

Estado emocional de los estudiantes de preparatoria ante la nueva modalidad de clases en línea a causa de la pandemia por COVID 19

Ma. de los Ángeles Ortiz Rodríguez¹

Elvia Esthela Márquez Echegaray²

Resumen

El presente trabajo tiene como objetivo, mostrar los resultados de un análisis efectuado en estudiantes de la Unidad Académica Preparatoria de la Universidad Autónoma de Zacatecas (UAPUAZ) Plantel IV, en el que se consideraron tres ejes centrales: *1) la forma en cómo los estudiantes han llevado a cabo sus clases en línea; 2) los medios tecnológicos con los que cuentan y 3) el sentir y emociones que manifiestan por la forma en que han tenido que cursar sus estudios*, todo esto bajo el contexto vivido por el confinamiento de la pandemia por COVID 19. La metodología empleada fue el análisis de los datos que se obtuvieron a partir del diseño y aplicación de una encuesta en línea a 216 estudiantes del plantel mencionado. El trabajo concluye con dos apreciaciones: 1) la percepción de las autoras en la que se observa como principal estado de ánimo presentado el estrés, la ansiedad y el desánimo de los estudiantes por la forma en cómo han desarrollado su vida académica, así como el poco interés en continuar con sus estudios de manera virtual y 2) los resultados obtenidos en la encuesta aplicada por la actual administración denominada “Seguro regreso a clases”, los cuales nos señalan la manera de contrarrestar las emociones indicadas en el punto anterior, siendo estas en orden de mención: hacer ejercicio, dormir, utilizar videojuegos, salir con amigos, encerrarse en su habitación, comer, jugar, salir de casa. Con los resultados de esta investigación, se pretende contar con información que sirva como base para propuestas de nuevas estrategias en los programas de estudio ante situaciones de cambio, tomando en cuenta al estudiante de forma integral, y que a su vez sea considerando su voz y sentir.

Palabras clave: Estado emocional, sentimiento, emoción, educación a distancia, COVID 19.

¹ Docente Investigador de la Unidad Académica Preparatoria, de la Universidad Autónoma de Zacatecas; Doctora en Investigación Educativa.

² Docente Investigador de la Unidad Académica Preparatoria, de la Universidad Autónoma de Zacatecas; Doctora en Investigación Educativa.

Summary

The present work aims to show the results of an analysis carried out in students of the Preparatory Academic Unit of the Autonomous University of Zacatecas (UAPUAZ) Campus IV, in which three central axes were considered: 1) the way in which the students have conducted their classes online; 2) the technological means they have and 3) the feelings and emotions that they manifest due to the way they have had to study, all this under the context of the confinement of the COVID 19 pandemic. The methodology used was The analysis of the data obtained from the design and application of an online survey to 216 students from the aforementioned campus. The work concludes with two insights: 1) the authors' perception in which it is observed as the main state of mind presented the stress, anxiety and discouragement of the students due to the way in which they have developed their academic life, as well as the little interest in continuing their studies virtually, and 2) the results obtained in the survey applied by the current administration called "Safe return to classes", which show us the way to counteract the emotions indicated in the previous point, these being in order of mention: exercise, sleep , play video games, go out with friends, lock yourself in your room, eat, play, leave the house. With the results of this research, it is intended to have information that serves as a basis for proposals for new strategies in study programs in situations of change, taking into account the student in an integral way, and that in turn is considering their voice and feel.

Keywords: Emotional state, feeling, emotion, distance education, COVID 19.

Introducción

Hoy en día, la educación ha tenido que someterse a un cambio ocasionado por el confinamiento al que nos ha llevado la pandemia por COVID 19 y en el que los recursos tecnológicos se han vuelto un medio necesario, principalmente para las instituciones educativas, ya que, durante este tiempo de aislamiento, ni los estudiantes, ni los docentes han podido asistir a las escuelas, situación que lleva a realizar varios cambios.

Por parte de los docentes, los contenidos temáticos y las estrategias de enseñanza y aprendizaje han tenido que ser adaptadas a las diversas plataformas educativas virtuales; por su parte, los estudiantes se vieron en la necesidad de adecuar un espacio y conseguir -aquellos que no los tuvieran- los recursos tecnológicos que les permitieran trabajar bajo la modalidad virtual.

En ambos actores fue necesario modificar su proceso educativo ante esta encomienda, la cual, llegó sin preguntar e hizo necesario modificar su manera de enseñar y aprender -según sea el caso - y adicional a ello se tuvo que aprender a gestionar tiempos y espacios, así como las emociones vertidas en ello, las cuales son parte inherente del ser humano.

Este cambio tan repentino, ocasionó que los estudiantes de diversos niveles presentaran estados de ánimo inestables, y aunque la educación a distancia no es una modalidad nueva o que se haya implementado precisamente a causa de la pandemia, diversas investigaciones como la realizada por Herrera, Mendoza y Buenabad (2009) señalan que este tipo de educación genera una serie de emociones en los estudiantes como la incertidumbre de no conocer al docente, ni a los compañeros de manera física, la impaciencia o el enojo al no tener una pronta respuesta a las dudas que surgen, la frustración ante la ausencia del profesor, nervios durante la resolución de exámenes en línea cuando el tiempo es limitado, estrés ante la entrega de trabajos, tristeza al tener una sensación de pérdida de amistades o relaciones sociales, entre otros.

En este sentido, los docentes han manifestado tener esa percepción de sentimientos que el confinamiento por COVID 19 ha causado en los estudiantes, pues este cambio tan repentino nos obligó a llevar las clases de manera virtual a través de medios tecnológicos que quizá no habían utilizado, situación que generó diversas emociones tanto en estudiantes como en

docentes. Por lo anterior, en esta primera partes de la investigación se da a conocer el sentir expresado por los estudiantes de la UAPUAZ plantel 4, ante el cambio de las clases presenciales a distancia, a fin de contar con información que sirva como referente para la elaboración de propuestas o la adaptación de los planes o programas de estudio antes situaciones de cambio, y en las que se considere el sentir de los estudiantes.

Marco referencial

Desde siempre, la educación ha estado sujeta a constantes cambios generados por diferentes situaciones, como lo son las reformas educativas, los avances tecnológicos, la propia sociedad de la que formamos parte, y las situaciones de salud que se presentan repentinamente y para las que no estamos preparados, como la actual pandemia por COVID 19 que desde marzo del año 2020 cambió por completo en México y en otros países la forma de llevar acabo las clases. Sin embargo, los cambios no significa que sean malos ya que nos lleva a adquirir nuevas formas de enseñar y aprender, pero quizá adaptarse a estos cambios que se presentan de manera forzada y repentina sea lo difícil, pues afectan en ocasiones el estado emocional de las personas.

Es por ello que debemos tener presente en todo momento, que la educación es un escenario del cual son partícipes diferentes actores -los docentes, los estudiantes y los padres de familia- y por ello, cuando se piense en un cambio, se debe considerar el sentir y la voz de esos actores. No obstante, esta situación de pandemia no permitió proponer, ni elegir cambios, pues como sabemos, el COVID-19 ocasionó, entre otras cosas, el cierre repentino de las escuelas y limitó la convivencia social, situación que se vió reflejada en un sector muy importante dentro de la educación, los estudiantes.

Lo anterior lo constatan Levón y Cisneros (2020) al mencionar que las clases no presenciales influyen en la salud mental de los estudiantes de Licenciatura, ya que los resultados de su investigación arrojan que una de las consecuencias causadas por esta modalidad es el estrés que les ha generado la sobrecarga académica, la frustración y con ello la deserción escolar, además de que muchos de ellos carecen de recursos tecnológicos. Sin embargo, no sólo los estudiantes de licenciatura han sentido afectación emocional por esta nueva modalidad, pues de acuerdo a lo escrito por Briseño (2021), existe cierto daño emocional en niños y adolescentes que durante la pandemia han tenido que pasar cientos de horas frente a una pantalla, ya que de acuerdo a la encuesta que aplicó la Secretaría de Educación Pública

a casi 300 mil docentes, directores y supervisores de educación básica, 45% reconoció que no asistir a clases presenciales afecta principalmente el estado emocional de sus estudiantes. Uno de cada tres (31%) notó que la distancia afecta su aprendizaje y uno de cada 5 (20%) advierte que estudiar desde casa afecta más las habilidades sociales de los chicos.

En relación con lo anterior, es importante señalar que cuando se habla del estado emocional de una persona se refiere a las emociones primarias que involucran el pensamiento y por ende responden a una reacción de tipo instintiva que ocurre en el preciso momento (Life Monterrey, 2017). En este sentido, según lo escrito en Idein (2020), las personas tenemos un triple sistema de respuesta ante cualquier situación que nos ocurre: a) hay una reacción cognitiva o mental (todo aquello que pensamos), otra fisiológica (cómo reacciona el cuerpo ante las emociones) y otra conductual (la que nos lleva a tener nuestros comportamientos).

En este tenor, es importante reconocer que el estado emocional, las emociones y los sentimientos son conceptos diferentes pero relacionados entre sí. Las emociones son alteraciones del ánimo producidas por un sentimiento, se caracterizan por ser transitorias y cambiantes, suceden luego de que ha ocurrido un evento y se tiene una reacción ante lo sucedido. Por su parte, los sentimientos, a diferencia de las emociones, se producen en la mente y no en el cuerpo, por lo tanto, se puede hablar de la conceptualización de una emoción, ya que ésta antecede al sentimiento, es decir, cuando lo que sentimos lo procesamos en la mente. Aunque debe haber un registro previo de una emoción, para que luego llegue el sentimiento. El estado de ánimo es algo más permanente, como una depresión. Su intensidad no es excesivamente alta, pero están más prolongados en el tiempo. De acuerdo a esta conceptualización, es clara la relación que dichos conceptos tienen con la situación de pandemia que estamos pasando, pues ésta ha impactado en el estado emocional de los niños, adolescentes y jóvenes estudiantes.

Lo anterior se ve reflejado en los datos obtenidos por la Dirección General de la Unidad Académica Preparatoria de la Universidad Autónoma de Zacatecas, a través de la aplicación de una encuesta denominada “Seguro regreso a clases” en la que participaron 4339 estudiantes de los 13 planteles con los que cuenta la institución. Entre los resultados encontrados se tiene que, el 25% de los estudiantes se han sentido deprimidos durante la pandemia, así mismo, un porcentaje igual que representa el 17% señaló sentirse triste, mientras que otro 17% manifestó sentir depresión, así mismo un 8% mencionó sentirse molestos por esta modalidad de clases.

En contraste, el 30% de los estudiantes señalaron sentirse contentos con las clases en línea. No obstante, la mayoría de los estados de ánimo que han manifestado sentir los estudiantes es negativo, ya que como se observa predominan la tristeza, el estrés, la depresión y el enojo.

Lo anterior coincide con la respuestas manifestadas en otra pregunta realizada a la misma población de estudiantes, en la que se les pidió que se señalaran 3 situaciones que les molestan o no les agradan en esta pandemia en relación a las clases virtuales, entre las más sobresalientes destacan: el no ver a sus compañeros ni platicar con ellos (17.1%), no les gustan las clases virtuales (14.3%), les desagrada recibir las clases en casa (13.8%), no cuentan con un espacio privado para tomar clases (12.9%), les aburren las clases virtuales (12%), no pueden disciplinarse en los horarios ni tareas (11.9%), sus padres los ponen a realizar otras cosas durante las clases (9.7) y sus padres ven lo que hacen durante las clases (8.3%). Derivado de lo anterior, la mayoría de los estudiantes califican como neutra su experiencia educativa durante la pandemia esto al señalarlo el 51%, para el 21% la experiencia ha sido buena y para el 4% muy buena; no obstante el 18% de los estudiantes califican su experiencia educativa durante la pandemia como mala y el 6% muy mala.

En relación con esto, la dirección de la UAPUAZ cuestionó a 255 docentes respecto a los motivos que los estudiantes expusieron para ya no asistir a sus clases, las respuestas fueron variadas siendo las más señaladas, con porcentajes mayores al 10% las siguientes: tenían que trabajar (18.1%), falta de internet (17%), falta de equipo tecnológico (15.8%), falta de dinero o recursos (11.4%), se dedicaban a quehaceres domésticos o a cuidar algún familiar. Estas respuestas pueden estar relacionadas con el sentir o las emociones expresadas por los estudiantes, ya que si no se tienen las condiciones adecuadas como espacios, recursos tecnológicos y el tiempo exclusivo para las clases, el estado de ánimo del estudiante puede no ser positivo.

Metodología y recopilación de datos

El tipo de investigación es descriptiva ya que se realizó un análisis respecto al sentir de los estudiantes de preparatoria ante la nueva modalidad de clases; a su vez es explicativa ya que se busca establecer las relaciones entre cada uno de los datos recolectados. Los datos se obtuvieron a través del diseño y aplicación de una encuesta en línea a 216 estudiantes de la preparatoria 4 de la UAPUAZ, en la que se formularon preguntas que permitieran conocer la

forma en cómo los estudiantes han llevado a cabo sus clases en línea, los medios tecnológicos con los que cuentan y el sentir y emociones que manifiestan por la forma en que han tenido que cursar sus estudios.

Resultados y discusión

Como se mencionó anteriormente, parte de los resultados mostrados en el presente trabajo corresponden a una encuesta aplicada en línea a 216 estudiantes de la preparatoria 4 de la UAPUAZ, en la que se obtuvo como datos generales que el 58% corresponden a mujeres y el 42% a hombres, así mismo la mayoría son menores de 19 años dato que resulta lógico ya que en esta primera etapa de la investigación el objetivo fue conocer el sentir de los estudiantes de este nivel.

De acuerdo a la opinión de algunos docentes, padres de familia y resultados de otras investigaciones como la de Reyes y Trujillo (2021), entre los principales estados emocionales que han percibido en los estudiantes durante las clases a distancia son la angustia, ansiedad, nerviosismo, depresión y tristeza, lo cual se relaciona no sólo al distanciamiento social por el que estamos pasando, sino también a la falta de conectividad por la zona en la que viven y al equipo tecnológico del que carecen algunos estudiantes o que quizá no es el suficiente.

En este sentido, de acuerdo los resultados obtenidos se sabe que el 92% de los estudiantes encuestados viven en una zona urbana mientras que el 8% en zona rural, así mismo la mayoría de ellos señaló contar con acceso a Internet esto al expresar el 98%, no obstante, dada la situación de pandemia la mayoría de los estudiantes señaló que más de dos personas en su domicilio llevan clases a distancia, situación que en algún momento pudo limitar el uso del equipo e influir en el estado de ánimo expresado por los estudiantes, ya que el 40% de ellos manifestó sentir *nervios y ansiedad* durante varios días, el 18% la mitad de los días mientras que el 17% casi todos los días, lo cual señala que la mayoría de los estudiantes en algún momento llegó a sentir ese estado de ánimo durante el periodo de clases, pues sólo el 25% manifestó no sentirse nervioso y ni ansioso por las clases.

En este mismo sentido, los resultados de la encuesta muestran que la mayoría de los estudiantes se sintió *preocupado* al menos la mitad de los días durante el periodo de clases, esto al mencionarlo el 83% de ellos, mientras que el 17% manifestó no sentir esta sensación.

Este dato puede estar asociado a lo que anteriormente se mencionó respecto a la falta de conectividad y el equipo tecnológico del que carecen algunos estudiantes.

Por otra parte, al cuestionarlos respecto a qué tan *molestos e irritables* se han sentido durante la pandemia, el 35% indicó que ha sido durante varios días, el 26% indicó que la mitad de los días y un porcentaje menor señaló que casi todos los días sentían esa sensación, mientras que el 25% dijo no sentirse molesto ni irritable.

En lo que al estado de ánimo de *tristes y/o deprimidos* se refiere, los datos no varían mucho respecto a los resultados anteriores, ya que sólo el 28% indicó que durante la pandemia nunca se han sentido así, no obstante el 72% de los estudiantes manifestó haberse sentido al menos la mitad de los días triste o deprimido, lo cual es una situación alarmante ya que este es uno de los estados que orillan a los adolescentes al suicidio..

Uno de los estados de ánimo más común, sobre todo en los estudiantes, es el *estrés* que, según diversas investigaciones como la realizada por Ascue y Loa (2021), se asocia principalmente a la sobrecarga de tareas y evaluaciones periódicas. En este sentido, al cuestionar a los estudiantes de preparatoria respecto a si han tenido la sensación de estrés, el 33% de ellos señaló que casi todos los días han sentido estrés, el 27% indicó que varios días y el 26% que la mitad de los días. Fue sólo el 14% que señaló no haberse sentido estresado. El resultado anterior señalan, que la mayoría de los estudiantes han sentido estrés al menos la mitad de los días que han tenido clases a distancia.

Derivado de lo anterior, uno de los estados emocionales que se deriva del estrés, la angustia, ansiedad y depresión, es el *cansancio emocional*. En este sentido, al cuestionar a los estudiantes si se han sentido cansados durante las clases a distancia, el 88% respondió que sí, lo cual indica que para la mayoría de ellos el llevar clases a distancia, la sobrecarga de trabajo escolar, falta de equipo de conectividad, el aislamiento social u otros factores relacionados al confinamiento por la pandemia han generado estados de ánimo inestables en los estudiantes, pues no para todos ha sido grata esta situación ya que la convivencia familiar no es la misma para todos, pues un 10% de los estudiantes manifestaron que la convivencia familiar ha sido desagradable o muy difícil para ellos, aunque la mayoría de ellos señaló tener convivencia familiar agradable.

Sin duda alguna, los resultados anteriores dan muestra que la nueva modalidad de clases y a la que repentinamente todos tuvimos que cambiar, influyó en el estado de ánimo, principalmente de los estudiantes, los cuales han sentido estrés, desánimo, preocupación, angustia, tristeza, entre otros, mismos que nos señalan que una manera de contrarrestar estas emociones son: hacer ejercicio, dormir, utilizar videojuegos, salir con amigos, encerrarse en su habitación, comer, jugar, salir de casa.

Conclusiones

Los resultados obtenidos en esta investigación coinciden con los resultados de otras investigaciones realizadas en las que se señalan que este cambio tan repentino y obligado a la modalidad educativa a distancia ha generado cambios emocionales, principalmente en los estudiantes, para los cuales, quizá en un principio resultó algo agradable, pero conforme fueron pasando los días y sus actividades académicas seguían en línea, comenzaron a tener diversos sentimientos y emociones que los hacían sentirse inestables, se comenzó a percibir un estado de estrés, ansiedad y desánimo en los estudiantes por la forma en cómo iban desarrollado su vida académica, al grado de notar en algunos poco interés en continuar con sus estudios de manera virtual. No obstante, algunos estudiantes contrarrestaban estas emociones realizando actividades de otro tipo como: hacer ejercicio, dormir, utilizar videojuegos, salir con amigos, encerrarse en su habitación, comer, jugar, salir de casa.

El estado de ánimo, los sentimientos y/o emociones expresadas por los estudiantes, se relaciona en gran parte con la falta de recursos tecnológicos, pues se pudo observar que una parte de ellos no contaba con los mismos, además de que no tenían un espacio privado donde pudieran tomar las clases y hay quienes ni el tiempo podían dedicar a las clases por realizar actividades de otro tipo o quehaceres de la casa, lo cual generaba estrés, preocupación, ansiedad, depresión y sobretodo falta de interés por conectarse a sus clases.

Quizá uno de los aspectos que no se consideró al momento al establecer la modalidad de clases a distancia fue que muchos de los docentes partieron de que los estudiantes contaban con los conocimientos y recursos tecnológicos suficientes que les permitieran desarrollar sus actividades escolares, situación que desafortunadamente no fue así, por lo que este aspecto influyó en el desánimo de muchos estudiantes por seguir en sus clases, lo cual para muchos provocó la deserción escolar.

Esta situación de pandemia ha llevado a reflexionar diversos aspectos, entre ellos, que no están preparados los docentes, estudiantes y padres de familia para enfrentar una situación así, aún y cuando la modalidad virtual o a distancia no es nueva, nos hemos dado cuenta que estamos escasos en recursos tecnológicos, no se tiene programas de estudio, ni estrategias de enseñanza y aprendizaje que nos permitan desarrollar los conceptos en un cien por ciento en esta modalidad, por lo que se han tenido que hacer las adecuaciones que se consideraron pertinentes.

Por último cabe señalar que antes este tipo de situaciones debemos concebir al estudiante, como un ser integral, donde debe tomarse en cuenta el aspecto físico, el emocional y el social - elementos imprescindibles en el desarrollo y desenvolvimiento de todo ser humano -.

Referencias Bibliográficas

- Ascue, R. y Loa, E. (2021). *Estrés académico en los estudiantes de las universidades públicas de la Región. Apurimac en tiempos de la pandemia Covid-19*. Recuperado de https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i1.238.
- Briseño, I. (2021). *El estado emocional de los estudiantes, principal daño de las clases a distancia*. Recuperado de <http://www.cua.uam.mx/news/miscelanea/el-estado-emocional-de-los-estudiantes-principal-dano-de-las-clases-a-distancia>.
- Herrera, L., Mendoza, N. y Buenabad, M. (2009). *Educación a distancia: una perspectiva emocional e interpersonal*. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68812679007>.
- Idein. Consultoría y formación. (2020). *Emociones y estados de ánimo*. Recuperado de <https://idein.es/emociones-y-estados-de-animo/#>.
- Life Monterrey. (2017). *Estado Emocional, Estado Anímico, Emociones y Sentimientos*. Recuperado de <https://www.lifemonterrey.mx/single-post/estado-emocional-estado-anc3admico-emociones-y-sentimientos>.
- Lovón, M. y Cisneros, S. (2020). *Repercusiones de las clases virtuales en los estudiantes universitarios en el contexto de la cuarentena por COVID-19: El caso de la PUCP*. Recuperado de <https://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/view/588>.
- Reyes, N y Trujillo, P. (2021). *Ansiedad, estrés e ira: el impacto del COVID-19 en la salud mental de estudiantes universitarios*. Recuperado de <https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/dide/article/download/999/923/>.