

NOTA DE PRENSA

UNIR crea un videojuego para capacitar a los jóvenes en la tolerancia al estrés y aumentar así su empleabilidad

- La gestión del estrés es una de las habilidades blandas más demandadas en el mercado laboral y su importancia va a ir en aumento con el avance de la automatización, según diversos estudios europeos. Las empresas, tal y como se indica, encuentran dificultades en la capacitación de los empleados en estas *soft skills*.
- Los jóvenes que han participado en esta investigación de la Universidad Internacional de La Rioja (UNIR) reconocen una baja tolerancia a este tipo de presión.
- El videojuego **COMPETE!**, desarrollado por UNIR con fondos de la Unión Europea y en colaboración con instituciones de seis países, responde a esta necesidad de formación a través del aprendizaje gamificado.

Logroño-Madrid, 24 de junio de 2022.-

La gestión del estrés es una de las habilidades blandas o *soft skills* más demandadas en el mercado laboral, según apuntan diversos estudios europeos, y todavía lo va a ser más con el avance de la automatización. Sin embargo, los jóvenes reconocen una baja tolerancia a este tipo de presión. Así lo han comprobado investigadores de la **Universidad Internacional de La Rioja** (UNIR), que han desarrollado el videojuego **COMPETE!**, en el marco de un proyecto financiado por la Unión Europea, para capacitar a los jóvenes en la tolerancia del estrés y aumentar así su empleabilidad.

El Instituto de Investigación, Innovación y Tecnología Educativas ([UNIR iTED](#)) lidera el desarrollo de este videojuego dentro del proyecto **COMPETE!**, en el que han participado instituciones del ámbito educativo así como diversas empresas y asociaciones de seis países europeos. El proyecto ha recibido financiación de la Comisión Europea, dentro del programa Erasmus+.

Durante la investigación se han identificado las cuatro competencias clave dentro de las llamadas *soft skills*. Además de la tolerancia al estrés, la capacidad para el trabajo en equipo; la comunicación y gestión emocional; y la creatividad en la resolución de problemas complejos.

Los estudiantes, según ha podido constatar la investigación, tienen una alta percepción de la necesidad que supone aprender a gestionar estas habilidades, identificando además entre sus debilidades una baja tolerancia a la presión.

El juego educativo COMPETE!, creado por UNIR, proporciona las herramientas para fomentar estas habilidades entre los jóvenes a punto de salir al mercado laboral, a fin de contribuir a superar la brecha que acusan las empresas debido a las dificultades de formación que presenta este tipo de capacitación. Son, en especial, las pequeñas empresas las que a menudo carecen de recursos para mejorar este tipo de habilidades en sus empleados.

Aprendizaje basado en el juego

‘COMPETE!’ emplea la técnica de aprendizaje basada en el juego. Los estudiantes deben superar las pruebas que se les presentan, entrenando de manera simultánea habilidades como la resolución de conflictos y el trabajo en equipo, simulando escenarios que requieren medidas urgentes para abordar problemas importantes. Además, el hilo conductor de los escenarios está vinculado con la emergencia climática y los retos de sostenibilidad, aportando así una visión que integra la importancia de las habilidades blandas con retos relevantes para el futuro.

“Las actividades gamificadas, o la gamificación de procesos de aprendizaje o rendimiento, suponen una herramienta excelente para el desarrollo de competencias, tanto específicas como transversales: desde presentar en público, a realizar un resumen ejecutivo, pasando por la organización del tiempo y la gestión emocional en un entorno laboral. Todas ellas pueden ser adquiridas, entrenadas y mejoradas gracias al uso de técnicas de gamificación”, afirma **Daniel Burgos**, director del Instituto de Investigación UNIR iTED y del equipo de UNIR en el proyecto COMPETE!

“El verdadero desarrollo de competencias transversales, como la comunicación, el manejo del estrés, el trabajo en equipo o la inteligencia emocional, requiere un entorno específico. COMPETE! aborda esta formación, que combina contenidos, instrucción tradicional, actividades de juego y sesiones de información y reflexión, con el objetivo final de ayudar a los estudiantes de educación superior en la integración laboral”, agrega **Pablo Moreno Ger**, vicerrector de Investigación de UNIR e investigador principal del equipo de UNIR en el proyecto COMPETE!

Educación Abierta

Este juego educativo está especialmente dirigido a estudiantes de Grado y Máster en titulaciones técnicas y del ámbito de la empresa, que son las más afectadas por problemas derivados de la gestión del estrés. Además, el proyecto aprovecha las oportunidades de la Educación Abierta para poner a disposición de los agentes sociales esta formación y las instrucciones para poder aplicarla de forma autónoma.

El proyecto, además del videojuego, proporciona una guía de uso para facilitar el acompañamiento y la evaluación del aprendizaje por parte de los profesores, y está disponible en seis idiomas, incluyendo español e inglés.

Más información:

<https://competeproject.eu/>

<http://research.unir.net/ited/>

SOBRE UNIR

UNIR es una Universidad cien por cien en línea que ofrece una educación superior de calidad a través de las tecnologías más innovadoras, siempre con el estudiante en el centro de su actividad. Imparte 39 grados oficiales, más de 100 postgrados y 3 programas de doctorado que tienen como objetivo acercar una educación integral y personalizada a los más de 55.000 estudiantes que trabajan en sus aulas presenciales-virtuales desde más de 100 países, especialmente en España y Latinoamérica. Su método de enseñanza, adecuado a las demandas del mercado laboral, hace de UNIR una auténtica palanca social que rompe barreras y ayuda a que cada uno, esté donde esté, cumpla sus sueños universitarios y de progreso.

PARA MÁS INFORMACIÓN

Departamento de Comunicación UNIR comunicacion@unir.net www.unir.net
Sala de prensa: <http://www.unir.net/sala-de-prensa/> Twitter: [@UNIRUniversidad](https://twitter.com/UNIRUniversidad) y [@PrensaUNIR](https://twitter.com/PrensaUNIR)

Paloma Gamarra (La Rioja) 94 121 02 11 ext. 1285 paloma.gamarra@unir.net
Sara Puerto 91 567 43 91 ext. 3236 sara.puerto@unir.net
Bosco Martín (Director) 91 567 43 91 ext. 3091 bosco.martin@unir.net