

Capítulo 8

Retos del Estudio en Tiempos de Confinamiento

Challenges of Study in Times of Confinement

Angélica María Barrero Pascuas

Universidad Libre. Cali, Colombia

© <https://orcid.org/0000-0003-3775-0983>

✉ angelicam.barrerop@unilibre.edu.co

Lucely Obando Cabezas

Universidad Libre. Cali, Colombia

© <https://orcid.org/0000-0002-8770-2966>

✉ lucely.obando@unilibre.edu.co

Resumen

El presente escrito buscó identificar las dificultades que trajo el confinamiento del covid-19 al entorno académico de la universidad Libre, seccional Cali en los estudiantes de psicología, además de comprender los recursos de autoaprendizaje utilizados por los estudiantes, para adaptarse al medio virtual como nuevo espacio de aprendizaje. La investigación se realizó a través de una encuesta y los resultados arrojaron poca participación en las clases, desmotivación, desinterés por los temas mostrados en clase y malestares como: Irritabilidad, ansiedad, agobio y estrés; todo esto con el fin de brindar estrategias y recursos educativos que permitieron mayor conocimiento de la problemática, así como el sentir y pensar de los estudiantes frente a la situación. Este estudio concluye que el

Cita este capítulo / Cite this chapter

Barrero Pascuas, A. M. y Obando Cabezas, L. (2024). Retos del Estudio en Tiempos de Confinamiento. En: Obando Cabezas, L. y Ordóñez, E. J. (eds. científicos). *Psicología y Salud Mental. Durante el Periodo de Pandemia y Postpandemia de COVID-19: Experiencias y Construcciones desde la Universidad*. (pp. 243-263). Cali, Colombia: Editorial Universidad Santiago de Cali. Doi: <https://doi.org/10.35985/9786287770249.8>

aprendizaje autónomo es necesario para lograr vencer las exigencias y retos que trae una educación virtual o apoya en TIC.

Palabras claves: emoción, aprendizaje, confinamiento, afrontamiento, aula virtual, herramientas asistidas por la tecnología.

Abstract

This article aims to identify the difficulties that the confinement of covid-19 has brought to the academic environment of the Universidad Libre sectional -Cali in psychology students, in addition to understanding the coping methods that students had in the context of the pandemic, to adapt to the virtual environment as a new learning medium. this through different activities, in order to generate strategies and resources that are useful for them in the context of the present.

KeyWords: emotion, learning, lockdown, coping, virtual classroom, technology- assisted tools.

Introducción

El presente escrito se centra en investigar cómo ha influido en estudiantes de la Universidad Libre del programa de Psicología, el contexto, el fenómeno de la pandemia y la adaptación al medio virtual de las clases, igualmente en analizar cómo se ha visto afectado su proceso de aprendizaje y qué métodos de afrontamiento utilizaron para sobrellevar este proceso.

El desarrollo de este trabajo se ubica dentro del marco de la psicología educativa, dado lo que esta representa:

La psicología educativa es la disciplina que se encarga de los procesos de enseñanza y aprendizaje; amplía los métodos y teorías de la psicología en general y también fundamenta sus propias teorías en el ámbito educativo puede conceptuarse como un ámbito de conocimiento con una existencia propia, como una disciplina que

ocupa un espacio claro en el conjunto de las disciplinas psicológicas y educativas (Rafael, et al., 2011 p. 58).

Se identifica que los estudiantes han pasado por una transición abrupta en cuanto a las metodologías de enseñanza, puesto que es la primera vez que se enfrentan a un entorno completamente virtual.

Dejando en evidencia como el reconocimiento del entorno es un factor fundamental, para que las personas puedan disfrutar de una vida más cómoda y tranquila, ya que esto es algo que nos permite tener cierto conocimiento sobre aquello que nos depara, dando la posibilidad de planificar las acciones que se realizarán y esperar un resultado particular con mayor seguridad, creando así un sentimiento de control sobre nuestras vidas.

Algo que ayuda a las personas a sentirse más seguras frente a las decisiones que tomen en el día a día. Este concepto puede definirse como el proceso de buscar y recolectar información sobre eventos, tendencias y cambios externos que guían su curso de acción (Aguilar, 1967). Ligando de esta forma el entorno, con el comportamiento que desarrollan las personas e instituciones.

Resulta entonces necesario identificar los recursos que utilizaron los estudiantes al momento de tener que adaptarse a su nueva cotidianidad referente a las clases virtuales, para observar los efectos positivos o negativos. En función de reconocer las emociones que estos presentaron al tener que pasar por estas circunstancias de las cuales no tenían control.

A fin de desarrollar actividades que permitan brindar una psicoeducación que lleve a una mejor comprensión de su situación por parte de los estudiantes, para que estos logren llevar un mejor proceso de adaptación ante las nuevas metodologías de enseñanza que han surgido producto de la crisis de la pandemia.

A fin de que estos puedan desarrollar herramientas, métodos y estrategias que sirvan para sobrellevar o adaptarse mejor a esta situación. Esto se hace también con el objetivo de mitigar los efectos negativos, que puedan surgir debido al largo periodo en el que los estudiantes se han encontrado confinados y estudiando por el medio virtual.

Por lo tanto, la pregunta para este proyecto de investigación es: ¿Cómo afrontan los estudiantes universitarios el confinamiento en tiempos de estudio? Los objetivos que guiaron esta investigación fueron, como objetivo general comprender los recursos de autoaprendizaje utilizados por los estudiantes, para adaptarse al medio virtual como nuevo espacio de aprendizaje, con la finalidad de generar tips, estrategias y recursos de afrontamiento que sean de utilidad para estos en el contexto actual y los objetivos específicos estuvieron encaminados a reconocer los recursos de autoaprendizaje más usado por los estudiantes y el contexto en que los usaron (Expresión de emociones), Promover estrategias que favorezcan el aprendizaje en el medio virtual apoyados en las Tics y propiciar el establecimiento de redes de apoyo en su entorno, para que puedan recurrir a ellos en caso de necesitarlo y pueda sobrellevar esta situación y contribuyendo así al aprendizaje virtual.

Marco Teórico - Conceptual

En este apartado se retomará la perspectiva socio-cultural de Vygotsky (1997) la cual plantea una teoría donde:

El desarrollo ontogenético de la psiquis del hombre está determinado por los procesos de apropiación de las formas histórico-sociales de la cultura; es decir Vygotsky articula los procesos psicológicos y los socioculturales y nace una propuesta metodológica de investigación genética e histórica a la vez (p. 67).

De esta forma, se comprende que para el autor las funciones superiores en el pensamiento del ser humano, tienen su origen en la interacción cultural, por lo que comprender el actuar y la psiquis de un individuo, debe partir de un análisis sobre la vida del mismo, así como de las condiciones que esta presenta, ya que se entendería que la conciencia, no sería más que un reflejo subjetivo (resultado) de la realidad objetivo (contexto). Dejando como postulado, que todos los individuos somos un producto sociocultural e histórico de un determinado lugar.

La postura de Vygotsky, puede entonces ser interpretada como una teoría sobre la educación, dado que implica una transmisión cultural como una parte fundamental para el desarrollo del ser humano, ya que, para este, no solo se compromete el desarrollo del potencial en el individuo, sino también la expresión y el crecimiento histórico de la cultura humana en donde surgen los hombres y mujeres.

De esta forma encontramos que para Vygotsky el ser humano se compondría de cierta estructura: Actividad colectiva y comunicación – cultural (signos)- apropiación de la cultura (enseñanza y educación) actividad individual – desarrollo psíquico del individuo. Con esta estructura abstracta, se permite la trasmisión de una especificidad histórica sobre el desarrollo de la psiquis en los individuos que viven en distintas épocas y culturas.

Por lo que se comprende la adaptación como un proceso marcado por el entorno en que se encuentra un sujeto en particular, el cual utiliza las herramientas del entorno para lograr amoldarse a las características que este presenta, valiéndose de todos los recursos disponibles que encuentre. De esta manera se entiende que un cambio cultural, también implica un cambio en el sujeto, dado que deberá pasar de nueva cuenta por un proceso adaptativo, para responder a su nueva realidad.

Vygotsky (1979), señala que todo aprendizaje siempre tiene una historia previa, todo estudiante ya ha tenido experiencias antes de entrar en la fase escolar, por tanto, aprendizaje y desarrollo están interrelacionados desde los primeros días de vida del sujeto Refiere dos niveles evolutivos: el nivel evolutivo real, que comprende el nivel de desarrollo de las funciones mentales de un individuo, supone aquellas actividades que pueden realizar por sí solos y que son indicativas de sus capacidades mentales.

Por otro lado, si se le ofrece ayuda o se le muestra cómo resolver un problema y lo soluciona, es decir, si el sujeto no logra una solución independientemente del problema, sino que llega a ella con la ayuda de otros constituye su nivel de desarrollo potencial. Lo que pueden hacer con ayuda de “otros”, en cierto sentido, es más indicativo de su desarrollo mental que lo que pueden hacer por sí solos.

Los procesos de aprendizaje ponen en marcha los procesos de desarrollo. La trayectoria del desarrollo es de afuera hacia adentro por medio de la internalización de los procesos interpsicológicos; de este modo, si se considera que el aprendizaje impulsa el desarrollo resulta que el medio educativo es el agente encargado y tiene un papel fundamental en la promoción del desarrollo psicológico del estudiante.

Intervención de otros miembros del grupo social como mediadores entre cultura e individuo. Esta interacción promueve los procesos interpsicológicos que posteriormente serán internalizados. La intervención deliberada de otros miembros de la cultura en el aprendizaje de los estudiantes es esencial para el proceso de desarrollo infantil. La escuela en cuanto a creación cultural de las sociedades letradas desempeña un papel especial en la construcción del desarrollo integral de los miembros de esas sociedades.

Emoción: Denzin (2009) Define la emoción como “una experiencia corporal viva, veraz, situada y transitoria que impregna el flujo de conciencia de una persona, que es percibida en el interior de y recorriendo el cuerpo, y que, durante el transcurso de su vivencia, sume a la persona y a sus acompañantes en una realidad nueva y transformada – la realidad de un mundo constituido por la experiencia emocional”.

Aprendizaje: para Vygotsky (1979) el aprendizaje es una actividad social, y no sólo un proceso de realización individual como hasta el momento se ha sostenido; una actividad de producción y reproducción del conocimiento mediante la cual el niño asimila los modos sociales de actividad y de interacción.

Confinamiento: según Pérez Porto (2010) es la acción y efecto de confinar. Este verbo hace referencia recluir a alguien dentro de límites o a desterrarlo a una residencia obligatoria.

Afrontamiento: según Lazarus y Folkman (1984) Es un proceso, y no un acto reflejo o respuesta biológica ante el estrés, implica un conjunto de fases articuladas, sucesivas, de cogniciones y respuestas actitudinales o conductuales que ponen en marcha al sujeto para hacer frente a una situación estresante.

Aula virtual: se define como el empleo de sistemas comunicacionales mediadas por ordenadores para crear un ambiente electrónico de las formas de comunicación que normalmente se producen en un aula convencional (Rodolfo 2001).

Por lo tanto, el Aula Virtual es un entorno de Enseñanza-Aprendizaje, basado en aplicaciones telemáticas, en la cual interactúa la informática y los sistemas de comunicación. Dicho entorno soporta el aprendizaje colaborativo entre los estudiantes que participan en tiempos y lugares dispersos, mediante una red de ordenadores. Este aprendizaje colaborativo, es un proceso de aprendizaje donde se resalta el esfuerzo grupal entre los diversos integrantes, que forman la comunidad educativa (Núñez, 2009).

Herramientas asistidas por la tecnología: para Morín Amanda (S.F) es una de las estrategias fundamentales que usan las escuelas o los espacios educativos para ayudar con las diferencias en la manera de pensar y aprender. Algunas herramientas adaptativas son de tecnología básica y otras son bastante sofisticadas.

Torrecilla Jorge (2020) afirma que son aquellos programas o aplicaciones que nos permiten tener acceso a la información, y están a disposición de todas las personas, en la mayoría de los casos, de manera gratuita. El uso y aplicación que se le da a estas herramientas va a depender de las necesidades y características de cada usuario.

Método

Se realizó una encuesta como herramienta de recolección de datos a los estudiantes del programa de Psicología de los semestres 3° y 7°. Con el objetivo de comprender cuales han sido las afectaciones positivas y negativas, que han tenido los estudiantes al adaptarse a un medio de enseñanza virtual producto de la pandemia del covid-19, de esta forma brindando una mayor claridad con respecto a lo que está viviendo actualmente los estudiantes del programa de Psicología de la Universidad Libre.

Participantes

Estudiantes de la carrera de Psicología de tercer y séptimo semestre, con edades entre los 17- 25 años. El grupo de estudiantes se conforma por quince mujeres y tres hombres, que pertenecen a estratos entre 1-5, pertenecientes a los barrios Alcázares, alto Nápoles, Ciudad 2000, El Jardín, La Base, Torre de Comfandi y La Fragua zona rural.

Técnica

La técnica de la encuesta es ampliamente utilizada como un procedimiento de investigación, ya que permite obtener y elaborar datos de modo más rápido y eficaz, dentro de diversos ámbitos, tales como puede ser el educativo, sanitario o social. Dado que estas son elementos que abarca una gran variedad de temas tanto específicos como generales, ofreciendo la posibilidad de aplicarse masivamente y por ende recolectar información de manera más amplia sobre diferentes cuestiones a la vez (Casas, Repullo, Donado, 2013).

Es así entonces como la encuesta puede ser definida como una técnica que utiliza un conjunto de procedimientos estandarizados de investigación mediante las cuales se pretende analizar una serie de datos que pueden ser representativos para una población en concreto y que presenta un fenómeno que es de interés explorar, comprender, describir, predecir y por última instancia explicar una serie de caracteres.

De esta manera comprendemos que la encuesta es una herramienta que nos permite comprender agrandes rasgos las afectaciones que han podido tener los estudiantes, en su proceso de adaptación al medio virtual. No obstante, la información recogida se hace de manera estándar y no tiene por qué ser un reflejo fidedigno de la realidad actual, pero si puede darnos un componente que nos ayude a acercarnos a comprender las vivencias que han tenido que pasar los estudiantes durante este proceso.

Instrumento

Como instrumento para la recolección de la información se realizó un formulario de Google Drive con una serie de preguntas, las cuales están relacionadas a saber cómo se están sintiendo los estudiantes al

recibir las clases de manera virtual y cuáles han sido los diferentes recursos o apoyos que han utilizado en este proceso.

Tabla 1

Preguntas percepción de estudiantes sobre las clases recibidas

Categorías	Preguntas
Datos sociodemográficos	Nombre – Edad – Genero – Semestre –Comuna – Barrio.
Recursos de afrontamiento	¿Qué elementos, estrategias o factores consideras que te hayan favorecido para sobrellevar tu proceso de educación virtual? ¿Qué factores consideras que te desfavorecieron o perjudicaron tu proceso en la educación virtual? ¿Qué problema fue el más frecuente o perjudicial durante tu proceso de educación virtual?
Estado mental	¿Consideras que tu salud mental se ha visto afectada, durante este proceso? ¿Has presentado algunos de los siguientes problemas de salud debido a la modalidad de clases virtuales? Ansiedad, estrés, agobio
Conformidad referente a las clases virtuales	¿Cómo te sientes al recibir clases de manera virtual? ¿Cómo te adaptaste a los cambios que trajo la educación virtual? ¿Qué recursos o apoyos utilizaste para llevar a cabo este proceso?

A raíz de la encuesta se detectaron estas problemáticas por parte de los estudiantes:

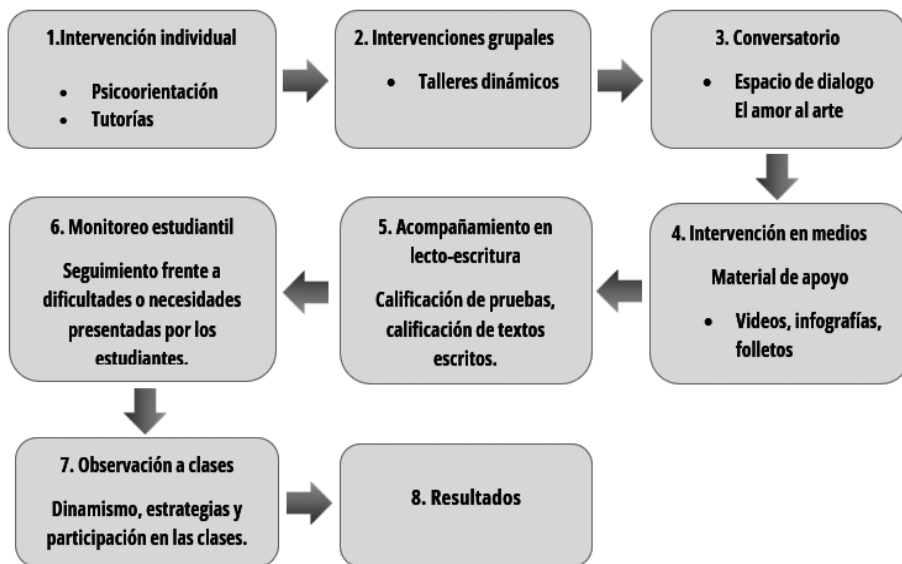
- Poca participación.
- Desmotivación.
- Desinterés por los temas enseñados.
- Malestares como: Irritabilidad, ansiedad, agobio y estrés.

- Lo que sugirió realizar unas intervenciones que permitieran recoger más información sobre el problema de investigación.

A continuación, se presenta la ruta metodológica:

Gráfica 1

Ruta Metodológica



Resultados

Resultados Cuantitativos

Tabla 2

Intervención Individual- Psico orientación con estudiantes

Estudiante	Edad	Genero	Semestre	Sesiones	Principales hallazgos
1	20	Masculino	1°	4	-Dificultad entorno a la comprensión lectora. -Comprometido en el proceso. -Logra mejoría
Estudiante	Edad	Genero	Semestre	Sesiones	Principales hallazgos

1	22	Masculino	6°	4	- Desmotivación frente al proceso académico. -Comprometido en el proceso. -Logra mejoría.
---	----	-----------	----	---	---

Tabla 3

Intervenciones grupales- Talleres Dinámicos

Tipo de actividad	Nombre	Semestre	Número de participantes	Total, personas Beneficiadas
Taller	Normas APA	1°	19	128
Taller	ABC leo+ escribo= aprendo	4°	15	
Taller	Ortografía- versión tildes	5°	15	
Taller	Soy estudiante soy practicante	8°	11	
Taller	Aprendizaje autónomo	Extra semestral	29	
Taller	Afrontándolo juntos	3°	25	
Taller	Afrontándolo juntos	7°	14	

Tabla 4

Conversatorio el amor al arte

Nombre	Semestre	Participantes	Total personas beneficiadas
El amor al arte	2°	14	14

Tabla 5

Temas tratados en Intervención en Medios

Tema	Objetivo	Fecha de publicación	Total Material elaborado
Autocuidado	Incentivar la importancia que tiene el autocuidado, ejercicio y hábitos saludables en el periodo de clases virtuales debido al confinamiento.	15 junio 2021	1
Gestión de emociones	Promover la importancia que tiene la gestión emocional, como método para enfrentar situaciones adversas.	24 mayo 2021	1
Motivación en tiempos de estudio	Brindar diferentes estrategias o tips que incentiven la motivación a los estudiantes en su proceso académico.	12 abril 2021	1
Estrategias de estudio	Brindar información a los estudiantes, con la finalidad de que estos puedan implementar diferentes estrategias para su proceso académico.	19 abril 2021 4 marzo 2021	2

Tabla 6

Acompañamiento Lectoescritura

Tipo de actividad	Nombre	Semestre	Número de participantes
Calificación pruebas	Lectoescritura	1°	19
Calificación textos escritos	Escritos-tema la vejez	4°	15

Tabla 7

Llamadas monitoreo estudiantil- estudiantes quienes no se conectaban a clases

Semanas	llamadas realizadas por semana	Total de llamadas a estudiantes	Total, estudiantes que requirieron apoyo
1-12 febrero	27	50	5
15- 19 febrero	11		
22-26 febrero	5		
1-5 marzo	7		

Tabla 8

Observación a clases virtuales

Semestres	Estudiantes por semestre			Total clases virtuales	Asistencia total
1°,4°,6°	19	15	16	3	50

Resultados Cualitativos

Taller Aprendizaje autónomo: Preguntas

1. ¿Qué te pareció la actividad ofrecida?

Respuesta “excelente, es una actividad enfocada no solo en el aprendizaje autónomo, sino en la relevancia que tiene en estos momentos de confinamiento y educación virtual, por ende, la considero una actividad pertinente y adecuada a las necesidades de los estudiantes». (Estudiante participante).

2. ¿Te parece importante este tipo de taller?

Respuesta: “Bastante importante en cuanto a su temática y por cómo se desarrolló fue bastante nutritiva la información otorgada y retroalimentada”. (Estudiante participante, comunicación personal, junio 2021) Taller Afrontándolo juntos.

Se desarrolló el taller Afrontándolo juntos el día martes 8 de junio y el día jueves 10 de junio a la 3:00 pm y 2:00 pm.

Dirigido a los estudiantes de 3° y 7° semestre.

A cargo de la practicante de decimo semestre Danna Vargas Molina.

1. ¿Qué te pareció el taller?

Respuesta: “Agradable, logro generarse un espacio de interacción que facilito que los compañeros expresaran su sentir respecto a las problemáticas actuales y más que todo lo que el confinamiento y la virtualidad les ha provocado” (Estudiante participante).

2. ¿Tendrás en cuenta los diferentes tips y estrategias que se brindaron para que puedas seguir mejorando tu bienestar y proceso académico?

Respuesta: “Tendré en cuenta todo lo que nos brindaron, ya que hay mucho material que nos ayudara para sentirnos bien, para estar motivados con las clases virtuales y buenas ideas para nuestras presentaciones”. (Estudiante participante).

Conversatorio El Amor al Arte: Preguntas

Se desarrolló el conversatorio EL amor al arte el día viernes 4 de junio a la 11:00- am.

Dirigido a los estudiantes de 2° semestre.

A cargo de la practicante de decimo semestre Danna Vargas Molina.

1. ¿Qué te pareció el conversatorio?

Respuesta: “Me pareció interesante el hecho de incluir el arte en nuestro proceso educativo”.

Respuesta: “Fue un buen espacio para compartir nuestras ideas y pensamientos” (Estudiante participante).

2. ¿De qué manera aportó el conversatorio para tu proceso formativo?

Respuesta “Mostrando como el arte nos puede dar una nueva perspectiva y como siempre tenemos que tener en cuenta los aspectos artísticos” (Estudiante participante).

3. ¿Qué sugerencias tienes frente al tema abordado?

Respuesta: “Ninguna en especial. Todo fue muy agradable”. (Estudiante participante).

Discusión

A raíz de la crisis actual producida por el covid-19, se evidencia la necesidad de un cambio en las dinámicas sociales y culturales, a fin de cumplir con los protocolos de salud instaurados para responder y disminuir las consecuencias traídas por el evento de la pandemia.

Es así como el modelo educativo tradicional, decide adaptar la pedagogía presencial a un medio virtual, apoyándose en las diferentes aplicaciones y plataformas de comunicación que habían surgido en los últimos años.

Este cambio en la educación resulta forzoso para los estudiantes, dado que no existe un periodo de adaptación adecuado, puesto que este se llevó a cabo de manera apresurada, debido a la necesidad de responder a un periodo académico establecido, por lo que se realiza sin pensar en las consecuencias, malestar y desventajas que esta dinámica podría traer en el estudiantado.

Esto se debe principalmente a la desconexión del entorno y con sus pares que implica el estudiar a través de la virtualidad. Retomando la perspectiva socio-cultural de Vygotsky este plantea que el “desarrollo ontogenético de la psiquis del hombre está determinado por los procesos de apropiación de las formas histórico-sociales de la cultura.

Es decir Vygotsky articula los procesos psicológicos y los socioculturales y nace una propuesta metodológica de investigación genética e histórica a la vez” Según lo planteado por esta idea, nuestras funciones superiores consiguen desarrollarse por medio de la interacción con otros individuos, entendiendo que la conciencia y moralidad de cada individuo es subjetiva, pero proveniente de una realidad objetiva.

De esta forma, se comprende el gran valor que tiene la interacción. Es por esto que todas las actividades y talleres realizados durante el primer periodo del año 2021 se centran en reconocer los recursos y métodos que usaron los estudiantes para adaptarse a esta nueva etapa.

Varios estudiantes reconocen haber recurrido a la realización de diversas actividades para sobrellevar esta situación, algunos los cuales ya las hacían desde antes, mientras que otros empezaron a realizar nuevas, lo cual también les ayudaba en su ámbito académico. No obstante, estos no dejan de resaltar la falta de cohesión y distanciamiento generado en el grupo, debido a la dinámica de las clases virtuales, echando en falta la interacción visual y física, tanto del entorno académico, como de sus pares.

Esto lleva a que los estudiantes resalten y noten más la monotonía de las clases, generando pérdida de interés en los contenidos abordados durante esta estancia virtual. Un hecho comprensible, dado que la metodología de clases de los docentes, no se diseñó teniendo en cuenta la consigna virtual.

De acuerdo con esto, Barrero (2020) refiere que en ocasiones en las prácticas pedagógicas se descuida la particularidad y ritmo de cada estudiante lo que dificulta aún más el proceso de aprendizaje en este tipo de situaciones. De ahí que los estudiantes no se sientan enganchados y menos se asuman como parte de un proceso educativo. Por

el contrario, evaden y tienden a disminuir su producción intelectual llevando incluso a algunos a la deserción universitaria.

De igual forma se detecta una carencia importante en el medio virtual, al no favorecer el componente social. Para Vygotsky el ser humano se compondría de cierta estructura: Actividad colectiva y comunicación – cultural (signos)- apropiación de la cultura (enseñanza y educación) actividad individual – desarrollo psíquico del individuo.

Se comprende entonces que el entorno académico se adaptó en función de responder a las necesidades del entorno, mas no al del estudiantado, por lo que se instauró un modelo educativo a individuos cuya formación hasta hace poco, se basaba en otro tipo de postulados, características y circunstancias, individuos cuya psiquis al igual que formación educativa siempre se relacionó con la interacción física - visual.

Esto nos deja con estudiantes los cuales utilizando recursos externos a la institución buscan adaptarse a nuevos tiempos, no solo con base a su aprendizaje, sino también a soportar la falta de actividad social, algo que la entidad educativa no puede solventar por las características de las circunstancias actuales.

No obstante, se debe comprender que el repertorio informático es amplio, por lo que hay maneras de construir y adaptar la metodología de enseñanza a estos tiempos, algo que debe empezar a construirse desde ahora, en beneficio de evitar circunstancias y sentimientos negativos en la población académica.

Conclusiones

Bajo la consigna de los objetivos establecidos en la realización de este trabajo y los talleres elaborados, estos se llevaron a cabo de manera satisfactoria, dando resultados esperables debido a las condiciones y situación actual del entorno académico en general, en el panorama colombiano.

Los estudiantes aprovecharon los espacios generados por los talleres, para relatar parte de su experiencia, en cuanto a los métodos, estra-

tegrías y tips utilizados para hacer frente a las nuevas características de su entorno académico. Estos destacan el uso de medios artísticos como pueda ser el baile, la jardinería, la lectura y la escritura, al igual que ejercicios para la relajación muscular, en favor de lidiar con las tensiones y estrés generados por el ambiente en que se encuentran.

También se identifican varias estrategias entorno a favorecer su aprendizaje de manera autónoma, en donde se prioriza el manejo del tiempo, por medio de calendarios, guías de estudio, uso de recursos audiovisuales que resuman los contenidos de las clases y listas.

De esta forma también se observa el valor que tiene el desarrollo de la intervención por medios, puesto que estas son herramientas que los alumnos buscan activamente con diferentes fines informativos, en especial si estos sirven para lidiar con los desafíos del entorno académico, no solo a nivel de aprendizaje, sino también en cómo gestionar y manejar las emociones en momentos de alta presión, al igual que el auto cuidado.

También se vislumbra la diferencia entre los alumnos que cuentan con una red de apoyo fuerte y los que no. Puesto que se facilita la forma en que estos enfrenten las problemáticas derivadas del medio académico virtual, como lo pueden ser las de tipo técnico, por el mal funcionamiento de la red o equipo, al igual que el respeto por el espacio de estudio, dado que hay padres que comprenden las circunstancias que atraviesa el estudiante y entienden que su hogar se ha convertido en el aula de clases del sujeto.

Por último, se destaca la necesidad en el planteamiento de las clases, pues los estudiantes manifiestan una desconexión mental respecto a lo que se enseña, no por la calidad en los contenidos y temas abordados, sino por la forma en que estos son impartidos, los cuales no dis-cierne mucho del medio presencial, pero sin la posibilidad de interacción física. Algo que resulta frustrante para el alumnado, conociendo las ventajas y variables que posee el medio virtual, para volver una clase más dinámica y amena.

Recomendaciones

Generar espacios fuera de las actividades académicas en donde puedan relacionarse e integrarse los docentes y los alumnos, para el desarrollo de temas extracurriculares.

Desarrollar talleres que permitan a los estudiantes generar nuevas habilidades, como lo pueden ser la oralidad, escritura y gestión emocional.

Aprovechar el medio virtual, para hacer uso de diversas herramientas, en favor de volver más dinámicas las clases.

Seguir con la creación de material audiovisual como infografías, folletos, cápsulas y videos, que contengan información útil para el contexto universitario y temas referentes a cómo sobrellevar la situación del confinamiento.

Incentivar la comunicación asertiva de los estudiantes y las redes de apoyo que estos presentan.

Referencias Bibliográficas

Arvilla Ropain, A. R., Palacio Orozco, L. P., y Arango Gonzáles, C. P. (2013). El psicólogo educativo y su quehacer en la institución educativa. *Duazary*, 8(2), pp. 258–261. <https://doi.org/10.21676/2389783X.231>

Barrero Angélica (2020). Diversidad y aprendizaje escolar: Una mirada desde los educadores. Editorial Universidad Libre. Cali-Colombia.

Bericat, E. (2012). 'Emociones', *Sociopedia.isa*, Universidad de Sevilla, España. DOI: 10.1177/205684601261. Recuperado de: <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/47752/DOIEmociones.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Bertrand Regader. (S.F). *La teoría del aprendizaje de jean Piaget*. Psicología y mente. Recuperado de: <https://psicologiymente.com/ desarrollo/teoria-del-aprendizaje-piaget>

- Carrera, Beatriz y Mazzarella, Clemen (2001). Vygotsky: enfoque sociocultural. *Educere*, 5 (13), pp. 41-44. [Fecha de Consulta 25 de Junio de 2021]. ISSN: 1316-4910. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35601309>
- Congreso de la República de Colombia. (2006) Ley 1090 del 2006. Por el cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético. Función pública.gov.co. Recuperado de: <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=66205>
- Congreso de la República de Colombia. (1992). Ley 30 de 1992. Por la cual se organiza el servicio público de la educación superior. Recuperado de: http://www.oas.org/juridico/spanish/mesicic2_col_ley_30_sp.pdf
- Congreso de la República de Colombia. (2013). Ley N°1616 21 de enero de 2013 Por Medio De La Cual Se Expide La Ley De Salud Mental Y Se Dictan Otras Disposiciones. Mini salud.gov.co. Recuperado de: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/ley-1616-del-21-de-enero-2013.pdf>
- Congreso de la República de Colombia. (2013). Ley 1616 del 21 de enero de 2013. Salud Metal. recuperado de https://www.mineducacion.gov.co/1759/w3-article-322721.html?_noredirect=1
- Lara Luis, R. (2001). El dilema de las teorías de enseñanza aprendizaje en el entorno virtual. *Comunicar*, (17), 133-136. [Fecha de Consulta 25 de junio de 2021]. ISSN: 1134-3478. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=15801720>
- Martínez, V. G., Sala, A. G., y Sandoval, R. D. M. (2017). El tránsito de las emociones en la acción colectiva. Análisis del discurso de los jóvenes del# Yo Soy 132. *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad*, (22).
- Morin Amanda (S.F). ¿Qué es el diseño universal para el aprendizaje? *Understood*. Recuperado de: <https://www.understood.org/articles/es-mx/universal-design-for-learning-what-it-is-and-how-it-works>

- Núñez J. C. (2009) Motivación, aprendizaje y rendimiento académico .
Actas do X Congresso Internacional Galego-Português de Psicopedagogía. Braga: Universidade do Minho, 2009 ISBN- 978-972-8746-71-1 41. Recuperado de: <https://www.educacion.udc.es/grupos/gipdae/documentos/congreso/xcongreso/pdfs/cc/cc3.pdf>
- Vygotsky, L. S. (1979) El desarrollo de los procesos psicológicos superiores. Buenos Aires: Grijalbo. Recuperado de: http://www.terras.edu.ar/biblioteca/6/TA_Vygotsky_Unidad_1.pdf

