

# LAS EMOCIONES EN ALUMNOS DE SECUNDARIA DURANTE LA PANDEMIA. AMENAZA A LA VIDA

Víctor Manuel Ponce Grima\* y Sergio Andrés Ruvalcaba Orozco\*\*

\*Doctor en Educación. Coordinador de investigación del ISIDM. Docente del CUCSH. victorcanek25@hotmail.com

\*\*Egresado de la maestría en Ciencias de la Educación del ISIDM. sergio.ruvalcaba.fisica@gmail.com

Recibido: 30 de junio 2021

Aceptado: 23 de octubre 2021

## Resumen

Se presentan los resultados de una investigación en torno a las condiciones y el estado emocional de adolescentes en tiempos de pandemia. Se compararon las condiciones socio-familiares y los estados emocionales de alumnos que habitan en colonias de clase media y media alta, con alumnos provenientes de colonias pobres, de una escuela secundaria de Guadalajara, México.

**Palabras clave:** Condiciones emocionales, escuela secundaria, adolescentes, pandemia.

## Abstract

We present the results of research on the conditions and emotional state of adolescents in times of pandemic. The social and family conditions and emotional states of students living in middle class colonies were compared with students from poor neighborhoods in a high school in Guadalajara, Mexico.

Keywords: Emotional conditions, secondary school, adolescents, pandemic.

La pandemia del COVID-2019 cambió la cotidianidad de la vida. La respuesta al contagio nos obligó a confinarse en casa, evitar el saludo y cuidar las distancias. Las actividades escolares se trasladaron a los hogares. De la relación presencial cara a cara, característica fundamental de la interacción escolar, ha dado lugar a relaciones en espacios virtuales. Las preguntas que nos hacemos son cómo han vivido, sentido y pensado la niñez y la adolescencia estas nuevas condiciones de confinamiento, y cómo han influido en su desarrollo emocional, en sus procesos subjetivos, en la conformación de su identidad y en su personalización.

Zizek (2020) advierte que las medidas de los gobiernos por cuidar la vida, los cuerpos, ha dispuesto la distancia corporal, pero ha puesto en riesgo los vínculos con los otros. Frente a eso hace un llamado a la esperanza, a profundizar el encuentro fraterno y a la imaginación transformadora, para ir al fondo en las necesarias transformaciones del modelo neoliberal, hacia otros modelos sociales comprometidos por la sostenibilidad de la vida.

En este reporte de investigación se exponen las dificultades objetivas y subjetivas en los procesos de socialización que ha sufrido la niñez y la adolescencia antes de la pandemia, pero que se agudizaron durante el largo confinamiento en casa. Se da a conocer el contexto de la escuela secundaria donde se llevó a cabo la investigación. Posteriormente se expone el objeto de estudio, esto es, las condiciones emocionales de los adolescentes de secundaria. Se proponen las teorías, los conceptos centrales de la investigación, así como algunas de las investigaciones en torno al objeto de estudio. Se presenta la estrategia metodológica para esta indagación comparativa y el análisis de los hallazgos. Al final, se ponen a discusión los hallazgos y se plantean algunas reflexiones en torno a las problemáticas emocionales que vivieron los alumnos.

## **Antecedentes. Confinamiento en casa e impacto emocional**

La emocionalidad está vinculada a las condiciones sociales de la existencia, a la crisis de la civilización que amenaza la vida (Kaplan & Silva, 2016). El estudio de las emociones de las adolescencias de secundaria debe considerar tanto las enormes desigualdades sociales y de exclusión social y educativa, así como, los diversos modos de transitar por esta etapa de la vida, peor aún en condiciones de pobreza y de precariedad afectiva, como lo veremos en este estudio.

Si para Kaplan & Szapu (2019) “La convivencia requiere la posibilidad de vivir junto a otros para protegerse del aniquilamiento”, el confinamiento,

el aislamiento social para evitar la muerte, también pone en riesgo la vida, al dañar los procesos de subjetivación simbólica de los modos en que la niñez y la adolescencia representan su identidad y su relación con los otros. De hecho, desde antes de la pandemia los niñas, niños y adolescencias (NNA) han sufrido precariedad afectiva y en los procesos de crianza debido a la transformación de las dinámicas familiares y escolares (Ponce-Grima, 2017).

Las dinámicas laborales neoliberales introducen aumento de empleos extendidos, bajos salarios, la incorporación de la mujer al mercado laboral. De acuerdo con la CEPAL (2017) la tasa laboral femenina creció en 53% en 2016. En la última década del siglo pasado, las familias monoparentales femeninas aumentaron entre un 30% a un 40% en los centros urbanos de América Latina; de estas entre el 80% y el 85% trabajan (Aranda y Arriagada, 2004). En México, de acuerdo con datos del INEGI (2016), entre 1960 y 2015 los hogares con jefatura femenina crecieron más de 600%. Entre 1990 a 2015 creció el 50%.

Los cambios sociales están afectando la educabilidad y la emocionalidad de NNA. La violencia y los problemas emocionales están creciendo y no se prevén que las condiciones vayan a cambiar. Se trata de problemas sociales globales, derivados del deterioro de las economías de la región y el crecimiento de la delincuencia organizada. Por otro lado, el sistema educativo carece de la capacidad para atender la marginalidad y la exclusión, la construcción de identidades, la autoestima y las competencias para relacionarse consigo mismo y con los otros (Furlán y Spitser, 2013; Orozco, 2010; Torres, 2005).

La pandemia vino a agravar los problemas señalados. Ha provocado pérdida de empleo y disminución salarial, aumentando el estrés y los conflictos intrafamiliares. La violencia que ocurría en la escuela, ahora en tiempos de pandemia, se trasladó al hogar (Impacto de la pandemia de la COVID-19, 2020). Seis de cada diez NNA “afroitan la violencia en sus hogares por los métodos de crianza vinculados a algún tipo de violencia física o verbal, causando daños a su autoestima o a lesiones irreversibles”. Estos datos se pueden verificar en INEGI (2020) o la UNICEF (2019).

Por lo anterior, es necesario investigar el estado socio y psico emocional de los NNA, en el marco de la pandemia, provocada por el COVID 2019, con el propósito de comprender la naturaleza y la magnitud de los problemas, y con base en los resultados proponer estrategias pertinentes, cercanas a las necesidades detectadas en los y las NNA.

### **La escuela secundaria. Contexto**

Esta investigación se llevó a cabo en una secundaria ubicada en la zona centro sur de la ciudad de Guadalajara. Sus alumnos provienen tanto de zonas

acomodadas, como de otras colonias menos favorecidas. Los alumnos de la secundaria se clasifican en tres grupos. El primero está conformado por alumnos que se conectaron habitualmente a las clases, pues cuentan con mejores condiciones para acceder a los dispositivos y la conectividad para realizar sus actividades escolares. El segundo grupo prácticamente no se conectó durante el ciclo escolar, pues carecen de los dispositivos electrónico y conectividad; la mayoría provienen de colonias de clase baja o media baja. Al final del ciclo escolar la escuela logró comunicarse con algunos de estos alumnos, a los cuales se les citó para que realizaran presencialmente sus actividades de clase para que no perdieran el ciclo escolar. El tercer grupo está conformado por alumnos que nunca se conectaron ni tampoco se logró tener comunicación. Este grupo representa entre un 20% y un 25% del alumnado, que perderán el ciclo escolar. Esta distinción clasificatoria fue determinante para la construcción de las muestras seleccionadas.

### **El objeto de estudio. Las condiciones emocionales de las adolescencias**

Esta investigación se enfoca en las emociones de adolescentes en tiempos de confinamiento. Nos remite a lo que están sintiendo en momentos de profundos cambios sociales y familiares, esto es, para entender las emociones de los adolescentes es indispensable comprender los cambios en los contextos sociales, pero sobre todo familiares, por las nuevas presiones a las que se ven sometidas.

La crianza, el cuidado, los procesos de socialización en nuestras sociedades neoliberales han sido afectados gravemente por la pandemia. Pero, no se trata sólo de factores materiales, como las jornadas de trabajo extenuantes, sino además de sus efectos en la subjetividad en NNA. Las falencias en la materialidad de la existencia o el miedo, coloca a las familias en estado permanente de tensión y conflicto, que afecta irremediamente las estructuras psíquicas de NNA. De eso trata la presente investigación.

La pregunta central de investigación fue la siguiente:

*¿Cuáles son las condiciones y estados emocionales de los niños, niñas y adolescentes de la escuela secundaria en el confinamiento por la pandemia?*

Se trata de analizar cómo las condiciones materiales (pandemia, cambios familiares, educación en línea) detonan determinadas emociones, en tanto reacciones complejas del organismo ante las experiencias personales, que dependiendo del mundo simbólico y subjetivo de cada quien, son interpretadas y sentidas de manera particular (Bisquerra, 2016: 21).

## Educación en casa y su impacto emocional en el marco del COVID 2019

La reclusión de la población en los hogares, por las medidas de distanciamiento social, obligó a cerrar las escuelas. El gobierno y el sistema educativo mexicano fue forzado a diseñar nuevos dispositivos educativos, tanto virtuales como a través del programa televisivo “Aprende en casa”. Sin embargo, de acuerdo con Baptista, *et al.* (2020) el sistema educativo no está realmente preparado para la educación a distancia. Además, la pandemia puso en evidencia y abrió aún más la brecha entre quienes tienen acceso a internet y quienes no.

Por otro lado, la UNESCO ha documentado un fuerte impacto emocional entre la población, entre los que se incluyen profesores, directivos escolares, los y las alumnas y sus familias. La UNESCO (2000) advierte que el resultado de las medidas de aislamiento social provocó un aumento en el estrés en la población joven, las familias y comunidades. En UNESCO (2000<sup>a</sup>) se señala que la pandemia de COVID-19 ha evidenciado y ahondado aún más las desigualdades.

Se sabía que antes de la pandemia tanto en México, como a escala internacional, los índices de depresión y suicidio, y otros padecimientos psico-emocionales iban en aumento. Algunos estudios advierten que estas cifras han crecido durante la pandemia. De acuerdo con la “Encuesta Educación 2020” el estado de ánimo de los estudiantes en México es alarmante. Durante la pandemia el 63% se siente aburrido y sólo un 3% está “feliz” en casa. Para Johnson, Saletti y Tumas (2020) entre los sentimientos generados por la pandemia, destacan principalmente la incertidumbre, el miedo y la angustia. La incertidumbre se asocia a una preocupación de la población en torno a lo que vaya a pasar, así como a la afectación en los ingresos y el empleo; el miedo incluye expresiones de temor, ansiedad, hasta pánico, en virtud de la muerte de personas cercanas.

El estudio nacional de la Comisión de los Derechos Humanos de la Ciudad de México (2020, p. 127) destaca el aumento de estados de ánimo preocupantes como la tristeza, estrés, angustia y ansiedad. También refieren que la pérdida del empleo de sus madres les impidió el acceso a alimentos y bebidas, vivienda y servicios básicos.

El confinamiento en casa trasladó la violencia de la escuela al hogar. De acuerdo con la ONU (2020), antes de la pandemia la violencia doméstica era una de las violaciones de los derechos humanos más flagrantes, sin embargo, en los últimos 12 meses, 243 millones de mujeres y niñas (de edades entre 15 y 49 años) de todo el mundo han sufrido violencia sexual o física por parte de un compañero sentimental.

Urge identificar los problemas emocionales de las adolescencias, porque se trata de un tiempo perdido en el desarrollo de las habilidades emocionales

básicas que tendrán un impacto para toda la vida, como lo ha documentado la OMS (2019). Por ello urge orientar acciones educativas para el desarrollo emocional, para que la niñez y la adolescencia aprenda a autogestionar y regular sus emociones (Bisquerra, 2019; Soler, Aparicio, Díaz, Escolano, Rodríguez, 2016; Ellis, 1997).

## **La metodología**

La investigación se apoya en la metodología cualitativa, pues se busca interpretar las afirmaciones que provean los informantes en torno a sus condiciones emocionales (Flick, 2015). Se trata de un estudio de caso (Durán, 2012) y comparativo (Carretero, Soriano y Trinidad, 2012). La muestra se compone de dos tipos de alumnos. Los que se han conectado habitualmente a las clases virtuales y los que no se pudieron conectar. Estos fueron citados de manera presencial, con el objeto de proveer ayuda para que no pierdan el ciclo escolar.

Se aplicó el “cuestionario sobre las condiciones y estados emocionales”, diseñado por el Ministerio de Educación de la República de Chile (Aldunate, *et al.*, 2020). El instrumento fue reformulado y ampliado. Fue aplicado en línea al grupo de alumnos virtuales, y de manera presencial al segundo grupo. Indaga diversas dimensiones, como el contexto familiar, la valoración emocional general, las situaciones dentro del hogar, las situaciones en clases y tareas escolares, las situaciones fuera de casa, las emociones vinculadas al contexto y las estrategias de afrontamiento a los problemas emocionales. El instrumento prevé estrategias y dinámicas que permiten a los alumnos concretar el contexto familiar, con las emociones que más les afectan, así como en sus habilidades para reconocer y controlar dichas emociones.

La aplicación presencial a los alumnos que no se conectaron durante el curso previó una estrategia metodológica que implica la conversación, el diálogo y la escucha activa con los adolescentes participantes, a partir de las preguntas eje, mediada por explicaciones breves y otros recursos para ayudarles a exteriorizar sus procesos internos. Las preguntas animan a la reflexión y la memoria en torno a sus vivencias y las situaciones que rodean sus emociones. Se tuvo cuidado en el respeto a la intimidad y los derechos de los participantes, garantizando su anonimato y su bienestar personal.

## **Hallazgos generales. La comparación del grupo “virtual” y el “presencial”**

Los alumnos del grupo virtual habitan en colonias con mejores económicas que el grupo presencial. Ésta es la razón de que los primeros se conectaron a las clases en línea, y los segundos solo pudieron participar en las clases pre-

senciales al final del ciclo escolar. El grupo presencial se hace “presente”, en su pobreza, porque sólo así pueden hacerlo. La virtualidad está vedada para ellos.

El objetivo fundamental de este análisis comparativo fue verificar tanto las condiciones objetivas, como el impacto en los procesos de subjetividad, socialización y personalización de ambos grupos. Una cosa queda clara: ambos sufren el confinamiento obligado. Sus emociones son evidentes en el aburrimiento, la soledad y en general, el estrés psicoemocional.

Tabla 1. Con quién viven los alumnos y quién sostiene el hogar.

	Grupo virtual	Grupo presencial
Familias monoparentales femeninas	29%	33%
Familias con ambos conjugues	65%	56%
Sostenimiento por ambos conjugues	86%	100%
Sostenimiento por papás	36%	22%

De acuerdo con la Tabla 1, el porcentaje de familias monoparentales femeninas es un poco mayor en el grupo presencial (33%) que en el virtual (29%). En el sostenimiento del hogar, la diferencia más significativa es desfavorable al grupo presencial, pues el 100% de las mamás, los papás o ambos conjugues sostienen los hogares. El trabajo obliga a abandonar a los hijos por muchos periodos de tiempo. Se trata de un doble robo: el trabajo no pagado, en términos marxistas, y el tiempo sustraído al contacto afectivo, a la crianza y al cuidado. Este segundo robo es igual que soterrado que el primero, pero tiene su impacto en el desarrollo emocional en NNA.

Tabla 2. Con quién conviven.

Convivo con	Grupo virtual	Grupo presencial
Hermanos	21	50
Ambos conjugues	65	11
Papás	14	16

El grupo virtual afirma que la convivencia es del 21% con los hermanos, y con ambos mamá y papá el 65%. Mientras que en el grupo presencial conviven el 50% con los hermanos y solo el 27% con mamá o papá. La convivencia con los padres favorece a los alumnos virtuales, que habitan en colonias más acomodadas. Para estos alumnos el confinamiento favoreció la convivencia con sus mamás, papás o ambos. Por el contrario, para el grupo

presencial, que habitan en colonias humildes, la convivencia con las madres y padres fue más efímera, convivieron más con las y los hermanos.

Tabla 3. Salimos como familia a algún lugar.

Salimos como familia	Virtual	Grupo presencial
Cada semana	50	33
Cada mes	21.2	27
nunca	28.5	50

La Tabla 3 informa de la convivencia familia fuera de casa. Los que provienen del grupo virtual salen cada semana o cada mes el 71.5%. Mientras que el 50% de los alumnos del grupo presencial nunca salen a convivir fuera de casa.

Tabla 4. Situaciones que ocurren en casa.

	Grupo virtual	Grupo presencial
Peleas entre padres	29%	33%
Peleas entre hermanos	71.5%	50%

Las peleas entre los padres son habituales en ambos grupos, aunque es un poco mayor en el grupo presencial. Por otro lado, destacan algunas situaciones en el grupo presencial: tres (de 14) viven solo con sus papás, pero se quejan de que casi no los ven porque trabajan casi todo el día; también señalan casos en donde el papá o la mamá toman mucho alcohol o se drogan.

Tabla 5. Quién se hace responsable de las labores del hogar.

	Grupo virtual	Grupo presencial
Cuidado de los niños. Yo	43	22
Limpiar la casa. yo	28.5	44
Cocina yo y otros	0	66
Cuidado de los niños. Ambos conjugues	64	11
Más pequeños. Mamá	0	66
Limpiar la casa Mamá	No aparece el papá	50 (no aparece el papá)
Cocina mamá	No aparece el papá	44
Cuidado de ancianos. Mamá	No aparece el papá	50



De acuerdo con la Tabla 5, en las labores del hogar (cuidado, limpieza y cocina), los alumnos suelen participar. Si se suman los porcentajes de las diversas formas de participación de los alumnos en las labores del hogar, los presenciales es de 132%, contra el 71.5 de los virtuales. Por otro lado, las mamás del grupo presencial son quienes se hacen responsable de las tareas domésticas. Es muy probable que las mamás vivan estresadas por tantas responsabilidades: el empleo, el cuidado de los hijos y ancianos, cocinar y asear la casa. Si en estas condiciones desarrolla las tareas educativas o socializadoras, podremos imaginarnos lo que sigue: los daños emocionales hacia los hijos serán evidentes.

*Frecuencia en las emociones (muchas o algunas veces)*

Las frecuencias se construyeron sumando los porcentajes de las respuestas de muchas o algunas veces (valores de 5 y 3 respectivamente). A las respuestas de pocas veces o no me ha pasado se les otorgaron valores de 1 o 0. Las emociones, en tanto respuesta de cada persona ante las situaciones externas, no dependen solo de las condiciones materiales, sino además de los trayectos individuales, en los contextos sociales específicos de vida, que determinan sus esquemas subjetivos, mediante los cuales interpretan los sucesos de la existencia.

De acuerdo con la Tabla 6 (abajo), los alumnos la han pasado mal. Si se elimina la emoción positiva de la alegría, el promedio general de las emociones negativas es de 73% para el grupo virtual y 59% para el presencial.

Tabla 6. Frecuencias emocionales.

	Grupo virtual	Grupo presencial
Felicidad o alegría	93	67
Aburrimiento	93	78
Tristeza	64	61
Enojo	79	78
Soledad	50	44
Entretenidos	79	55.5
Cansancio	86	61
Preocupados	71	61
Miedo	64	28
Media	75.4	59
Media sin alegría	73	59

La Tabla 6 da cuenta de que las emociones negativas afectan a la mayoría de los alumnos. Todas afectan a más del 50% del alumnado. La felicidad o alegría, emoción positiva, beneficia más al grupo virtual (93%) que al presencial (67%). Destaca como problema el aburrimiento que afecta al 93 % de los alumnos virtuales y al 78% de los presenciales. La mayoría de los alumnos se sienten aburridos. No pueden salir de casa ni visitar a sus amigos.

La tristeza es una emoción que puede desencadenar efectos perniciosos, como la depresión y en casos extremos el suicidio. La tristeza suele provocar pensamientos vinculados al sufrimiento y a la ausencia de ganas de vivir. Afecta al 64% del grupo virtual y al 61% del presencial. El porcentaje de los alumnos enojados es alto: 79% y el 78% para el grupo virtual y presencial respectivamente.

Llama la atención los índices de soledad: 50% el grupo virtual y el 44% el presencial. Estos datos pueden ser un indicador de la convivencialidad en familia. A pesar de las condiciones adversas, aumentan los espacios de relación con la mamá, el papá o los hermanos. Sin embargo, el cansancio es alto, el 86% para el grupo presencial y el 61% en el virtual. También son altos los niveles de preocupación: 71% en el virtual y 61% en el presencial. Llama la atención que el miedo es alto en el virtual (64%) como en el presencial (61%).

### *Situaciones dentro del hogar*

Respecto de las situaciones que ocurren dentro del hogar, de acuerdo al promedio de todas las variables, afectan un poco más al grupo virtual (59%) que al grupo presencial (47%). Los datos apuntan que lo que ocurre en casa afecta a ambos grupos.

Tabla 7. Situaciones dentro del hogar.

	Grupo virtual	Grupo presencial
Les cuesta hablar de sus preocupaciones con su familia	64	61
Se tienen que quedar solo/a(s) por muchas horas.	43	28
Se acuestan demasiado tarde o les cuesta dormirse	78.5	67
Se acuestan tarde o les cuesta dificultad dormirse	57	48
No han podido hacer actividad física (o bailar o ejercicios dentro de mi hogar	64	39

Están comiendo de manera poco saludable (como mucha comida chatarra, como mucho o como muy poco)	64	44
--	----	----

Conviene destacar algunos datos preocupantes para ambos grupos, tanto por el tema como por los altos porcentajes. En primer lugar, la dificultad para hablar de sus preocupaciones con su familia (64% para el virtual y 61% para el presencial); segundo, el hecho de que se acuestan demasiado tarde o les cuesta dormirse (78.5% al virtual y 67% para el presencial); tercero, que se despiertan muchas o algunas veces en las noches (57% al virtual y 48% al presencial); cuarto, no han podido hacer actividad física (el 64% al virtual y 39%) el presencial; y, en quinto lugar, que no están comiendo de manera saludable (el 64% el virtual y el 44% el virtual).

Esos aspectos advierten problemas emocionales, como la dificultad para hablar de sus problemas. Los sufrimientos los viven en soledad. Esto es grave, pues puede que nadie advierta los problemas que sufren los adolescentes y que, por tanto, nadie preste ayuda (Holtz, 2018). Las tormentas emocionales se manifiestan en el síndrome del sueño, se acuestan tarde, les cuesta dificultad conciliar el sueño y se despiertan muchas veces en las noches. Las otras situaciones, como la falta de activación física y la mala alimentación, tienen repercusiones en el bienestar físico y emocional.

### *Situaciones fuera de casa*

Las situaciones que ocurren fuera de casa afectan los estados o las condiciones emocionales de los alumnos. Afecta a los adolescentes las pocas posibilidades de comunicados con sus amigos.

Tabla 8. Situaciones fuera de casa.

	Grupo virtual	Grupo presencial
Se han comunicado con un amigo o amiga durante la cuarentena para conversar cosas personales.	57	50
Les ha sido muy difícil no poder ver a mis amigos o amigas presencialmente.	71	55.5
Que se han reunido por celular u otro aparato con un grupo de amigos o amigas durante la cuarentena.	43	50

Ha sido un alivio no tener que ver ni hablar con nadie durante este tiempo.	43	22
Se han sentido excluido/a(s) porque piensan que chatean y se juntan sin ellos.	28.5	28

En este ámbito se pueden situaciones de comunicación, inclusión y empatía con los amigos: 1) la comunicación con un amigo o amiga durante la cuarentena para conversar cosas personales es de 57% por el grupo virtual y 50% del presencial; 2) Les ha sido muy difícil no poder ver a mis amigos o amigas presencialmente, para el 71% del virtual contra el 55.5% al presencial; 3) los que se han reunido por celular u otro aparato con un grupo de amigos o amigas durante la cuarentena es del 43% para el virtual y 50% del presencial.

Llaman la atención, los que han sentido un alivio no tener que ver ni hablar con nadie durante este tiempo, es del 43% del virtual y del 22% a los presenciales. ¿De qué estamos hablando? De los alumnos que prefieren seguir aislados, sin comunicación con *nadie*. Probablemente se trata de los alumnos que han sufrido bullying o acoso, por lo que prefieren estar ajenos a la relación escolar. El otro problema: los que se han sentido excluido/a(s) porque piensan que chatean y se juntan sin ellos (28%). Estos datos pueden corroborar la hipótesis señalada: se trata probablemente de los alumnos que han sido objeto de violencia y exclusión escolar.

Tabla 9. Otras situaciones fuera de casa.

La ocurrencia de situaciones de violencia (secuestros, balaceras o pleitos).	43	55.5
Su barrio o colonia suele ser muy tranquila.	71.5	33
Saben que en su barrio o colonia se venden y consumen drogas.	50	50

Estas situaciones que ocurren fuera de casa se refieren al tejido social externo al hogar. Ocurren diversas situaciones que pueden incidir en las condiciones emocionales de las adolescencias. Primero, las situaciones de violencia (secuestros, balaceras o pleitos), para el grupo virtual es de 43% y se eleva al 55.5% en el grupo presencial; debemos recordar que estos habitan en colonias más humildes. El segundo punto trata de la tranquilidad en el barrio o en la colonia, para el virtual es del 71.5%, pero desciende dramáticamente en el grupo presencial al 33%, es decir, que anuncian que habitan en barrios poco tranquilos. El último aspecto se refiere acerca de si saben que en su barrio o colonia se venden y consumen drogas; ambos grupos reportan el 50%.

### *Las situaciones que han motivado ciertas emociones*

En este apartado las preguntas fueron abiertas. El propósito es que expresaran cuáles son las situaciones que les provocan miedo, tristeza, vergüenza, soledad o coraje, aburrimiento y preocupación. Recordemos que las emociones son la manera en que cada alumno interpreta y responde.

Las situaciones que provocan *miedo* son: 1) la violencia intrafamiliar, como las peleas, los regaños, la forma de comportarse de los padres con los amigos o hacer algo mal; 2) la posibilidad de reprobar el año escolar; 3) la violencia criminal, como asesinatos, peleas o asaltos que ocurren por su casa, por eso tienen miedo salir del hogar o cuando se detiene un auto cerca; 4) la soledad, quedarse solos durante muchas horas, y 5) enfermarse de COVID y, por supuesto, morir.

Las situaciones que les provocan *tristeza* son: 1) ver a la mamá desesperada o triste, por el empleo o falta él, o no tener dinero para comer; 2) los conflictos intrafamiliares, como la discusión o las peleas entre hermanos o entre los papás; 3) la ausencia de mamá o papá por muchas horas, porque están trabajando; 4) el rechazo, exclusión o falta de apoyo de la mamá o el papá, de los más cercanos; 5) el fallecimiento por COVID de algún familiar; 6) la soledad, porque no se tiene nadie con quien hablar, por no poder ver a los amigos o amigas, o por la pérdida de la amistad de los amigos o colegas de la escuela; 7) llama la atención la afirmación de que no tienen tristeza por las personas que matan “porque se lo merecen”, esto es, una forma de normalización de la violencia extrema.

Las situaciones que les provocan *soledad* son: 1) cuando me quedo solo por muchas horas en casa, porque mi papá o mi mamá, o ambos, pasan mucho tiempo en el trabajo; 2) cuando se sienten excluidos por sus amigos, cuando no reciben saludos de sus amigos o no perciben amistad; 3) cuando hay problemas familiares, como cuando sus padres se pelean; 4) por la pérdida o muerte de su papá u otro familiar; 5) que nadie me hable o no hay nadie conmigo; 6) cuando juego solo, porque no tengo con quien hacerlo.

Las situaciones que les induce *coraje* son: 1) no poder hacer las cosas que me gustan o no puedo hacer mi pasatiempo en paz; 2) las situaciones que ocurren dentro del hogar, como el regaño, el castigo o me gritan, que no las dejen salir a jugar, que no le hacen caso o, cuando me peleo con mi mamá; 3) que hablen mal de mí y lastiman mis sentimientos; 4) cuando las cosas no me salen bien; 5) cuando no entiendo las tareas; 6) porque siempre me echan la culpa de todo, y otras situaciones injustas.

Las situaciones que les ocasionan *aburrimiento* ocurren: 1) cuando no me dejan salir y me obligan a estar en mi casa sin hacer nada; 2) estar sin nadie, sin amigos y no tener con quien jugar; 3) por estar encerrada(os), no

poder salir a jugar y tener castigado el celular; 4) por no tener amigos o no poder verlos en esta larga cuarentena; 5) cuando se va el internet, pues les impide hacer videojuegos o comunicare con los amigos; 6) se aburre por jugar siempre los mismos juegos.

Las situaciones que les provocan *preocupación* son: 1) cuando pasan por problemas o conflictos familiares o con los hermanos; 2) cuando el papá se quedó sin empleo; 3) por el temor de no regresar a la presencialidad escolar; 4) por balaceras en el barrio; 5) por miedo cuando el papá o los hermanos salen solos y la preocupación de que regresen a salvo o cuando caminan por calles peligrosas; 6) cuando mi mamá no llega a casa; 8) por la pandemia que afecta a algún familiar.

*¿Qué han hecho los adolescentes para enfrentar situaciones emociones?*

La última pregunta del cuestionario aborda la autogestión de las emociones (Bisquerra, 2019 y 2016; Colom & Fernández, 2009; Ellis, 1977; Soler, *et al.*, 2016). Destaca que algunos no saben cómo afrontar sus emociones o se dejan llevar por ella (la fuerza de la emoción les gana). Sin embargo, muchas adolescencias no son *tabula rasa*, por el contrario, cargan un repertorio de estrategias que los docentes podemos tomar en cuenta en las clases. Los alumnos en esta etapa de la vida son capaces de identificar algunas emociones básicas y han aprendido a emprender acciones para atenderlas. La mirada atenta a sus narrativas debe ponderar algunas actividades de ayuda a la autogestión o afrontamiento de las propias emociones, o para apoyar a los que carecen de la capacidad para la autogestión de sus emociones, y fortalecer las capacidades de los que aportan algunas estrategias.

### *Afrontamiento del miedo*

Los que enfrentan la emoción dicen que aprenden a no temer nada, a pensar positivamente, ponen música, bailan o poner videos, salen con los amigos, van al templo. Buscan información para tener cuidado y saber cómo tranquilizarse antes de actuar. Otros tratan de ignorar los comentarios. Esta última actividad puede constituir un estilo de comunicación no asertivo.

### *Afrontamiento de la tristeza*

Ayudarles a afrontar la tristeza es una tarea educativa urgente, pues como se ha advertido, esta puede derivar en depresión, y, en el peor de los casos, en suicidio. Las actividades que llevan a cabo los que hacen algo son: pensar que se está cuidando para no enfermarse, salir al patio de su casa, hacer ta-

rea, dormirse, salir de casa, caminar, escuchar, jugar, bailar, escuchar música y expresar el sentimiento de tristeza, llorando.

### *Afrontamiento de la soledad*

Es alarmante que muchos no tengan ofrezcan salidas a la soledad, condición de las adolescencias antes y en esta etapa de confinamiento. Es desolador el caso del niño(a) que juega sólo, pues no tiene a nadie. Lo que es cierto es que son pocos los alumnos que aportan estrategias, como buscar estar o salir con alguien, incluso con su mascota. Otros, la mayoría, buscan distraerse a través del celular o con videojuegos o ver televisión; algunos buscan en qué distraerse, como platicar con la hermana o los amigos, reunirse en familia, o cantando o salir a la calle. Pero, la soledad sigue ahí.

### *Afrontamiento del coraje*

Llama la atención el que se pone “rojo” o los que responden con violencia. Responder al coraje, golpeando significa que la emoción le domina. Otra estrategia no eficaz es evadir, alejarse o no provocar a la persona con la que se enojan o irse de casa. Los alumnos que si enfrentan este sentimiento realizan diversas actividades como ver televisión, escuchar música o buscar cómo tranquilizarse a través de la relajación o tomar aire. Algunos dicen que buscan portarse bien, para que no la o lo regañen, pues esto motiva el coraje.

### *Afrontamiento del aburrimiento*

Son pocos los que no hacen nada frente al aburrimiento, abundan las actividades: pensar qué hacer y hacer algo que me guste mucho, aseo la casa o mi cuarto, jugar con un familiar o amigos; se distraen con el celular, videojuegos o futbol, platican con los amigos o una hermana(o), bailan, juegan con su imaginación, hacen cosas productivas, como cumplir con sus deberes o las tareas.

### *Afrontamiento de la preocupación*

Si se hace a un lado a los alumnos que no hacen o no saben qué hacer, las actividades para enfrentar la preocupación o el miedo son las siguientes: la primera es hacer los deberes o tareas para evitar el miedo a los efectos de no cumplir con ellas; ayudan en las tareas del hogar, cantan, se relajan o toman una siesta; piensan positivamente, por ejemplo, que todo tiene solución; hablan con los padres y les piden que no los regañen; llama la atención los que

refieren la relajación, calmarse o tranquilizarse, o cambiar de pensamiento, investigar y enterarse más acerca de la situación

### *Cómo afrontan los problemas emocionales los alumnos. Visión global*

Como queda claro a lo largo de las estrategias de afrontamiento, existen alumnos que no tienen habilidades para ello. Conviene que se dediquen espacios para ayudar a los alumnos a identificar sus emociones y a desarrollar la autogestión emocional. Se pueden identificar 5 problemas: 1) los que no hacen nada, 2) los que no saben qué hacer, 3) los que se dejan vencer por la emoción (golpear, encerrarse), 4) los que confunden la emoción con la situación que la provoca y 5) los que ignoran o evaden la emoción, es decir, no la afrontan, la ocultan.

Por otro lado, aunque las aportaciones de las adolescencias no aborden teorías acabadas o estrategias integrales, eso que saben debe tomarse en cuenta en las actividades escolares. Vale la pena tomar eso en cuenta. Primero, el pedir apoyo o buscar información. Se sabe que existen prejuicios en torno al sufrimiento emocional, en casa o en la escuela se suelen estigmatizar las emociones; por eso suele no buscar apoyo (Holtz, 2018). En segundo lugar, algunos cambian o realizan otras actividades, a estas las hemos denominado como cambio conductual, como poner música, ver videos o bailar, distraerse con videojuegos (sin abusar, obvio), salir con los amigos, tomar una ducha. Claro que no es suficiente, pero se trata de hacer otras cosas para dejar de sufrir. En tercer lugar, algunos refieren actividades orientadas al cambio cognitivo, entre otros, pensar positivamente. Recordemos que las emociones se relacionan con el modo en que se perciben las situaciones que enfrentamos cotidianamente. En cuarto lugar, algunos señalan que, para calmar la ira, la tristeza u otra emoción se asiste a un templo. Esta actividad puede estar relacionada con la inteligencia espiritual. Finalmente, en quinto lugar, algunos señalan actividades vinculadas con hacer cosas para tranquilizarse como respirar pausadamente y meditar.

### **Discusiones finales**

El regreso a clases ha llegado. La mayoría de los alumnos lo demandan, pero debe quedar claro que no claman por el regreso a los contenidos curriculares, sino para estar de vuelta con los amigos, para divertirse, para gozar el encuentro con sus otros, que como ellos la han pasado mal, luego de tantos meses de encierro. Este regreso a clases no puede ser el mismo que antes de la pandemia, debería, podría, ser un regreso para sentir el abrazo y el afecto de los otros. Regresar al bullying, a la exclusión y al desdén de la escuela por las situaciones emocionales de los adolescentes sería un grave error.



Los y las alumnas regresan a clases después de un largo confinamiento en casa. Durante esos meses, pudieron haber aprendido a fortalecer sus habilidades cognitivo-emocionales, que como hemos visto, para un segmento importante de ellos eso no ocurrió. La comparación entre los alumnos que contaron con los recursos para la educación virtual, con los que no tienen acceso a esos recursos, devela las condiciones de injusticia social. Para estas adolescencias, la precariedad no es sólo material, sino además del afecto y el contacto afectivo con sus mamás o sus papás, que en su gran mayoría trabajan. Insistimos en el doble robo del capitalismo, el plusvalor no pagado y el tiempo robado al contacto cariñoso con sus hijas e hijos.

Los daños emocionales afectaron a todos los alumnos, virtuales y presenciales, reclaman por el regreso a clases, pero no para cumplir los ideales de la adultocracia, sino para llenar sus vacíos emocionales, que hemos mostrado en esta investigación. Esperamos que los hallazgos mostrados ayuden a los agentes educativos a replantearse la necesidad de una enseñanza centrada en las necesidades de los adolescentes (Ponce-Grima, Valencia y Torres, 2021). Siguiendo a Lévinas (2006), los alumnos como “otros”, reclaman de “nosotros”, hacernos cargo de ellos, no ser indiferentes al rostro que se nos interpela en la presencialidad de los pobres o en la virtualidad de estos que también cargan sufrimientos emocionales o peor aún de los rostros de los alumnos que nunca aparecieron.

## Referencias

- Aldunate, C., et al. (2020). *Instrumentos para medición de condiciones socioemocionales*. Ministerio de Educación. República de Chile: Dirección de Educación Pública. <https://accioneducar.cl/wp-content/uploads/2020/07/Instrumentos-para-medicio%CC%81n-de-condiciones-socioemocionales.pdf>
- Aranda, V. & Arriagada, I. (Comps.). 2004. *Cambio de las familias en el marco de las transformaciones globales: necesidad de políticas públicas eficaces*. Santiago de Chile: División de desarrollo social, CEPAL
- Baptista, P., et al. (2020). Encuesta Nacional a Docentes ante el COVID-19. Retos para la educación a distancia. *En Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (México)*, vol. L, núm. esp., 2020. Universidad Iberoamericana, Ciudad de México
- Bisquerra, R. (2016). *Universo de emociones: la elaboración de un material didáctico*. Barcelona: Universidad de Barcelona.
- (2019). *Regulación emocional*. <http://www.rafaelbisquerra.com/es/compe-tencias-emocionales/regulacion-emocional.html>

- Carretero, P., Soriano, R. & Trinidad, A. *Teoría fundamentada. El desarrollo de teoría desde la generalización conceptual. Cuadernos metodológicos*, Núm. 37. Madrid: Centro de investigaciones sociológicas.
- CEPAL. (2017). *Comunicado de prensa. 7 de marzo de 2017*. <https://www.cepal.org/es/comunicados/cepal-tasa-participacion-laboral-femenina-se-ha-estancado-torno-al-53-la-region>
- (2016). *Estudio Económico de América Latina y el Caribe. La Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible y los desafíos del financiamiento para el desarrollo*. [https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/40326/86/S1600799\\_es.pdf](https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/40326/86/S1600799_es.pdf)
- Colom, J. & Fernández, M. (2009). Adolescencia y desarrollo emocional en la sociedad actual. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, vol. 1, núm. 1, 2009.
- Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México. (2020). *Infancias Encerradas. Consulta a niñas, niños y adolescentes/ Reporte de la Ciudad de México, DF*. [https://cdhcm.org.mx/wp-content/uploads/2020/07/InfanciasencerradasCDMX\\_FINA.pdf](https://cdhcm.org.mx/wp-content/uploads/2020/07/InfanciasencerradasCDMX_FINA.pdf)
- (2021). *Caminito de la Escuela. Consulta a niñas, niños y adolescentes Reporte nacional*. [https://cdhcm.org.mx/wp-content/uploads/2021/08/Caminito\\_Reporte\\_Nacional.pdf](https://cdhcm.org.mx/wp-content/uploads/2021/08/Caminito_Reporte_Nacional.pdf)
- Durán, M. (2012). El estudio de caso En la investigación cualitativa. En *Revista Nacional de administración. Volumen 3 (1): 121-134*, enero-junio, 2012.
- Ellis, A. Y. (1977). *Manual de terapia racional emotiva*. New York: Desclée de Brawer.
- Encuesta Educación 2020. (29 de abril de 2020). *Estado de ánimo de estudiantes ante la pandemia*. <http://educacion2020.cl/noticias>
- Flick, U. (2015). *El diseño de la Investigación Cualitativa*. Madrid: Ediciones Morata.
- Furlán, A. y Spitzer, T. (Coords.). (2013). *Convivencia, disciplina y violencia en las escuelas*. Colección Estados del Conocimiento. México: ANUIES, Consejo Mexicano de Investigación Educativa.
- Holtz, R. (2018). Dificultades para comunicar nuestras emociones. *Revista El comentario. Universidad de Colima*. <https://elcomentario.ucol.mx/articulo-dificultades-para-comunicar-nuestras-emociones/>
- Impacto de la pandemia de la COVID-19 y el confinamiento en la salud de población (2020). Avance de resultados de la Encuesta COVID-19 de Madrid Salud en la población de la Ciudad de Madrid. Mayo 2020. [https://madridsalud.es/wp-content/uploads/2020/05/Avance\\_de\\_resultados\\_EncuestaCOVID\\_19\\_MadridSalud.pdf](https://madridsalud.es/wp-content/uploads/2020/05/Avance_de_resultados_EncuestaCOVID_19_MadridSalud.pdf)
- INEGI. (2020). *Panorama nacional sobre la situación de la violencia contra las mujeres*. [https://www.inegi.org.mx/contenido/productos/prod\\_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/nueva\\_estruc/702825197124.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenido/productos/prod_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/nueva_estruc/702825197124.pdf)

- (2016). *Encuesta Nacional de los hogares*. <https://www.inegi.org.mx/temas/hogares/>
- Johnson, M., Saletti, L. & Tumas, N. (2020). Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19 en Argentina. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(Supl.1): 2447-2456, 2020. DOI: 10.1590/1413-81232020256.1.10472020
- Kaplan, C. & Szapu, E. (2019). Jóvenes y subjetividad negada: Apuntes para pensar la intervención socioeducativa sobre prácticas autolesivas y suicidio. *Psicoperspectivas*, 18(1), 1-11. <http://dx.doi.org/10.5027/psico-perspectivas-vol18-issue1-fulltext-1485>
- Kaplan, C. & Silva, V. (2016). Respeto y procesos civilizatorios. Imbricación socio-psíquica de las emociones. *Praxis Educativa (Arg.)*, vol. 20, núm. 1, enero-abril, 2016, pp. 28-36. Universidad Nacional de La Pampa. La Pampa, Argentina.
- Lévinas, E. (2006). “La Ética como filosofía primera”. En *Revista de filosofía, A paste rei*. Universidad de Filosofía y Humanidades. Universidad de Chile.
- OMS. (2019). *Depresión*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>
- ONU. (2020). *Víctimas de la violencia doméstica atrapadas durante la pandemia*. <https://www.un.org/es/coronavirus/articles/un-supporting-tra-pped-domestic-violence-victims-during-covid-19-pandemic>
- Orozco, J. (2010). *Participación de padres de familia en la identificación de medidas para prevenir la deserción por violencia en secundaria*. Guadalajara: Universidad Marista de Guadalajara.
- Ponce-Grima, V. (2017). Adolescencias mexicanas en riesgo: retos para su educación. *Temas De Educación*, 23(2), 292-309. <https://revistas.use-rena.cl/index.php/teeducacion/article/view/1019>
- , Valencia, A. & Torres, A. (2021). Frente a la violencia: la pedagogía del afecto, del interior y la compasión. En Contreras Hernández, Helen & Ávila Hernández, Ángela Karina, coordinadores. *Reflexiones multidisciplinarias sobre educación para la paz y la ciudadanía*. Cd. Victoria, Tamaulipas: Universidad Autónoma de Tamaulipas, Colofón.
- Secretaría de Educación Pública. (2020). *Boletín 118*, México: SEP. <https://www.gob.mx/sep/es/articulos/boletin-no-118-no-se-paraliza-el-sistema-educativo-ante-la-pandemia-de-covid-19-regresara-a-clases-fortalecido-esteban-moctezuma-barragan?idiom=es>
- Soler, J., Aparicio, L., Díaz, O., Escolano, E. y Rodríguez, A. (Coords.). (2016). *Inteligencia emocional y bienestar II*. Zaragoza: Ediciones Universidad San Jorge Campus Universitario Villanueva de Gállego.

- Torres, C. (2005). Jóvenes y violencia. *Revista Iberoamericana de Educación*. Madrid España. OIE. Recuperado de: <http://www.rieoei.org/presentar.php>
- UNESCO. (2020). *Promoción del bienestar socioemocional de los niños y los jóvenes durante las crisis. Respuesta del ámbito educativo de la UNESCO al COVID-19. Notas temáticas del Sector de Educación*. <file:///C:/Users/Maestro/Downloads/373271spa.pdf>
- (2020<sup>a</sup>). *Informe de Seguimiento de la Educación en el Mundo 2020: Inclusión y educación: Todos y todas sin excepción*. París, UNESCO. <https://es.unesco.org/gem-report/report/2020/inclusion>
- UNICEF. (2019). *Panorama estadístico de la violencia contra niñas, niños y adolescentes en México*. <https://www.unicef.org/mexico/media/1731/file/UNICEF%20PanoramaEstadistico.pdf>
- Zizec, S. (2020). *Pandemia. La Covid 2019 estremece al mundo*. Madrid: Editorial Anagrama.