

EL ÁMBITO SOCIOEMOCIONAL EN UNIVERSITARIOS DURANTE PANDEMIA: CASO UPN

Mónica García Hernández*, Teresa Martínez Moctezuma** y Nelly del Pilar Cervera Cobos***

*Doctora en Pedagogía. Profesora-investigadora de la UPN-Ajusco. mgarciah@g.upn.mx

**Doctora em Derechos Humanos. Profesora-investigadora de la UPN-Ajusco. tmartinz@upn.mx

***Doctora en Educación. Profesora-investigadora de la UPN-Ajusco. ncervera@upn.mx

Recibido: 26 de diciembre 2020.
Aceptado: 15 de febrero 2021.

Resumen

El presente artículo muestra algunos resultados obtenidos mediante la aplicación en línea de una encuesta aplicada desde la página institucional de la Universidad Pedagógica Nacional (UPN), durante el periodo de afrontamiento del SARS-COV2, entre mayo y junio del 2020, a una población de 1299 académicos y 5356 estudiantes universitarios, así como a 282 trabajadores administrativos de la UPN en la Ciudad de México (CDMX). El propósito fue conocer la situación de la Comunidad Académica ante la pandemia, con la finalidad de tomar decisiones informadas y oportunas para la recuperación paulatina y ordenada de la nueva normalidad en las actividades inherentes a la Universidad. En la citada encuesta se propuso atender cinco ámbitos: Socioeconómico, Educativo, Cultura de la Salud, Político y Socioemocional, a este último

haremos referencia, planteando como pregunta general: ¿Qué emociones me generan las situaciones derivadas de la pandemia del COVID-19?

Palabras clave: Universitarios, coronavirus, habilidades socioemocionales, encuesta, emociones.

Abstract

This article shows some results obtained through the online application of a survey applied from the institutional page of the National Pedagogical University (UPN), during the coping period of SARS-COV2, between May and June 2020, to a population 1,299 academics and 5,356 university students, as well as 282 UPN administrative workers in Mexico City (CDMX). The purpose was to know the situation of the Academic Community in the face of the pandemic, in order to make informed and timely decisions for the gradual and orderly recovery of the new normal in the activities inherent to the University. In the aforementioned survey, it was proposed to address five areas: Socioeconomic, Educational, Health Culture, Political and Socio-emotional, to the latter we will refer, posing as a general question: What emotions do the situations derived from the COVID-19 pandemic generate in me?

Keywords: University students, coronavirus, socio-emotional skills, survey, emotions.

El salón de clases es considerado, en el ámbito educativo, como un espacio socioemocional donde los estudiantes desarrollan diversas competencias que le permitirán comprender y establecer relaciones con otros de manera empática, así como determinar metas y proyectos de manera personal y colectivos (familia, amigos, pareja). De igual forma, hay evidencia de que estas habilidades, valores, destrezas y conocimientos pueden aplicarse, desarrollarse y ejecutarse de manera intencional en el contexto educativo, y que justo la infancia y la adolescencia son las etapas más significativas para aprenderlas (Cunningham, McGinnis, García, Tesliuc y Verner, 2008).

Es evidente que los estudiantes en el presente entorno digital donde se ubican, requieren habilidades comunicativas, pero sobre todo socioemocionales, ya que esto les permitirá adentrarse y enfrentar el futuro, a un mundo laboral competitivo e irracional en cuanto a las condiciones de exigencia, estrés, violencia, relaciones adictivas y consumos en exceso de alcohol y drogas.

Para conocer y dar cuenta del espacio y clima en que están los estudiantes y académicos universitarios en el contexto actual de la pandemia, se elabora el presente artículo y se difunden los resultados con relación a los datos obtenidos a partir de la aplicación de la Encuesta Necesidades Educa-

tivas en la UPN en tiempos de incertidumbre (El afrontamiento del SARS-COV 2 desde la perspectiva de académicos y estudiantes).

El propósito fue conocer, en un primer acercamiento, la situación de algunos integrantes de la Comunidad Académica ante la pandemia del SARS-COV2, con la finalidad de tomar decisiones informadas y oportunas para la recuperación paulatina y ordenada de la nueva normalidad en las actividades inherentes a la Universidad.

En la citada encuesta se propuso investigar cinco ámbitos: Socioeconómico, Educativo, Cultura de la Salud, Político y Socioemocional. A este último haremos referencia sobre los resultados obtenidos mediante la encuesta a estudiantes universitarios, planteando como pregunta general: ¿Qué emociones me generan las situaciones derivadas de la pandemia del COVID-19?

En inicio, el documento presenta la concepción asumida sobre el ámbito socioemocional. En segundo lugar, se describe el contexto de actuación, las características de la encuesta, su validación y aplicación. Posteriormente, se exponen algunos de los resultados reportados y su comparación con otros estudios. Por último, se formulan las conclusiones, sugerencias y propuestas que involucra el ámbito socioemocional en el campo educativo.

Fundamentación

Las emociones forman parte del singular sistema ecológico vital que es el ser humano en sociedad. Tienen una función adaptativa en cuanto constituyen reacciones psico-fisiológicas o innatas-corporales-subjetivas que nos preparan para la acción eficaz de supervivencia individual y colectiva, que dirigen nuestra conducta hacia una meta deseada ante determinadas circunstancias.

También poseen una función cognitiva, hay una unidad indisociable de las emociones con la racionalidad, al estar implicadas en los procesos de resolución de problemas, a lo largo del desarrollo de cualquier proyecto y toma de decisiones (Pérez, 2012). Las emociones son estados que involucran constitutivamente operaciones mentales valorativas (Melaned, 2016).

Asimismo, tienen una función social, ya que el sujeto de las emociones no está aislado de otros, nace, vive, adquiere su identidad sólo en relación con otros como parte de su contexto, de un mundo social; las emociones secundarias (relacionadas con la interacción y propias de los seres humanos) están condicionadas social y culturalmente. Por ello, juegan un papel importante en la dinámica de cualquier hecho y proceso sociales concebibles, desde eventos cotidianos micro como la convivencia familiar hasta situaciones macro como las elecciones políticas de un país; sin excepción alguna, las emociones están presentes en nuestra vida diaria (Bericat, 2012). En este marco de ideas se entiende a las emociones y lo socioemocional de manera multidimensional o compleja.

Se ha dicho que “a través de la cultura (la nuestra y la de los demás) interpretamos el mundo, definimos nuestro mundo” (Jasper, 1997: 10). En este sentido, para Poma y Gravante (2020), cada sistema socioeconómico nos educa y nos impone una cultura emocional caracterizada por determinadas reglas de sentir:

[...] el sistema neoliberal nos ha educado, y nos ha impuesto su propia cultura emocional que se caracteriza por reglas del sentir como, por ejemplo, expresar respeto y admiración hacia las personas de éxito económico, depreciar los estratos sociales más bajos, culpar a otros individuos por lo que no funciona, tener miedo al expresar nuestro descontento o vergüenza al compartir nuestro sentir. Estas reglas se manifiestan en nuestras prácticas cotidianas como la intolerancia hacia el otro, la necesidad de autoridad y la negación de las problemáticas como la pobreza, la desigualdad, la violencia de género, el racismo (Poma y Gravante, 2020: s/p).

Para los citados autores, en el sistema neoliberal, culpamos a otros individuos por lo que no funciona, tenemos miedo al expresar nuestro descontento o vergüenza al compartir nuestro sentir. Estas reglas se manifiestan en nuestras prácticas cotidianas de intolerancia hacia el otro, la necesidad de autoridad y la negación de las problemáticas como la pobreza, la desigualdad, la violencia de género, el racismo.

El modelo cultural promovido por el sistema neoliberal, que se está mostrando claramente en esta pandemia de COVID-19, nos permite comprender las diferentes respuestas a esta crisis que se han observado en muchos países: desde la negación y la voluntad de seguir como si no pasara nada, al llamado a la responsabilidad y a la solidaridad (Poma y Gravante, 2020: s/p).

Poma y Gravante (2020) también plantean que se ha construido, fortalecido y difundido una cultura individualista, basada en la sospecha, en el miedo hacia lo diverso, en la culpa siempre direccionada hacia otros individuos, en el desprecio a la vida humana y no humana, en la felicidad medida en bienes de consumo y visibilidad social.

En cuanto a la negación de la gravedad de la pandemia, es evidente que refleja una ideología donde el crecimiento económico vale más de la vida humana, y donde esta última se jerarquiza, convirtiendo en sacrificables las personas mayores, porque no son productivas, y las clases sociales inferiores. El análisis de la dimensión emocional hace evidente como el narcisismo, el egoísmo y el cinismo están a la base de esta respuesta.

Pero, además, hemos observado otras estrategias emocionales como la demonización del miedo a la enfermedad y la descalificación del cuidado y de la preocupación hacia los demás [...] (Poma y Gravante, 2020: s/p).

Como alternativa, ambos autores consideran necesario construir un mundo donde la compasión, la solidaridad, el respeto sean hacia todos los seres vivos humanos y no humanos, y donde la culpa, la rabia, la indignación sean hacia quienes priorizan la riqueza y el crecimiento económico por encima de la vida. Retoman a Hochschild (1979) para proponer consolidar reglas del sentir contra-hegemónicas que debiliten la dimensión cultural individualista del sistema, los cuales a su vez puedan contribuir a poner un freno a las crisis económicas y políticas por venir, donde sin duda será necesaria la participación responsable de todos.

[...] desarrollar y poner en práctica propuestas comunitarias, a diferencia de las acciones individuales que todos podemos hacer (hacer las compras al vecino que no puede salir, compartir información en redes) tienen un potencial disruptivo porque pone en evidencia el fracaso de un sistema fundado en el individualismo y la competencia, generando una respuesta basada en la compasión y la solidaridad (Poma, 2020: s/p).

También señalan que, debido a los efectos de la pandemia del COVID-19, muy probablemente no habrá una normalidad, como anteriormente la conocíamos, a la cual volver. Enfrentamos una crisis mundial que dejará heridas y fracturas sociales muy profundas, misma que nos reta a replantearnos nuestro presente y futuro. Subrayan la relevancia de complementar la dimensión emocional con el estudio de movimientos sociales y de protesta; así como valorar la riqueza de experiencias debido a que la subjetividad, la cultura y las emociones son sustanciales en las prácticas y en los discursos.

Tizón (2020), en su libro *Salud emocional en tiempos de pandemia*, señala las siguientes características diferenciales en una primera aproximación de la pandemia del Covid-19 con respecto a otras pandemias y epidemias:

1. Es una epidemia desde el mundo desarrollado y urbanizado.
2. Reveladora de otros muchos virus, distorsiones, disfunciones e injusticias negadas, sumergidas y marginadas de nuestro mundo.
3. Es una pandemia que revela nuestra vulnerabilidad sanitaria y la crisis del aislamiento sanitario en un mundo globalizado.
4. Lleva a una pandemia social, no sólo biológica.
5. Inicialmente se pensó que era una pandemia paradójica, pues su severidad parecía más motivada por las emociones que por la

gravedad biológica (hasta que se valoró más a fondo y menos maníacamente la tercera característica).

6. Es una pandemia de la emocionalidad compartida.

7. Es una pandemia potencialmente integradora de los conocimientos científicos psicológicos y psicosociales que deberían actualizarse en la cultura.

8. Es una pandemia potencialmente integradora y globalizadora a nivel social (Tizón, 2020: 27-28).

En este sentido, Tizón (2020), propone repensar el futuro y asumir la pandemia del Covid-19 como oportunidad transformadora:

[...] Habrá que implantar enormes cambios, aunque progresivos, de forma que los cuidados sanitarios estén más basados en la autonomía de los individuos, en sus lazos de solidaridad y creatividad solidaria, en los «núcleos vivenciales naturales de la población» (la red comunitaria) y, por lo tanto, disminuyendo el profesionalismo tecnocrático y «biocomercial» hoy imperante. Tareas que, desde luego, no son sencillas ni prefiguradas. En todo ello, la renovación y la revitalización de la Atención Primaria de la Salud han de jugar un papel fundamental, a replantearse creativamente en los países urbanizados del globo (Tizón, 2020: pp. 95-96).

Es por lo anterior, y por el impacto que puede acompañar a los sujetos en su desempeño académico cotidiano, que en México se ha considerado formar a los futuros docentes de Educación Básica, así como a los niños y jóvenes, incluyendo el ámbito de la educación socioemocional, definiendo ésta como:

[...] un proceso de aprendizaje a través del cual los niños y los adolescentes trabajan e integran en su vida los conceptos, valores, actitudes y habilidades que les permiten comprender y manejar sus emociones, construir una identidad personal, mostrar atención y cuidado hacia los demás, colaborar, establecer relaciones positivas, tomar decisiones responsables y aprender a manejar situaciones retadoras, de manera constructiva y ética. Tiene como propósito que los estudiantes desarrollen y pongan en práctica herramientas fundamentales para generar un sentido de bienestar consigo mismos y hacia los demás, mediante experiencias, prácticas y rutinas asociadas a las actividades escolares; que comprendan y aprendan a lidiar de forma satisfactoria con los estados emocionales impulsivos o aflictivos, y que logren que su vida emocional y sus relaciones interpersonales sean una fuente de motivación y aprendizaje para alcanzar metas sustantivas y constructivas en la vida[...] (SEP, 2018; p. 514).

Tanto la formación docente como la propuesta curricular en el ámbito socioemocional no ha escalado aún al espacio universitario, es ahí donde encontramos diversos problemas de identidad, relaciones tóxicas y adictivas, dependencias a consumos inmoderados, contextos adversos al aprendizaje y al desarrollo profesional; en situación extraordinaria como la pandemia, la economía familiar se ha visto mermada y el futuro no muestra seguridad y certeza para los estudiantes. Este contexto abrumador e inseguro de la pandemia, impacta y revela los aspectos emocionales como: miedo, sorpresa, ira, dependencia, alegría, tristeza, confianza, soledad social y violencia. En el presente artículo también se reflexionará acerca de situaciones vinculadas al miedo, tristeza e ira.

Características de la investigación

Con respecto al contexto institucional y los participantes, cabe señalar que el estudio se realizó en la UPN, que está conformada por 73 Unidades y 208 subsedes, localizadas en toda la república mexicana. Lo que la constituye en la institución pública de educación superior especializada, con una cobertura amplia en el área de la formación de profesionales de la educación y en un espacio relevante para investigar en el campo de la educación. En la aplicación de la encuesta se llevó a cabo un corte para elaborar un primer análisis, donde en la CDMX se obtuvieron 6657 respuestas entre académicos y estudiantes. Cabe señalar que las 282 respuestas que se recabaron de los trabajadores administrativos no se analizaron en esta primera etapa.

Encuesta y su aplicación

El proceso de diseño y versión final del instrumento es resultado de 4 reuniones virtuales, desarrollado mediante un trabajo colaborativo y colegiado por 11 investigadores de 3 áreas académicas. Un pilotaje aplicado a 2 grupos de participantes, además de la revisión correspondiente de las instancias institucionales. El instrumento comprendió 98 preguntas, organizadas en cinco ámbitos: socioeconómico, educativo, cultura de la salud, político y socioemocional. Los reactivos fueron cerrados, con opciones de respuesta dicotómica y opción múltiple según las necesidades informativas de cada ámbito.

El instrumento fue respondido en línea por parte de la comunidad de la UPN, a través de la creación de un espacio específico en la página institucional de la UPN entre los meses de mayo y junio del 2020. También se difundió en redes sociales.

Como se indica en la Tabla 1, al ámbito socioemocional comprendió una pregunta general desglosada en 40 reactivos, agrupados en las siguientes nueve categorías: miedo, sorpresa, ira, dependencia, alegría, tristeza, confianza, soledad social y violencia.

TABLA 1. Organización del ámbito socioemocional de la encuesta COVID-UPN-2020.

Pregunta general: ¿Qué emociones me generan las situaciones derivadas de la pandemia del COVID-19?	
Categorías y subcategorías	Reactivos
<p>MIEDO Preocupación, ansiedad, incertidumbre, inseguridad, desconfianza, confusión</p>	<p>6. Siento miedo, los rumores me confunden. 8. Siento miedo, la información sobre el COVID-19 es imprecisa y me confunde. 9. He cambiado varios de mis planes a futuro. 10. He cambiado varias de mis rutinas 20. Me preocupa regresar a clases porque me pueden contagiar. 21. Siento miedo por el impacto de esta situación en México. 22. Siento ansiedad por saber cómo impactará esta situación en mi vida cotidiana. 24. Me preocupa mi salud y el efecto que tenga en ella esta pandemia.</p>
<p>SORPRESA Sobresalto, asombro, desconcierto</p>	<p>25. Estoy impresionada(o) por la manera como me he adaptado a las condiciones actuales de confinamiento.</p>
<p>IRA Rabia, enojo, frustración</p>	<p>12. Me siento frustrado (a) por las condiciones actuales que me impiden ver y abrazar a las personas que estimo. 13. Siento frustración por no poder salir con libertad. 14. Siento enojo por las condiciones que nos hace vivir esta pandemia.</p>
<p>DEPENDENCIA Depresión, estrés, adicción, apego</p>	<p>1. Durante esta pandemia me ha dado por consumir alcohol. 2. Durante esta pandemia me ha dado por comer más de lo que cotidianamente acostumbro. 3. Durante esta pandemia me ha dado por fumar. 4. Durante esta pandemia me ha dado por tomar más café. 5. Durante esta pandemia me ha dado por consumir otros estimulantes que me hacen sentir bien.</p>

<p>ALEGRÍA Sensación de bienestar y de seguridad, optimismo, felicidad, satisfacción</p>	<p>23. Estoy feliz de pasar más tiempo con mis familiares. 26. He descubierto aspectos positivos de la situación, a medida que he explorado nuevas actividades e intereses.</p>
<p>TRISTEZA Pena, pesimismo, sensación de malestar, aburrimiento, desesperación</p>	<p>16. El confinamiento ha generado malestar con mi pareja. 17. El confinamiento ha generado malestar con mis compañeros de trabajo. 18. El confinamiento ha generado malestar con mis compañeros de la universidad. 19. Estoy aburrida(o) por el confinamiento. 30. Me hace sentir malestar la incertidumbre de no saber cuánto va a durar esta situación.</p>
<p>CONFIANZA Despreocupación, calma, tranquilidad, certidumbre, seguridad, serenidad, credibilidad, confiabilidad, lealtad</p>	<p>7. Estoy tranquila(o) realizando mis actividades escolares desde casa.</p>
<p>SOLEDAD SOCIAL Desafiliación, desintegración social, inseguridad de valía, desconfianza, abandono, angustia</p>	<p>11. Siento soledad en este confinamiento, aunque vivo con mi familia o mi pareja. 28. El tiempo de encierro ha restringido mi actividad social.</p>
<p>VIOLENCIA Tensión, violencia Intrafamiliar, violencia con la pareja</p>	<p>15. El confinamiento ha generado violencia en mi familia. 27. La tensión ha aumentado en mi entorno. 29. El encierro ha afectado mi estado de ánimo.</p>

Fuente: Elaboración propia.

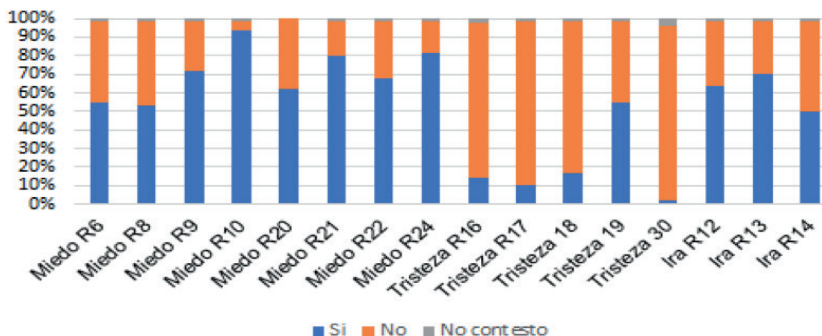
Algunos resultados destacados

En la gráfica 1, se observa que gran parte de la población que respondió el cuestionario declaró que siente miedo: al cambio de varias rutinas (93,55%), varios cambios de los planes a futuro (85.62%), preocupación por el contagio (62.21%), preocupación por el impacto en la situación de México (79.61%), preocupación por rumores sobre COVID-19 que confunden (55.03%) y preocupación por la propia salud (81.17%).

Específicamente importante y que merece atención es la variación de rutinas en pandemia, esto implica cambios en horarios, escenarios, relaciones, proyectos y planes en el presente y futuro. Los efectos que determinan esta incertidumbre se

observan en el desarrollo personal dentro y fuera de la comunidad académica, así como en su desempeño académico. Por lo tanto, es prioritario que la universidad genere intervenciones para el manejo de estas causales de miedo.

Gráfica 1. Respuestas en porcentaje sobre miedo, tristeza e ira reportados.



Fuente: Elaboración propia.

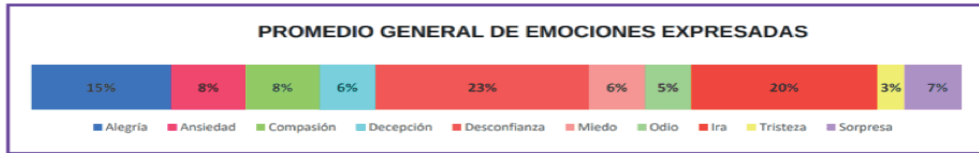
Las consecuencias del confinamiento pueden manifestarse con una actitud de tristeza mediante conductas como: pena, pesimismo, sensación de malestar, aburrimiento, desesperación y sobre todo incertidumbre. En los datos no se observa malestar en la comunidad académica, sin embargo, la falta de certeza y confianza con respecto a lo que pueda suceder en el futuro inhibe al sujeto para el planteamiento y realización de proyectos de vida ya que esto conduce a la frustración e ira, por lo tanto; es importante el dato de manifestar incertidumbre hacia un futuro deseable y posible. Ante una situación excepcional e inesperada como es la pandemia del COVID-19, la mayoría de la población de estudiantes y académicos se siente frustrada y enojada por las restricciones de contacto físico con los otros, la pérdida de libre tránsito y el enojo o ira por condiciones de confinamiento.

En este sentido es necesario considerar que, de acuerdo con Riquelme (2020), la desconfianza y la ira imperan en las redes sociales en las que están inmersas las personas que viven en América Latina. Estas emociones superan por mucho a la alegría, la compasión e incluso a la sorpresa entre la población. De acuerdo con el sondeo elaborado por Agora Public Affairs & Strategic Communications, la desconfianza y la ira imperan en las redes sociales de las personas que viven en América Latina, situación que es necesario considerar ya que estos estados emocionales impactan en los procesos educativos.

De igual manera, Riquelme (2020), reporta en su estudio que el 23% de los latinoamericanos expresa desconfianza a través de sus redes sociales y 20% manifiesta ira, apenas 15 % expresa alegría. Las demás emociones asentadas van de la compasión (8%), la ansiedad (8%) y la sorpresa (7%), a la

decepción (6%), el miedo (6%), el odio (5%) y la tristeza (3%) y, como se puede observar, el espacio educativo investigado no es ajeno a estas expresiones.

Gráfica 2. Promedio General de emociones expresadas.



Fuente: Riquelme (2020). La desconfianza y la ira son las emociones que dominan a los latinoamericanos ante el coronavirus.

De acuerdo con el sondeo, que está basado en el análisis de las publicaciones públicas sobre el COVID-19 de los usuarios de Twitter, Facebook, Instagram y blogs en Argentina, Brasil, Colombia, Chile, México y Perú entre el 23 y 30 de marzo, antes de la pandemia la desconfianza era la emoción prevaleciente. A la desconfianza en las medidas de los gobernantes y la situación económica, se añade la ira en contra tanto de las medidas económicas de los gobiernos como de las personas que no respetan las restricciones de aislamiento social.

A diferencia de los países analizados, las redes sociales de los mexicanos reflejan más ira ante el entorno que se ha ido formando alrededor del coronavirus, mientras que la desconfianza pasa a segundo término. No obstante, los *hashtags* más usados en el país incluyen la recomendación gubernamental *#No salgas de tu casa*, así como *#MexicoSaludable* y *#InformaciónImportante*.

Gráfica 3. Emociones.



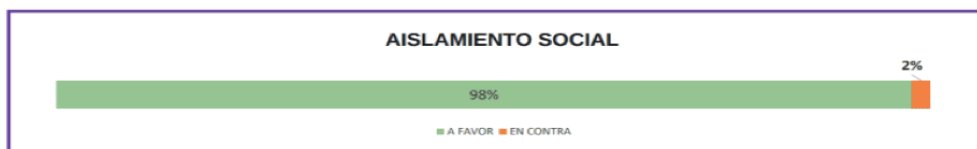
Fuente: Riquelme (2020). La desconfianza y la ira son las emociones que dominan a los latinoamericanos ante el coronavirus.

Ágora México, citado por Riquelme (2020), realizó un sondeo alrededor de la respuesta a la pregunta: ¿Cómo nos informamos y reaccionamos sobre el coronavirus (Covid-19) los mexicanos?, estudio que fue elaborado por *Comunicación Política*, mediante 855 cuestionarios telefónicos y por internet

a una población de rango de edad de 14 a 90 años, en los 32 estados de la república mexicana, según este reporte la inquietud y ansiedad dominan el estado emocional de los mexicanos frente al Coronavirus (COVID-19).

Entre otros datos, del estudio se reporta que en México los 99% de usuarios están de acuerdo en que se apliquen medidas de aislamiento.

Gráfica 4. Aislamiento social.



Fuente: Riquelme (2020). La desconfianza y la ira son las emociones que dominan a los latinoamericanos ante el coronavirus.

De acuerdo con lo expresado es necesario recordar que el confinamiento en la vivienda no propicia propiamente la sana convivencia, algunas viviendas se califican como lugares inseguros, tóxicos, peligrosos y poco confiables; son lugares que tienen que ser compartidos por familias propias y extensas, lo cual atenta contra lo que se considera como el espacio vital: todo ser humano requiere de un ambiente digno para crecer física, mental y emocionalmente, siendo la vivienda el espacio vital para su bienestar (OMS, 2009: 6).

La vivienda es un lugar indispensable para nuestra vida, necesario para el desarrollo de los individuos y de la familia. Debe brindar seguridad, protección, intimidad y contribuir al bienestar de cada una de las personas que la habitamos (OMS, 2010: 27).

La vivienda es el espacio físico donde los seres humanos transcurren gran parte de su vida; reponen sus fuerzas y donde se dan actividades y momentos importantes que estrechan relaciones afectivas, y fortalecen el núcleo familiar. Por su influencia en la salud de las personas, la vivienda debe brindar seguridad, ofrecer intimidad, descanso y bienestar, en función de las condiciones del medio ambiente y de la conducta que asumen sus ocupantes. [...]La Vivienda Saludable incluye no solamente la casa, sino también el entorno físico y psicosocial, la familia misma o el hogar y la comunidad (OMS, 2009: 8).

Los estudios indican que escenarios reducidos y alta densidad de las personas que habitan en la vivienda generan un ambiente propicio de violencia intrafamiliar y de pareja, riesgo y malestar, con lo que se limita la privacidad e intimidad, lo que podría explicar la razón de que algunos sujetos no toleren estar dentro de su casa.

Retomando el análisis alrededor la encuesta aplicada en la UPN y aunado a la situación de convivencia planteada, cabe señalar que los estudiantes de nuestra casa de estudios se sienten molestos por no contar con equipo, conectividad, espacio específico para la realización de las actividades escolares o situación económica estable, lo que reporta afectación en el estado de ánimo a partir del confinamiento. Este malestar es una alerta que necesita ser monitoreada de manera permanente y continúa en esta universidad, para entender las posibles consecuencias en los ámbitos familiar, social y escolar.

La OMS (2020) refiere que en general los efectos sanitarios directos de la pandemia han sido menos graves en los jóvenes, y sus repercusiones a largo plazo afectan a estos de forma desigual. Entre tales repercusiones están la incertidumbre económica, la pérdida o falta de oportunidades laborales, los efectos en la salud física y mental, las traumatizantes consecuencias de la violencia doméstica y en lo educativo se presenta desorganización en los procesos enseñanza y aprendizaje. Por ejemplo: se ha observado que casi el 90% de los jóvenes presenta ansiedad como resultado de la pandemia de COVID-19, lo cual es de esperar que se refleje en su aprendizaje.

De acuerdo con la UNESCO (2020) más de mil millones de estudiantes de casi todos los países han sufrido las consecuencias del cierre de establecimientos educativos; y uno de cada seis jóvenes del mundo ha perdido el trabajo durante la pandemia, por lo que debe esperarse que esta situación impacte en sus emociones y también en su aprendizaje.

Por otra parte, en la comunidad universitaria se viven ventajas y beneficios al estar en confinamiento ya que estudiantes y académicos, cuando las condiciones lo permiten, se reencuentran con la familia o con la pareja. También, revaloran aspectos personales que favorecen realizar actividades e ingresar a escenarios distintos a los habituales. Esta cuestión es propicia para un ambiente sano para el aprendizaje ya que la familia como contexto inicial y protector conlleva al bienestar en que se encuentra el sujeto en ese momento.

Por otro lado, es altamente probable que conductas de miedo, tristeza e ira se sigan manifestando si se prolonga la pandemia y obviamente posterior a la pandemia, por lo tanto, son alarmas que hay que considerar para su prevención, atención y si la situación lo permite, su intervención.

Con referencia a esto mismo, hay que tener en cuenta las condiciones de los estudiantes de recién ingreso en la UPN, quienes no se han familiarizado con el contexto físico de la institución y tampoco han tenido posibilidad de interactuar y convivir con sus compañeros, profesores, ni con la comunidad académica en general. Por ello, es necesario pensar en crear y favorecer espacios físicos amables, así como promover y sostener ambientes que ofrezcan un clima de interacción, tranquilidad y bienestar. En este sentido la reflexión que lleva a cabo Murillo (2020: s/p),

ofrece elementos de juicio para entender la situación por la que atraviesan 40 millones nuestros jóvenes estudiantes:

Para los estudiantes la pandemia ha ocasionado un profundo cambio en nuestro ambiente académico y social. En una cuestión de días, los alumnos mexicanos dejamos de ir a la escuela. Así, día a día las plumas se convirtieron en teclados, los salones en pantallas y los amigos en mensajes de texto. En aislamiento, un amplio grupo de jóvenes enfrentamos las dificultades que la tecnología y las clases en línea implican: los problemas de conexión, la falta de interacciones cercanas con los profesores para resolver dudas y finalmente, el desafío del aprendizaje independiente y la necesaria motivación intrínseca. Adicionalmente, existen un gran número de estudiantes que cuentan con condiciones económicas y familiares menos favorables para quienes el reto del avance académico se vuelve aún más complejo pues carecen de los recursos necesarios para enfrentar exitosamente esta situación.

Por otro lado, el costo emocional para nosotros es alto y va desde una menor interacción social hasta el enfrentamiento con una realidad inestable, incierta y efímera. La conciencia de que las condiciones de vida pueden cambiar tan repentina y drásticamente puede ser un elemento difícil de manejar para muchos de nosotros.

El aislamiento es esencial para aplanar la curva de contagio, y en esto tanto la empatía como la cohesión social son indispensables. Sin embargo, muchos describen a mi generación, conocida como Z, como si fuésemos un grupo de personas egoístas con una filosofía de vida nihilista. Acertada o no esa caracterización, es importante concientizar a los jóvenes del rol tan importante que tenemos en estos momentos y evitar que la falta de sentido de comunidad entre generaciones, la división entre “ellos” y “nosotros”, resulte mortal.

Durante esta crisis entonces, hay dos preguntas muy importantes que los jóvenes nos debemos hacer. Primero, ¿por qué debería de quedarme en casa, aunque implique un sacrificio personal? Segundo, ¿qué puedo hacer en mis circunstancias o en mi entorno para mitigar la carga emocional del aislamiento?

Un ambiente académico libre de violencia, frustración e incertidumbre, aún dentro del confinamiento, proyectará sus resultados positivos a futuro en nuestra comunidad educativa; condición que también tendrá sus repercusiones en términos de convivencia familiar, lo cual es sumamente importante para el logro de un ambiente sano para los estudiantes, cuya meta es el logro de una trayectoria escolar exitosa y un mejor desempeño académico.

Al abordar en la Universidad Pedagógica Nacional esta situación es indispensable involucrar a los docentes para detectar y en su caso canalizar al Centro de Atención a Estudiantes (CAE) a algunos estudiantes para su atención. Por ello, es indispensable apoyar y acompañar a los docentes para identificar y comprender a sus estudiantes en sus manifestaciones de ira, tristeza y miedo que también ellos mismos pueden manifestar y en su caso también ser atendidos.

Consideraciones finales

Este primer acercamiento a los datos en el Ámbito Socioemocional, nos permite observar diversas alteraciones en el escenario social y en la conducta de la comunidad a partir del confinamiento, tales como malestar, miedo, incertidumbre hacia el futuro lo cual no permite generar el planteamiento y desarrollo de proyectos de vida, laborales, familiares y escolares, esto último conlleva a una actitud de frustración y tensión que en ocasiones coloca al sujeto en situación de vulnerabilidad. Un contexto de distanciamiento social e incertidumbre, aunado a las carencias de equipo, conectividad y espacio para el desarrollo educativo, formación y desempeño profesional no es favorable para el aprendizaje.

Es deseable sostener e incrementar el reconocimiento que se tiene de manera personal con respecto al potencial humano y resiliencia ante el confinamiento, lo cual puede ser recuperado en la generación de proyectos y programas creativos y alternos a la currícula que sostienen e incrementan esta tendencia. Habría que estar alerta a las posibles consecuencias emocionales del confinamiento dado que se reporta incremento en conductas no deseables y que afectan el estado de ánimo de los sujetos.

A partir de los resultados de la encuesta y fuentes consultadas, se recomienda para una educación socioemocional efectiva, sea en un contexto de crisis o no, atender a la comunidad académica y de estudiantes, mediante las siguientes consideraciones:

1. La educación socioemocional deberá ser considerada una actividad y metacolectivas de la comunidad educativa universitaria en su conjunto.
2. Incorporar la educación socioemocional explícitamente en los diseños curriculares y cocurriculares universitarios como parte de los objetivos fundamentales en la trayectoria de enseñanza y aprendizaje, así como en la formación profesional del estudiante para su óptimo desempeño laboral.
3. Determinar las competencias socioemocionales a desarrollar en los estudiantes en los diferentes programas educativos universitarios. Tales como el logro de competencias personales de autoconocimiento,

autocontrol y adaptación para su salud y bienestar; así como competencias socioafectivas de ayuda mutua.

4. Formar al profesorado en educación socioemocional, en su formación inicial y continua. Para ello, se requiere que los docentes estén sensibilizados, además de que aprendan a gestionar sus emociones y así alcanzar también una salud socioemocional plena.

5. Promover la educación socioemocional mediante actividades físicas y artísticas, particularmente de manera colectiva.

6. Diseñar y adoptar un modelo de educación socioemocional que sea a mediano y largo plazo que cubra el trayecto de escolarización, con estrategias activas, participativas y experienciales.

7. Llevar a cabo un plan de evaluación de estos programas que permita analizar el impacto de su realización y obtener la información necesaria para la mejora de éstos.

8. Realizar de manera continua sondeos ante cualquier alerta que pudiera surgir con respecto a contextos o situaciones socioemocionales que expongan a los sujetos vulnerables.

La planeación, diseño e implementación de acciones que atiendan aspectos emocionales en el ámbito educativo permite el logro de condiciones favorables para los procesos de enseñanza y aprendizaje. Por ejemplo, respecto al impacto en el logro de bienestar de los estudiantes, así como en su desempeño académico a partir de los resultados de pruebas estandarizadas nacionales, Adler (2016) expone el impacto positivo de tres programas de desarrollo socioemocional en escuelas de educación secundaria de Bután, México y Perú.

También, es preciso valorar que los programas de educación socioemocional considerados exitosos, tienen cuatro características que conforman el acrónimo SAFE (por sus siglas en inglés): secuenciales, activos, focalizados y explícitos (Hernández, Trejo y Hernández, 2019: 92):

- Secuenciales. Presentan actividades coordinadas y vinculadas; las rutinas y tareas se dividen en pasos, y gradualmente se aumenta la complejidad y demanda.
- Activos. Incluyen prácticas pedagógicas de aprendizaje activo que promueven el diálogo y la colaboración, y mediante ellas el estudiante pone en práctica las HSE y puede ver su relevancia claramente.
- Focalizados. Se da tiempo y espacio para el desarrollo de cada habilidad, de modo que los individuos integren y profundicen en cada una. Para ello, se aborda cada habilidad desde diferentes contextos y perspectivas, se crean rutinas y horarios de práctica cotidiana.

- Explícitos. Tienen objetivos de aprendizaje claros y observables, con formatos de evaluación que permiten brindar retroalimentación constructiva sobre el proceso de aprendizaje.

En México, desde el año 2014, con apoyo de la Secretaría de Educación Pública (SEP) y el Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) surgió el programa *Construye T*, cuyo propósito es lograr el bienestar presente y futuro del estudiante, sustentado en tres dimensiones (SEP, 2020: s/p):

- **Conoce T.** Abarca dos habilidades relacionadas con la comprensión y el manejo de las emociones: autoconocimiento y autorregulación.
- **Relaciona T.** Incluye dos habilidades asociadas al establecimiento de relaciones positivas con otras personas: conciencia social y colaboración.
- **Elige T.** Considera dos habilidades para tomar decisiones reflexivas y responsables: toma responsable de decisiones y perseverancia.

Para el cumplimiento de lo anterior, se requiere (SEP, 2020: s/p):

- El fortalecimiento de las competencias docentes y directivas por medio de diversos programas de capacitación.
- Estrategias didácticas y formas de evaluación para el seguimiento de estos contenidos.
- Elaboración de recursos didáctico, de diseño instruccional, así como digitales que sustenten dichas estrategias.
- Acompañamiento a docentes y directivos para sensibilizarlos acerca de los contenidos, las estrategias y el impacto de éstos, en la vida cotidiana de sus estudiantes y de ellos mismos.
- Involucrar a los padres en algunas de las tareas que conlleven al bienestar familiar.
- Un programa nacional de seguimiento y mejora continua que recupere, resignifique y responda a las necesidades específicas del contexto escolar.

Finalmente se concluye, conforme lo expuesto por Vera, *et al.* (2019), que los elementos socioafectivos que influyen, en gran medida, positivamente en el desempeño académico de los estudiantes universitarios, son las relaciones armónicas con sus padres, hermanos o familia extensa. Éstos los apoyan en momentos difíciles y en la toma de decisiones para la resolución de problemas, situación que ayuda a dar respuestas más acertadas y efectivas.

Otro de los elementos considerados en su desarrollo socioafectivo son las relaciones de amistad y compañerismo dentro del aula, que tienen cierta influencia pero no afectan en el logro de los objetivos escolares. La amistad, la confianza y el respeto que se alcanza, permiten que, en ciertas ocasiones en las que no existe un canal abierto de comunicación con sus familiares, busquen apoyo en sus compañeros.

En lo que se refiere a relación con los profesores, cuando hay un trato justo y una buena comunicación, contribuyen a que las horas de clase sean cordiales y faciliten el deseo de aprendizaje. Esto permite asegurar que la motivación, el respeto, la confianza, el trato justo, la empatía y la seguridad ayudan a tener mejor rendimiento escolar. Mientras los estudiantes satisfagan sus necesidades básicas y establezcan relaciones cordiales en su entorno social, podrán alcanzar sus metas y objetivos escolares.

Referencias bibliográficas

Libros

- Cunningham, W., McGinnis, L., García, R., Tesliuc, C. y Verner, D. (2008). *Youth at Risk in Latin America and the Caribbean: Understanding the Causes, Realizing the Potential*. Washington: The World Bank.
- Jasper, J. (1997). *El arte moral de la protesta: biografía y creatividad en los movimientos sociales*. Chicago: University Chicago Press.
- OMS. (2009). *Hacia una Vivienda Saludable—Guía para el facilitador*. Lima, Perú.
- (2010). La vivienda como espacio vital en Hacia una Vivienda Saludable “Que viva mi hogar”, *Comité Nacional de Entornos Saludables*. Colombia
- SEP. (2018). *Educación Socioemocional*. Licenciatura en Educación Primaria. Plan de Estudios 2018, 3er Semestre. México: SEP.
- Tarditi, G. (2020). *El duelo en medio de la pandemia*. México: Ibukú.
- UNESCO. (2020). *Promoción del bienestar socioemocional de los niños y los jóvenes durante las crisis, Informe*. UNESCO.

Libros en línea

- Tizón, J. (2020). *Salud emocional en tiempos de pandemia Reflexiones urgentes*. Herder Editorial, S. L., Barcelona, 1.ª edición digital, 2020, Disponible en: https://0201.nccdn.net/1_2/000/000/0c4/0ae/La-salud-emocional-en-tiempos-de-pandemia---Jorge-Tiz--n.pdf

Revistas

- Adler, A. (2016). Teaching Well-Being increases Academic Performance: Evidence From Bhutan, Mexico, and Peru. *Publicly Accessible Penn Dissertations*, pp. 1-89.
- Durlak, J., Weissberg, R., Dymnicki, A., Taylor, R. y Schellinger, K. (2011). The impact of enhancing student's social and emotional learning: a meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), pp. 405-432.
- Hernández, M., Trejo, y Hernández, M. (2019). El desarrollo de habilidades socioemocionales de los jóvenes en el contexto educativo. *Revista Poniéndose al día*, enero-abril, México: INEE, pp: 88-9
- Ministerio de Educación Gobierno de Chile. (2020). Educación en Tiempos de Pandemia. Parte 2. Recomendaciones pedagógicas para la educación socioemocional. *Educación 2020*. Chile.
- (2020). 19 propuestas de educación en tiempos de pandemia COVID 19. *Educación 2020*. Chile.
- Pérez, G. A. (2012). La construcción de la personalidad. Aprender a educarse, En mismo autor. *Educarse en la era digital* (pp. 99-138). Madrid: Morata.
- Vera, A., Aoyama, E. y Loza, J. A. (2019). Influencia de los aspectos socioemocionales en el desarrollo académico de los estudiantes de la Universidad Veracruzana. Nueva Época/*DIRAC/Rev. No. 73*, enero-junio 2019. México: Publicación de la Dirección de Servicios para la Formación Integral de la Universidad Iberoamericana, A.C.

Periódicos y revistas en línea

- Bericat, E. (2012). Emociones. *Sociopedia.isa*. Disponible en: <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/47752/DOIEmociones.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Granados, O. (2020). Generación COVID ¿generación perdida? *Periódico Reforma*. Disponible en: https://www.reforma.com/aplicacioneslibre/preacceso/articulo/default.aspx?__rval=1&urlredirect=https://www.reforma.com/generacion-covid-generacion-perdida/ar1970736?referrer=--7d616165662f3a3a6262623b727a7a7279703b767a783a--
- Hochschild, A. R. (1979). Emotion Work, Feeling Rules, and Social Structure. *American Journal of Sociology*, 85: 551–75. Disponible en: <https://www.journals.uchicago.edu/doi/pdfplus/10.1086/227049>
- Mosquera, A. (3 junio del 2020). Jorge Tizón: En esta pandemia se actúa con modelos psicológicos envejecidos. *Filosofía & Co*. Disponible en: <https://www.filco.es/jorge-tizon-pandemia-salud-emocional-psicologia/>

- Murillo, C. (2020). Juventud y Coronavirus: Entre el Deber Social y el Egoísmo, en el Economista. Disponible en: <https://www.economista.com.mx/opinion/Juventud-y-Coronavirus-Entre-el-Deber-Social-y-el-Egoismo-20200413-0066.html>
- OEI. (2020). “Educación en Iberoamérica: aprendizajes de una pandemia”. Disponible en: <https://youtu.be/YhsHmhcpbJA>
- OMS. (2020). *Las mayores organizaciones juveniles del mundo, con más de 250 millones de miembros, y la OMS ponen en marcha una movilización mundial para responder a la conmoción causada por la COVID-19 en los jóvenes*. Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/14-12-2020-world-s-largest-youth-organizations-and-who-launch-global-mobilization-to-respond-to-disruptive-impacts-of-covid-19-on-young-people>
- Poma, A. y Gravante, T. (2017). *Emociones, protesta y acción colectiva: estado del arte y avances*. Disponible en: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/4959/495954961003/html/index.html>
- (2020). *Emociones y activismo en tiempos de COVID-19*. Disponible en: <https://www.iis.unam.mx/blog/emociones-y-activismo-en-tiempos-de-covid-19/>
- Riquelme, R. (2020). La desconfianza y la ira son las emociones que dominan a los latinoamericanos ante el coronavirus. *Periódico El Economista*. México: 03 de abril de 2020. Disponible en: <https://www.economista.com.mx/tecnologia/La-desconfianza-y-la-ira-son-las-emociones-que-dominan-a-los-latinoamericanos-ante-el-coronavirus-20200403-0055.html>
- SEP. (2020). *ConstruyeT*, México: Secretaría de Educación Pública. Disponible en: <https://www.construye-t.org.mx/>
- UNESCO. (2020). *1.370 millones de estudiantes ya están en casa con el cierre de las escuelas de COVID-19, los ministros amplían los enfoques multimedia para asegurar la continuidad del aprendizaje*. Disponible en: <https://es.unesco.org/news/1370-millones-estudiantes-ya-estan-casa-cierre-escuelas-covid-19-ministros-amplian-enfoques>
- UNESCO/UNICEF/Ministerio de Educación Gobierno de Chile. (2020). *Aprendizaje Socioemocional en tiempos de Pandemia*. Disponible en: <https://youtu.be/Ry1fIBm3Slw>