habla hispana.

Bankard J. (2005) Training emotion cultivates morality: How loving-kindness meditation hones compassion and increases prosocial behavior. *Journal of religion and health*. 54(6), 2324-43.

Batson CD. (2011) *Altruism in humans*. Oxford University Press, USA.

Brownell CA, Ramani GB, Zerwas S. (2006) Becoming a Social Partner With Peers: Cooperation and Social Understanding in One • and Two • Year • Olds. *Child development*, 77(4),803-21.

Brownell CA, Svetlova M, Nichols S. (2009) To share or not to share: When do toddlers respond to another's needs? *Infancy*, 14(1), 117-30.

Dunfield K, Kuhlmeier VA, O'Connell L, Kelley E. (2011) Examining the diversity of prosocial behavior: Helping, sharing, and comforting in infancy. *Infancy*. 16(3), 227-47.

Eisenberg N, Fabes RA, Spinrad TL. (2007) Handbook of child psychology. In Eisenberg N, W. D, M. LR, editors. *Prosocial Development* John Wiley & Sons, Inc. (p. 646-718).

Komorosky D, O'Neal KK. (2015) The development of empathy and prosocial behavior through humane education, restorative justice, and animal-assisted programs. *Contemporary Justice Review*, 18(4), 395-406.

Warneken F, Tomasello M. (2009) The roots of human altruism. *British Journal of Psychology*. 100(3), 455-71.