



Casa abierta al tiempo

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA**

**Unidad Xochimilco**  
**Área Ciencias Sociales y Humanidades**

**Licenciatura en Psicología**

*Encuentro de voces sobre las experiencias emocionales  
en jóvenes estudiantes a lo largo de sus clases virtuales  
en la pandemia.*

| Alvarado Hernández Cinthia Yocelin |  
| Carrillo Alvizuri Mitzi Ivonne |  
| Oyorzabal Vázquez Frida Romina |  
| Medel Soto Erik Gerardo |  
| Uriostegui Rivas Itati Yatziri |

Asesor: **Alberto Padilla Arias**  
Lector: **Juan Federico Zúñiga Ramírez**

**Índice**

1. [Resumen](#)
2. [Introducción](#)
3. [Justificación](#)
4. [Problematización](#)
  - 4.1. [Objetivo general](#)
  - 4.2. [Objetivos específicos](#)
5. [Marco referencial](#)
  - 5.1. [La experiencia emocional de jóvenes en “tiempos de pandemia”](#)
  - 5.2. [La emoción, estudiada desde la pluralidad de su concepción](#)
    - 5.2.1. [¿Qué es una emoción?](#)
    - 5.2.2. [Componentes de la emoción](#)
    - 5.2.3. [Funciones de las emociones](#)
    - 5.2.4. [Clasificación de las emociones](#)
    - 5.2.5. [Inteligencia emocional](#)
  - 5.3. [Familia y escuela como Institución](#)
    - 5.3.1. [Familia](#)
    - 5.3.2. [Escuela](#)
  - 5.4. [“Ser Joven”](#)
  - 5.5. [Vínculo como necesidad humana](#)
    - 5.5.1. [Relación intergeneracional \*profesor - alumno\*](#)
  - 5.6. [Afrontamiento emocional durante el duelo](#)
6. [Metodología](#)
  - 6.1. [Técnica de grupo focal](#)
  - 6.2. [Técnica de análisis](#)
  - 6.3. [Descripción del terreno de investigación](#)
  - 6.4. [Cronograma de actividades](#)
7. [Análisis](#)
  - 7.1. [Experiencia emocional](#)
    - 7.1.1. [Manejo o expresión de emociones](#)
    - 7.1.2. [Emociones con un fin positivo](#)
    - 7.1.3. [La experiencia emocional dentro del ámbito escolar](#)

- 7.1.4. [Comunicación influyente en las emociones durante el aprendizaje escolar](#)
- 7.1.5. [Emociones como consecuencia de adaptación](#)
- 7.1.6. [Actividades que ayudan a liberar tensión](#)
- 7.2. [Vínculo](#)
- 7.3. [Jóvenes permeados por la institución](#)
  - 7.3.1. [Familia](#)
  - 7.3.2. [Escuela](#)
- 7.4. [Duelo ante la pérdida de clases presenciales](#)
- 8. [Conclusiones](#)
- 9. [Reflexiones](#)
- 10. [Bibliografía](#)
  - 10.1 [Webgrafía](#)
- 11. [Glosario](#)
- 12. [Anexos](#)
  - 12.1. [Cronología de la pandemia](#)
  - 12.2. [Etapas de desarrollo psicosocial](#)
  - 12.3. [Trabajo de campo](#)
    - 12.3.1. [Transcripciones de entrevistas](#)
    - 12.3.2. [Sesión 1](#)
    - 12.3.3. [Sesión 2](#)
    - 12.3.4. [Sesión 3](#)
    - 12.3.5. [Sesión 4](#)

## 1. Resumen

A causa de la pandemia que se ha vivido los últimos meses, hemos presenciado cambios a nivel mundial que afectan las rutinas que cada individuo tiene, puesto que, una de las medidas tomadas fue el aislamiento social para evitar contagios masivos.

En México el sector educativo se vio afectado por la cancelación de las clases presenciales y se retomó un método de enseñanza en línea para evitar la propagación del virus. Este cambio abrupto ha provocado diversas reacciones emocionales y opiniones respecto al tema, lo cual tomaremos en cuenta para seguir esta investigación.

Por ello en el presente trabajo trataremos de indagar en el aspecto emocional en torno a la experiencia en las clases en línea, con la finalidad de presentar un análisis final a partir de entrevistas grupales (realizadas por videoconferencias) con jóvenes que están continuando su escolaridad a distancia en esta pandemia y cómo esta nueva modalidad ha producido diferentes emociones a lo largo de su confinamiento

A la vez, proporcionamos un espacio de expresión sobre sus vivencias, con el fin de lograr darle valor a las experiencias que se atraviesan en la pandemia, vemos la investigación a manera de un medio de reflexión y de contraste en las voces de los jóvenes en este nuevo cambio.

## Introducción

En la actualidad (2020), se vive una crisis mundial de salud a causa de un “nuevo” virus para el ser humano llamado SARS-CoV-2<sup>1</sup> (*síndrome respiratorio agudo severo*) que proviene de la familia de coronavirus, la cual se transfiere al interactuar con los demás, transmitiéndose a través de estornudos y tos, eso en la mayoría de los casos; orillando a la población expuesta al virus a que se aisle de cualquier tipo de interacción para prevenir su contagio de manera masiva.

Wuhan China, ubicó el primer brote desde finales del 2019, la rapidez con la que propaga el virus SARS-Co-2, provocó que países como Tailandia, Japón y Estados Unidos fueran unos de los países más afectados que fue así que desató una pandemia, que en poco tiempo propició una serie de eventos que afectaron a la salud y hábitos de higiene, como es la modificación en los modos de interacción social, lo cuales se propagan hasta finales del siguiente año (2020), dando como resultado una afectación en todos los sectores de la población del mundo.

A causa de esto, en México se presentó el primer caso confirmado de COVID-19 y con el pasar de los días se registró un aumento en el número de casos<sup>2</sup>, por lo cual el gobierno mexicano sugirió implementar un “confinamiento parcial” (a partir del 23 de marzo) que implica condiciones de distanciamiento social, aislamiento en el propio domicilio, limitaciones drásticas de la libertad de circulación de los ciudadanos y suspensión de actividades tanto comercial como educativas. Autorizando únicamente las actividades (esenciales) relacionadas con los bienes de

---

<sup>1</sup> EL **virus SARS-CoV** pertenece a la familia de Coronavirus, la OMS nos explica que:

“Los coronavirus (CoV) son una amplia familia de virus que pueden causar diversas afecciones, desde el resfriado común hasta enfermedades más graves, como ocurre con el coronavirus causante del síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS-CoV) y el que ocasiona el síndrome respiratorio agudo severo (SRAS-CoV). Un nuevo coronavirus es una nueva cepa de coronavirus que no se había encontrado antes en el ser humano.” Recuperado de <https://www.who.int/es/health-topics/coronavirus> (01 Junio 2020).

En este caso, se trata del SARS-COV2. que apareció en Wuhan, China en diciembre pasado y provoca una **enfermedad** llamada **COVID-19**, que poco después de su descubrimiento, se extendió por el mundo y fue declarada pandemia global por la Organización Mundial de la Salud.

<sup>2</sup> Ver anexo 1. *Cronología de la pandemia*

primera necesidad como las relacionadas con adquisición de alimentos y medicinas o servicios de salud, esto como medida principal para evitar el aumento en el número de contagios.

Repetimos, a consecuencia de esta acción se originó el cierre de los espacios de interacción social, entre ellos, las escuelas, lugar donde se potencializa al máximo el desarrollo integral de los alumnos, atendiendo los diferentes ámbitos o dimensiones del desarrollo: motor, afectivo, cognitiva, comunicativa y social (Dewey, citado por Rodríguez 2015). En consecuencia de los hechos modificando la interacción profesor alumno, así como la interacción de los jóvenes con su entorno.

Debido a que la escuela se caracteriza como un espacio de formación pedagógica, para Durkheim (1976) propicia una actividad de “socialización” y una actividad social. En este caso, *la socialización* (Parsons 1988) *se comprende como un proceso de adquisición de las orientaciones precisas para funcionar satisfactoriamente en un rol mediante una forma particular de aprendizaje.* O bien, (Berger 1989) *que la socialización es el proceso a través del cual el niño y la niña aprenden a ser miembros activos de la sociedad, interiorizando el mundo social.* (Llanos. 2014). En definitiva, ambas concepciones giran en torno al aprendizaje social que se adquiere en intercambios producidos por el sujeto con otros y cómo esto les permite tener un sitio en el círculo social en que interactúa.

Dado que este espacio posibilita las interacciones, es necesario resaltar que en el desarrollo humano no solo se pone en juego el aprendizaje y socialización, también está implícito un proceso psicobiológico denominado *emociones* (Fernández, Rodríguez, B., Sánchez, M., Díaz, M. y Sánchez, F. 2010), el cual nos prepara para adaptarnos al medio, generando respuestas biológicas, conductuales y cognitivas, principalmente nos referimos a cómo el sujeto evalúa un acontecimiento, ya que puede significar algo diferente dependiendo las circunstancias.

Dicho lo anterior, podemos concebir a las emociones como parte de la vida; de cada experiencia que despierta algo en nosotros, deja una huella en el sujeto, está

sometida a su subjetividad, singularidad, a un sin fin de incertidumbres, que enfrentamos desde que nacemos, estamos rodeados de situaciones que nos hacen reaccionar y sentir de forma particular.

Es por ello que tomamos como eje central de la investigación, la importancia sobre las emociones que experimentan los jóvenes estudiantes que cursan el nivel medio superior durante esta crisis de salud global, con la finalidad de averiguar el cómo es para ellos cursar las clases en una modalidad virtual a través de su voz y experiencia. Recordando que durante la juventud encontramos en los sujetos un panorama en donde se agudizan los aspectos emocionales, donde se encuentran confrontando sus propias “crisis” en su desarrollo de esta etapa.

Para finalizar, nuestra población participante en la investigación son jóvenes estudiantes del nivel medio superior entre 15 a 18 años que estudian en instituciones ubicadas en la ciudad de México, que toman clases por medio de plataformas virtuales (*classroom, zoom, videoconferencias Telmex, Whatsapp*, esto de acuerdo a las plataformas usadas por los mismos estudiantes). Para la recolección de datos se organizó una serie de intervenciones, partiendo de sesiones programadas una vez a la semana con una duración entre los cincuenta minutos a hora y media, dirigiendo la sesión con un tema particular; culminando en el objetivo de cada sesión. De aquí, los datos obtenidos sirvieron como marco de observación y análisis, con el fin de estudiar el fenómeno en una situación real para ofrecer un referente con base a las observaciones teóricas.

Finalmente, consideramos que esta investigación puede aportar al conocimiento tanto de más jóvenes o personas de cualquier edad y construir una mirada cercana a un fenómeno que viven en la actualidad.

## Justificación

En la sociedad, la psicología ha tenido un papel muy importante puesto que ha dado grandes pasos para dar soluciones basadas en variadas metodologías, porque estudia los procesos mentales y la conducta, abarcando campos desde lo social hasta lo educativo, proponiendo en cada ámbito soluciones basadas en el desarrollo, equilibrio y bienestar de las personas.

Debido a ello centramos nuestro estudio en la psicología educativa la cual emplea herramientas teórico metodológicas abordando los problemas educativos, con la finalidad de comprender y mejorar los procesos educacionales, entendiendo éstos en el sentido más amplio. Por ello la psicología educacional no es dependiente ni independiente de otras disciplinas, sino que constituye un área donde la educación y la psicología interactúan y convergen, creando así un espacio de intervención en la actual crisis de salud.

Dicha crisis ha enfatizado el uso de las tecnologías, usándolas como herramienta de comunicación social y educativa, la cual está generando nuevos procesos de interacción, entre ellos la educación. Es justo ahí donde el campo como psicólogos educativos nos permite analizar y mostrar alternativas, que posibiliten su entendimiento desde un enfoque multidisciplinario. Para nosotros, es de suma relevancia constatar las implicaciones emocionales de los jóvenes estudiantes, dentro del cambio abrupto en el que se han sumergido, tras la implicación que originó el cambio de modelo escolar (de presencial a virtual). Asimismo, legitimando el discurso de los jóvenes estudiantes de nivel medio superior a través del análisis, el cual permite no sólo ser un parteaguas en los enfoques académicos establecidos, sino generar una visión que constata las necesidades socioemocionales que ha generado la pandemia.

Durante esta situación se implementaron programas, tales como *“Aprende en Casa”*; que contempla una serie de actividades diseñadas sólo para Educación Básica y Educación Especial en el ciclo escolar 2019-2020 excluyendo de esto al



nivel medio superior y a la población que no cuenta con los medios tecnológicos necesarios, ya que de acuerdo con la última Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares (ENDUTIH), en México hay 18.3 millones de hogares que disponen de Internet mediante conexión fija o móvil, 52.9% del total nacional (INEGI, 2020).

Estos datos ejemplifican el desafío que la educación virtual conlleva, sobre todo el logro de la modalidad implementada en un país en donde no toda la población cuenta con un acceso real a la conectividad. Además, las escuelas tendrían que implementar metodologías, para que tanto alumnos como docentes tengan habilidades tanto de aprendizaje fuera del aula, como en el manejo de las aplicaciones.

Por otro lado, no se encontraron estadísticas actuales que representen a las instituciones educativas a nivel medio superior que sean aptas para dar clases en línea, pero hallamos datos relacionados que influyen en el medio digital. Destacó INEGI (2020) que a mayor nivel de escolaridad mayor uso de internet, como es el último porcentaje de usuarios de 95.1 por ciento en educación media, al mismo tiempo se desconoce cuál sea el uso que los estudiantes le den al internet.

Mencionado todo lo anterior, buscamos resaltar las dificultades por las que atraviesa la población estudiantil y profesorado, sumado a esto existe otro factor que como equipo creemos que es relevante durante estas situaciones, como son las emociones, las cuales están siempre presentes en nosotros como sujetos, no podemos deslindarnos de ellas y ahora en una situación de incertidumbre como la pandemia pasan a jugar un papel relevante para nuestro desarrollo y estabilidad.

Es importante llevar a cabo una investigación en relación a nuestra ocupación dentro de la sociedad como futuros psicólogos educativos, dando una voz a las experiencias de vida y sobre todo apoyar la situación emocional de los jóvenes estudiantes de nivel medio superior que radican en la Ciudad de México.

## Problematización

Desde el inicio de la pandemia por COVID-19, han surgido estudios de corte científico enfocados en describir los aspectos genéticos y epidemiológicos del virus y en las medidas de salud pública.

La prioridad de estos se encuentra en el sector salud, haciendo que los mismos estudios e investigaciones desplacen la importancia en la salud mental que se ha visto afectada, es por ello que se ha tenido que recurrir a otros estudios de tipo transversal en los que se investiga sobre el impacto psicológico de la pandemia en el confinamiento mundial, la prevalencia del miedo al coronavirus, los síntomas emocionales y los trastornos de sueño, son algunos problemas que se han manifestado a partir de este “nuevo” suceso y sus medidas.

Hasta el momento, se ha informado la presencia de ansiedad, depresión y reacción al estrés en la población general de España y Perú, otro estudio realizado en Argentina vislumbra que las dimensiones emocionales y vinculares de las personas resultan aspectos centrales ante la pandemia del COVID-19 (Johnson, Saletti-Cuesta y Tumas, 2020). Los resultados de tales investigaciones<sup>3</sup> indican que los temores más comunes corresponden al miedo de contagio, contraer la enfermedad e incluso morir a causa de este virus y sus complicaciones, así como aislamiento social y problemas de trabajo e ingresos.

Dichos resultados no solo han arrojado datos negativos, también se encontró una postura donde el confinamiento ha favorecido algunas experiencias personales

---

<sup>3</sup> Estas son las investigaciones que pudimos recuperar y que se han realizado en estos meses posteriores a la pandemia .

Huarcaya-Victoria J. (2020) *Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19*. Rev Peru Med Exp Salud Publica. 37(2):327-34.

Sandín, B., Valiente, R. M., García-Escalera, J., & Chorot, P. (2020). Impacto psicológico de la pandemia de COVID-19: Efectos negativos y positivos en población española asociados al periodo de confinamiento nacional. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 25(1).

Jaimes, N. L. G., Alcántara, A. A. T., Méndez, C. M., & Hernández, Z. O. O. (2020). Impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicanos por confinamiento durante la pandemia por Covid-19.: Psychological impact on Mexican university students due to confinement during the Covid-19 pandemic .

positivas, como pueden ser: aprender a valorar las actividades al aire libre, interesarse más por otras personas, valorar más la importancia de las relaciones interpersonales, preocuparse más por el futuro, apreciar el tiempo con la familia, incluso descubrir nuevas habilidades. (Sandín, Valiente, García-Escalera y Chorot, 2020)

De modo que, desde el crecimiento de la investigación psicológica sobre la emoción, pocos de estos trabajos han trascendido sobre el papel que juegan las emociones en la vida tanto personal, como escolar. Probablemente esto no ha cambiado durante la pandemia, teniendo poca relevancia en el tema, específicamente a la experiencia emocional que pueden tener los estudiantes durante los periodos de clases en línea generado por una crisis sanitaria, lo que implica que en los sujetos deriven reacciones emocionales, tales como el enojo, el aburrimiento, la ansiedad y la tristeza. (Jaimes, N. Alcántara, A. Méndez, C. Hernández, Z. 2020).

En la población mexicana estas reacciones se han manifestado y podemos apreciarlas a través de los medios de comunicación, por ello es importante conocer más de cerca de la experiencia y el papel que juegan las emociones en las prácticas de clase virtual en un contexto de crisis sanitaria.

Nosotros consideramos crucial que los jóvenes desarrollen habilidades de aprendizaje emocional, con el fin de instituir un comportamiento adecuado que les permita en un futuro afrontar las situaciones agobiantes de una manera calmada; generando así una respuesta emocional idónea, que, fortalezca el pensamiento crítico para decisiones y medidas mejor informadas, ya que una salud mental puede generar una salud física, de esta manera una salud completa.

Para lograr esta salud mental y estabilidad emocional de los estudiantes deben superar varios retos, conviene señalar que los cambios que ha tenido el sistema educativo en México han sido muy variados para adaptarse a la nueva situación de confinamiento, consideramos decisivo que las instituciones educativas le den la suficiente importancia al aspecto emocional de sus estudiantes, vemos necesario resaltar que la educación en México no había considerado estos aspectos durante la

formación académica. Recientemente en el año 2015 se implementó en el nivel medio superior el programa *Construye T* (SEP, 2015) como modo de prevención de conductas de riesgo como: la violencia, las adicciones o el embarazo no deseado, que pueden truncar la trayectoria educativa de los estudiantes.

A modo de cierre vemos necesario decir que las instituciones educativas al incorporar las nuevas tecnologías a la enseñanza parece que permanecen sin alterar el modelo tradicional, y pese a los alcances tecnológicos que tienen en el nivel medio superior, se ha evidenciado la carencia de plataformas generadas por otras instituciones propias de la Secretaría de Educación Pública, sobre todo en ese nivel, ya que tiene que recurrir a empresas privadas (*Google, Zoom, etc*).

Por ello nos centraremos en indagar a profundidad más sobre este tema, para darle respuesta a nuestra pregunta de investigación que cuestiona cuáles son las experiencias emocionales que se generan a partir del cambio de modalidad presencial a virtual (por emergencia sanitaria) en jóvenes de 15 a 18 años que estudian en la Ciudad de México.

## 4.1 Objetivo General

Analizar las experiencias emocionales que las clases virtuales (por emergencia sanitaria) pueden generar en jóvenes de 15 a 18 años que estudian el nivel medio superior en la ciudad de México.

## 4.2 Objetivos específicos

-Brindar un espacio de escucha por medio de videoconferencia en una plataforma virtual (*zoom*) donde se pueda expresar el tema sobre sus experiencias emocionales a lo largo de la pandemia y su relación con sus clases virtuales.

-Conocer a partir de entrevistas grupales cuáles son las emociones que surgen a partir de cómo viven y practican la modalidad de “clases virtuales” incluyendo las implicaciones que favorecen u obstaculizan los procesos educativos.

-Identificar cómo la pandemia ha cambiado la vida cotidiana/social de los estudiantes, a través de sus relatos.

-Indagar a través del discurso cómo es la relación profesor-alumno durante el proceso de enseñanza a distancia y cómo este posibilitó su formación académica.

## 5. Marco referencial

### 5.1 La experiencia emocional de jóvenes en “tiempos de pandemia”

La experiencia, es un acontecimiento, que nos permitió recorrer la gran mayoría de los apartados centrales, dentro del marco teórico, aquellos que más adelante se irán describiendo; ya que a partir de la experiencia de los participantes de esta investigación, es que pudimos aproximarnos al terreno de lo emocional, durante el transcurso escolar en la pandemia. Ahora bien, la experiencia forma parte del individuo, la cual puede tener efectos sobre su pensamiento autores como Dewey (citado por Ruiz, 2013) conciben a la experiencia, como el intercambio de un ser vivo con su medio ambiente, ya sea en acciones o actitudes, puede ocurrir en lo físico y social, también se considera, como una marca de esfuerzo por modificar lo que ya ocurrió.

Por otro lado, Larrosa (2006) conceptualiza, de una manera abstracta a la experiencia desde lo cognitivo a lo social, de tal manera que la describe como un “*pasaje*” que va hacia el exterior, por lo cual supone que es una incertidumbre a la que nos enfrentamos, pero al mismo tiempo figura que algo viene hacia uno mismo, pasa sobre él y al pasar, supone dejar una huella que lo marca e identifica con dicho suceso.

Se debe entender también que la experiencia tiene un principio de subjetividad (Larrosa, 2006), puesto que, cuando el sujeto se encuentre inmerso en un contexto colectivo, lo cual significa, de manera individual, que se apropie del acontecimiento; por lo que las experiencias, permiten al sujeto, estar abierto a la transformación de sus palabras, ideas, sentimientos, y/o representaciones de acuerdo a las vivencias de cada sujeto. Esta amplia re-construcción, es apropiada y significada por nosotros, cobrando sentido como el inicio, que deriva los conceptos, creencias, y construcciones humanas, que se pueden observar a lo largo del tiempo, sacando

provecho de ellas para acontecimientos futuros, debido a que, ayudarán a actuar y adaptarse en su día a día.

Por lo tanto, podemos atribuir a la experiencia, como una relación entre el mundo tangible; donde se puede analizar el suceso, de la realidad que acontece en los jóvenes. Y el mundo intangible; donde la imaginación juega un papel importante, para construir socialmente, una realidad subjetiva, que abarca desde las instituciones, en el marco de un inventario cultural, por parte de actores sociales, situado en espacios, que influyen y logran experimentar diversos sentimientos, emociones, sensaciones y realizan sus propias interpretaciones, en particular, de una pandemia.

Con base a lo anterior entendemos por experiencia, en el marco de lo emocional, un fenómeno que se da a nivel individual, atravesando por distintas lógicas de acción. Partiendo del nivel individual, podemos entender la experiencia emocional, desde la definición multidimensional, propuesta por Reef (1994, citado por Dedios, 2010) quien incluye los aspectos cognitivos- subjetivos, entendidos como los estados afectivos, que se derivan del conjunto de evaluaciones, que se realizan durante el proceso de emoción. En segundo lugar tenemos los aspectos fisiológicos, que se conforman por las respuestas corporales, que derivan en el arousal (excitación); los aspectos funcionales y los aspectos sociales relacionados al ámbito social de la emoción y su comunicación, que más adelante serán descritos en un apartado específico de emoción.

Así, para efectos del presente estudio basamos el entendimiento de la experiencia emocional como el campo subjetivo de la emoción, por tanto, se trata de la vivencia de la emoción, que solo puede ser narrada por quien la ha experimentado, incluyendo todos los aspectos que se producen a partir de una emoción, este proceso está influenciado por características sociales, culturales hacia la percepción de un objeto o en su caso, una situación como una pandemia a partir del cual surge la emoción.

Es por esto que el término experiencia, juega un papel muy importante, en esta investigación, ya que se busca que los jóvenes, puedan compartir las reacciones que experimentaron mientras cursaban el bachillerato, en modo distancia, provocado por la pandemia. De ahí que se convierta en un episodio, del cual muchas veces es necesario dejar muestra, de la misma, formar, construir historia, o un legado social, como es la trascendencia que ha provocado la pandemia, y la cuarentena tras el covid 19, en jóvenes que atraviesan una etapa de cambios y lucha.

## 5.2 La emoción, estudiada desde la pluralidad de su concepción.

Para comprender la experiencia emocional, consideramos necesario profundizar sobre las emociones desde sus múltiples corrientes, lo cual, permitirá una mayor comprensión.

Sabemos que las emociones, es un tema clave e incluso complejo para su investigación, por ello partimos de que las emociones son experiencias afectivas de corta duración, que normalmente, comienzan tras una evaluación de un evento personal relevante (Lazarus, 1991; Roseman, 2001). El cual provoca un patrón de evaluación que hace que la persona determine la emoción que experimenta. Por ejemplo, los eventos evaluados como desagradables y causados por otra persona suscitan la emoción de ira (Roseman, 2001). La mayoría de los estudiosos entienden la emoción como una experiencia multidimensional, que cuando ocurre se manifiesta al menos con tres sistemas de respuesta: cognitivo o subjetivo, motor o conductual o expresivo, y fisiológico (Choliz, 2005) por ello y debido a la serie de experiencias que han vivido los jóvenes comenzaremos definiendo las emociones y los componentes de ellas para abordar distintas teorías y para comprender mejor el entramado emocional.



### 5.2.1 ¿Qué es una emoción?

La palabra emoción proviene de la etimología del latín *emotio*, *emotionis*, que se deriva del verbo *emovere*, este verbo se forma sobre moveré (mover, transformar, impresionar) con el prefijo e- / ex- (de, desde) y significa retirar, desalojar de un sitio, hacer mover. Es por ello que una emoción es “algo” que te mueve del estado habitual.

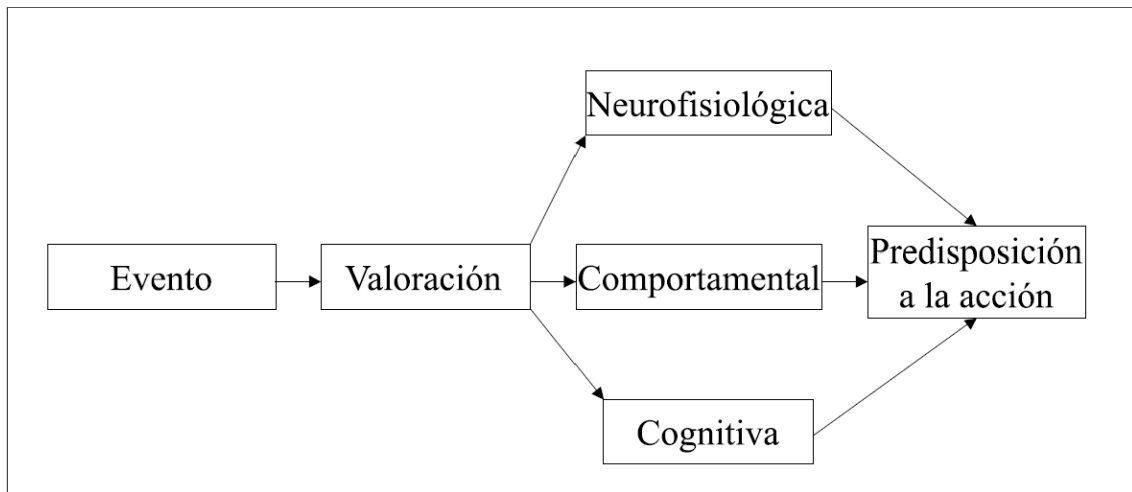
Por su parte, Goleman (1996) cuando aborda la palabra emoción hace referencia a un sentimiento y los pensamientos, estados biológicos, estados psicológicos y al tipo de tendencias a la acción que lo caracterizan.

El adentrarnos en este concepto tan amplio, no ha sido del todo fácil ya que han sido varios autores quienes la han abordado desde diferentes postulados teóricos, como lo son: conductistas, psicoanalistas, etc., de ahí parte una definición multidimensional.

Autor	Año	Enfoque Teórico	Definición
Burrhus F. Skinner	1943	Conductista	Estado particular de fuerza o debilidad en una o más respuestas inducidas por cualquiera de entre una clase de operaciones.
Kart H. Pribram	1967	Función Cerebral	Son el resultado de disposiciones o actitudes neutrales que regulan los datos de insumo cuando se suspende una acción temporalmente.
J. R. Millenson	1967	Conductista	Es la asociación entre ciertos cambios esparcidos en comportamientos operantes en proceso y la presentación o eliminación de refuerzos.

John Bowlby	1969	Psicoanalítica	Son fases de las apreciaciones intuitivas de un individuo, ya sea de sus propios estados orgánicos y apremios de actuar o de la secuencia de situaciones ambientales en las que se encuentra.
Carroll Izard	1972	Evolutiva	Es un proceso complejo que tiene aspectos neurofísicos, motor-expresivos y fenomenológicos.
Richard S. Lazarus	1975	Cognoscitiva	Es un trastorno complejo que incluye tres componentes principales: afecto subjetivo, cambios fisiológicos relacionados con formas específicas de movilización para acción adaptativa, e impulsos de acción que poseen cualidades instrumentales y expresivas.

Siguiendo con la teoría de Bisquerra (2003), una emoción se produce de la siguiente forma: 1) Unas informaciones sensoriales llegan a los centros emocionales del cerebro. 2) Como consecuencia se produce una respuesta neurofisiológica. 3) El neocórtex interpreta la información, dándonos a entender que la emoción se basa en una respuesta del organismo que responde ante un estímulo como se puede apreciar en el siguiente cuadro



Concepto de emoción de Bisquerra (2003)

En conclusión, para Bisquerra una emoción responde a un estímulo externo e interno, siendo la respuesta del organismo que se integra por un componente fisiológico y un componente cognitivo.

Antes de adentrarnos a la teoría con la cual nos adentraremos al concepto de emoción, creemos pertinente mencionar brevemente para el lector la diferencia entre emoción, sentimiento y un estado de ánimo.

Podemos decir que una emoción es un estado de alteración física y mental, en el que nos encontramos a través de las propias experiencias. Las emociones producen estados de ánimo y sentimientos.

Los estados de ánimo suelen tener mayor duración que una emoción y ser más estables pero sin las manifestaciones psicofisiológicas que la emoción puede presentar. Las experiencias y sucesos que ocurren en la vida de la persona determinarán el estado de ánimo.

Los sentimientos, de acuerdo a Marina (1996) son experiencias conscientes en las que el sujeto se encuentra implicado, complicado, interesado y cumplen una función adaptativa. Los sentimientos son el balance de la interacción entre nuestras necesidades y la realidad, estos derivan de deseos, proyectos, creencias, experiencias vivenciadas.

## 5.2.2 Componentes de la emoción

El estudio de las emociones se ha realizado desde múltiples perspectivas, cuyas teorías han apoyado diversos elementos que podríamos considerar constituyentes de las emociones porque nos permitirían tener una mayor claridad de nuestro “mundo interior”. Como ejemplo de las diversas perspectivas están, las manifestaciones de cambios fisiológicos asociados a las emociones, la forma en que una emoción puede ser proyectada, como patrones expresivos, es decir, una conducta, también se juega una evaluación de la situación y así poder interpretar los estímulos. (Fernández-Abascal, et. al, 2010). Elementos que como mencionamos

Anteriormente, nosotros consideramos componentes esenciales para la comprensión de una emoción, cada uno de estos se expondrá brevemente con la intención de elucidar algunas dudas.

### **Componente fisiológicos:**

El modelo psicofisiológico es de James-Lange, el cual es el más reconocido, asume que todas las respuestas emocionales pueden identificarse por un *patrón fisiológico diferenciado* (Ax, 1953, citado por Chóliz 2005), o por lo menos algunos así caracterizarían a las emociones. Su tesis se centra en la presencia de una expresión corporal seguido de una percepción y la asimilación de esos cambios que produce una emoción. Los cambios corporales se vuelven fundamentales para la emoción porque podríamos encontrarnos en una situación de riesgo en la que sólo evaluaremos la situación sin sentir miedo, asustado, etc por lo tanto, los cambios viscerales son imprescindibles para la emoción y, por tanto, deben existir patrones específicos para las distintas emociones.

Ahora bien Carl Lange propuso una teoría que llegaría a complementar la de W. James pasando a la “*Teoría de James - Lange*” como una recopilación de esta teoría, mencionaremos 5 supuestos teóricos que forman una parte central.

1. cada experiencia emocional posee un patrón fisiológico específico de respuestas somato-visceral y motórico-expresivas; ejemplo, podemos presentar palidez de la piel, boca seca y/o se acelera el corazón al encontrarnos en una situación de peligro. 2. la activación fisiológica es condición necesaria para la existencia de una respuesta emocional; 3. la evaluación de la activación fisiológica ha de ser secundario con el episodio emocional; 4. la elicitación de los patrones de activación característicos de una emoción podría, al menos teóricamente, reproducir la experiencia emocional y, por último; 5. existiría un patrón particular, propio de respuestas corporales/emocionales. (Fernández-Abascal, et. al, 2010).

Entonces, podemos hacer referencia a diversas respuestas involuntarias del organismo, entre las que son más representativas en las emociones son las siguientes: un aumento en la frecuencia cardiaca presente tanto en emociones positivas como negativas, modificación de la respiración, cambio de color en la piel (palidez), sequedad en la boca, sudoración en la palma de las manos, aumento o disminución en la presión arterial, alteración del metabolismo de los neurotransmisores (Rico, J. A. 2012), es decir, se genera una respuesta orgánica que crea reacciones bioquímicas en el cuerpo alterando el estado físico actual, como respuesta ante un objeto, persona o situación.

### **Componente cognitivo:**

Andrew Ortony, Gerald L. Clore y Allan Collins (1996) exponen 3 figuras de la sociedad ante las que reaccionamos emocionalmente *1. los acontecimientos que nos afectan, 2. las acciones de aquellos a los que nosotros consideramos responsables de dichos acontecimientos y 3. los objetos* (Ortony, A., et. al. 1996) Estas tres figuras desembocan en tres tipos de emociones que se basan en diferentes evaluaciones realizadas en función de distintos tipos de representaciones del conocimiento, es decir, le damos una razón al suceso por la cual, consideramos que sea, por ejemplo, producto de placer o producto de dolor.

Por otro lado Arnold (1960) (citado por Montañés, 2005) señala que este elemento cognitivo se presenta primeramente antes que lo fisiológico porque permite evaluar que la situación sea agradable o desagradable, tomando en cuenta diversos procesos cognitivos entre ellos, la teoría cognitiva del estrés, según este modelo en primer momento se estiman las consecuencias positivas o negativas de la situación experimentada, posteriormente se evalúan los recursos con los que se cuentan para hacer frente a dicha circunstancia, es por ello que la peculiaridad de las reacciones emocionales produce un tipo de emoción, manifestada por una tendencia a acción y expresión características, por ejemplo tengo un peligro inminente frente a mí, se ha realizado la valoración de la situación, determina que es peligrosa, se manifiesta una expresión como taquicardia, sudoración en las manos y tendemos a actuar permaneciendo inmóviles o emprendiendo la huida.

Por último, Nico H. Frijda (1988) propone 12 leyes que explican la emoción, entre las más relevantes es la primera llamada *Ley del significado situacional* la cual implica una propia definición de la emoción, además explica que las emociones son el resultado de situaciones específicas, es decir, no surgen de manera involuntaria, sin referente alguno, sino que se originan de escenarios concretos a los que estamos expuestos.

### **Componente conductual:**

Este componente hace referencia a la *reacción emocional*, es decir, es la manera en que el sujeto actúa o exterioriza una emoción que es provocada por diversos estímulos. Una emoción puede expresarse mediante una conducta observable (gestos faciales, expresión verbal).

Una de las orientaciones que estudia la emoción es la que se basa en el aprendizaje, en esta se entiende que la base de las emociones se encuentra en las respuestas emocionales condicionadas, es decir, que a través del aprendizaje transmiten sus propiedades afectivas, lo que interesa especialmente a la orientación conductual son las leyes del aprendizaje de la conducta emocional (Fernandez

Abascal, 2010). Desde esta orientación, el interés se focaliza en la llamada *conducta emocional*, que es el conjunto de respuestas observables (motoras) y fisiológicas que se pueden condicionar al igual que cualquier otra respuesta.

Otros modelos como el de Tomkins (1962) sostiene que las emociones son *respuestas faciales* (citado por Rodríguez Sutil, C. (1998), es decir, la información propioceptiva<sup>4</sup> que recibimos de nuestra expresión facial pasa a dar forma a la vivencia que tenemos de las emociones, por lo que una expresión facial corresponderá a una emoción. Por otro lado, Izard (1977) añade a esta teoría que la emoción se compone de tres elementos:

(1) la actividad neuronal del cerebro y del sistema nervioso somático, (2) el músculo estriado, o la expresión facial-postural, junto con el *feed-back*<sup>5</sup> entre el rostro y el cerebro, y (3) la experiencia subjetiva. Según esta teoría, cuando se detecta un estímulo, se genera una actividad específica de la emoción en cuestión, que desencadena un patrón de activación neuronal relativamente innato lo que conduce a la expresión de la conducta motora. Es esta percepción del comportamiento de movimiento lo que conduce al sentimiento subjetivo de emoción.

---

<sup>4</sup> La propiocepción es definida como la capacidad que tiene el cerebro para identificar la posición de los músculos y/o articulaciones, es decir se procesa la información para que se pueda saber en qué posición exacta se encuentra nuestro cuerpo en cada momento.

Fuente: Ruíz, F. T. (2004). Propiocepción: introducción teórica. Internet: [www.efisioterapia.net/descargas/pdfs/PROPIOCEPCION\\_INTRODUCCION\\_TEORICA.pdf](http://www.efisioterapia.net/descargas/pdfs/PROPIOCEPCION_INTRODUCCION_TEORICA.pdf).

<sup>5</sup> La traducción al español de feedback es *retroalimentación* que en psicología se hace referencia a las respuestas que se dan (...) a las conductas, acciones, gestos manifestado por los sujetos que genera una respuesta en el otro.

GARELLO, María Virginia y RINAUDO, María Cristina. Autorregulación del aprendizaje, feedback y transferencia de conocimiento: Investigación de diseño con estudiantes universitarios.

*REDIE* [online]. 2013, vol.15, n.2, pp.131-147. ISSN 1607-4041.

### 5.2.3 Funciones de las emociones

Algunos enfoques teóricos nos dicen que podemos encontrar diversas funciones en las emociones, por ejemplo, Reeve (1994) menciona que las emociones tienen tres funciones principales, las cuales son: funciones adaptativas, sociales y motivacionales.

La función adaptativa es una de las funciones más importantes, ya que es la que se encarga de preparar al sujeto para ejecutar eficazmente la conducta demandada por el entorno, ya sea por las condiciones de la naturaleza o sociales, por ejemplo el miedo es una emoción que adapta al sujeto para estar alerta en cualquier situación que lo amenace o se sienta en peligro, la alegría promueve atracción y relación interpersonal, la sorpresa la atención ante estímulos novedosos, cada emoción básica actúa como mecanismo de defensa para su propia supervivencia.

Plutchik (1987) a partir de una clasificación de emociones básicas, relaciona cada una de estas emociones con una función específica, como lo podemos observar en la siguiente tabla.

<b>Emoción</b>	<b>Función</b>
Miedo	Protección
Ira	Destrucción
Alegría	Reproducción
Tristeza	Reintegración
Confianza	Afiliación
Asco	Rechazo
Anticipación	Exploración
Sorpresa	Exploración



Fuente Plutchik (1987)

La función social tiene diversas tareas, como son las de facilitar la interacción social, también puede controlar la conducta, así como permitir la comunicación de los estados afectivos, ya que al expresar el sentir de su estado emocional se puede tener un bienestar y reduce la somatización del individuo, las emociones nos permiten comunicarnos de cierta manera.

“La propia represión de las emociones también tiene una evidente función social, en un principio se trata de un proceso claramente adaptativo, por cuanto que es socialmente necesaria la inhibición de ciertas reacciones emocionales que podrían alterar las relaciones sociales y afectar incluso a la propia estructura y funcionamiento de grupos y cualquier otro sistema de organización social.” (Chóliz, 2005, p.5)

Por último, las funciones motivacionales son aquellas reacciones de las emociones que permiten actuar de manera más vigorosa dependiendo de la implicación, la intensidad y la “carga” emocional que se tenga en la situación. La emoción también puede motivar la ejecución de determinadas conductas, en primera instancia promueve la aparición de motivación en el individuo, para así mantener la dirección hacia el objetivo que se desea alcanzar y ajustando la intensidad con la que se realizan estas conductas motivadoras (Bizquerra, 2000). Un ejemplo de ello puede ser el alumno que es motivado por su profesor para realizar alguna tarea, aquí el alumno puede experimentar emociones de distinta particularidad, ya que puede ser de atracción o rechazo, si es de atracción el alumno estará más motivado a llegar al objetivo que en este caso es la realización de la tarea, pero por el contrario experimenta una emoción negativa, el alumno creará una motivación de rechazo y así afectará su rendimiento académico.

#### 5.2.4 Clasificación de las emociones.

Los diferentes tipos de clasificaciones sobre las emociones pueden variar dependiendo de cada autor.

Partiendo de la teoría de Darwin y su estudio con la especie humana, es que empezamos a dar forma al surgimiento de expresiones de las emociones. En un primer momento son movimientos expresivos que con el tiempo cobran más valor al aumentar los pensamientos e intenciones y que a través de las experiencias este es capaz de expresar aquello que el interior siente. Un primer ejemplo de esto puede ser un bebé que llora o grita al experimentar hambre, o dolor y dar señal de lo que siente, explicando esta condición como innata o hereditaria, es decir, que es una condición que nuestra especie por naturaleza puede desarrollar porque es una comunicación universalmente reconocida.

El menciona que los movimientos expresivos del rostro y del cuerpo, cualquiera que sea, son en sí de una gran utilidad. Son los primeros medios de comunicación entre la madre y el niño; ella puede sonreír en señal de aprobación; así como fruncir las cejas en señal de desaprobación. Con esto podemos descubrir la simpatía de los que nos rodean gracias a su expresión. (Darwin, C., 1993)

Siguiendo con la idea, para Robert Plutchik el sujeto pasará por procesos adaptativos del comportamiento y así como Darwin, él también considera que las emociones primarias o básicas se presentan desde que nacemos, ya que provienen de la evolución humana, estas primeras emociones son adaptables al enfrentarse en situaciones adversas, por eso es que pueden ayudar a la trascendencia de la especie. Para muestra de esto, el estudio que Darwin pone de manifiesto que las expresiones faciales son muy parecidas entre los seres humanos, por lo tanto se encuentran en nuestra genética y evolucionan de manera conjunta en lo biológico. (Darwin, C. 1993)

Por su parte, autores como Fernández-Abascal, Martín y Domínguez (2001: 308), clasifican las emociones en primarias, secundarias, positivas, negativas y neutras. Las describen de la siguiente manera:

Emociones primarias: parecen poseer una alta carga genética, en el sentido que presentan respuestas emocionales pre organizadas que, aunque son modeladas por el aprendizaje y la experiencia, están presentes en todas las personas y culturas.

Emociones secundarias: emanan de las primarias, se deben en gran grado al desarrollo individual y sus respuestas difieren ampliamente de unas personas a otras.

Emociones negativas: implican sentimientos desagradables, valoración de la situación como dañina y la movilización de muchos recursos para su afrontamiento tienen un claro valor en la adaptación al entorno y la supervivencia, son el resultado de una evaluación desfavorable respecto a los propios objetivos. Se refieren a diversas formas de amenaza, frustración o retraso de un objetivo o conflicto entre objetivos. Incluyen miedo, ira, ansiedad, tristeza, culpa, vergüenza, envidia, celos, asco, etc.

Emociones positivas: son aquellas que implican sentimientos agradables, valoración de la situación como beneficiosa, tienen una duración temporal muy corta y movilizan escasos recursos para su afrontamiento, se experimentan ante acontecimientos que son valorados como un progreso hacia los objetivos personales. Estos objetivos son, básicamente, asegurar la supervivencia y progresar hacia el bienestar. La supervivencia y el bienestar tienen una dimensión personal y social. Es decir, no solamente para mí, sino también para las personas queridas; en este sentido se puede extender a la humanidad entera, estas emociones son agradables y proporcionan disfrute y bienestar.

Emociones neutras: son las que no producen reacciones ni agradables ni desagradables, es decir que no pueden considerarse ni como positivas ni como negativas, y tienen como finalidad el facilitar la aparición de posteriores estados emocionales.

### 5.2.5 Inteligencia emocional

Es importante resaltar que a lo largo de la vida la implicación emocional propia de los seres humanos es necesaria su autoconciencia sobre ellas, así como entender que los cimientos de estas se hallaran en su infancia. Dentro de esta etapa la aparición de las emociones muy francas frecuentemente, requieren que al surgimiento de ellas los padres o aquellos más cercanos al niño le brinden atención para el manejo y aporte emocional del niño, ya que si eso no ocurre y son ignoradas, es probable que en su futuro sigan impulsos agresivos o incluso tengan problemas para tranquilizarse cuando se encuentren alterados.

Como ejemplo de ello es que si en una experiencia emocional como puede ser un examen para el niño, los padres aporten consejos para que el niño alcance lo más posible la tranquilidad, así para cuando se encuentre en esta situación nuevamente, es probable que comience a desarrollar fortaleza en su configuración emocional recordando lo importante de mantener la calma y no centrar la atención en errores o pensamientos negativos, así al interiorizar podrá fungir como una base segura en un futuro e incluso ayudar o posibilitar un entorno óptimo para su aprendizaje. (Goleman, 2009)

Lo anterior nos hace pensar en la posibilidad que hay para que los padres y profesores puedan aportar y acompañar para desempeñar un papel bueno en el desarrollo que tienen las emociones en los jóvenes y las relaciones con los demás. Incluso si se quiere un desarrollo óptimo para la parte escolar puede depender de la capacidad del estudiante para mantener interacciones sociales positivas fuera y dentro del ámbito, comunicarse de manera eficaz y resolver cualquier conflicto no en una forma violenta. Esto solo puede traer grandes beneficios, ya que el desarrollo de las habilidades mencionadas pueden apoyar la toma de decisiones correctas, ser más empáticos con todo nuestro alrededor y sobre todo a ser más optimistas frente a aquellos contratiempos y situaciones inesperadas.

Concluyendo el apartado, mencionaremos las connotaciones esenciales en las emociones desarrolladas por (CASEL) una organización que se centra en el uso del aprendizaje social y emocional como parte esencial de la educación. El cual propone cinco grupos básicos de habilidades o aptitudes que construyen la inteligencia emocional y que pueden cultivarse sistemáticamente en casa y en la escuela, aquellos son los siguientes:

◆Autoconciencia: identificar los pensamientos, los sentimientos y la fortaleza de cada uno, y notar cómo influyen en las decisiones y las acciones.

◆Autoconciencia social: identificar y comprender los pensamientos y los sentimientos de los demás desarrollando la empatía, y ser capaz de adoptar el punto de vista de otros.

◆Autogestión: dominar las emociones para que faciliten la tarea que se está realizando y no interfieran en ella; establecer objetivos a corto y largo plazo; y hacer frente a los obstáculos que puedan aparecer.

◆Toma de decisiones responsable: generar, ejecutar y evaluar soluciones positivas e informadas a los problemas, y considerar las consecuencias a largo plazo de las acciones para uno mismo y para los demás.

◆Habilidades interpersonales: expresar rechazo a las presiones negativas de compañeros y trabajar para resolver conflictos con el objetivo de mantener unas relaciones sanas y gratificantes con los individuos y el grupo.

El texto reflexiona sobre los cinco puntos anteriores, los cuales dice que si se pueden llevar a cabo lo más que se pueda, entonces aquel que lo use podrá alcanzar con mayor probabilidad un estado de felicidad o estabilidad, pueden cobrar más confianza en sí mismos, pueden ser más competentes como estudiantes, miembros familiares, amigos y trabajadores, así como incrementar las mejoras en las relaciones interfamiliares e incluso disminuir la predisposición al acercamiento

con las drogas, el alcohol, la depresión o violencia, lo cual es una ganancia para la juventud, debido que es donde hay más crisis personales y en construcción o definición de aspectos. El finaliza diciendo que el aprendizaje social y emocional es como una póliza de seguros para una vida sana, positiva y satisfactoria (Bisquerra, R. 2012).

### 5.3 Familia y escuela como Institución.

Dentro de las instituciones se crean significaciones en los distintos niveles por lo cuales transita el sujeto, permitiendo así una construcción social de manera individual y colectiva, lo cual le permite significarse y construirse, posibilitando que en el transcurso de la vida se generen experiencias que dependiendo del contexto subjetivo del individuo le permitan identificar las de manera positiva o negativa, es por ello que profundizaremos en el concepto de institución con la intención de acercarnos al mundo de significaciones que los rodea.

Dicho lo anterior el concepto de instituciones se crea a partir de la unión de varias miradas y saberes, los cuales son dados por diversas instancias como la familia, la salud y la religión que han sido estructurados a partir de referentes políticos, sociales y económicos dentro de contextos socio históricos determinados” (Montes y Brito, 2012).

De este modo las instituciones sociales poseen un carácter orientador para la acción que a través de las reglas, los sentidos y los valores, esto se traduce en las rutinas de comportamiento asociadas a una pertenencia institucional, donde los individuos desarrollan roles sociales que motivan ciertas pautas de conducta y/o actitudes, dichos roles y comportamiento se han modificado en este periodo de cuarentena en los jóvenes y en sus procesos de socialización, ya que han tenido que permanecer aislados tal es el caso de la escuela .

Por ello que comenzaremos por dilucidar en primera instancia el concepto que Castoriadis alude como *Institución* la cual permite al hombre *humanizarse* ya que dentro de cualquier sociedad se van estableciendo formas de creación social, donde se pueden encontrar un lenguaje, sus significaciones, la religión, el poder, es decir, todo lo que lo constituye en una sociedad dada. (Castoriadis, 2002), ya que cuando nace el hombre es un ser deshumanizado que cuenta con meros instintos que se relaciona con su ambiente, lo que quiere decir que el proceso en que se vuelve hombre se da en una interrelación con el entorno natural y a su vez social por la inmensa cantidad de significados (Berger, 1989).

Guiándonos sobre esta línea, (Castoriadis, C. 1999) la institución nos humaniza y por ende el hombre puede ser formado por parte de la institución, pues bien, dentro de cualquier sociedad se van estableciendo formas de creación social, en la que el individuo se desarrolla, y comprende la manera en la que funciona o cómo funciona. El hombre no podría funcionar o trascender si no hay institución, para lo que castoriadis señala que, en cualquier lugar la institucionalización está presente, porque esta provee el sentido de los individuos que están dentro de ella, sea cual sea, hay una delimitación y una marca para cada sociedad, hay una institución dada, la institución brinda sentido para ser funcional.

De esta forma institución, entonces, no sólo proveen sentido a los individuos socializados, sino que además, brinda los recursos para construir ese sentido para ellos mismos, llevando esto a una lógica instrumental o funcional, el individuo entonces es también una institución, ya que éste crea significaciones para dar sentido a su vida social, asimismo la sociedad crea lo que él es, puesto que la creación del sujeto se basa en la premisa de someterse a un entramado social así como la manera en cómo éste se representa dentro de ella y cómo se desenvuelve dentro de sus prácticas.

*"La institución provee [.. ] el sentido a los individuos socializados [...] Les brinda los recursos para construir ese sentido para ellos mismos, se lleva a cabo esta tarea*

*restaurante en el nivel social, una lógica instrumental y funcional [...] "* (Castoriadis, 2002)

Es decir, las instituciones constituyen un entramado complejo ya que sin ellas la sociedad no podría existir ya que la institucionalización provee el sentido de los individuos que están dentro de ella, es decir que dentro de la institución está de por medio el deseo de la especie humana por significar y dar sentido a todo dentro de la sociedad, es por ello que a cada acto, evento, situación, va de por medio la significación propia, porque estamos atravesados por una institución, por aquello que nos hizo significar todo lo que se puede conocer, la mente requiere darle significado porque estamos regidos por una parte instituida y ya establecida.

Este elemento conforma lo que se define como *la institución primera de la sociedad*, en donde también, la sociedad se crea otorgándole instituciones animadas por significaciones sociales específicas Castoriadis plantea que en la socialización primaria es donde “la sociedad, la identidad y la realidad se cristalizan subjetivamente en el mismo proceso de internalización. Esta cristalización se corresponde con la internalización del lenguaje” (Castoriadis, 1985), es decir, la socialización primaria se vincula con el espacio íntimo familiar y se experimenta durante la infancia, etapa de vida en la que los niños se convierten en miembros de la sociedad a partir de un ejercicio de identificación y reconocimiento entre el mismo y los otros significantes; la institución primera, se articula a través de *las instituciones segundas*, que no significa que sean secundarias, éstas son de un modo abstracto y transhistóricas.

La socialización secundaria plantea la internalización de submundos institucionales o basados en instituciones. “Su alcance y su carácter se determinan, por la complejidad de la división del trabajo y la distribución social concomitante del conocimiento.” (Castoriadis, 1985). De esta manera la socialización secundaria se relaciona con el espacio público y se consolida a partir de la relación con nuevos sectores del mundo social.



Estos dos procesos de socialización: primaria y secundaria, corresponden a dos espacios sociales diferenciados, así como también a dos etapas del desarrollo biológico del individuo que para Eugéne Enriquez tienen su finalidad en la colaboración con el mantenimiento o renovación de las fuerzas vivas de la comunidad que permite la capacidad de vivir, amar, trabajar, cambiar y tal vez crear el mundo a su imagen, siendo su finalidad de existencia, centrándose en relaciones humanas. (Castoriadis, 2002)

### 5.3.1 Familia

En base a ello la familia, la Iglesia, el Estado y la escuela son consideradas instituciones porque, de acuerdo al autor, plantean la aceptación del otro como sujeto pensante y autónomo con cada sujeto con quien mantiene relaciones afectivas y vínculos intelectuales, ya que somos nosotros mismos los pilares que sostienen las mismas herramientas que usa la institución para formarnos como sujetos, no podemos desunirnos de ella y mirarla por fuera, es por ello, que la institución familiar, por ser el primer medio de contacto entre el sujeto y la sociedad, es primordial, Castoriadis (2002) Menciona que "No puede haber sociedad que no asegure la reproducción y la socialización de la generación siguiente y la institución encargada de eso es la familia." de esta manera la familia es el núcleo de la sociedad, ya que es la encargada de poner las bases sólidas para que el individuo pueda integrarse a la sociedad mediante la creación de vínculos, a su vez tiene una función de sostén a través de amor, protección, compañía y seguridad.

### 5.3.2 Escuela

En el caso particular de la escuela tiene fines positivos y útiles como la formación del hombre como un ser capaz de adquirir conocimiento de las cosas y pensar por sí mismos, además de que esos saberes parecen concentrarse en sectores que poseen condiciones económicas más ventajosas. Se hace referencia a la escuela como aquella que tiene la función de construir y distribuir el conocimiento, el cual debe ser valioso para el mercado laboral como para la socialización.

Comenius (citado por Sandes, 2012) reflexiona acerca de tres elementos fundamentales de la educación, debe empezar desde temprana edad, los jóvenes deben educarse partiendo del ejemplo del otro y por último se debe contar con la coeducación, concibiendo la institución escolar como la encargada de moldear la cabeza y conducta, a través de la organización y transmisión de un saber específico, reglamentos para someter conductas y los modos de ser que pueden ser inadecuados para la institución. De este modo la experiencia escolar se sitúa de manera individual que se desarrolla en relación al otro.

En concordancia con los autores citados, se entiende a la escuela como un agente de socialización e integración social que funciona como uno de los marcos en que se desarrolla la construcción de las subjetividades del sujeto dentro de un espacio cultural concreto, por el simple hecho objetivo del tiempo que pasa allí dentro. En su interior se establecen relaciones sociales de inclusión, exclusión e integración, que impactan directa o indirectamente en dicha subjetividad. Precisamente en relación a esto, Reguillo Cruz (2004) sentencia que la escuela es una de las instituciones que toman al adolescente como en una etapa intermedia, inacabada en el camino hacia "lo que vale".

Sin embargo, como se adelantó, más que hablar de escuela la pregunta es por la experiencia escolar. Cómo define Dubet (1996), la escuela es construida por los significados que le atribuyen quienes la transitan. Entendida así, la escuela es aquella que sus actores construyen al significarla, transitarla, experimentarla cotidianamente, atravesados por el dinamismo de las relaciones que allí se establecen. Esta construcción individual, se desarrolla en relación entre el otro y su interacción, pasando por un proceso, que está cargado de significados, tiendo así

un lugar en la formación de la propia personalidad. Esta construcción se da en una tensión entre el proceso que van desarrollando como sujetos en el que transitan o significan, acarreando lógicas de acción ajenas a la escuela, y las lógicas que el sistema educativo impone tiempos, modos de actuar, normas. De esta manera la institución escolar impone, no sólo particularidades en rastros de tradiciones históricas, si no también en la manera en que los profesores difundieron los conocimientos y los procesos sociales vividos por los jóvenes.

En este orden simbólico que los individuos mantienen en la relación con su contexto inmediato: hogar, trabajo, calle, etc; consideramos que la "Institución" no es sólo un elemento físico sino que perteneciente al terreno de lo simbólico y en manera que simboliza genera una experiencia . "Todo lo que se nos presenta a nosotros, en el mundo histórico-social, está indisolublemente tejido a lo simbólico" (Castoriadis, 1975), es decir que todo aquello que podríamos considerar social, está simbolizado.

## 5.4 "Ser joven"

La sociedad produce límites sociales para designar determinadas etapas de la vida en esta lógica "ser joven", por ello para fines de investigación abordaremos las distintas nociones sobre el concepto de juventud, ya que no sólo tiene que ver con un dato biológico, si no con un sentido socialmente creado, el cual se constituye desde distintas nociones que se encuentra en constante transformación, propiciando así una serie de cambios que forman experiencias en jóvenes no sólo de forma psicosocial, si no dentro de la significaciones que se generan a nivel institucional y personal.

Por ello antes de abordar la concepción de juventud debemos partir de la teoría de desarrollo psicosocial que plantea Erickson (1998) la cual identifica ocho etapas<sup>6</sup> por las cuales el individuo transita a lo largo de su vida, las cuales tienen como característica una crisis psicosocial, de dos fuerzas en conflicto.

---

<sup>6</sup> Ver anexo 2 *Etapas de desarrollo psicosocial*

Mediante esta teoría nos centraremos en la quinta etapa *identidad vs confusión*, teniendo en cuenta que en ella comienza la adolescencia con el establecimiento de una nueva etapa inicial con el mundo y con el advenimiento de la pubertad, es así que el sujeto comienza a formar su propia identidad y encontrando nuevas posibilidades, basándose en los resultados de sus experiencias. Con ella inicia la etapa del enamoramiento, que constituye un intento por llegar a una definición de la propia identidad, proyectando la propia imagen difusa en otra persona, logrando así que se refleje y se aclare gradualmente. Es el momento en que eligen a quién quieren parecerse y qué rol quieren desempeñar en la sociedad, por ello, la vida social adquiere un papel muy importante, es justo dentro de este desarrollo donde ubicamos a nuestra población de estudio ya que comienzan una etapa de vital trascendencia.

Debido a que la cultura produce límites sociales que designan de manera determinada las distintas etapas de la vida, podemos encontrar que la lógica "ser joven" no sólo tiene que ver con un dato biológico, sino con un sentido socialmente creado y asignado, es decir, no se ha sido joven de la misma manera en todas las épocas, ni puede significar lo mismo en distintas regiones. Comúnmente, el imaginario sobre el ser joven revestía a los sujetos en un rol de menores, donde no se le adjudicaba la capacidad de asumir responsabilidad legal y sumando la incapacidad de entender, actuar y ejercer el carácter de sujetos independientes. La adolescencia y juventud se entendieron como etapas de paso y transición, poco relevantes en sí mismas y solamente redituables como inversión social para el futuro de largo plazo.

Desde esta perspectiva debemos tener en claro las cuestiones referentes existentes sobre la juventud, ya que siguen muy presentes en el mundo académico y también en diferentes ámbitos. Sin embargo, el comprender el significado de "ser joven" en el contexto contemporáneo, es una tarea muy compleja, ya que está sujeto a estudios realizados desde diversos ámbitos como por ejemplo, el de las ciencias sociales, biológicas y políticas, por tal motivo; está constantemente en relación con la categoría adolescencia, ejemplo de esto lo podemos constatar en la definición

empleada por la (UNESCO, Organización de las Naciones Unidas), la cual refiere a la juventud como aquellas personas comprendidas entre las edades de 15 a 24 años (2016).

Mientras que para la CEPAL (Comisión Económica para América Latina y el Caribe, ECLAC en inglés) plantea que el límite inferior está relacionado con el desarrollo de las funciones sexuales y reproductivas esta sería la etapa inicial del periodo juvenil, alrededor de los 12 años y para el límite superior es el momento en donde los individuos llegan al cierre del ciclo educativo formal, ingresando al mercado de trabajo y la formación del hogar propio. Para ambas los criterios que toman en cuenta para conceptualizar la juventud se diferencian por una cuestión biológica, social y económica.

Dicho esto, el inicio tiene su límite en lo psicobiológico mientras la culminación deriva del aspecto cultural y económico, pero siempre hay que tener en cuenta los aspectos culturales y simbólicos que permean a los individuos, estos suelen ser cuatro variables: el género, clase social, escolaridad y la región de pertenencia. Tomando en cuenta estos criterios se da respuesta al porque se han cambiado las “edades” en diferentes organizaciones, en algunas se ha ampliado el rango de edad de los 10 a los 29 años, lo cual puede ser un problema porque en México dentro del marco legal se consideran “niños” a los menores de 18 años.

En este aspecto podemos observar una variabilidad, en los marcos que referencian a la edad, que caracterizan a la juventud en las diferentes culturas. Dicho lo anterior, las edades varían en diferentes contextos sociohistóricos debido a las propias manifestaciones de las experiencias, de los comportamientos, de las actitudes y de los discursos que caracterizan a los jóvenes.

Debido a esto se ha replanteado el término de juventud, en el texto “Culturas juveniles. Identidades transitorias” el autor José Manuel Valenzuela (1997) propone el proceso “conformación de identidades” desde la perspectiva donde, son los

jóvenes quienes en su relación subjetiva con sus pares se van identificando o integrando a grupos o comunidades (reales o virtuales) esto les permite construir su propia identidad. Por ello lo juvenil es; un *concepto relacional*, es decir, sólo adquiere sentido en un contexto social, históricamente construido, que se va resignificando en el contexto económico, político y social, es situacional, es representado, cambiante, se produce en lo cotidiano, se construye en las relaciones de poder y es transitoria.

Esta interpretación se puede vincular al concepto *culturas juveniles*, del autor Carles Feixa (1999), que se refiere a la manera en cómo las experiencias de los jóvenes, son expresadas colectivamente mediante la construcción de estilos de vida distintivos, localizados fundamentalmente en tiempos y/o espacios no "institucionalizados" ( ....)

Siguiendo la propuesta de la articulación social de las culturas juveniles, esta puede abordarse desde tres culturas; la hegemónica, la parental y la generacional. En la primera se refleja la relación que tienen los jóvenes con la cultura dominante que se media por varias instancias donde el poder se transmite como la escuela, ejército, medios de comunicación etc. Dentro de éstas los jóvenes establecerán relaciones contradictorias de integración y conflicto que cambiarán con el tiempo. Las culturas parentales, se consideran redes culturales, identidades étnicas y de clase. En ellas se establecen las normas de conducta y valores actuales del medio social de los jóvenes. Las relaciones no se limitan a padres-hijos, sino se incluyen las interacciones cotidianas entre personas de generaciones diferentes. Por último las culturas generacionales hacen referencia a la experiencia específica que se adquiere en los espacios institucionales, parentales y de ocio.

Podemos decir que estamos ante una recomposición de lo que significa "ser joven", en donde vemos que se reconstruye desde el aspecto institucional hacia el terreno de lo incorporado y actuado buscando a los jóvenes como actores sociales. La construcción cultural de la categoría "joven", al igual que otras "calificaciones" sociales (mujeres e indígenas, entre otros), se encuentra en fase aguda de

recomposición de los cambios que surgen e impactan la conceptualización de dicho término. Aunado a esto cabe mencionar, que vivimos una época de aceleración de los procesos, provocando una crisis en los sistemas para pensar y nombrar el mundo.

Evidentemente, la juventud se está transformando según el contexto actual en el que nos vemos, principalmente en dirección a una mayor complejidad, y heterogeneidad como características de los individuos que la conforman, puesto que la precipitación en su manera de socializar, estudiar e interactuar se ve sólo posibilitada. Los jóvenes tienen cada vez más acceso a la información a través de Internet y a las nuevas tecnologías, participan cada vez más en redes sociales que conectan personas de diferentes culturas y que permiten que compartan gustos, valores e ideas, influenciándose mutuamente de forma globalizada.

Con base en lo que se ha hablado de juventud, se debe resaltar el tema de las emociones, siendo estas las que desengancha ciertos comportamientos en este periodo, el cual se trata de etapas de grandes cambios, en las que se manifiestan emociones nuevas que provocan un desconocimiento interior, al no tener respuesta de lo que están sintiendo, en este caso, el impacto de la pandemia que los jóvenes están experimentando, al igual que las nuevas formas de socialización y de producción, se diferencia de los años anteriores, esto caracteriza las reacciones que nacen de las vivencias subjetivas, teniendo en cuenta que estas no son iguales para cada individuo, pero sí facilita el desarrollo o crecimiento, del joven a nivel emocional, esto caracteriza las reacciones que nacen de las vivencias subjetivas, teniendo en cuenta que estas no son iguales para cada individuo, pero sí facilita el desarrollo o crecimiento, del joven a nivel emocional.

## 5.5 Vínculo como necesidad humana.

En el caso de nuestra investigación el término de vínculo tiene gran relevancia ya que nos permitirá entender la interacción y relación que los estudiantes tienen con sus profesores y semejantes, en esta ocasión analizada desde la distancia, donde aun así se debe crear un espacio para que surjan relaciones interpersonales dentro del área de enseñanza, la cual se vio trastocado generando experiencias que repercutieron en el vínculo con su entorno. El vínculo, según John Bowlby (2002, citado por Martínez G. Carmen 2008), es parte de la relación institución primaria y sociedad, valiéndose de esta teoría de apego, podemos pensar en cómo el individuo logra superar lo vivido, siguiendo una línea de reflexión que no necesariamente está ligada a una cuestión de conocimiento, si no a simples normas de socializar y como en esta experiencia irrumpe la institución educativa con la social acortando una a la otra logrando en el individuo una identificación de desapego, ante la misma.

Considerando lo anterior y que este proceso se origina desde el nacimiento y está presente durante toda la vida, dimensionamos en demasía la importancia que tienen las interacciones con los demás y la formación de vínculos.

Ahora bien, debemos tomar en cuenta el vínculo como centro principal de lo que nos constituye; y la manera relacionarnos con los demás, repercutiendo en nuestra vida adulta. Es importante resaltarlo, porque es reflejo en las experiencias de la infancia, con las figuras parentales, las cuales pueden condicionar y/o definir las relaciones posteriores. Es por eso que dentro de este apartado entenderemos, que el vínculo es función propia de los seres humanos, siendo parte de un ciclo vital, así como oír, digerir, comunicar, e interactuar, la vinculación permite la sobrevivencia de la misma especie incluso de otros mamíferos más (Bowlby J & Miralles, 1986)

Como se mencionó, nuestra especie es capaz de poder llegar a funciones de apego, e incluso resulta impensable carecer de vínculos, para la continuidad de la



vida, y sin aquellas interrelaciones fundantes para la personalidad de cada sujeto (Allidière, N. 2004).

Ahora bien, ya entrando en materia, el vínculo es definido, por Riviere como: una *“estructura compleja entre una persona y un objeto y su mutua interrelación, que se acompaña de un proceso de comunicación y aprendizaje”* (citado en Jaroslavsky y Morosini, 2012) que se va desarrollando con la ayuda de ambientes y contextos en los que interactúa el individuo.

Por otra parte, desde Pichon Riviere hasta Noemi Allidiere, han escrito acerca de vínculos, y su implicación, en el desarrollo del sujeto, ya que en el campo psicoanalítico, se ha reconocido desde hace tiempo la importancia que tienen los vínculos en la vida. Desde la perspectiva de Allidiere (2004) nos explica que para ello es necesario que haya tiempo compartido con una figura principal que debe ser estable cuando se es niño, pudiendo ser la mamá en primer lugar, en segundo el papá o en su defecto, quien sea constante, representativo o significativo para él, con la relación que se genere entre estos dos es como se empezará a definir las posteriores vinculaciones, ya sea que se busque algo ausente con ese vínculo y quisiera encontrarse inconscientemente más adelante o incluso buscando lo mismo que se tuvo y se quisiera volver a repetir.

Es importante aclarar que el padre, quien es el segundo en establecer un vínculo con el niño, a la vez es quien ejerce un corte o separación con la madre, dejando un mensaje de que tiene que relacionarse con los demás y que no solo es mamá con quien debe relacionarse, dicho esto, podemos entender que el infante puede comenzar a construir relaciones con los demás, como pueden ser hermanos, tíos, primos, con quienes puede formar un vínculo de rivalidad y solidaridad que pueden representarse en futuras relaciones. Posteriormente se construirán los vínculos extra familiares, aquellos en los que pueden entrar los maestros y los amigos como segundo momento al presentarse en un espacio, como puede ser la escuela.

Mientras tanto, Riviere estudia al individuo en el texto "*Teoría del vínculo*", donde nos dice que el sujeto no es un ser aislado sino un ser inmerso en un grupo, en este caso la escuela. La teoría tiene como origen las relaciones de objeto (del psicoanálisis). Este término le da la pauta para analizar cómo el ser humano interactúa con el otro y la particularidad de cada relación que uno puede establecer y que va a ir construyendo estructuras que nombran *vínculos* (Riviere, 1980).

El vínculo configura una estructura dinámica en continuo movimiento que funciona impulsada por motivaciones psicológicas. Un tipo particular de relación con un algo o alguien da como resultado una conducta "determinada" con el mismo objeto, que tiende a repetirse tanto en la relación interna como en la relación externa con este. (Riviere, 1980) También podemos referirnos a tres dinamismos psíquicos como la proyección, identificación y transferencia afectiva (Allidieri, 2004). La proyección se refiere a una actividad psíquica inconsciente donde un sujeto atribuye, sea un objeto, persona o situación un afecto y/o deseo no solo por los roles o el lugar que ocupan sino también por formar parte de las relaciones interpersonales de este. La identificación, es un proceso inconsciente en la que la persona se apropia de una cualidad de otro y puede modificar su personalidad de acuerdo a este atributo y por último; la transferencia afectiva, la cual se pone en juego en un vínculo a través de la compulsión a la repetición y es así como permitirá que exista una reactualización inconsciente en relación a la peculiaridad del afecto de los primeros vínculos significativos.

Es decir, se establece una relación con una persona ajena a nosotros, segundo, hay una relación con la fantasía inconsciente que se forma y proyecta para y en la persona (Riviere 1980), también se proyectan los afectos y se identifica con características que le son relevantes para uno mismo. Por lo cual podemos decir que el vínculo no sólo envuelve un componente sino que se suma tanto la *esfera emocional* como *cognitiva* y *conductual*, que se modifican mediante la interacción.

### 5.5.1 Relación intergeneracional *profesor y alumno*

Conforme a la teoría expresada retomaremos con mayor trascendencia el vínculo “pedagógico” que se establece en la relación del alumno con el profesorado, porque creemos que es de vital importancia la relación que pudo surgir y cambiar durante la comunicación virtual y como esta pudo generar un cambio en la concepción que se tiene de dicha relación. Este vínculo se constituye por una asimetría, constituida por roles diferenciados que las instituciones educativas asigna a cada uno de los actores y que desde lo singular estarán atravesados por las representaciones inconscientes.

Anteriormente, ambos interactuaban un espacio en común, en este caso la escuela, actualmente el sistema educativo paso a lo *digitalización*, haciendo que la escuela como institución y espacio viva y sufra en los últimos meses a consecuencia de la pandemia, un desplazamiento desde su lugar físico propio, reconocible y acotado, hacia la casa - hogar - escuela - trabajo que ha quedado desbordada y colapsada por la aglomeración de actividades en un solo espacio.

Recapitulando, la existencia de vínculos se debe principalmente a nuestra capacidad de comunicación que es el medio a través del cual establecemos contacto con otros y para que se establezca una buena comunicación entre dos sujetos, ambos deben asumir el rol que el otro le adjudica. El rol es una función particular que el sujeto intenta hacer llegar al otro. En la vida siempre asumimos roles y adjudicamos roles a los demás y asumimos varios al mismo tiempo, se establece un interjuego permanente entre el asumir y el adjudicar. Todas las relaciones interpersonales en un grupo social, en una familia, escuela etc., están regidas por un interjuego permanente de roles asumidos y adjudicados.

## 5.6 “Afrontamiento emocional durante el duelo”

La situación actual en México se ha visto afectada por la pandemia en distintos ámbitos, ya que tenemos que trabajar en la distancia para sacar adelante los

estudios y el trabajo de algunos que en ocasiones no pueden parar. Esto significó un cambio inesperado que a muchos nos tomó por sorpresa, estos tuvieron un fuerte impacto en la dinámica social por lo que los estudiantes emprendieron una transformación y adaptación de manera abrupta, ejemplo de esto fue la prohibición de asistir a los lugares donde se ofrecía aprendizajes e intercambios sociales, los cuales posibilitaron los vínculos afectivos y experiencias interpersonales, por ello, para algunos ha significado un fuerte golpe a la vida cotidiana porque ha producido varias pérdidas en las personas, desde la forma de vivir "normal" hasta la muerte de un familiar, un amigo o un conocido.

Por lo cual, hizo que profundicemos sobre esta experiencia debido a que los estudiantes pudieron perder parte su vida social o de intercambio en el espacio escolar que se ha visto interrumpida por la pandemia. En este sentido de pérdida creemos que se han ocasionado procesos de duelo, lo cual inclina a conocer un poco más acerca de lo que nos dicen algunos autores sobre este tema.

Comenzamos por dilucidar que el duelo no es un trastorno ni enfermedad, lo consideramos como un conjunto de *procesos de adaptación* que tiene que transcurrir un sujeto cuando atraviesa una pérdida o bien conlleva una desviación de la conducta "normal" de la vida, pero esto es algo que a nadie le llama la atención y lo consideran como "normal" y cotidiano, por esto no considerarían como enfermo a alguien que está atravesando un duelo, si no que se piensa que después de cierto tiempo esto va a quedar superado y la persona volverá a la normalidad.

Comenzamos con Bowlby (1998) quien lo define como "todos aquellos procesos psicológicos, consciente e inconsciente, que la pérdida de una persona amada pone en marcha, cualquiera que sea el resultado", es decir, se requiere de múltiples procesos que se pondrán en juego en las situaciones de pérdida, que se elaboran para poder llegar a la adaptación y así poder lograr tener una vida como fue antes del suceso que nos llevó a la pérdida. Mientras tanto, Freud (1917) menciona que el duelo es, por regla general, la reacción frente a la pérdida de una persona amada o

de una abstracción de algo que es significativo para el sujeto, como la patria, la libertad o un ideal.

Es común que al hablar de duelo, inmediatamente nos remitimos a la pérdida de un ser amado pero no solo se vive cuando hay una pérdida de un ser querido, también puede ser cuando se cierra un ciclo, incluso se vive un duelo cuando se ha perdido algo que tiene valor significativo para nosotros (Bermejo, 2014), por lo tanto, es un proceso normal, cuya experiencia todos vivimos cuando perdemos algo o alguien.

Ante un duelo, el hombre presenta diversas reacciones en diversos ámbitos como el emocional, físico y cognitivo principalmente. Estas pueden ser muy diferentes en cada uno y puede depender de diversos factores entre ellos la cultura, la manera en que sucedió el hecho, la relación que se tenía con la persona u objeto, por ejemplo, no es lo mismo perder a un padre que perder a un hijo, existen múltiples diferencias (Bermejo. 2014).

El duelo se caracteriza por una intranquilidad y tristeza profundamente dolorosa, hay una pérdida de interés por el mundo exterior, una pérdida por la capacidad de amar, una inhibe toda productividad (Freud,1917), en el ámbito emocional podemos observar manifestaciones de sentimientos como la ira, dolor, tristeza, impotencia, sensación de abandono, culpa y vacío principalmente, los cuales pueden manifestarse de distinta intensidad. Así también Bowlby menciona algo muy importante dentro de los extremos sobre la amenaza de pérdida, puesto que esta pudiera provocar ansiedad, mientras que la pérdida real causa pena y el resultado de estas dos puede derivar en la ira.

Para cada uno de estos sentimientos es necesario un mecanismo de expresión porque permitirá al sujeto ir transitando en el proceso de aceptación mientras va “aliviando” las emociones que experimenta y comprender que son totalmente normales siempre y cuando no dañe a los demás o uno mismo.

Por otro lado, en el ámbito físico, nos encontramos con las molestias que puede presentar el sujeto que atraviesa un duelo, entre las manifestaciones que se puede experimentar es dolor corporal, pérdida de peso, llanto, disnea, alteraciones en el sueño y pérdida de apetito (Cabodevilla, 2007). Este <<duelo del cuerpo>> (Pangrazzi, 1993) debe ser escuchado y movido porque si no se presta la debida atención puede derivar en enfermedades psíquicas o físicas. Por último, el ámbito cognitivo, se dan dificultades en procesos mentales como la atención, concentración y falta de interés, que le impiden al sujeto continuar con su desempeño.

El duelo es una pérdida, la pérdida siempre se da en cualquier cambio, sea éste positivo o negativo, porque la pérdida nos obliga a realizar modificaciones en nuestra manera de actuar, interactuar, en la forma de observar el mundo, en la forma de conducirnos, entre muchas otras posibilidades, por ello la pérdida requiere de un proceso de duelo.

Como todo proceso, Elizabeth Kubler-Ross (2017) en su libro *Sobre el duelo y su dolor* nos expone 5 etapas que forman parte del curso del duelo que servirán como “...instrumentos para ayudarnos a enmarcar e identificar lo que podemos estar sintiendo.” Las etapas no son un proceso lineal, puede existir un retroceso que en todo caso se originan por situaciones diversas que experimentará el doliente.

En primer plano está la *negación*, es descrito como un mecanismo que le permite al sujeto asimilar el suceso de una manera exabrupta. Nuestra mente no está preparada para asimilar repentinamente una falta o pérdida y solemos salir de la realidad, como un mecanismo de defensa del Yo para amortiguar nuestra psique.

Mientras tanto la *ira* se presenta ante las circunstancias o personas, incluso en uno mismo, porque creemos que esas personas tienen un papel en lo que pasó y que pudieron hacer algo para evitar el suceso aunque no sea cierto. Estamos acostumbrados a contener la ira porque los que nos rodean creen que es excesivo e inoportuno porque temen de ella.

Por otro lado en la negociación nos encontramos en la modificación de los acontecimientos pasados mientras inspeccionamos otras realidades sobre lo que pudimos hacer y no se hizo. Entramos en una situación de realidad porque empezamos a darnos cuenta que ese suceso de pérdida si sucedió y negociamos mirando e intentando cambiar el pasado y paulatinamente nos dirigimos al futuro, pegado a la realidad con la intención de poder cambiar el hecho.

La depresión es una respuesta adecuada y una etapa crucial para superar el duelo porque aquí las personas suelen vivir solas su pérdida, sienten y viven el dolor como una nube negra que los persigue y los debilita cada día más. Están en la lucha de aceptar que la situación es real, la pérdida es irreparable y la vida no puede continuar igual que antes del suceso. Ya por último la aceptación, etapa en que admitimos que la pérdida sucedió y es irreparable. Podemos empezar a ver que la vida tiene un grado de disfrute y comenzaremos a tener un curso sin que la pérdida interfiera en nuestra vida social y personal.

En conclusión, el duelo permite afrontar las pérdidas de la vida que no podemos evitar ya sea en cualquier etapa de la vida, sus etapas no se presentan en un proceso lineal, de manera que las dificultades que el duelo conlleva se pueden vivenciar de distinta manera. Es indispensable para la superación de un duelo, que el sujeto exprese tal como vive y siente sus emociones, sin censuras y por horribles que le parezcan, debe dejarles espacio para liberarse de ellos a través de expresiones comunicativas. La expresión de las emociones presentes durante el duelo exige que este alguien para escucharnos, se convierta en una tarea necesaria para la elaboración y superación del duelo, para así tener un bienestar emocional y salud mental.

## 6. Metodología cualitativa

La metodología cualitativa es descrita como el medio para realizar una investigación sistemática que nos permite obtener datos descriptivos que pueden ser interpretados a significados, además de ser un medio que nos permite el

acercamiento con los sujetos y lo real (Taylor y Bogdan, 1987). Su propósito consiste en “reconstruir” la realidad tal como la observan los sujetos pertenecientes a un sistema social. A menudo se considera holística, porque aprecia considerar el “todo” sin reducirlo al estudio de sus partes (Hernández, Sampieri, 2014).

Los investigadores cualitativos buscan comprender al sujeto mediante la propia perspectiva que este tiene, a través de los significados e interpretaciones que se originan en la experiencia (Taylor y Bogdan, 1987). Al mismo tiempo un alcance descriptivo que permite dar a conocer los datos obtenidos mediante diversas técnicas como la entrevista individual y/o grupal, así como también su observación (Hernández, Sampieri, 2014).

Esto nos permite investigar cualquier escenario o sujeto, ya que puede ser digno de estudio por sus similitudes y a la vez por su peculiaridad, es decir, similares en el sentido en que un escenario o grupo de personas pueden encontrar procesos sociales de tipo general y a la vez sus experiencia puede ser particular, puesto que permite el acercamiento a alguna problemática social (Taylor y Bogdan, 1987).

Por ese motivo, en esta investigación decidimos emplear la metodología cualitativa considerando que se basa en la comprensión del sujeto de estudio, en este caso jóvenes estudiantes, así como las significaciones e interpretaciones que tenga el sujeto sobre sus experiencias y emociones.

Por lo tanto, nos permite entender los fenómenos sociales desde una experiencia tanto individual como colectiva, que al mismo tiempo se puede manifestar en el sujeto de manera consciente e inconsciente a través de todo acto, palabra, discurso, acción, etc. (Berríos, Omaira G.; Briceño de Gómez, María Ysabel, 2009). Nos enfocamos en un nivel descriptivo porque brinda la posibilidad de conocer las perspectivas y experiencias personales de los participantes en detalle y con descripciones profundas de los fenómenos (Patton, 1990).



## 6.1 Técnica de grupo focal

Dentro de este tipo de metodología cualitativa existen diversos métodos o técnicas que son útiles para recoger información, una de las técnicas utilizadas para esta investigación fue el *grupo focal*, porque permite adentrarnos en las experiencias de los estudiantes de nivel medio superior.

Dicha técnica es sensible y útil para indagar en las emociones, conocimientos, experiencias, actitudes, sentimientos y creencias de los sujetos en el ambiente de interacción. Esto permite analizar cómo una persona piensa y que origina su manera de pensar.

Debido a ello los grupos focales son los más indicados para analizar cómo se desarrollan y operan las ideas en un determinado contexto cultural, en este caso, permitirá conocer las experiencias de jóvenes, su sentir a partir de la “nueva” dinámica de estudio, puesto que también permiten obtener una multiplicidad de miradas y procesos emocionales dentro del contexto del grupo”. (Gibb, 1997. citado por Bonilla 2017) Es decir, se puede tener diversas perspectivas en virtud de la particularidad que el investigador tiene para recolectar las diversas opiniones de sus participantes, esta técnica privilegia el habla y su interés consiste en percibir la forma de pensar, sentir y vivir de los individuos que conforman el grupo.

Los grupos focales se llevan a cabo alrededor del tema propuesto por el investigador, el cual se enfoca en una temática. Su estructura estará “determinada” por una guía de preguntas abiertas enfocadas al tema central de cada sesión necesarias para seguir una “lógica” en la consecución del tema central, también se espera elegir a los participantes pertenecientes de un mismo grupo y sea homogéneo. (Hamui, 2013)

Este procedimiento de *Grupo focal*, permite a los participantes expresar libremente su opinión sobre diferentes aspectos de interés en un ambiente abierto para el libre intercambio de ideas. Dada la situación que atravesamos, nos pone como reto “adaptar” un espacio de manera virtual el cual genere un intercambio de

experiencias para así mantener una eficaz interacción. Es por ello que las entrevistas se realizaron a través de la plataforma *ZOOM* la cual permite realizar conferencias virtuales, donde los participantes y los entrevistadores tienen la posibilidad de interactuar virtualmente de manera visual, auditiva y textual.

## 6.2 Técnica de análisis

Nuestro análisis comienza por la identificación de temas acorde a nuestra pregunta de investigación, con esos temas se procedió a segmentar y codificar cada una de las entrevistas asignando etiquetas, des-contextualizamos los datos, que pueden ser palabras claves del informante, -palabras en vivo-; o palabras teóricas, basadas en los temas. La codificación es una manera de organizar los “datos brutos”, como transcripciones de entrevistas o notas de campo. Los códigos vinculan los diferentes segmentos de los datos con base en algún elemento o propiedad en común, a través de esto se crean las categorías. Al asignar estos códigos es una manera de identificar y re-acomodar los datos, que nos permite expandir, transformar y reconceptualizar éstos para abrir nuevos campos analíticos.

Tesch, propone un sistema de organización de datos, se basa en desarrollar pools de significación. Debemos identificar o construir los conceptos en base a la información previa, el marco teórico, la pregunta de investigación y datos, estos datos se deben agrupar en las categorías previamente establecidas.

Es importante releer los datos para identificar su relación con las categorías. Nuestro trabajo analítico radica en cuestionar los datos, explorarlos de manera sistemática para llegar al significado. Como en la codificación se des contextualizar los datos para el análisis se pide re-contextualizarlos y sean leídos con facilidad.

## 6.3 Descripción del campo de investigación.

Debido a las medidas de seguridad que el gobierno mexicano implementó, tuvimos que ajustar radicalmente la técnica de investigación, aún sabiendo de las limitaciones que se podrían presentar en la realización del trabajo de campo, como

puede ser: una conexión inestable a la red, la falta de acceso a las plataformas o a un dispositivo electrónico.

A partir de ello nos dimos a la tarea de realizar una convocatoria valiéndonos de una herramienta visual (vídeo), la cual invitaba a jóvenes estudiantes del nivel medio superior, residentes de la Ciudad de México a conectarse a una reunión por medio de la plataforma ZOOM, proponiéndoles un espacio de “escucha virtual” en el cual los jóvenes se sientan cómodos, pueden expresarse libremente y les permita desenvolverse para contarnos sus experiencias y sientan que son escuchados, esto como una manera de retribución para los participantes de esta actividad.

Posteriormente, cuando tuvimos la confirmación de su participación, nos encargamos de preparar las 4 sesiones programadas, enfocadas a dar respuesta a los objetivos específicos de la investigación.

#### 6.4 Cronograma de actividades para el trabajo de campo.

### **SESIÓN 1**

- **Encuadre** (Objetivo de la sesión, número de sesiones, horario, tiempo estimado de duración de la sesión y dinámica de inicio.)

**Dinámica:** “Conocernos”- ronda de preguntas informales para conocernos.

**Tema: Experiencia y perspectivas** (Covid-19)

Para esta sesión decidimos iniciar con preguntas que permitieran expresar desde su perspectiva cómo han vivenciado la situación de la pandemia, haciendo énfasis en los cambios en su vida cotidiana que ha propiciado esta medida social y de salud, mediante una plática guiada con cuestiones que partían de lo general a lo particular, con la finalidad de acercarnos a la experiencia de un estudiante en esta nueva modalidad de confinamiento, así como dar la bienvenida a un espacio con ideas y personas en común que les permitiera hablar de su experiencia.

En su experiencia, ¿Cómo han vivido la pandemia/cuarentena?

Y en su vida cotidiana, ¿Qué cambios ha tenido?

¿Qué han sustituido de su vida anterior a la de confinamiento?

¿Ha traído cambios en su manera de estudiar?

Ese cambio (Clases *online*) hablando de ventajas/ desventajas, para ustedes ¿cuáles serían?

¿Factores que imposibilitan el aprendizaje de esta nueva modalidad de estudio? /  
¿Podrían mencionar algunas complicaciones que han tenido durante el transcurso de su periodo escolar en esta pandemia?

Si tuvieran que hacer observaciones sobre esta nueva modalidad de estudio ¿Qué cambiarían? /¿Qué implementarían?/¿Qué observaciones harían?

En cuanto a las plataformas digitales y su funcionamiento, ¿qué pueden opinar sobre eso? Ya que han servido de apoyo de esta pandemia.

¿Cómo describirían esta experiencia de clases virtuales?

## **SESIÓN 2**

### **Tema: Problemas y necesidades (emociones)**

En esta sesión abordamos específicamente las emociones que surgieron en ellos a lo largo de la pandemia cursando clases a distancia, así como de qué manera fueron exteriorizadas, con la finalidad de entender si es que estos ayudaron u obstaculizaron alguna situación de su vida escolar o personal. Se planeó hacer una actividad que rompiera con la idea de seguir con un guión de preguntas y así amenizar el espacio pensado para ellos y su expresión de ideas, continuando después con una plática que se guiara con el objetivo de esta sesión que fue acerca de los problemas y necesidad en cuanto a las emociones vivenciadas.

### **Dinámica: “Rasgar la hoja” (segunda opción “Tapa caritas”)**

Consigna para la actividad: en cada pregunta lo que te haya pasado y hayas hecho romperán un pedazo de la hoja

- Cuántos tuvieron una linda semana
- A cuántos les gustó la modalidad de clases virtual/ por que si te gusto/ por qué no.
- Quién ya se aburrió de estar en casa / por qué
- Quién se estresa por tener tanta tarea
- Le damos importancia a nuestras emociones
- Nuestras emociones juegan un papel importante en el día a día
- Sabemos expresar nuestras emociones
- Te has sentido triste durante este tiempo de confinamiento
- Te has sentido enojado/enojada estos días / qué cosas te hacen enojar

Termina dinámica anterior y comienza la sesión guiada al tema

¿Qué emociones han surgido a partir de cómo viven la modalidad de “clases virtuales”?

¿Qué cosas han influido para experimentar emociones (ya sea positivas o negativas) por ejemplo: Ira, odio, alegría, miedo, confianza, tristeza, asco, sorpresa?

¿Qué emociones han obstaculizado su vida escolar?

¿Qué emociones han favorecido su vida escolar?

¿Han tenido un aprendizaje en cuanto a sus emociones?

¿Qué hacen para sentirse mejor?

De manera general, no solo escolar podrían hablar de ¿cómo ha sido su vida emocional a lo largo del confinamiento?

¿Dirías que toda esta experiencia alrededor de la pandemia y clases virtuales ha repercutido con más peso en las emociones o crees que en otro aspecto?

### **SESIÓN 3**

#### **Tema: Relación con el profesorado**

Dentro de esta sesión se indagó a través de la voz de los jóvenes cómo era la relación profesor- alumno, trabajando parcialmente con los estudiantes en esta pandemia al tener las clases virtuales con el propósito de conocer cómo esta relación ayudaba o perjudicaba el aprendizaje de manera escolar y emocional, también se abordó el tema de los medios digitales y la reflexión que dieron sobre el

uso de estos en sus maestros. La sesión se dio a través de una plática guiada con preguntas específicas sobre el tema.

¿Cómo notaron a sus maestros al utilizar/aplicar estos nuevos métodos de trabajo?

¿Qué implicaciones favorecen u obstaculizan los procesos educativos?

¿Qué papel toman los maestros ante la situación?

Complicaciones que han tenido en el semestre

## **SESIÓN 4**

### **Tema: Recopilación y devolución de las sesiones anteriores**

En esta última sesión, quisimos darle un cierre al trabajo de campo, mediante una presentación con diapositivas en la cual los jóvenes visualizaron una recopilación y énfasis de los temas que más se manifestaron a lo largo de las sesiones, como los procesos de pérdida, la contención al querer decir algo, confusión entre emoción y sentimiento, “el aprendizaje no es la prioridad”, “no se habla del futuro”, falta de comunicación entre alumno - profesor y el proceso de adaptación, temas que nos sirvieron para dar una breve reflexión del equipo de investigación para los jóvenes.

## **7. Análisis**

A continuación el análisis trata de exponer los elementos obtenidos durante las entrevistas con los jóvenes y su experiencia emocional ante el cambio de clases virtuales derivado del confinamiento. Este está organizado a través de categorías por temáticas que sobresalen a lo largo de su discurso, se encuentran por orden de relevancia, dejando en primer lugar nuestro objetivo principal que es analizar la experiencia emocional, como siguiente objetivo la repercusión que pueden tener las emociones en el proceso de aprendizaje de los jóvenes, continuando con el análisis del vínculo entre alumnos y profesores desde la perspectiva de los jóvenes y su

experiencia ante el cambio de modalidad educativa, como penúltimo apartado llevará por nombre jóvenes permeados por la institución, en donde vemos como ha cambiado la vida cotidiana y social de los jóvenes entrevistados y por último abordaremos el apartado de duelo como pérdida de clases presenciales, tema que surgió durante las entrevistas.

## 7.1 Experiencia emocional

### 7.1.1 Manejo o expresión de emociones.

Parte de la teoría sobre inteligencia emocional propone ciertos pasos a seguir para el desarrollo de aptitudes que puedan construir una inteligencia emocional más segura en cualquier persona. Basándonos en el conocimiento o ideas de ese tema podemos decir que los jóvenes no tienen el acompañamiento ideal para el conocimiento siquiera de las emociones y mucho menos una estabilidad o manejo al presentarse alguna de ellas.

*Belén: “a muchas personas en sí nos cuesta trabajo manejar nuestras emociones al cien por ciento y a veces se nos complica saberlas expresar de manera adecuada”*

*Galilea: “Soy mucho de no demostrar emociones que no sean felicidad y alegría porque siento que mi familia es mucho a la idea que tienen de mí entonces prefiero guardarme ya sea la tristeza que tenga o el enojo y no sé expresarlos precisamente por lo mismo”*

*Belén: “nuestra familia está de cierto modo acostumbrada a algo y a veces nos cuesta como expresar la parte negativa o no feliz de nosotros porque incluso nosotros estamos acostumbrados a vernos de una forma y al momento de querer expresarnos nos cuesta o se nos complica pero creo que también tiene que ver con nuestro entorno, no solo familiar, sino también social, en muchas ocasiones nos dicen que expresar miedo, expresar enojo o tristeza está mal o no es el adecuado o es porque no tienes la capacidad suficiente para realizar las cosas, entonces de cierto modo nos vemos limitados a expresar no lo que realmente sentimos o queremos por el miedo al rechazo a lo mejor a la crítica”*

*Galilea: “no solamente la familia influye sino también los amigos porque en mi caso estoy muy acostumbrada a que cuando hago amigos usualmente me dicen “es que eres muy amigable, eres muy alegre y eres muy feliz” entonces ahí es cuando digo, sí a lo mejor ven la parte no tan feliz, no tan alegre de mí a lo mejor ya no quieren ser mis amigos”*

*Galilea: “Para mí todavía sigue siendo muy complicado cuando estoy enojada con alguien que no es de mi familia y me diga algo que no me agrada mucho, en ese momento a lo mejor yo me siento muy enojada y no sé cómo decirle, sabes que, ahorita no me digas nada porque estoy enojada y no me quiero desquitar contigo”*

En los anteriores discursos es evidente la falta de orientación sobre el tema y creemos que en pocos espacios de desarrollo para los sujetos es tomado en cuenta la inteligencia emocional o en su defecto una propuesta que ayude en el manejo emocional, además de una construcción social poco empática sobre las emociones y carencia cultural de cómo hablar de ellas. Como bien lo menciona Goleman (2009) en primer lugar debería haber una autoconciencia, es decir, identificar los pensamientos, los sentimientos y la fortaleza de cada uno, y notar cómo influyen en las decisiones y las acciones, posteriormente cobrar una autoconciencia social en el que se va a identificar y comprender los pensamientos y los sentimientos de los demás desarrollando la empatía, y ser capaz de adoptar el punto de vista de otros. Estos pasos podrían ser de los primeros para empezar a desarrollar y lograr una empatía y así una comprensión para poder expresar de forma ideal las emociones.

Por otro lado, en la clasificación de emociones como buenas o malas, tendríamos que decir que una parte media entre estas dos, obviamente emergen las emociones neutras, aquellas que no producen reacciones ni agradables ni desagradables, y tienen como finalidad el facilitar la aparición de posteriores estados emocionales. Como bien lo dijeron en su discurso:

*Galilea: "Fue un poco de tristeza, no al cien por ciento porque también hubo momentos divertidos dentro de mi casa entonces no me la pase triste en todo momento, en mi casa no fue ni mal ni bien, digamos que hubo momentos de ambas situaciones o de ambas emociones, tristeza, alegría, melancolía y estrés".*

*Juan: "Pienso que hay un equilibrio entre alegría, tristeza y enojo por el hecho de que a veces al salir no podemos entrar a muchos lugares, a muchas tiendas de autoservicio; alegría porque nos ha hecho de alguna manera unimos, son muchas familias las que están en sus casas todo el día, de alguna manera las une, yo pienso que hay un equilibrio de esas tres emociones que serían alegría, tristeza y enojo".*

A pesar de que en un inicio se maneja como una situación neutra, si nos fijamos en ambos discursos, solo es tomado como emoción positiva a la alegría, por otro lado abarcando en su totalidad las emociones y sentimientos negativos, como lo mencionan, tristeza, melancolía y estrés, dejando ver que su experiencia fue más mala que buena en beneficio para ellos y no tan neutral como quieren darnos a entender.



### 7.1.2 Emociones con un fin positivo.

A pesar de que no todo pintaba bien, también hubo comentarios positivos dentro de todo el caos, como en todo hay elementos que se pueden rescatar y aprender de ellos.

*Juan: "al estar aquí en casa pues como que tenemos más tiempo para encontrarnos a nosotros mismos y al mismo tiempo encontrar nuestras emociones. La verdad al estar aquí me he sentido más tranquilo y también regular muchas emociones, como el enojo o la felicidad"*

Como bien lo dice los autores Fernández Abascal, Martín y Domínguez (2001) las emociones positivas son aquellas que implican sentimientos agradables, valoración de la situación como beneficiosa, y movilizan escasos recursos para su afrontamiento, se experimentan ante acontecimientos que son valorados como un progreso hacia los objetivos personales, en este caso la pandemia y el atravesamiento escolar fungieron como el acontecimiento importante para trascender en el aspecto emocional.

*Galilea: "siento que sí puedo decir que estoy contenta, en tener mi espacio, estar más unido a mi familia, de poder tener cosas más importantes con mi mamá".*

Los lazos familiares y sobre todo los consanguíneos pudieron consolidarse o conocerse aún mejor a pesar de ser una situación difícil, pasar más tiempo y por consecuencia más experiencias hizo que las emociones positivas salieran a flote, estas emociones al igual que las negativas, son básicamente asegurar la supervivencia y progresar hacia el bienestar. La supervivencia y el bienestar tienen una dimensión personal y social (Fernández-Abascal, Martín y Domínguez (2001). Es decir, no solamente para sí mismos, sino también para las personas queridas; en este sentido se puede extender a la humanidad entera, estas emociones son agradables y proporcionan disfrute y bienestar. Obviamente que lo ideal en estos casos es lograr la empatía y poder crear lazos más fuertes entre los semejantes.

### 7.1.3 La experiencia emocional dentro del ámbito escolar

Contrastando lo anterior, recordemos que la emergencia sanitaria estuvo rodeando a los jóvenes, así como el aspecto escolar, el cual fue un elemento importante dentro del contexto en el tema. Fue cuando nos preguntamos qué posibilidad hay para que los padres y profesores puedan aportar y acompañar para desempeñar un papel bueno en el desarrollo que tienen las emociones en los jóvenes y las relaciones con los demás. Hablando incluso de un desarrollo óptimo para la parte escolar esto puede depender de la capacidad del estudiante para mantener interacciones sociales positivas fuera y dentro del ámbito, comunicarse de manera eficaz y resolver cualquier conflicto no en una forma violenta (Goleman 2009).

Es así que seguido de aquellas emociones que aparecieron por los procesos de adaptación, ahora saltan a la luz las emociones negativas que influyen en su mayoría como ya lo mencionamos en situaciones escolares.

*Galilea: "La frustración la compartimos, enojo porque -suspira- eran complicadas las clases, los trabajos, los maestros, el tratar con las personas"*

Logramos notar que los jóvenes hablaban mucho sobre frustración como sentimiento y enojo como emoción debido a la situación que limita muchos aspectos a los que se estaba acostumbrado. La modificación dentro de las relaciones o medidas que se llevaban a cabo presencialmente se tuvieron que olvidar y tratar o estar en un proceso de encontrar la forma para adecuarse y así estar más cerca de lo que antes era el trato escolar o todo lo referente a ello.

*Belén: "era frustrante y muy estresante quedar en acuerdo tanto con compañeros como con maestros"*

Así como la falta de estrategias para adecuarse al nuevo sistema en distancia, también se notó el añoro por un espacio como la escuela, en el que para ellos posiblemente habían apropiado la forma de intercambio con los otros:

*Belén: "Sentí mucha nostalgia y tristeza porque prácticamente ya no regresé a la escuela en el último año".*

*Galilea: "Tuve mucha frustración, tristeza, enojo, melancolía y cosas así y pues se me arruinaron algunos proyectos"*

*Galilea: "Es como nostalgia saber que no voy a regresar a la escuela, es triste y muy frustrante el hecho de que en cierta manera la pandemia arruinó algunos de mis planes, entonces asumí la realidad de la pandemia"*

Claramente pudimos ver que las emociones negativas Fernández-Abascal, Martín y Domínguez (2001) implican sentimientos desagradables, formas de amenaza, frustración o retraso de un objetivo o conflicto entre objetivos, incluyen miedo, ira, ansiedad, tristeza, culpa, etc, vienen como resultado de una evaluación desfavorable respecto a los propios objetivos, así como la valoración de la situación como dañina, pero olvidan la movilización de muchos recursos para su afrontamiento, el cual tiene un claro valor en la adaptación al entorno y la supervivencia, lo cual solo interpreta que más que un buen aprendizaje de lo vivenciado, casi siempre se mira hacia el constante reproche y desaprobación en la mayoría de los momentos, dejando de lado aquello que contribuye en buena manera una emoción negativa.

Algo que constantemente estaba causando enojo en ellos, fue la falta de empatía por parte de los maestros hacia ellos, ya que solo se limitaban a mandar los trabajos o tareas a realizar y no había un proceso de comunicación adecuado para eso, complicando emocionalmente la relación profesor- alumno.

*-Durante una actividad que realizamos- Mariana: "la carita representa mucha frustración en el ámbito escolar, porque los maestros nos cargaban de mucho trabajo y no decían las indicaciones, luego era mucho trabajo para dos días, lo pedían hoy y lo querían en dos días, los exámenes eran un poco complicados y ni tiempo tenía de preguntar"*

*Galilea: "Nosotros nos tocó vivirlo desde cero, desde cómo comunicarte con maestros y compañeros"*

Al parecer su desarrollo escolar no fue el idóneo para los jóvenes y compañeros conocidos, ya que además de la tensión con los maestros, tareas y trabajos, estaba el tema económico como complicación y preocupación:

Belén: *“Creo que lo que imposibilitó un poco la forma de trabajar fue el hecho de que no estábamos acostumbrados, o sea como a todo el ambiente, en el ámbito familiar no todos tenemos el mismo ámbito familiar, en el ámbito económico pudo afectar porque hubo compañeros que se quedaron sin dinero entonces pues no es lo mismo concentrarse en una clase donde sabes que puedes comer al rato sin ningún problema a concentrarte en una clase donde no sabes si vas a poder comer, o si tus papás se quedarán sin trabajo y vas a tener que apoyarlos o si en medio de una pandemia tienes que buscar trabajo o cosas por el estilo, también tiene que ver el acceso a internet, los niños que tuvimos la oportunidad de tener una computadora cerca y el acceso a internet no tuvimos tanto problema para poder aprender, o entregar trabajos, no como los compañeros que tenían que salir a un café Internet o meterle crédito constantemente a su celular, no podían tomar ciertas fotos, descargar ciertas aplicaciones y eso era una limitante que tenían y esto obstaculiza el aprendizaje y el desarrollo”.*

#### 7.1.4 Comunicación influyente en las emociones durante el aprendizaje escolar.

La comunicación fue fundamental en la pandemia con todos aquellos con los que se tenía alguna relación escolar, ya que la deficiencia de este aspecto, causó la detonación de las emociones.

Belén: *“el hecho de estar trabajando constantemente y ser más difícil el comunicarte con tus compañeros o incluso con tus amigos, no con tus compañeros de clase, si no con los que se habían hecho tus amigos durante tu estancia, tu estadia en la prepa o en el cch pues te ponía un poquito más triste”*

Galilea: *“Al tratar con los maestros o con mis compañeros no nos podíamos poner de acuerdo, no entregamos las tareas como deberían de ser y nos regañaban, entonces precisamente en línea no se daban a entender muy bien y uno tampoco entendía bien que había que hacer, que había que entregar, a veces entregamos las tareas mal”.*

Solo hay que recordar que una de las funciones motivacionales de las emociones son aquellas reacciones que permiten actuar de manera más vigorosa dependiendo de la implicación, la intensidad y la “carga” emocional que se tenga en la situación. La emoción también puede motivar la ejecución de determinadas conductas, en primera instancia promueve la aparición de motivación en el individuo, para así mantener la dirección hacia el objetivo que se desea alcanzar y ajustando la intensidad con la que se realizan estas conductas motivadoras (Bizquerra, 2000) lo cual fue difícil de conseguir en esta relación de profesor-alumno, en el que ambas partes no se encontraban preparadas para sostener una relación a distancia con buenos resultados en el ámbito escolar.

Mariana: *“Mucha frustración en el ámbito escolar, porque los maestros nos cargaban de mucho trabajo y no decían indicaciones, luego era mucho trabajo para dos días, lo pedían hoy y lo querían*

*en dos días, no tenía tiempo de preguntar, los exámenes eran un poco complicados tanto que me desesperé”.*

Queremos recordar que la función social tiene diversas tareas, como son las de facilitar la interacción, también puede controlar la conducta, así como permitir la comunicación de los estados afectivos, ya que al expresar el sentir de su estado emocional se puede tener un bienestar y reduce la somatización del individuo, las emociones nos permiten comunicarnos de cierta manera. A pesar de que esta generación de alumnos se encuentra más cercana a la tecnología y medios digitales, no fue suficiente con ello, puesto que el modo de comunicación y entendimiento fue limitado, debido a eso se dificultó el acercamiento para ambas partes y resultó en una postura o modo desfavorable para los jóvenes.

#### 7.1.5 Emociones como consecuencia de adaptación.

Dentro de nuestro análisis pudimos encontrar en el ámbito emocional una serie de clasificaciones que como bien menciona el autor Robert Plutchik (1987) el sujeto pasa por procesos adaptativos del comportamiento. Como lo demuestran los testimonios de los chicos entrevistados, ellos manifiestan en repetidas ocasiones que ciertas situaciones los llevaron a adaptar y experimentar sentimientos y emociones:

*Galilea: “yo aprendí a tratar de lidiar con el enojo, el enojo no era con mi familia sino con mis compañeros que a lo mejor no se conectaban con mis profesores o porque tal vez no me salían los trabajos”*

Para los chicos era importante conocer y comprender lo que estaba sucediendo, ya que la rutina cambió y por ende las actividades, relaciones, espacios, etc, como bien lo dicen:

*Galilea: “la convivencia que tenemos de todos los domingos con mi familia ahora fue diario y para mí era muy estresante porque hay personas muy estresantes en mi familia, para mí fue decir -cálmate- tienes que aprender a convivir con todas las personas el tiempo que sea”*

No se puede olvidar que aunado a esto, se enfrenta un confinamiento, el cual costó trabajo adoptarlo a la vida diaria, el no salir, no ver, no escuchar lo que normalmente si se podía antes de un encierro, expresan que además de adaptar sus emociones, fue:

*Belén: "tuvimos que aprender a lidiar con eso, la frustración de estar en casa no solo era la tuya, sino la de tus hermanas y la de tus padres, se volvió un poco más complejo ese aspecto pues a mí me afectó un poco en la escuela ya que de lo mismo que no nos podemos estar en paz a veces generamos mucho ruido en la casa"*

Repetidamente lo que mencionan estaba acompañado de nostalgia, ya que mucho de su vida diaria y escolar no se concluyó debido a un suceso inesperado para muchos. Los jóvenes estudiantes también se ven afectados emocionalmente por abandonar espacios como la institución escolar:

*Galilea: "también es como nostalgia saber que no voy a regresar a la escuela, es triste y muy frustrante el hecho de que en cierta manera la pandemia arruinó algunos de mis planes, entonces asumí la realidad de la pandemia"*

Realmente podemos dilucidar que para ellos la adaptación fue la clave para mover muchas emociones, lo cual Plutchik (1987) considera que se presentan desde que nacemos, ya que provienen de la evolución humana, estas emociones son adaptables al enfrentarse en situaciones adversas, por eso es que pueden ayudar a la trascendencia de la especie aunque en el preciso momento parezca un caos.

En algún momento exponen:

*Diana: "no estamos psicológicamente preparados para esto, fue de un momento a otro"*

Pero qué ser humano está preparado para cualquier impacto socio emocional. Todos nosotros mantenemos emociones constantemente, más aún detonadas por una situación que trastoca cada espacio, cada sujeto, por una emergencia sanitaria que hace que además de miedo por contraer un virus, debes enfocarte en seguir la vida, continuar con tus actividades, convivir y permanecer en espacios por tiempo

ilimitado. Al parecer es un tema con muchas implicaciones sociales, económicas y psicológicas que no terminan de prepararte para que lo asimiles de la mejor manera.

#### 7.1.6 Actividades que ayudan a liberar tensión.

Aunque la falta de expresión y comunicación con las emociones es deficiente, ellos mencionan actividades que les ayudan a liberar tensión en ciertos momentos, actividades que con el tiempo han aprendido a usar y tener como estrategia para momentos en donde se contienen demasiados sentimientos. Como parte evolutiva del ser humano, ellos han adaptado una forma que les ha funcionado y les ha permitido trascender para con sus emociones.

*Mariana: “he descubierto unos talentos que no sabía, por ejemplo, aprendí a cocinar, nunca me había metido a la cocina y en esta cuarentena he estado un poquito más ahí, incluso un día hice un pastel y me quedo bien o eso me dijeron, también mi prima y yo hicimos un dibujo y saque unos cuantos “dotes” de pintura que tenía ocultos y creo que eso es lo que me ha ayudado a no estar tan estresada, actividades que ayudan a liberar tensión y no preocuparme nada más, si no también darme tiempo para mí y saber que es lo que puedo hacer”*

*Galilea: “usualmente escucho música o me gusta mucho hacer flores de papel porque siento como que necesitas ser muy meticuloso, entonces toda mi concentración se va a lo que estoy haciendo y pues ya se me va pasando lo que me hizo enojar, lo que me hizo sentir mal y me concentro en otra cosa o sea algo que yo sienta que es bonito porque si no es bonito me frustró más, entonces no, tiene que ser algo estéticamente bonito”*

Como comprensión de que las emociones pueden ser adaptables y trascendentes para la especie es que Darwin (1993) ejemplifica que estas están presentes desde que nacemos, ya que provienen de la evolución humana, son adaptables al enfrentarse en situaciones adversas y por eso es que pueden ayudar a la trascendencia de la especie.

Si bien las emociones a pesar de ser un tema de interés para indagar, en la entrevista con los chicos se sobrecargó la experiencia en el tema emocional y sentimental, pensado para nosotros evidente debido a la situación que deriva en un vaivén de emociones y el sentir de unos jóvenes estudiantes que anhelan un retorno o en ausencia una pronta asimilación de la situación que se está volviendo en su día a día.

## 7.2 Vínculo

Ahora bien, para introducirnos al tema de vínculo es importante reiterar que nuestra especie es capaz de poder llegar a tener ese acercamiento y relación con los otros para así poder formar lazos. Resulta impensable la continuidad de la vida sin vínculos, sin aquellas interrelaciones fundantes de la personalidad de cada sujeto (Allidière, N. 2004).

Pese a esto, encontramos que, aunque es fundamental la creación de vínculos en los seres humanos, con la pandemia se ha hecho notar que el vínculo pedagógico que se forma entre el profesor-estudiante se ha modificado de alguna manera, esto puede generar un cambio en la manera de relacionarse y con ello también del aprendizaje, puede que estemos presenciando una resignificación del vínculo pedagógico, puesto que se menciona que toda interacción es por medio de herramientas digitales en la cuales no se tiene una comunicación verbal o de tal manera que no pueden tener una mayor interacción como nos mencionan los jóvenes:

*Dannae: “el profesor nunca hizo video llamada, solamente subía archivos pdf, explicando según como teníamos que hacer los procedimientos, pero pues no entendía, entonces tenía que investigar yo por mi cuenta como tenía que hacer el procedimiento para poder realizar el ejercicio...”*

*Galilea: “fueron muy pocas las clases en línea que tuve, nada más tuve como dos semanas clases de una sola materia y otra tuve de literatura, pero fue más que nada como una plática de cómo estábamos ...”*

Esto podría deberse a diversos factores, los cuales algunos fueron mencionados por los propios alumnos, en donde destacan la falta de preparación en temas tecnológicos por parte de los maestros e incluso de ellos, la poca preparación de todo el sistema educativo, ya que todo cambió de un momento a otro.

*Bruno: “ahora que estamos en línea, ya toca hacerlo por ti mismo porque pues realmente cuando pides una explicación al maestro por línea pues realmente no es lo mismo a cuando él te lo está explicando directamente...”*



*Galilea: “siento que no es nuestra culpa que el maestro no explique bien, pero a lo mejor tampoco es culpa del maestro porque no tiene las herramientas para explicarte vía en línea...”*

*Galilea: “Para mí personalmente siento que no es bueno en el aspecto digital en comparación con lo presencial, es más fácil que me resuelva una duda personalmente, porque es más fácil que me acerque y me diga está mal porque hiciste un procedimiento erróneo a que me diga por un monitor porque no me puede decir exactamente dónde me equivoque y yo no lo voy a entender...”*

En los anteriores discursos y en los siguientes es evidente la mala comunicación, aquella que todos quieren alcanzar con sus profesores, esta comunicación y los malos resultados se adjudican a los maestros, pero creemos que en realidad ambas partes se encuentran sin herramientas y con una carencia en la apropiación resolutive de problemas para poder integrar la relación profesor alumno, además de que la situación dada no es idónea para poder tener una privacidad sobre cuestiones académicas como anteriormente si se podía realizar. No se han adaptado las formas y los medios para restablecer la relación que antes se tenía.

*Diana: “Yo creo que al inicio el cambio fue radical sobre las clases presenciales, yo creo que sí hubo un poco de complicación por la adaptación al modo tecnológico y este tipo de clases a este tipo de aprendizaje yo creo que ya después de saber más de este modo de aprendizaje se fue facilitando...”*

*Galilea: “Yo siento que fue pesado, frustrante el hecho de que era nuevo a lo mejor, las otras generaciones estarán más acostumbradas para en algún momento tener una clase en línea, pero nosotros nos tocó esto pues vivirlo desde cero, desde cómo comunicarte con maestro y los profesores...”*

*Belén: “no tuvimos tanto problema para poder aprender, o entregar trabajos como los compañeros que tenían que salir a un café Internet o meterle crédito constantemente a su celular, o no podían tomar ciertas fotos o descargar ciertas aplicaciones y eso era una limitante que tenían y esto obstaculiza el aprendizaje y el desarrollo...”*

Por otra parte los jóvenes entrevistados nos dan a entender que no hay tanta relación entre ellos y sus familias, esto debido a las actividades que cada uno de los integrantes realizaban cotidianamente, lo que se muestra en los discursos es que los vínculos familiares se amoldaron a la situación actual:

*Galilea: “sí estaba acostumbrada a convivir con mi familia pero no a tal extremo entonces siento que ya aprendí más...”*

*Galilea: “la convivencia que tenemos de todos los domingos fue de diario y para mí era muy estresante ...”*

*Belén: “problemas que no nos hacían convivir tanto porque quisiéramos o no quisiéramos teníamos que convivir, estábamos en la misma casa y no es como que mi casa sea muy grande para que no nos pudiéramos ver, entonces fue un poquito complicado por que ehmm había que lidiar con todo lo que estaba pasando, con todo el contexto social y con nuestras propias emociones...”*

*Belen: “mis hermanas estudian o trabajan o cosas así pues tampoco estoy tan acostumbrada a tenerlos a los cuatro en la casa cuando yo estoy en casa...”*

*Belén: “...somos familia, a lo mejor nada más nosotros cinco que es mi núcleo familiar, mis padres, mis hermanas y para nosotros la familia es muy importante o nosotros cinco somos muy importantes entonces tampoco nos la podíamos pasar como en peleas, si tuvimos que aprender a lidiar con el carácter...”*

El vínculo demandaba una adaptación entre los integrantes de las familias y el cambio de sus roles fue modificado a causa de la situación por la pandemia, más que presentarse como una relación negativa, se expresa una falta de adecuación por parte de todos dentro de sus hogares y las actividades a realizar:

*Belén: “mi familia es un tanto unida, somos una familia y no podemos estar enojados toda la vida entonces el hecho de estar en casa si nos ayudó a convivir aún más, a hacer como actividades que tal vez teníamos pendiente como familia...”*

*Galilea: “ la semana que dejó de trabajar mi papá, el tenerlo toda la semana en mi casa fue como un cambio muy fuerte porque hace mucho que no pasaba tanto tiempo con él y mi papá es como muy dominante en el espacio en el que él está...”*

*Mariana: “Pues en mi caso mi papá se va toda la semana a trabajar a Querétaro, regresa y solamente regresaba para dormir y los fines de semana también se iba a trabajar, entonces casi no lo veía y cuando pasó todo esto, lo tuve en mi casa un mes, despertar y verlo conmigo pues casi nunca estaba en mi casa fue muy raro.”*

Se necesita tiempo para asimilar y apropiarse la “nueva” manera de vida, ya que nadie estaba preparado para un cambio dentro de la dinámica familiar, esto solo generó un reacomodo en los roles y una inseguridad de cómo relacionarse con los demás a pesar de ser personas cercanas y conocidas. Estos cambios no solo fueron presenciados dentro del ámbito familiar, también tuvo sus repercusiones dentro de la “nueva” dinámica escolar que se llevó a cabo.

Como bien dice Riviere (1958) el sujeto no es un ser aislado sino un ser inmerso en un grupo, en este caso la escuela es el grupo o institución en la que pertenecen los estudiantes, en donde hay que acoplarse a nuevos métodos de relación. Con la actual situación es un reto en el que aún se está en proceso, los estudiantes nos cuentan cómo fue parte de su experiencia a distancia, haciendo resaltar que no están convencidos de la efectividad de este cambio.

*Diana: “Yo creo que al inicio el cambio fue radical sobre las clases presenciales, yo creo que sí hubo un poco de complicación por la adaptación al modo tecnológico y este tipo de clases o de aprendizaje, yo creo que ya después de saber más de este modo de aprendizaje se fue facilitando...”*

*Galilea: “Yo siento que fue pesado, frustrante el hecho de que era nuevo. A lo mejor las otras generaciones estarán más acostumbradas para en algún momento tener una clase en línea, pero nosotros nos tocó esto vivirlo desde cero, desde cómo comunicarte con maestro y los profesores...”*

*Belén: “Creo que lo que imposibilitó un poco la forma de trabajar fue el hecho de que no estábamos acostumbrados...”*

Siendo fundamental la interacción y los vínculos pedagógicos que se crean en un grupo como la escuela, el aislamiento y alejamiento de la escuela que vivenciaron hace que estén experimentando un nuevo proceso de vinculación, en donde la parte de los métodos digitales están no solo cambiando la forma en la que se interactúa, sino también la manera en que se aprende, causando una serie de discursos por lo novedoso y experimental de la situación en la que no se sienten cómodos.

### 7.3 Jóvenes permeados por la institución.

En esta categoría analizaremos el discurso de los jóvenes para develar los cambios que han ocurrido a nivel familiar y escolar en el periodo de cuarentena (Marzo - Julio del periodo escolar). Así como el hallazgo de un encuentro de lo institucional en este caso, familia y escuela el cual constituye al individuo creando significaciones en él para dar sentido a su vida social.

### 7.3.1 Familia

Como resultado del encierro, al que los jóvenes tuvieron que someterse, se generaron cambios drásticos en su comportamiento habitual, debido a que se vieron obligados a regresar de una manera precipitada a su núcleo familiar de forma indefinida, modificando así su manera de socializar y convivir, ejemplo de ello se muestra en el discurso explícito de los participantes:

*Galilea: "entonces mi vida en esa semana cambió completamente porque yo no estaba acostumbrada a la vida que yo ya tenía cuando mi papá no vivía en la casa, entonces tenerlo ahí una semana fue como muy raro, la convivencia fue rara o sea no estuvo mal pero fue rara"*

*Mariana: "creo que otro cambio que he tenido es el convivir con mi familia porque al principio estaba acostumbrada a estar solamente con mi mamá y mi papá y de ahí en fuera nadie pero ahora estoy con mi abuelita, con más personas en una misma casa y soy de esas personas que no les gusta estar con mucha gente"*

*Galilea: "la convivencia que tenemos de todos los domingos fue de diario y para mí era muy estresante porque hay personas muy estresantes en mi familia..."*

El discurso de los jóvenes evidenció que las actividades y relaciones que se han experimentado fuera de la institución familiar tienen un valor muy significativo, mostrándose como añoro de otros espacios y a la vez como rechazo de la nueva instancia, es por ello que sobresale el proceso adaptativo en el que intentan agregarse junto con los demás integrantes de la casa, lo cual generó una disyuntiva en su relación con los familiares para la mayoría de los participantes:

*Mariana: "a mi papá casi no lo veía y cuando pasó todo esto, lo tuve en mi casa un mes, despertar y verlo conmigo pues casi nunca estaba en mi casa fue muy raro porque él no se adaptaba al movimiento que había en la casa, porque nosotros no nos adaptábamos a él, lavar los trastes, hacer el quehacer, comida y cosas así, entonces creo que también se desesperó un poco de eso ..."*

Castoriadis (1985) plantea que la socialización primaria se vincula con el espacio íntimo familiar y se experimenta durante la infancia, etapa de vida en la que los niños se convierten en miembros de la sociedad a partir de un ejercicio de identificación y reconocimiento. A pesar de que no se encuentran en esta etapa,

creemos que durante este confinamiento los jóvenes se vieron en un proceso de identificación y reconocimiento, quizá propio también de la juventud puesto que pudimos darnos cuenta que no sólo la socialización se vio trastocada si no también los roles que existían se vieron diferenciados y por ende sus rutinas, las cuales motivaban ciertas pautas de conducta y/o actitudes que obligaron a los jóvenes necesariamente a significarse y re-significarse:

*Galilea: "Mis primos viven en la casa de arriba de donde yo vivo entonces siento que con ellos dos me volví mucho más unida y prácticamente vivimos juntos, antes por la escuela y todo eso no nos veíamos tanto y ahora ya somos inseparables"*

Esta resignificación se vio implícitamente y explícitamente a lo largo de los discursos de los jóvenes, ya que estar en un mundo social con una posibilidad más grande de contacto presencial y de discreción, al ser cortada de manera abrupta por la pandemia permitió ver desde otro punto y ejercer otro rol:

*Mariana: "Yo si he descubierto unos talentos que no sabía, por ejemplo, aprendí a cocinar, nunca me había metido a la cocina y en esta cuarentena he estado un poquito más ahí, ayudando a picar, incluso un día hice un pastel y me quedo bien o eso dijeron."*

*Belén: "Creo que gracias a la cuarentena me he dado cuenta que soy apta para varias cosas, he aprendido como a cocinar mejor, me doy cuenta que también soy buena bailando, he estado haciendo cosas que antes no hacía en todo este tiempo y estoy descubriendo que pues puedo ser capaz de varias cosas en el ámbito de la escuela"*

El volver a casa en medida de lo individual permitió una serie de cambios, que trajo como resultado dos direcciones, en primera instancia, la convivencia familiar y los cambios en ella, y en segunda la comunicación digital mediante las plataformas habituales, las cuales tuvieron que verse ampliadas a campos educacionales, abriendo paso a la comunicación académica y con ella la inserción a la virtualidad de manera escolar.

Esta inserción de manera virtual, no sólo entró como la posibilidad de poder estudiar en casa, si no que trajo consigo nuevas concepciones, porque si bien ambas

instituciones se encargan de educar, cada una lo hace en un espacio determinado (casa , escuela).

A pesar de que en las entrevistas no se hizo énfasis en el ámbito familiar, en los jóvenes inconscientemente sobresalió su discurso permeado o invadido por esta institución primera que es la familia, aquella que te brinda lazos, experiencias y significaciones particulares, pero presentes en la mayoría de los chicos. Como bien lo dice Castoriadis (2002) la institución no sólo provee sentido a los individuos socializados, sino que además, brinda los recursos para construir ese sentido en ellos mismos, llevando esto a una lógica instrumental o funcional, el individuo entonces es también una institución, ya que éste crea significaciones para dar sentido a su vida social, asimismo la sociedad crea lo que él es, puesto que la creación del sujeto se basa en la premisa de someterse a un entramado social, así como la manera en cómo éste se representa dentro de ella y cómo se desenvuelve dentro de sus prácticas.

### 7.3.2 Escuela

La institución escolar delimita un espacio de conocimiento y se encarga de transmitir deberes específicos, siguiendo reglamentos. Ya que el conocimiento al menos como comúnmente lo vivían los jóvenes era resultado de un sistema tradicional de enseñanza, el cual consistía en la interacción de asistir a la institución en un horario específico en el aula y profesor indicado por esta instancia. Lo cual fue sustituido por un espacio virtual:

*Mariana: "Bueno en mi caso si cambió bastante el tema de estudiar en línea porque algunos maestros nos hacían conectarnos temprano, algunos no, luego las clases las daban en estas horas de las 3, 4, cuando no correspondía al horario, a veces nos dejaban tarea que no explicaban"*

*Bruno: "Bueno, pues en mi caso, pues eh de alguna manera las clases presenciales pues los maestros me ayudaban a lo mejor a entenderle un poco mejor mediante ejemplos, no sé, cosas así"*

*Galilea: "En mi caso, la única clase en línea que tuve, era de matemáticas y era una clase de por sí difícil de entender y luego que te la explicaron en línea, para mi fue complicado porque de por sí siento que a veces no entiendo presencial, en línea entendía menos"*

Estos espacios virtuales aún cuando permitían la cercanía, no permitía de inicio la obtención de conocimiento para los jóvenes, debido a que no lograban acostumbrarse al modelo de enseñanza:

*Mariana: "Pues en mi caso, estaba acostumbrada a ir a varios cursos como inglés, clases de baile y cosas así pero por esto de la pandemia, ya no puedo ir, o sea lo llevamos a cabo en línea y en casa pero es diferente como la enseñanza que te dan en persona a como tú lo estés realizando en tu casa"*

Aunado a este cambio de enseñanza ellos percibían otro cambio en la manera ya establecida en la interacción en clase, puesto que los profesores que les daban clases tomaron actitudes diferentes de enseñanza:

*Bruno: "Desgraciadamente los profesores que nunca dejaron tareas, que nunca hacían nada en clase ahora que estamos en pandemia se les ocurrió decir sí, es momento para llenarlos de todo el trabajo que no hicimos en todo el año escolar"*

*Bruno: "Mi maestra de orientación en su clase nunca hacíamos nada, nada, la maestra nos dejaba trabajos muy simples y bueno los podíamos hacer en casa para en la escuela no hacer nada, entonces esa maestra fue la que nos dejó una tarea, pero así muchísima, muchísima tarea, en la semana nos pedía unos cuadros de cuarenta, de cuarenta cosas donde teníamos que poner, como podíamos evitarlo, era leer toda las diapositivas, nos dejaba muchísima tarea y en esa parte creo que fue lo que más me molestó porque si nunca hacemos nada en su clase..."*

Este nuevo método traía nuevas interrogantes en los alumnos que no podían entender el método de enseñanza de los profesores y en algunos el abandono, ya que no recibían clases por ningún medio pero si la exigencia constante:

*Belén: "Él profesor nunca hizo videollamada, solamente subía archivos pdf, explicando según como teníamos que hacer los procedimientos, pero pues no entendía, entonces tenía que investigar yo por mi cuenta como tenía que hacer el procedimiento para poder realizar el ejercicio..."*

*Dannae: "Él maestro debió explicarnos con un poquito más de accesibilidad para que nosotros si de por si no entendíamos en presencia del profesor, pues menos así..."*

*Mariana: "Si, bueno, en caso de la escuela, los maestros me han dejado demasiada tarea, igual me han dejado, dejaban más tarea ahorita en clases en línea que presenciales y pues los exámenes y todo eso hay un maestro en especial que nos dejó trabajos y examen y pues la verdad no entendíamos porqué..."*

La educación y la manera de adquirir el aprendizaje se vio obstaculizada en distintos puntos ya que al no tener un antecedente, la relaciones y comunicación a distancia se vio mermada por distintos factores desde la falta de comunicación con el profesorado, hasta los inoportunos del internet:

*Galilea: "Mis tareas de matemáticas no se enviaban y tuve muchos problemas con una específicamente, de que el maestro me dijo que no era mi tarea, que yo no la había hecho, yo dije, como le compruebo que si la hice, y él decía, es que no la hiciste tú, estoy seguro de que no la hiciste tu y si tuvimos muchos problemas por esa tarea"*

Por otro parte, la escuela también posibilita la convivencia entre iguales, permitiendo la interacción y formación de las relaciones, ya sea de manera autónoma o propiciada por el profesor, pero en esta distancia incluso esa organización se vio afectada:

*Galilea: "Siento que el trabajo en equipo fue muy muy complicado porque no contestaban, el hecho de que fuese en línea ciertamente te da la libertad de decir no leo el mensaje y lo contesto cuando se me dé la gana..."*

*Mariana: "Pues una persona hizo ciertas cosas, cosas que decían enfrente de mí, era como de ay no mejores amigas y así y pues resultó que no y bueno, gracias a la cuarentena me fui dando cuenta de ese tipo de personas..."*

Este cambio tecnológico tan precipitado y el cambio entre las maneras de relacionarse académicamente provocó que este periodo académico virtual fuera ambivalente ya que la relación con los profesores y la institución misma se resignificó de manera positiva y negativa dependiendo de como se manifestara:

*Dannae: "Yo creo que sobre todo en mi caso sería, tediosa, aburrida y ¡ay! es que no sé, no sé me ocurre otra palabra, pero son esas dos las que sobresalen más, porque no entendía, a veces me hacían despertarme muy temprano y pues yo me dormía tarde, los maestros a veces no ponían de su parte, pues yo creo que así describiría mis clases..."*

*Mariana: "Creo que para mí sería, tediosa, interesante, innovadora, tediosa en el sentido en que de por si tengo que buscar yo también la manera de entender mejor lo que le profesor me manda en línea, innovadora porque siento que es algo nuevo para nosotros, siento que te tienes que adaptar a lo que estás viviendo, interesante porque pues igual tienes que hallar las formas de poder tener un entendimiento para realizar tus tareas y pues creo que así describiría mis clases en línea..."*



Como define Dubet (1996), la escuela es construida por los significados que le atribuyen quienes la transitan. Entendida así, la escuela es aquella que sus actores construyen al significarla, transitar, experimentarla cotidianamente, atravesados por el dinamismo de las relaciones que allí se establecen. Hoy en día mediante el discurso de los jóvenes nos hacen pensar que estamos ante un acontecimiento de cambio tecnológico y la idea de virtualizar las clases, pero a pesar de esto, sigue surgiendo un dinamismo, aunque diferente, sigue siendo significada a través de su relación formando parte de una nueva visión colectiva donde si bien vemos que una de las instituciones en este caso la escuela se introduce de manera directa a la educación familiar, los métodos que se utilizan también es la clave o herramienta para que esta transición y esta ruptura de cómo nos veíamos aprendiendo sea la adecuada.

Por otro lado el cambio que tienen los estudiantes fuerza a ver que desde un arraigo emocional ellos sienten como la escuela les quita esa libertad que tenían de facetas una como alumno y otra como integrante de un familia, así como el sentido de pérdida, donde las respuestas que podemos analizar son mediante el entendimiento de este sentir en los alumnos.

#### 7.4 Duelo ante la pérdida de clases presenciales

Finalizamos con un tema que marcó uno de los procesos más significativo en ellos, ya que algunos se encontraban por culminar sus estudios del nivel medio superior.

Si bien la concepción de duelo no se cierra solamente a la idea de la pérdida de un ser querido, Bermejo (2005) nos expone que la pérdida se puede experimentar cuando se cierra un ciclo pero en el caso de los jóvenes ese ciclo no pudo concluirse y se expresan en su discurso como actividades inconclusas dentro del panorama escolar, la presencia de recuerdos de sus compañeros, una falta de disfrute de su último semestre o en algunos casos la pérdida de un ser querido a consecuencia de Covid, todo esto podemos interpretarlas como las manifestaciones de un proceso de duelo. En este caso el duelo se presenta por lo que no fue, ya que

se quedó en un proyecto para “algún día” e inesperadamente tuvimos que parar, nunca sucedió, es así como ellos expresan la pérdida.

*Galilea: ...”yo quería hacer el proyecto de química que se tenía que entregar, tenía todos esos trabajos que para mí me gustaban y yo quería hacer y de repente nos dicen no pues hay cuarentena y ya no vas a hacer nada de eso, ya no vas a exponer, ya no vas a presentar tu práctica, ya no vas a hacer todo esto y de aquí, prácticamente ese día, fue el último día de prepa que tuve ya no vas a ver a tus amigos, no vas a hacer absolutamente nada...”, “... no vas a regresar a la prepa, entonces para mí fue como ¡no!, era mi último año, era literalmente la última vez que iba a entrar a esa prepa y ya no pude disfrutarlo...”*

*Belén: “Me repercutió bastante todo este aspecto porque yo tenía proyectos que se me arruinaron, que ya no puedo concluir porque ya salí del cch, no pude disfrutar mi último semestre como yo lo había planeado o como pretendía hacerlo y porque de pronto no podía entregar las tareas o las cosas como a mí me hubiera gustado...”*

Freud (1917) hace referencia a que en el duelo hay una peculiaridad de un sentimiento de intranquilidad y tristeza profundamente dolorosa, dirigiendo a un quebramiento y a su vez una pérdida de interés por el mundo exterior. Entre los jóvenes, estas son algunas de las manifestaciones, principalmente emocionales, que en ocasiones se compartían entre sus discursos, los cuales se ligan con actividades inconclusas.

Por otro lado, se expresan anhelos, deseos de realizar actividades, inspecciona otras realidades sobre lo que pudimos hacer y no se hizo.

*Belén: “Me acordaba de algunos de mis compañeros y de lo que pudiera haber estado haciendo en ese momento o sea si estando en clase pero estando jugando con mis amigos o que a lo mejor para tal día tenemos planeado tal cosa o que podíamos ir a comer o cosas así, pues de repente si como que te ponía triste, ya...”*

Estas son reacciones de cómo los sujetos hacen frente a la pérdida de un cierre de ciclo escolar inconcluso que es significativo para el sujeto (Freud, 1917) porque concluye una etapa y a su vez comenzará una nueva como la vida universitaria. Estas ilusiones que nunca vieron la luz, algunas veces pueden quedarse encerradas en el cuerpo de una forma invisible y silenciosa hasta que llega un momento en que

alguna experiencia sin aparente relación pueda despertarlas, tal vez sorprendiendo con una rabia que no se sabe de dónde salió.

Durante el duelo se puede presentar diversas reacciones corporales, cognitivas, emocionales (Bermejo 2005) pudiendo ser diferentes en cada sujeto, por ejemplo, los jóvenes expresan sentimientos de decepción, nostalgia, melancolía y tristeza principalmente, quedando a la deriva actividades, proyectos con la escuela y amigos que tal vez no vean en mucho tiempo.

*Galilea: “El hecho de que entráramos en cuarentena fue estresante y no sé, decepcionante, porque la última, bueno, la primera semana de cuarentena para mí, yo tenía ahora sí que los proyectos más importantes para todas las materias...”*

*Galilea: “Nostalgia, porque ya no regresé a la escuela en el último año y tristeza por lo mismo...”*

*Belén: “La melancolía creo que también como el hecho de estar trabajando y en mi caso también era mi último semestre...”*

Es así que la pérdida nos obliga a cambiar nuestra manera de interactuar, cambia la forma de observar nuestro alrededor, influyendo en la forma de dirigirnos, entre muchas otras posibilidades, por lo tanto una pérdida requiere de un proceso de duelo.

Por ello consideramos necesario elaborar los duelos, cuando se tuvo algo y se perdió, también es saludable dar la vuelta a lo que nunca fue, darle su importancia, su espacio y su tiempo. Tampoco parece buena idea dedicar demasiado tiempo a imaginar cómo hubiera sido lo que no fue. Ese tiempo, valiosísimo, puede resultar más efectivo cuando uno se permite vivir plenamente la frustración, la pena, la rabia y/o el vacío que conllevan las experiencias poco afortunadas.

## 8. Conclusiones

Como consecuencia de lo expuesto en el trabajo, de manera general concluimos que conocimos en múltiples sesiones las vivencias de los jóvenes a partir de su discurso, entre ellas las diversas emociones, como fue el enojo, la melancolía, la tristeza y la alegría, que experimentaron en el transcurso de su último semestre en línea provocado por la cuarentena, a su vez las actividades lúdicas que ayudaron a poder liberar la tensión emocional.

Por otra parte, en el ámbito escolar el discurso de los jóvenes develaron el sesgo abrupto que se dio tras el cierre mediático de su institución académica y la falta de comunicación que se instauró de manera virtual con sus profesores, generando así una dicotomía. Lo anterior permitió la profundización en el análisis entre la disyuntiva familiar, la escuela y cómo se establecía una tensión en un mismo entorno de aislamiento, generando experiencias ambivalentes así como el poco interés que se tiene en los medios de desarrollos para los sujetos o en este caso, medios educativos donde la inteligencia emocional es olvidada a pesar de la importancia y aparición que tiene en su curso escolar.

En cuanto a dificultades notamos que durante las entrevistas por parte de los jóvenes era complicado tener la confianza para platicar de experiencias personales con desconocidos, lo cual limitó de cierta manera la apertura de su discurso. Por otra parte, el conflicto al expresar su sentir pudo estar influida por no saber reconocer sus emociones, se cuestionaban si lo que mencionaban era una emoción o un sentimiento. La carencia que la mayoría de ellos presenta es no saber cómo afrontar momentos emocionales o qué hacer con ellas, la cultura en las emociones es evidente y pobre.

Otra dificultad para el desarrollo de la idea inicial de brindar un espacio de escucha, en esta ocasión, no pudo ser un espacio físico ya que nos vimos en la necesidad de adecuarlo con un medio de comunicación virtual, es decir, videoconferencia por medio de una plataforma virtual (*zoom*).

En resumen la crisis sanitaria modificó socialmente a los individuos, no sólo en los roles diarios sino también las costumbres y las rutinas, las cuales derivaron en un conjunto emocional. En este caso, las instituciones en donde la educación y/o enseñanza tenían un lugar primordial y específico tuvo que adaptarse a los nuevos cambios, esto trajo estragos para los jóvenes estudiantes quienes padecieron esta alteración en todos los aspectos pero sobre todo emocional porque ambas instituciones tanto la escuela y familia confluyen en el mismo espacio y tiempo lo que hará que no se pueda contar con lo que podías recibir de la escuela como amigos específicos, aulas, presencia de maestros, materiales, orientación académica, espacios de recreación, convivencia y juego.

También conocimos algunas de las implicaciones que favorecen y obstaculizan estos procesos educativos, asimismo, supimos algunos de los cambios que han transformado su vida cotidiana/social de los estudiantes y la relación profesor-alumno durante el proceso de enseñanza-aprendizaje en la impartición de clases a distancia, la cual resultó en una preocupación más por un cumplimiento escolar y no tanto por el aprendizaje obtenido.

Por último podemos decir que la importancia del trabajo presentado, es precisamente el parte aguas que dió la pandemia por covid para iniciar un proyecto que prestara atención a las emociones en torno de los jóvenes y la escuela, aún presente en medio de la contingencia sanitaria. Así como la contribución para reconocer la importancia de la relación que debe existir entre profesor-alumnos y las emociones de por medio para un mayor progreso que derive en gran motivación y así obtener un mejor rendimiento escolar.

## 9. Reflexiones

Sin duda la mejor manera de cerrar el trabajo es poder plasmar una reflexión sobre lo vivido, lo sentido, y lo hablado en la investigación, porque más que una investigación ordinaria, en esta ocasión nos vimos trastocados por el contexto que se compartía con los jóvenes de práctica de campo y que mucho influyó para elegir el tema a desarrollar.

Durante el transcurso de las sesiones, en el intercambio de ideas y pensamientos entre el equipo de investigación, pudimos detectar que hubo una identificación con los estudiantes entrevistados, ya que sentimos que estábamos vivenciando situaciones muy similares, nos encontrábamos en su discurso y podíamos reconocernos a través de su voz descubrimos semejantes complicaciones como la misma etapa para terminar nuestro curso escolar, esto puede que se deba a que nos posicionamos como estudiantes que se encuentran trabajando arduamente ante esta situación adversa como es la pandemia. También, nosotros aprendimos cada uno a convivir nuevamente en el entorno familiar estando confinados, tuvimos que adaptarnos a trabajar a distancia como equipo, buscar la manera de estar en la misma sintonía, mantener la comunicación activa y participativa. En pocas palabras nosotros también éramos estudiantes que estaban pasando por el mismo proceso que ellos.

Por otro lado, una ventaja que quizá pudimos encontrar ante este nuevo panorama fue el medio digital, no era desconocido, pero no estábamos acostumbrados a explorarlo tanto, por ejemplo la manera de contactar a los estudiantes, fue por medio de un video que llamara su atención, que hiciese más llamativo el tema y de alguna manera lo sintieran como un mensaje exclusivo para ellos, este método en la cual se trabajaron las entrevistas nos provoca incertidumbres porque el cambio nos sacudió, el trabajar a través de un medio digital implicaba retos desconocidos pero pudimos resolverlos, lo que nos hace pensar que el medio tecnológico puede ser aún más aprovechado en el campo de las investigaciones cualitativas, en especial en el área de la psicología, para el acercamiento al terreno de la subjetividad, ya

que echando mano de la tecnología el modo de relación cambia, pero es trabajo de nosotros adecuarnos, encontrar las formas para escuchar y comunicarte para llegar a tener una óptimo o ideal trabajo en equipo.

Para nosotros fue un reto abordar un tema de investigación que engloba el aspecto emocional del individuo, ya que no conocíamos sobre la teoría y tampoco la estudiamos durante el periodo escolar de la licenciatura. Creemos firmemente que este tema tiene mucho más material para estudiar y profundizar en sus especificidades, ya que al seguir la pandemia a nivel mundial, podría ser que hubiese más vertientes en las cuáles investigar, ya sea con estudiantes de licenciatura o de menos grado académico. También consideramos de suma importancia la atención a la salud mental de las personas, si bien el aspecto físico es fundamental para tener un óptimo desarrollo, la salud mental es imprescindible para el bienestar de la humanidad, dentro del ámbito académico consideramos que debería de haber una mejor atención, ya sea tanto para los estudiantes como para los docentes y administrativos, puesto que en duros momento como éste, es necesario contar con la fortaleza necesaria para lidiar con estas adversidades y no esperar a que suceda para entonces trabajar en ella porque como bien lo encontramos la inteligencia emocional puede promover este bienestar en las personas.

## 10. Bibliografía

- Allidière, N. (2004). El vínculo profesor-alumno. Editorial Biblos.
- Berger, L. P. (1989). La Invitación a la sociología. Barcelona: Herder.
- Bermejo. JC. (2005). Estoy en duelo. PPC, Madrid.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. Revista de Investigación Educativa. pp. 7- 43
- Bisquerra, R. (2012). De la inteligencia emocional a la educación emocional. Cómo educar las emociones, 24-35.
- Bonilla-Jimenez, F. I., & Escobar, J. (2017). Grupos focales: una guía conceptual y metodológica.
- Bowlby J. (1993) *La pérdida afectiva*. Paidós, Barcelona.
- Bowlby J. (1998) El apego y la pérdida. Barcelona: Paidós.
- Cabodevilla, I. (2007). Las pérdidas y sus duelos. In Anales del sistema sanitario de Navarra (Vol. 30, pp. 163-176). Gobierno de Navarra. Departamento de Salud.
- Carles Feixa (1999), Generación xx. Teorías sobre la juventud en la era contemporánea, Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud (Vol. 4 no. 2 jul-dic 2006)
- CENFOVA. (2014). La evolución de la educación y la incorporación de las habilidades socioemocionales. En Habilidades socioemocionales para el siglo XXI (1-6).
- Castoriadis, C. (1999). Institución primera de la sociedad e instituciones segundas. Figuras de lo pensable. (pp. 113-127)
- Castoriadis (1975). La institución imaginaria de la sociedad 1, Editores Barcelona, (pp. 84-120)
- Castoriadis, C. (1985) La institución imaginaria de la sociedad. Vol. II. El imaginario social y la sociedad. Tusquets Editores, Barcelona,. Tusquets Editores, Argentina, 124.
- Castoriadis, C: (2002). Institución primera e institución segunda. En Figuras de lo impensable. (pp. 115-126). México: FCE
- Chóliz, Mariano. (2005). Psicología de la emoción: Proceso emocional. Universidad de Valencia. España.
- Darwin, C. (1993). La expresión de las emociones en el hombre y los animales.
- Dubet, Martucelli (1996) En la escuela, sociología de experiencia escolar Cap.1 Bs. As. Losada. (pp. 11-22)
- Dedios, M. (2010). Experiencia emocional de un grupo de psicólogos en el trabajo con personas psicóticas. Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Durkheim, E. (1976). Educación como socialización (Vol. 2).
- Erikson (1998) Ciclo de vida completo, Op. p. 52. Desarrollo psicosocial de Erickson, diagrama epigenético, Porto Alegre: Artme.



- Fernández-Abascal, E. G., Rodríguez, B. G., Sánchez, M. P. J., Díaz, M. D. M., & Sánchez, F. J. D. (2010). *Psicología de la emoción*. Editorial Universitaria Ramón Areces.
- Freud, S. (1917). Duelo y melancolía. *Obras completas*, 14, (pp. 235-255).
- Frijda, N. H., & Mesquita, B. (1998). *The analysis of emotions: Dimensions of variation*. In M. F. Mascolo & S. Griffin (Eds.), *Emotions, personality, and psychotherapy. What develops in emotional development?* (p. 273–295). Plenum Press.
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia Emocional*. Madrid. Editorial Kairos
- Hamui-Sutton, A., & Varela-Ruiz, M. (2013). La técnica de grupos focales. *Investigación en educación médica*. 2(5), (pp. 55-60)
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. Sexta Edición. Mcgrawhill.
- Izard, C. E. (1977) "Human emotion". Plenum Press, New York.
- Jaimes, N. L. G., Alcántara, A. A. T., Méndez, C. M., & Hernández, Z. O. O. (2020). Impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicanos por confinamiento durante la pandemia por Covid-19.: Psychological impact on Mexican university students due to confinement during the Covid-19 pandemic.
- Jaroslavsky, E.A., Morosini, I. (2012), "El vínculo en psicoanálisis", *Psicoanálisis e Intersubjetividad*, núm. 6
- Johnson, M. C., Saletti-Cuesta, L., & Tumas, N. (2020). Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19 en Argentina. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25, 2447-2456.
- José Manuel Valenzuela (1997) *el sistema antinosotros, culturas movimientos y resistencias juveniles* Primera edición noviembre de 2015, 29
- Kübler-Ross, E., & Kessler, D. (2017). *Sobre el duelo y el dolor*. Luciérnaga CAS.
- Lantieri, L., Goleman, D., & Bannel, E. P. (2009). *Inteligencia emocional infantil y juvenil: ejercicios para cultivar la fortaleza interior en niños y jóvenes*.
- Llanos Erazo, D. (2014). *Socialización escolar*.
- Larrosa, J. (2006). Sobre la experiencia. *Aloma. Revista de Psicologia i Ciències de l'Educació*, 2006, num. 19, p. 87-112.
- Lazarus, R. S. (1991). Cognition and motivation in emotion. *American psychologist*, 46(4), 352.
- Marina, José Antonio. (1996). *El laberinto sentimental*. Barcelona. EpubLibre
- Martínez González C. *Desarrollo del vínculo afectivo. Introducción*. En: AEPap ed. *Curso de Actualización Pediatría 2008*. Madrid: Exlibris Ediciones; 2008. p. 299-301.
- Montañés, M. C. (2005). *Psicología de la emoción: el proceso emocional*. Universidad de Valencia, 3.
- Ortony, A., Clore, G. L., & Collins, A. (1996). *La estructura cognitiva de las emociones*. Siglo XXI de España Editores.

- Pangrazzi, A., & Valdivielso, E. V. (1993). La pérdida de un ser querido: un viaje dentro de la vida. San Pablo.
- Patton, Q. (1990). *Qualitative evaluation and research methods*. California: Sage Publications.
- Pichon, R. E. (1980). *Teoría del vínculo*. Buenos Aires, Nueva Visión.
- Plutchik, R. (1987). *Las emociones*. México: Diana.
- Reguillo, Rossana (2004) "Nombrar la identidad. Un instrumento cartográfico" en Rossana Reguillo, *Emergencia de culturas juveniles. Estrategias del desencanto*. Ed. Norma, Colombia, pp. 33-60
- Reeve, J., Raven, A. M. L., & i Besora, M. V. (1994). *Motivación y emoción*. Madrid: McGraw-Hill.
- Rico, J. A. V. (2012). *Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes adolescentes (Doctoral dissertation, UPN-Ajusco)*.
- Rodríguez Sutil, C. (1998). Emoción y cognición. James, más de cien años después. *Anuario de psicología*, 29(3), 3-23.
- Roseman, I. J., & Smith, C. A. (2001). Appraisal theory. *Appraisal processes in emotion: Theory, methods, research*, 3-19.
- Ruiz, G (2013) La teoría de la experiencia de John Dewey: significación histórica y vigencia en el debate teórico contemporáneo 103-124.
- Sandes, A. B. (2012, October). El pensamiento pedagógico de Comenius: mirada antropológica, teleológica y metodológica del libro *Didáctica Magna*. In *Anais do Congresso Internacional da Faculdades EST* (Vol. 1, pp. 1555-1571).
- Sandín, B., Valiente, R. M., García-Escalera, J., & Chorot, P. (2020). Impacto psicológico de la pandemia de COVID-19: Efectos negativos y positivos en población española asociados al periodo de confinamiento nacional. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 25(1).
- Taylor, S. J., & Bogdan, R. (1987). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación* (Vol. 1). Barcelona: Paidós.

## 10.1 Webgrafía

- INEGI. (2020). Estadística a propósito del Día Mundial del Internet. Datos nacionales. Recuperado el 15 junio 2020.  
[https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2020/EAP\\_Internet20.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2020/EAP_Internet20.pdf)
- SEP. (2015). Programa Construye T. Recuperado el 01 Julio 2020.  
<https://www.gob.mx/sep/acciones-y-programas/programa-construye-t-4598>
- Unesco. Recuperado el 30 de mayo 2020.  
<://www.unesco.org/new/es/social-and-human-sciences/themes/youth/about-youth/>

## 11. Glosario

El glosario tiene como propósito esclarecer las ambigüedades entre los términos que usamos en esta investigación.

**Clases a distancia:** No es necesaria una conexión a internet ya que los materiales pueden ser físicos o multimedia (usb o cd) estos pueden ser entregados de manera presencial, por correspondencia o correo electrónico. La retroalimentación con el profesor es a través de llamadas telefónicas o SMS en algunas zonas se puede apoyar vía radio televisión.

**Clases Online:** Existe una sincronización entre el profesor y alumno en relación al tiempo y lugar en que se encuentran. Para realizar el encuentro se requiere del uso de plataformas que permiten la comunicación en tiempo real (llamada, videollamada) y se puede emplear diversas técnicas para la enseñanza.

**Clases virtuales:** Se requiere de una plataforma en la que el profesor comparte con el alumno los materiales requeridos para la enseñanza. No es necesario que ambos se encuentren conectados en el mismo momento, el alumno puede consultar el material en cualquier momento y lugar y la comunicación de ambos se realiza de manera intermitente por plataformas digitales.

**Confinamiento:** Del verbo confinar, esta palabra hace referencia a la acción de encerrarse aplicado a nivel comunitario cuando las medidas de salud han sido insuficientes para contener el contagio de una enfermedad.

**Plataformas virtuales:** Plataformas apoyadas en el uso de internet destinadas a presentar contenidos, con un sistema que permite la ejecución de diversas aplicaciones.

**Videoconferencia:** Es una sesión de comunicación audiovisual entre dos o más usuarios, independiente de su ubicación, con una transmisión de contenido de audio y vídeo en tiempo real.

## 12. Anexos

### 12.1 Cronología de la pandemia

De un momento a otro el Covid-19 se volvió una gran preocupación en diversos sectores de la sociedad a nivel mundial. Dándose el primer caso en Wuhan China, la OMS comienza una cronología a partir de 31 de Diciembre :

31 de diciembre de 2019	La Comisión Municipal de Salud de Wuhan (provincia de Hubei, China) notifica un conglomerado de casos de neumonía en la ciudad. Posteriormente se determina que están causados por un nuevo coronavirus.
1 de enero de 2020	La OMS establece el correspondiente Equipo de Apoyo a la Gestión de Incidentes en los tres niveles de la Organización —la Sede, las sedes regionales y los países— y pone así a la Organización en estado de emergencia para abordar el brote.
4 de enero de 2020	La OMS informa en las redes sociales de la existencia de un conglomerado de casos de neumonía —sin fallecimientos— en Wuhan (provincia de Hubei).
5 de enero de 2020	La OMS publica su primer parte sobre brotes epidémicos relativo al nuevo virus, una publicación técnica de referencia para la comunidad mundial

	de investigación y salud pública y los medios de comunicación
12 de enero de 2020	China hace pública la secuencia genética del virus causante de la COVID-19.
13 de enero de 2020	Se confirma oficialmente un caso de COVID-19 en Tailandia, el primero registrado fuera de China.
30 de enero de 2020	El Director General de la OMS convoca de nuevo el Comité de Emergencias, antes de los 10 días de plazo y tan solo dos días después de notificarse los primeros casos de transmisión limitada del coronavirus entre seres humanos fuera de China
3 de febrero de 2020	El informe de situación de la OMS del 30 de enero señala la existencia de un total de 7818 casos confirmados en todo el mundo, la mayoría de ellos en China y 82 en otros 18 países. La OMS evalúa el riesgo en China como muy alto y el riesgo mundial como alto.
16-24 de febrero de 2020	La misión conjunta OMS-China, en la que participan expertos de Alemania, el Canadá, los Estados Unidos (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, Institutos Nacionales de la Salud), el Japón, Nigeria, la República de Corea, Rusia y Singapur. Sus miembros hablan con funcionarios de salud, científicos y personal de salud de los establecimientos sanitarios (manteniendo el distanciamiento físico necesario).
11 de marzo de 2020	Profundamente preocupada por los alarmantes niveles de propagación de la enfermedad y por su gravedad, y por los niveles también alarmantes de inacción, la OMS determina en su

	evaluación que la COVID-19 puede caracterizarse como una pandemia.
13 de marzo de 2020	Se establece el Fondo de Respuesta Solidaria contra la COVID-19 para recibir donaciones de particulares, empresas e instituciones

### Covid-19 en México

La mañana del 28 de febrero, el mismo López-Gatell dijo que, formalmente, el COVID-19 se localizaba en México. Lo que inauguró la Fase 1 de la enfermedad. Era el segundo caso registrado para América Latina. Uno más de los 83,631 casos en el mundo que reportaba la Organización Mundial de la Salud (OMS) para esa fecha. Actualmente, los casos confirmados a nivel global rebasaron los 3 millones y las 208 mil muertes, según el conteo de la universidad Johns Hopkins.

El Covid-19 de Italia, llegó a México, el primer paciente originario de la ciudad de México, un hombre de 35 años, considerado como el caso índice, el cual contrajo el virus en su estadía en Bergamo Italia, siendo este trabajador en un restaurante de la Ciudad de México logró tener contacto con 400 personas, por lo que al llegar a la tarde del mismo 28 de Febrero el INER (Instituto Nacional de Emergencias Respiratorias) circulo una carta, donde referían al paciente y el contacto que había logrado tener en su regreso a México.

Para la tercera semana de marzo, algunos padres decidieron mantener a sus hijos en casa y no enviarlos a la escuela. Antes de que entrara en vigor la Jornada de Sana Distancia.

18 de Marzo de 2020	primera muerte por COVID-19 en México
19 de Marzo de 2020	El Consejo de Salubridad General catalogó al COVID-19 como "enfermedad grave de atención prioritaria" aprobaron medidas de

	preparación, prevención y control de la epidemia.
20 de Marzo	<p>Alomía Zegarra estimó que la mayor carga de la pandemia en México llegaría a finales de abril o principios de mayo. El director de Epidemiología explicó que la Fase 1 duraría cuatro semanas.</p> <p>Esa misma tarde, el gobierno de México presentó a Susana Distancia, un personaje que recordaría, con sus brazos extendidos, la separación entre personas para evitar que el virus se extendiera.</p>
22 de Marzo	<p>Entró en vigor la Jornada Nacional de Sana Distancia, las autoridades informaron de 367 casos acumulados de personas infectadas. Y ya sumaban 4 decesos a nivel nacional.</p> <p>la OMS señaló que en México ya había transmisión local de la enfermedad. Eso significaba un tránsito a la Fase 2 de la pandemia.</p>
26 de Marzo de 2020	<p>Se rebasó el medio millar de contagios al registrarse 585 casos. Un día después se registraría la primera decena de muertos al reportarse 12 decesos</p>
30 de Marzo de 2020	<p>El gobierno mexicano decretó una emergencia sanitaria por causa de fuerza mayor por la epidemia del coronavirus. Se determinó un resguardo domiciliario estricto de personas mayores de 60 años; así como de mujeres y hombres con padecimientos de diabetes, hipertensión arterial e insuficiencia cardíaca; y también, el</p>



	confinamiento de las mujeres embarazadas
10 de Abril	se rebasó el segundo centenar de muertes por el virus al registrar 233 casos. Un día después, la cifra de contagios confirmados ascendió los cuatro millares con 4,219 en el reporte
17 de Abril de 2020	Se superó el medio millar de muertos con 546 personas registradas. Esa tarde se conoció que los contagiados estaba arriba de los seis mil: 6,875.
22 de Abril de 2020	llegada de la Fase 3, los mexicanos llevaban un mes, tres semanas y dos días conviviendo con el COVID-19.
24 de Abril de 2020	México registró su día más letal por la emergencia sanitaria. En un lapso de 24 horas, entre un reporte y otro, las autoridades reportaron 152 muertes, para sumar 1,221 decesos totales hasta esa fecha

A partir de este caso índice, la expiación del virus ha seguido una ruta exponencial, ubicando al país en Face 3, lo que implica la suspensión de actividades no esenciales, dentro del ámbito económico, social, educativo, viéndose en la necesidad de adaptarse su modalidad de trabajo, ahora conocido popularmente como *office home*.

## 12.2 Etapas de desarrollo psicosocial

<b><i>Etapas de desarrollo psicosocial</i></b>	
Confianza básica vs desconfianza (0 a 18 meses)	En esta etapa de vida, los bebés afrontan un problema entre confianza y desconfianza, si la madre los procura, abriga, alimenta, etc. los bebés generan un sentimiento de confianza a su entorno; en caso contrario se generan sentimientos de temores
Autonomía vs duda (18 meses a 3 años )	Los niños desarrollan sus facultades rápidamente, corren, brincan, etc., si los padres alientan a los niños a que ejerciten sus aptitudes generan confianza, pero si por el contrario los padres exigen demasiado a los niños, no dejándolos que ejerciten sus aptitudes, generan desconfianza.
Iniciativa vs culpa (3 a 6 años)	En esta etapa, los niños se enorgullecen por enfrentar problemas y conquistar el ambiente, adquieren autoestima al percatarse de sus poderes mentales, habilidad de lenguaje, fantasías, juegos.
Laboriosidad vs inferioridad (6 a 11 años)	En este periodo, el niño vive el rol de estudiante y la responsabilidad de trabajo dentro de la escuela y en casa, advirtiendo lo que significa el trabajo, la responsabilidad, generando laboriosidad. Cuando los niños se sienten menos capaces que sus compañeros en cuanto a logros, habilidades y aptitudes y se sienten inferiores.
Identidad vs confusión (12 años a 20 años)	En este periodo el joven tiene que integrar diversas imágenes sobre sí mismo, la del joven, alumno, hijo, etc. para formar con ella una sola imagen.
Intimidad vs aislamiento	En esta etapa los adultos se encuentran listos para establecer relaciones sociales duraderas, confianza recíproca

	que les permitan cuidar, compartir y confiar uno en el otro.
Generatividad vs autoabsorción	La generatividad se refiere a la parte productiva de una persona, al compromiso con el futuro y las nuevas generaciones, haciendo cosas que le generen beneficios a la misma persona y a las siguientes generaciones
Integridad vs desesperación	La integridad se logra cuando la persona mira hacia atrás y se siente contenta y satisfecha de lo que ha sido su vida; en cambio las personas que se encuentran en la desesperación encuentran poco significado en su vida y consideran que la han desaprovechado”

## 12.3 Trabajo de campo

### 12.3.1 Transcripción de entrevistas

#### Sesión 1

#### Experiencia y perspectivas (Covid-19)

(Encuadre) Coordinador: Serán 3 sesiones, no sé si las sesiones les parece una vez a la semana, igual si ustedes pueden o quieren podríamos alargar esto las 4 sesiones y sería un tiempo aproximado de 45 minutos- 1 hora, también quisiéramos pedirles su autorización para grabar estas pláticas, todo sería con fines académicos, ¿nos darían permiso?

Galilea: Por mí no hay ningún problema.

Mariana: Si, está bien.

Coordinador: Okey, muchas gracias. Bueno, el objetivo de esta primera sesión es conocer sus experiencias y sus perspectivas a través de su voz de cómo están

viviendo este confinamiento y cómo a cambiado su vida cotidiana o social. Vamos a iniciar con una actividad para conocernos.

(Dinámica de preguntas para conocernos) Co coordinador: Vamos a preguntar lo que queramos a la persona que sea, entonces elegimos una persona y le voy a preguntar cualquier cosa. (Se puso un ejemplo y se realizó a actividad)

Co coordinador: Vamos a continuar con la plática de cómo han vivido esta cuarentena y conocer su experiencia, nos gustaría saber cómo la han vivido de manera general, quien quiera puede comenzar.

-Silencio-

Galilea: Yo, pues por ejemplo creo que en mi caso no viví tan mal la pandemia, porque en el caso de las clases, fueron muy pocas las clases en línea que tuve, nada más tuve como dos semanas clases de una sola materia y otra tuve de literatura pero fue más que nada como una plática de cómo estábamos de que si nuestras familias estaban bien y entonces la mayoría de mis proyectos pues fueron calificados en clase y en cuanto personalmente, realmente no eh estado mal, no eh estado tan mal porque mi mamá si ha estado trabajado normal, mi mamá es dentista y pues yo tenía clases de inglés por las noches.

Co coordinador: gracias

Bruno: Yo, este, en cuestión de clases nos exigían demasiado, nos exigían más que en las clases esenciales, dejando más actividades y es lo que les frustraba a mis compañeros, incluso a mí, al punto de ya no hacerlo bien, sino de hacerlo más a la de a fuerza que por gusto, entonces ya al hacerlo por entregarlo uno ya no aprende y es lo que los maestros no entienden, no han estado entendiendo la situación, bueno en mi caso con mis maestros si ha pasado así y personalmente el no salir una desesperación ¿no? de estar aburrido y encerrado como que si me da ansiedad o algo así y eso es todo de mi parte.

Co coordinador: Gracias, ¿alguien más chicos?

-Silencio-

Coordinador: Dánae, Mariana, ¿si nos escuchan?

Mariana: Si, bueno, en caso de la escuela, los maestros me han dejado demasiada tarea, igual me han dejado, dejaban más tarea ahorita en clases en línea que presenciales y pues los exámenes y todo eso hay un maestro en especial que nos dejó trabajos y examen y pues la verdad no entendíamos porqué pues no nos explicaban, subían sus pdf, pero pues no nos explicaban y en base a eso, varios hicimos el examen en equipo y bueno, creo que eso nos ayudo un poco porque gracias a eso suponemos que vamos a pasar y personalmente eh... pues creo que bien eh, eh, eh hablado con otras personas, me he dado cuenta de muchas cosas jaja y pues bien dentro de lo que cabe, supongo.

Coordinador: ¿De qué cosas te has dado cuenta? O ¿Cómo?

Mariana: Ah, jaja, es que, como quienes son mis verdaderos amigos y así, entonces eh..., pues una persona hizo ciertas cosas, cosas que decían enfrente de mí, era como de ay no mejores amigas y así y pues resultó que no y bueno, gracias a la cuarentena me fui dando cuenta de ese tipo de personas.

Coordinador: Ok, gracias, no sé si quisieras agregar algo más.

Apoyo: Hicieron un comentario hace rato de que se han sentido no tan mal y bien dentro de lo que cabe, ¿a qué se refieren con ese sentir?

Galilea: Bueno, es que por ejemplo, en mi caso, el hecho de estar encerrado, siempre eh sido como muy ermitaña en ese aspecto, porque a mi si me gusta estar en mi casa y no salir absolutamente para nada, o sea creo que si me he estado adaptando bastante bien a esto, pero siento que los problemas con mi familia aumentaron en la cuarentena, por ejemplo en mi casa estoy bien, estoy con mis primos, juego un rato, platico con ellos y siento que en ese momento hay un desahogo bastante grande y pues me siento bien, pero por las noches que es cuando veo a mi papá, es como que todo lo malo de dos semanas, recae en ese

momento, entonces realmente me siento bien la mayor parte del día, pero hay momentos del día donde si digo como ya, estoy harta, ya no quiero, ya.

Co coordinador: Gracias, alguien más que quiera compartimos.

Dannae: Bueno, creo que de manera personal, pues la cuarentena, no me ha afectado tanto porque no era como una persona de estar saliendo mucho. Realmente nadamas salía con mi mejor amiga, porque no me gustaba salir con las demás personas en ese aspecto, creo que gracias a la cuarentena me he dado cuenta que soy apta para varias cosas, he aprendido como a cocinar mejor, me doy cuenta que también soy buena bailando, eh estado haciendo cosas que antes no hacía en todo este tiempo y estoy descubriendo que pues puedo ser capaz de varias cosas en el ámbito de la escuela, siento que no me han dejado así como bastante tarea, sin embargo pues las explicaciones que nos dan sobre como hacer nuestros trabajos pues no son realmente buenas, pero pues tenemos que esforzarnos por sacar buenas calificaciones y pues creo que me estoy adaptando bien a la cuarentena, no creo que me haya afectado tanto porque pues yo no soy como de salir, pero pues todo ha estado bien hasta ahora, jaja, igual con mi familia soy muy unida a ella y hasta ahorita no hemos tenido ningún tipo de discusión por convivir tanto tiempo, pero pues si, hasta ahora he estado bien.

Co coordinador: Gracias, ¿alguien más chicos?

-silencio-

Co coordinador: disculpen si no les devolvemos nada durante sus comentarios pero debemos dejar que todos ustedes nos hablen, nos cuenten su experiencia.

algo que suena mucho aquí es que hay cosas buenas como malas, dentro de ellas se dieron cuenta y mencionan que en algunas ocasiones han aprendido cosas de ustedes o las cosas que han realizado las han reforzado, cosas que hacían anteriormente, en este encierro lo han aprendido a hacer mejor o han aprendido a hacer cosas nuevas y creo que se quedan con una parte buena de esta pandemia. Otra cosa de las que ustedes hablan son de las experiencias personales que tienen

con amigos con familiares incluso, no lo sé, con otras personas que tal vez les han enseñado más de lo que son las personas y de lo que pueden esperar, también hablan de las cosas negativas que son como, mencionan mucho o sentimos que hacen énfasis en la parte escolar y creemos que es algo importante porque ustedes que son jóvenes y que están estudiando, me imagino que la mayoría están en media superior entonces para muchos las clases virtuales, a algunos les ha dejado aprendizajes digámoslo así, “no tan favorables” porque tal vez los profesores y nosotros no estamos preparados para este tipo de situaciones, no estamos acostumbrados a una “enseñanza” así, en línea, virtual o que es como más difícil concentrarse o llevar a cabo esta actividad.

Otra cosa “negativa” que ya mencionaron son las emociones encontradas debido al encierro o digámoslo que al confinamiento, esta acumulación que tal vez en otra situación por ejemplo, podrías salir de tu casa a la escuela y puede que se te olvide lo que pasaste hace una hora en tu casa u otras actividades que te permiten “liberar las emociones”, creo que eso es otra cosa de las que mencionan, se han guardado un poco las emociones o las experiencias, tal vez se guardan en nosotros.

Y por último no se si alguien de ustedes chicos o de mis compañeros quisiera agregar algo?

- silencio-

Apoyo: yo agregaria una pregunta más, alguien de ustedes ha descubierto estos “talentos ocultos”, porque como se había comentado, antes del confinamiento no teníamos tiempo para nosotros, siempre estábamos encerrados entre la escuela y otras actividades que involucraban a los demás pero cuando llegamos a pensar en nosotros mismos.

Mariana: yo si he descubierto unos talentos que no sabía, por ejemplo, aprendí a cocinar, nunca me había metido a la cocina y en esta cuarentena he estado un poquito más ahí, ayudando a picar, incluso un día hice un pastel y me quedo bien o eso dijeron, mi prima y yo hicimos un dibujo y saque unos cuantos “dotes” de pintura que tenía ocultos y creo que eso es lo que me ha ayudado a no estar tan estresada

en la escuela y no preocuparme nada más por eso si no también darme tiempo para mí y saber que es lo que puedo hacer.

Co coordinadora: continuando con esta línea de “cambios”, podrían contarnos ¿qué cambios han tenido en su vida cotidiana?, ya nos contaban sobre la escuela y las actividades cotidianas, algún otro cambio.

-silencio-

Coordinador: creo que todos hemos tenido cambios en general, por ejemplo, en mi casa casi no convivía con mi familia y ahora es la mayor parte del tiempo lo que estoy aquí, entonces como dicen hay cosas buenas, cosas malas pero yo creo que ese ha sido como el mayor cambio que he tenido, el convivir más con mi familia, no sé se ustedes nos quieran compartir sobre sus cambios antes o durante la cuarentena si hay.

Mariana: pues en mi caso, estaba acostumbrada a ir a varios cursos como inglés, clases de baile y cosas así pero por esto de la pandemia, ya no puedo ir, o sea lo llevamos a cabo en línea y en casa pero es diferente como la enseñanza que te dan en persona a como tú lo estés realizando en tu casa, creo que otro cambio que he tenido es el convivir con mi familia porque al principio está acostumbrada a estar solamente con mi mamá y mi papá y de ahí en fuera nadie pero ahora estoy con mi abuelita, con más personas en una misma casa y soy de esas personas que no les gusta estar con mucha gente, entonces en mi caso como que no me agrada mucho por eso me la paso en mi cuarto, no sé siento como un sentimiento de invasión, creo que esos han sido los cambios que he tenido durante la cuarentena.

coordinador: gracias.

Galilea: en mi caso, digamos he venido de una familia muy unida, siempre a mi familia le ha gustado mucho juntarse, reunirse y todo, entonces siento que en el aspecto de que siempre he estado con mi mamá no hubo cambios pero la semana que dejó de trabajar mi papá, el tenerlo toda la semana en mi casa fue como pues



un cambio muy fuerte porque hace mucho que no pasaba tanto tiempo con él y mi papá es como muy dominante en el espacio en el que él está, entonces mi vida esa semana cambió completamente porque yo no estaba acostumbrada a la vida que yo ya tenía cuando mi papá vivía en la casa entonces tenerlo ahí una semana fue como muy raro, la convivencia fue rara o sea no estuvo mal pero fue rara y tampoco salimos mucho, nunca, mi familia es muy “muégano” mi familia si es de las que acostumbraba verse cada ocho días o cada tercer día entonces siento que yo lo que

co coordinadora: es cierto, creo que a veces viene bien juntarte con las personas y pasar más tiempo, hay veces que no funciona, hay veces en las que estar con las personas pues resulta lo contrario más por ser tanto tiempo, creo que eso es algo importante y no sé si alguien más esté de acuerdo o quiera dar otra opinión diferente.

coordinador: alguna otra experiencia.

Mariana: Pues en mi caso mi papá se va toda la semana a trabajar a Querétaro, regresa y solamente regresaba para dormir y los fines de semana también se iba a trabajar, entonces casi no lo veía y cuando pasó todo esto, lo tuve en mi casa un mes, despertar y verlo conmigo pues casi nunca estaba en mi casa y fue muy raro porque él no se adaptaba al movimiento que había en la casa, porque nosotros no nos adaptábamos a él, porque se tenía que adaptar al movimiento que había eh, lavar los trastes, hacer el quehacer, comida y cosas así, entonces creo que también se desesperó un poco de eso y pues ya.

Co coordinador: Gracias.

Coordinador: yo creo que igual puede ser, es la compatibilidad que tienes con ciertas personas, tal vez hasta con nuestros papás a veces no convivimos tanto y el poco tiempo que convivimos pues es todo amor y cariño y hay veces que cuando pasas demasiado tiempo con una persona pues es así como que salen cosas diferentes porque ahí salen como las diferencias que tenemos con ciertas personas, así mismo cuando no conocemos tanto o no pasamos tanto tiempo con alguien y derrepente ya pasamos tiempo pues puede que nos unamos más en el caso de que

nos dicen que se unió más con sus primos. No sé si alguien mas que no hay participado quisiera contarnos igual esos cambios que han tenido.

Co coordinador: incluso cualquier comentario, no necesariamente lo que estamos comentando, pueden comentar lo que ustedes quieran.

I-Silencio-

Co coordinador: por qué creen que les ha costado mucho adaptarse a sus familias, su familiar que no se encontraba tanto en casa.

-Silencio-

Co coordinador: retomando la idea que mencionaban sobre la parte escolar ¿ha traído cambios en su manera de estudiar?, digamos la manera en la que estudiaban antes a la que ahora implementaron.

-Silencio-

Coordinador: ¿Siguen ahí?, ya me están preocupando, o ya se fueron por un helado o unas papas.

-Silencio-

Mariana: Bueno en mi caso si cambió bastante el tema de estudiar en línea porque algunos maestros nos hacían conectarnos temprano, algunos no, luego las clases las daban en estas horas de las 3, 4, cuando no correspondía al horario, a veces nos dejaban tarea que no explicaban eh, creo que sí cambió bastante, tenemos nosotros que investigar por nuestra cuenta eh, en los exámenes que hasta hacían en línea eh, los hacíamos en equipo porque pues por lo mismo, nos explicaban y no entendíamos, pues entre todos medio estudiamos y pues pasabamos el examen.

Co coordinadora: ok, gracias, alguien más que quiera comentar algo.

Bruno: Bueno, pues en mi caso, pues eh de alguna manera las clases presenciales pues los maestros me ayudaban a lo mejor a entenderle un poco mejor mediante ejemplos, no sé, cosas así, pero ahora que estamos en línea, ya toca hacerlo por ti

mismo porque pues realmente cuando pides una explicación al maestro por línea pues realmente no es lo mismo a cuando el te lo esta explicando directamente, creo que ese ha sido el cambio que he tenido que hacer, tratar de comprenderlo mejor y con ejemplos más por mi cuenta que por cuenta de el profesor y pues si me he estado adaptando al estudiado y también hago mis exámenes en equipo con mis compañeros por lo mismo de que todos no llegan a entenderlo y ya pues entre varios ya se ayuda mejor y ya creo que eso es todo.

Co coordinador: Gracias.

Co coordinador: Gracias, alguien más chicos.

-Silencio-

Co coordinadora: Y si tuvieran la oportunidad de hacer observaciones de esta nueva modalidad de estudio, ¿qué dirían? o ¿qué cambiarían?, ¿qué implementarían?, ¿qué observaciones harían a esta modalidad?

-Silencio-

Co coordinadora: Sin miedo, recuerden que esto no es una clase, no sientan que es así, este espacio es para ustedes, para que nos cuenten, para escuchar las voces de ustedes que son jóvenes y que son estudiantes, entonces no sé sientan con la responsabilidad de decir algo correcto, porque sabemos que cada experiencia es muy valiosa, entonces tengan la libertad de expresar lo que ustedes quieran sale.

Galilea: Siento que sería una pregunta difícil de responder porque por ejemplo en mi caso, la única clase en línea que tuve, era de matemáticas y era una clase de por sí difícil de entender y luego que te la explicaron en línea, para mi fue complicado porque de por sí siento que a veces no entiendo presencial, en línea entendía menos, entonces, siento que no es nuestra culpa que le maestro no explique bien, pero a lo mejor tampoco es culpa del maestro porque no tiene las herramientas para explicarte via en línea, porque a lo mejor no entiende cómo funciona o porque a lo

mejor no sabe tampoco como explicartelo, entonces no sé, siento que a lo mejor les daría mejor herramientas a los maestros para que nos hiciera entender a nosotros.

Co coordinadora: Gracias

Co coordinadora: Gracias, creo que eso es importante, incluso podríamos decir que tanto los profesores como nosotros no estamos preparados para “aprender” de esta manera, anticipar este tipo de situaciones para que no se entre en problemas o este tipo de eventos.

Dannae: Bueno, yo igual comparto la idea de que debería el profesor explicarnos un poquito más, igual hay materias en las cuales no entiendo, que una de ellas es matemáticas, en mi caso el profesor nunca hizo videollamada, solamente subia archivos pdf, explicando según como teníamos que hacer los procedimientos, pero pues no entendía, entonces tenía que investigar yo por mi cuenta como tenía que hacer el procedimiento para poder realizar el ejercicio, en mi clase de inglés, la maestra era un poquito más accesible, enseñaba las diapositivas acerca del tema y creo que así es como el maestro debió explicarnos, con un poquito mas de accesibilidad para que nosotros si de por si no entendiamos en presencia del profesor, pues menos así.

Co coordinadora: Gracias.

Co coordinadora: Gracias.

Co coordinadora: ¿Quién más quisiera comentar sobre esto?

-Silencio-

Co coordinadora: Se mencionaba este uso de plataformas y la poca utilidad que le damos para las clases, en cuanto a eso, ¿cómo fue?, ¿qué opinan de las plataformas que ustedes se han visto en la necesidad de usar, ¿pueden dar una opinión sobre estas plataformas? y ¿qué tipo de plataformas han utilizado para, ya sea mandar sus tareas, para que le lleguen a ustedes sus tareas o incluso tengan clases.

Mariana: Bueno, en mi caso, solamente utilizamos tres plataformas que fué “classroom”, “zoom” y “edmodo”, de “classroom” creo que la aplicación estaba bien a mi me funcionó muy bien, de zoom creo que lo único malo es que las reuniones solo te duran cuarenta minutos y me gustaria mas que durarán un poquito más como una hora estaría bien y de “edmodo”, no sé si solamente era mi teléfono o la aplicación, la verdad no sé, pero las notificaciones no me llegaban, me llegaban dos días después y pues eso no me gustaba tanto.

Co coordinadora: Gracias.

Co coordinadora: Gracias, ¿alguien más?

Bruno: Bueno pues en mi caso, al ocupar classroom fue todo bien, creo que fue accesible de alguna manera y también ocupaba “edmodo”, igual que Mariana, no me llegaban las notificaciones de cuando el maestro subía un aviso o alguna actividad, entonces pues nadamas era cuestión de estar checando a cada rato si alguien subía algo porque pues si no, no era tan accesible en ese punto y hubo una maestra que pedía algunos trabajos que los subieras un vídeo tuyo explicando el tema, igual se me hizo algo accesible, pero de tantas veces que le metias al video pues tardaba mucho en subirse y en lo que lo abría la maestra y había errores al subirse, nadamas es cuestión de organizarte y pues entre todas las aplicaciones que usé, creo que classroom sería la más accesible, en mi manera de pensar y pues ya creo.

Co coordinadora: Gracias.

Galilea: Yo por ejemplo tuve muchos problemas, yo si usé muchas aplicaciones, “edmodo”, “classroom”, “google med”, “zoom”, “messenger med”, “videoconferencia por whatsapp”,este, si usé varias para entregar trabajos y todo eso y creo que no tenía problemas con ninguna, porque classroom si me llegaban todas las notificaciones, pero no enviaba mis tareas, y justo mis tareas de matemáticas no se enviaban y tuve muchos problemas con una específicamente, de que el maestro me dijo que no era mi tarea, que yo no la había hecho, yo dije, como le compruebo que

si la hice, y él decía, es que no la hiciste tú, estoy seguro de que no la hiciste tu y si tuvimos muchos problemas por esa tarea.

Co coordinadora: Gracias.

-Silencio-

Co coordinadora: Alguien más.

Co coordinadora: Creo que los problemas que mencionan pues ya no están dentro de nuestras manos, es algo que realmente no depende de nosotros y puede que a veces eso sea frustrante para nosotros porque nos mete en problemas, entonces este, deberemos tomar en cuenta que tenemos que adaptarnos y encontrar la mejor manera de solucionar los problemas para que en un futuro no nos veamos más afectados.

Co coordinadora: También creo que la incertidumbre parte de, no sé, de este tema escolar por parte de estudiantes y por parte de profesores, la incertidumbre de no saber realmente qué está pasando con mi alumno o con mi profesor, la certeza de saber si están aprendiendo, la certeza de si lo están haciendo o incluso de ustedes hacia ellos, que también le den valor a lo que ustedes están haciendo del otro lado, creo que esa parte es medio difícil comprender, pero creo que todos estamos en un proceso de adaptarnos en todo y en esta área, más que nada, porque pues no estábamos acostumbrados a esto.

Co coordinadora: Bueno, ya par finalizar esta sesión del día de hoy y que esto no se vuelva tedioso para ustedes, ¿cómo describirían la experiencia de estas clases virtuales en tres palabras?

Coordinador: ¿Quién dice yo para comenzar?

Mariana: Yo creo que para mí sería, tediosa, interesante, innovadora, tediosa en el sentido en que de por si tengo que buscar yo también la manera de entender mejor lo que le profesor me manda en linea, innovadora porque siento que es algo nuevo para nosotros, siento que te tienes que adaptar a lo que estás viviendo, interesante

porque pues igual tienes que hallar las formas de poder tener un entendimiento para realizar tus tareas y pues creo que así describiría mis clases en línea.

Coordinador: Muchas gracias.

Dannae: Yo creo que sobre todo en mi caso sería, tediosa, aburrida y ¡ay! es que no sé, no sé me ocurre otra palabra, pero son esas dos las que sobresalen más, porque no entendía, a veces me hacían despertarme muy temprano y pues yo me dormía tarde, los maestros a veces no ponían de su parte, pues yo creo que así describiría mis clases.

Co coordinadora: Gracias.

-Silencio-

Sientanse en confianza, aquí es para platicar, no es como para, ay tengo que decir lo moralmente correcto, aquí estamos abiertos para platicar de todo, igual si tienen alguna duda, pregunta opinión, igual dialogarlo aquí, si alguna opinión no les parece, igual no lo pueden decir, igual para que esto sea más, nos vamos mejor, sin pena, pueden participar.

Galilea: Okay, bueno por ejemplo creo que en el aspecto escolar, para mí el hecho de que entráramos en cuarentena fue estresante y no sé, decepcionante, porque la última, bueno, la primera semana de cuarentena para mí, yo tenía ahora sí que los proyectos más importantes para todas las materias, tenía como la exposición más importante, tenía una práctica de biología muy interesante que yo quería hacer, el proyecto de química que se tenía que entregar, tenía todos esos trabajos que para mí, a mí también me gustaban y yo quería hacer y de repente nos dicen no pues hay cuarentena y ya no vas a hacer nada de eso, ya no vas a exponer, ya no vas a presentar tu práctica, ya no vas a hacer todo esto y de aquí, prácticamente ese día, fue el último día de prepa que tuve y ya no vas a ver a tus amigos, no vas a hacer absolutamente nada y no vas a regresar a la prepa, entonces para mí fue como ¡no!, era mi último año, era literalmente la última vez que iba a entrar a esa prepa y ya no pude disfrutarlo.

Coordinador: Gracias

Co coordinadora: Gracias, creo que también entras en una etapa de duelo, de no querer aceptarlo, pero bueno, alguien más que quiera compartir algo.

Bruno: Bueno, pues en mi caso, me gustaría compartir que mi maestra de orientación, en su clase nunca hacíamos nada, nada, la maestra nos dejaba trabajos muy simples y bueno los podíamos hacer en casa para en la escuela no hacer nada, entonces esa maestra fue la que nos dejó una tarea, pero así tarea muchísima, muchísima tarea, en la semana nos pedía unos cuadros de cuarenta, ay es que, de cuarenta cosas donde teníamos que poner, como podíamos evitarlo y no, era leer toda las diapositivas, nos dejaba muchísima tarea y en esa parte creo que fue lo que más me molestó porque si nunca hacemos nada en su clase, ¿por qué nos dejaba tanta tarea?

Coordinador: Cambió la relación.

-Silencio-

Co coordinadora: ¿Alguien mas chicos?

-Silencio-

Coordinador: Bien, si no hay como más intervenciones o quisieran agregar algo mas, quisieramos poder como agendar nuestras citas y bueno, nuestras sesiones y si están dispuestos igual a que días están disponibles, qué horarios están disponibles para llevar la siguientes sesiones.

Co coordinadora: No sé si quieran proponer un día para que nos volvamos a conectar y también un horario.

-Silencio-

Galilea: Yo con que no sea tan tarde esta bien, y que no sea viernes, porque los viernes trabajo de las 5 en adelante, entonces pues no, no puedo esos días.



Co coordinadora: A okay gracias.

Coordinador: Gracias.

Co coordinadora: Gracias.

Co coordinadora: Alguien mas que tenga un problema o comentarios.

Bruno: Yo puedo cualquier día, pero antes de las 6.

Co coordinadora: Gracias. Danae ¿tu tienes algún problema?

Danae: Yo igual puedo cualquier día y pues si estoy accesible a cualquier hora, no hay ningún problema en ese aspecto.

Coordinador: ¿Les parecería si nos volvemos a ver el martes a las 2:30 pm?

Galilea: Por mi esta bien.

Mariana: Si, por mi esta perfecto.

Co coordinadora: De cualquier manera nos pueden mandar un mensaje personal a cualquiera de nosotros, ya sea Frida, Yocelin, Erick e Itatí o a mí o si quieren mandarlo en el grupo, cualquier inconveniente que tengan pues para ajustar los días y las horas con confianza nos pueden decir. También la idea de este espacio la pueden ver de expresión de pensamiento, emociones nosotros estamos abiertos a que ustedes nos den sugerencia, nos comenten, nos expresen lo que ustedes sientan, para eso estamos aquí y pues no duden en acercarse a nosotros y pues igual si después de esta plática quieren quedarse a decirnos algo, también por mensaje.

Co coordinadora: ¿Alguien tiene una duda?

-Silencio-

Co coordinadora: Antes de irnos queremos pedirles si pueden colaborar con una actividad, no es ahora pero se quedará para ustedes, será personal, no es

obligatorio si lo quieren hacer está bien si no, no hay ningún problema porque es su desición. La actividad consiste en escribir un "diario" de las actividades que hacen durante el día, deben escribirlo porque más adelante esto podría ayudarnos a ver una de las cosas que trabajaremos más adelante.

Con coordinadora: Por último, cómo se sintieron con esta experiencia. Puede decir lo que ustedes quieran o cualquier observación sobre la sesión.

Galilea: para mí estuvo bien, no sé, siento que es incomodo, no incómodo como de lo que hablamos si no que el hecho de no conocer a todos hace sentirse entraña pero siento como que mientras vaya pasando las sesiones podemos ¿hablar mejor?. De por sí es como difícil, bueno para mí es un poco difícil hablar de lo que siento o de cómo me llevo con mi familia, como me siento al respecto de las cosas que dicen o todo eso, entonces siento que el hablarlo con alguien más de por sí es difícil pero conforme vayamos agarrando confianza puede ser más fácil.

Coordinador: Gracias!

Mariana: yo también comparto esa idea, me dió mucha pena hablar, decir cómo lo que siento respecto a los profesores, el cómo me he sentido durante esta cuarentena, porque también no soy una persona que no habla mucho y tenga muchos amigos pero si se siente raro y eso es lo que sentí está sesión pero creo que como vayan pasando las sesiones talvez tenga más confianza y pueda hablar un poco más.

Co coordinadora: gracias!

Dannae: Bueno, yo siento que fue una sesión pues algo dinámica, me gustó, igual al principio como todos, siento que te va a dar pena porque no conocer a nadie pero pues ya teniendo confianza ya todo cambia, pues si me gustó la manera en la que nos preguntábamos cosas, estuvo bien para mí, estuvo divertido expresar con personas que no conozco lo que pienso, no es que lo haga mucho pero estuvo bien.

Co coordinadora: gracias!

Bueno, si nadie tiene alguna duda, para dar por terminada la sesión y vernos el próximo martes como había comentado mi compañero y esperamos que se vuelvan a conectar y se encuentren bien.

\*Todos se despiden\*.

Sesión 2

Problemas y necesidades con las emociones

Necesitamos que tengan una hoja a la mano para realizar una actividad

Galilea: ¡Si!

¿Belén?

Belén: Sí, yo también tengo la hoja a la mano

Co coordinador: Ah, ok. Pues bien vamos a iniciar con esta actividad van a poner su hoja en vertical y yo les voy a realizar algunas preguntas, cada que yo haga alguna pregunta van a ir rompiendo su hojita igual de manera vertical, pero sin arrancar como el cacho nada más este, pues haciendo como un corte cada que digan que sí a la pregunta, o sea cada que no pues no deben hacer nada a la hojita ¿está bien?

Galilea: okey

Co coordinador: Empezamos con la primera, recuerden ¡eh! solamente romper cuando sea un sí. *¿tuvieron una linda semana hoy?* (pausa) ¿Ya la rompieron? Si, sí

¡Ah! *¿Cuántos de ustedes les gustó las clases virtuales?* (pausa) ¿la siguiente?

Belén: Sí

Co coordinador: *¿Se aburrieron de estar en casa?* (pausa) *¿Quién se estresa por tener tanta tarea?* (pausa), la otra sería *¿le damos importancia a nuestras emociones?* (pausa), *¿nuestras emociones juegan un papel importante en el día a día?*, si quieren que me regrese una pregunta igual me dicen eh, la siguiente sería *¿sabemos expresar nuestras emociones?* (pausa).

La siguiente sería *¿te has sentido triste durante este tiempo de confinamiento?* (pausa) y por último *¿te has enojado o enojada en estos días?* Igual piensen las cosas que los hacen enojar *¿ya tienen su hojita?*

Belén: Yaa

Coordinadora: Ahora les vamos a pedir si es posible que nos muestren como su hoja, si no quieren prender la cámara frontal pueden prender la otra y mostrarnos cómo quedaron sus hojas.

Galilea: Okey, aguanta que no hacer eso (muestra la hoja)

Apoyo: Gracias

Galilea: Así quedó la mía



Coordinadora: Gracias Gali

Galilea: Por nada

Belén: (prende la cámara y muestra sus hojas)



Coordinadora: Okey, okey gracias B

Co coordinador: Okey, no sé si las dos vieron la hoja de la otra chica, B la de G y Galilea la de Belén

Belén: Yo si la vi

Galilea: Yo no la vi (riendo)

Co coordinador: No sé si la puedas enseñar de nuevo B

Galilea: Por favor

Belén: (enciende su cámara y muestra la hoja de nuevo con el propósito de que su compañera lo observara)

Galilea: ¡Ah! ya ya, ella hizo cortes más bonitos

Co coordinador: Más delicados

Coordinadora: ¿Ya?

Belén: Okey (apaga la cámara)

Co coordinador: Ahora no sé si las dos puedan dar una opinión la una a la otra, de los cortes que hicieron, cuantos cortes, si fueron muchos, si fueron pocos, porque creen que, que sí que algunas preguntas contestaron que sí, que no, como interpretar a la otra persona ¿Quién quisiera empezar de las dos?

Belén: Que empiece Gali

Galilea: Oh, este pues es que ella hizo cortes más bonitos, más derechos, más estéticos, siento que no sé, bueno a lo mejor por el tamaño, yo hice cortes más anchos, yo ocupe toda la parte de la hoja o sea toda la hoja y ella ocupó un cacho pequeño porque hizo cortes más chiquitos, pero siento que fueron más o menos los mismos.

Co coordinador: ¿Los mismos? ¿Cuántos cortes fueron los tuyos B?

Belén: Yo hice uno mmm seis cortes

Galilea: (sorprendida) Yo también hice seis

Co coordinador: ¿y sobre de eso que piensas Gali? ¿Qué son como muy parecidos?

Galilea: No lo sé, pues es que no sé a qué dijo que no, a lo mejor pudimos haber dicho que no a distintas cosas.

Co coordinador: y tú que crees a que haya dicho que no

Galilea: Que no le gusto la modalidad en línea

Co coordinador: Okey alguna otra cosa

Galilea: Mmm no lo sé

Co coordinador: Alguna de la tú dijiste que no

Galilea: ah (pausa) Es que, si tuve una buena semana y si, si me he sentido enojada y triste en algunos momentos, pues no me gustó la tarea o sea porque a pesar de que no tuve este muchas clases en línea, si dejaban muchos trabajos y mucha tarea, pero no es como que tenga algo en contra del sistema online.

Co coordinador: Okey y ¿tú B? Qué piensas de que también tuvo seis cortes Gali

Belén: mmm pues no sé ¡eh! creo que igual, siento que a ella como que tampoco le agrada mucho el sistema dice que no está tan desacuerdo pero tampoco como que haya sido la maravilla el sistema en línea porque bueno lo que yo pude notar es que como tal ni los profesores ni los alumnos estábamos preparados para esto simplemente nos llegó como de sorpresa y para algunos fue muy complicado adaptarse sobre todo para los alumnos, y sí sobre todo para los alumnos porque algunos profes lo que hacían era nada más como dejarnos muchas tareas y ya, o sea, decirnos para tal día las quiero sin darnos un apoyo o decirnos como las querían exactamente o cómo brindarnos un poquito más de ayuda como lo harían regularmente o eso, yo noté en muchos de mis compañeros con sus profesores y

también con los míos y también noté que a casi ningún alumno les gustó el sistema en línea entonces creo que eso puede ser algo de lo que G dijo que no y tal vez al hecho de trabajar o saber manejar las emociones, a muchas personas en sí nos cuesta trabajo manejar nuestras emociones al 100% y a veces se nos complica saberlas expresar de manera adecuada pero no sé si sea el caso de G o solo el mío.

Co coordinador: Tú que piensas Gali

Galilea: Si fue mi caso, porque en lo personal soy mucho de no demostrar emociones que no sean felicidad y alegría porque siento como que mi familia es mucho a esa idea que tienen de mí entonces pues prefiero guardarme ya sea la tristeza que tenga o el enojo y no sé expresarlos precisamente por lo mismo.

Co coordinador: Okey, qué más crees que influya en eso que nos estas comentando en que no puedas expresarte

Galilea: Pues yo creo que yo misma pero no, no sé

Co coordinador: O ¿qué crees que necesites tú?

Galilea: Nunca me lo he preguntado, siento que siempre soy como pues si está ahí y ya, pero hasta ahí

Co coordinador: Okey y Belén tú qué opinas sobre de eso

Belén: ¡Eh! sobre de ¿por qué no podemos expresar nuestras emociones?

Co coordinador: Sí

Belén: Ah, bueno yo creo que tiene que ver también con un entorno eh, Galilea lo decía bien nuestra familia está de cierto modo acostumbrada a algo y a veces nos cuesta como expresar la parte negativa o no feliz de nosotros porque incluso nosotros estamos acostumbrados vernos de una forma y al momento de querer expresarnos nos cuesta o se nos complica pero creo que también tiene que ver con nuestro entorno no solo familiar sino también social, en muchas ocasiones nos dicen

que expresar miedo, expresar enojo o tristeza está mal o no es el adecuado o es porque no tienes la capacidad suficiente para realizar las cosas entonces de cierta modo nos vemos limitados a expresar lo que realmente sentimos o queremos por el miedo al rechazo a lo mejor o a la crítica.

Co coordinador: Ok, eh no sé si tengan algún otro comentario que quisieran agregar

Galilea: Por ejemplo, eh sí. Siento que tiene razón que no solamente la familia influye sino también los amigos porque, ah por ejemplo, en mi caso estoy muy acostumbrada a que cuando hago amigos y bueno pregunto cómo qué te hizo decir sí, vamos a ser amigos, usualmente me dicen es que eres muy amigable, eres muy alegre y eres muy feliz entonces ahí es cuando yo digo bueno pues si a lo mejor ven la parte no tan feliz, no tan alegre de mi a lo mejor ya no quieren ser mis amigos.

Co coordinador: Okey, ¿eres alegre con tus amigos?

Galilea: ¡Sí!

Co coordinador: Muchas gracias por sus comentarios yo creo que han sido muy importantes para la actividad eh no sé si quieran eh comentar algo sobre las emociones y esta actividad eh si no podríamos a una serie de, una plática sobre lo mismo, pero ya un poquito más específica.

Belén: Creo que por mi parte podríamos pasar a la siguiente actividad

Galilea: Por mi parte también

Co coordinador: Muchas gracias

Coordinadora: Gracias, bueno como bien dice Erik este sus participaciones las agradecemos porque han sido muy sinceras y eh pues el hecho de que no nos conozcan eh agradecemos también que nos abran su sentimiento hacia lo que sienten ¿no? lo que les cuesta trabajo entonces nos gustaría conocer, eh, de manera general durante su modalidad de clases virtuales eh ¿qué emociones recuerdan que surgieron eh en esta vivencia?. (silencio largo)



Belén: Eh ¿ya podemos participar?

Coordinadora: Si claro, adelante

Co coordinador: De las que más se acuerden

Belén: Mmm frustración, enojo, no sé si el estrés cuente como una emoción eh no tanto felicidad, si hubo un poco pero no como la frustración a veces el enojo o no se presentaba con tanta intensidad, eh a veces un poco de tristeza o melancolía y creo que ya es de lo que más me acuerdo.

Coordinadora: Gracias Belén

Galilea: Creo que la frustración la compartimos, si definitivamente frustración, enojo porque (suspira) era complicadas las clases bueno para mi si, las clases, los trabajos, los maestros, el tratar con las personas, pero por ejemplo en mi caso sentí mucha nostalgia porque prácticamente, si nostalgia, porque ya no regresé a la escuela en el último año y tristeza por lo mismo ¿no?

Apoyo: ¿Qué creen que haya influido para que estas emociones se presentarán?

Belén: Mmm yo creo que el estrés de todas las tareas que de pronto nos empezaron a dejar o al menos en mi caso eh yo estuve en paro antes de la pandemia entonces durante más o menos un mes que fue el tiempo que mi escuela estuvo en paro no estábamos como tal presentando muchos trabajos cuando se declara pandemia los profesores nos empiezan a mandar ya muchos trabajos porque ya no estábamos en paro ya estábamos en pandemia entonces ya nos podían evaluar entonces de repente a mí en lo personal me llenaron de trabajos a más no poder y había veces que hacías un trabajo para mandarlo a tiempo con cierto profesor o hacías el otro trabajo o tenías que saber cómo repartírtelos y bueno trabajar en equipo a veces también se volvió un poco más difícil porque antes te podías poner de acuerdo con tus compañeros en el salón de clases o los podrías ver, había una mayor interacción en cambio en línea a veces pasaba que algunos compañeros no se podían conectar a cierta hora porque tenían clases con otros profesores o algunos compañero se vieron en la necesidad de irse a trabajar otros compañeros simplemente no

quisieron trabajar porque pues en la pandemia y a todos nos iban a pasar entonces fue un poquito más difícil la comunicación incluso con compañeros y también con profesores porque yo tuve profesores que desaparecían una, dos, tres semanas y cuando aparecían nos cargaban de trabajos se volvían a desaparecer, nos volvían a cargar de trabajo, creo que ya.

Apoyo: Gracias

Galilea: Por ejemplo en mi caso el hecho de que si fuera frustrante y muy estresante si era quedar en acuerdo tanto con compañeros como con maestros porque por ejemplo tuvimos un trabajo muy importante de literatura y un compañero se desapareció tres semanas y no nos contestó hasta el día de la entrega y nos dijo: no pues es que como le vamos a hacer, y no sabíamos si meterlo al trabajo o no porque pues también era su calificación y nos dijo nada ni nos ayudó nos dejó todo, ¿no?, pero pues si estábamos muy molestos porque era injusto que lo meteríamos y siento que el trabajo en equipo fue muy muy complicado porque no contestaban, el hecho de que fuese en línea ciertamente te da la libertad de decir no leo el mensaje y lo contesto cuando se me dé la gana, entonces si era estresante y pues creo que ya ¡ah! y los profesores, desgraciadamente los profesores que nunca dejaron tareas, que nunca hacían nada en clase ahora que estamos en pandemia se le ocurrió decir si es momento para llenarlos de todo el trabajo que no hicimos en todo el año escolar y pues eran los maestros más difíciles de contactar o si les decías este tenemos un examen tal día, el maestro decía pues ni modo es su responsabilidad y ya.

Belén: Yo ¿puedo aportar algo más?

Coordinadora: Si adelante Belén

Belén: ¡Ah bueno!, también con lo de la melancolía creo que también como el hecho de estar trabajando y en mi caso también era mi último semestre, entonces el hecho de estar trabajando constantemente y ser más difícil de comunicarte con tus compañeros o incluso con tus amigos, no con tus compañeros de clase, si no con los que se habían hecho tus amigos durante tu estancia, tu estadia en la prepa o en

el cch pues te ponía un poquito más triste a mí me llegaba a pasar que a veces haciendo trabajos o actividades o conectándose a las clases me acordaba de algunos de mis compañeros y de lo que pudiera haber estado haciendo en ese momento o sea si estando en clase pero estando jugando con mis amigos o que a lo mejor para tal día tenemos planeado tal cosa o que podíamos ir a comer o cosas así pues de repente si como que te ponía triste, ya.

Co coordinador: Gracias

Coordinadora: Eh bueno de lo que nos acaban de mencionar chicas creo que ehh justo pensamos en los jóvenes y en este espacio que a lo mejor no se los podemos dar frente a frente, no se los podemos eh dar frente a frente no podemos estar con ustedes eh pensamos en este espacio porque para nosotros era importante conocer lo que sentían y gracias porque creo que nos están expresando eh mucho entonces agradecemos esa parte eh y que se abran a este lugar porque justo eh pues es para ustedes no? para que puedan decirnos lo que sienten, cualquier experiencia no? que sea importante es bueno que no la digan aquí, creo que la parte en donde decían eh sobre las emociones, las emociones que mencionaron eh coinciden mucho y incluso hasta en el orden en el que las dijeron iban muy igual ehh entonces eso es algo que hay que resaltar porque incluso hasta en el orden en el que las mencionaron coincidieron este y creo que son más negativas que positivas pero hay que recordar que no quiere decir que sea malo o bueno, simplemente que eh es una necesidad de nuestro cuerpo y de nuestra mente y tener emociones no? eh las positivas digamos así como felicidad casi no, casi no las mencionaron y creo que la modalidad de escolar nos dejó mucho que desear y creo que es muy acertada B en decir que no estuvimos preparados nosotros ni los profesores, entonces creo que esa parte es muy rescatable, es muy importante porque creo que eso hizo que las emociones se fueran a otros límites por no tener las cosas tal vez muy bien planeadas o que fueran inesperadas , creo que eso delimitó que las emociones salieran tal vez de una manera que fuera más complicada no? para nuestra persona.

Apoyo: Vemos que se acaba de conectar un compañero que se llama J, quisiéramos que se presentará antes de pasar a la siguiente pregunta.

Juan: Hola soy J y ya, jaja tengo 18 años

Apoyo: ¿Sabes más o menos de que tratan estas pláticas?

Juan: No mucho la verdad si como acabo de entrar, bueno, de las emociones algo así entiendo ¿no?

Apoyo: Si así es, esta sesión es la segunda que tenemos y el tema central son las emociones principalmente relacionado con esta vivencia que hemos tenido que experimentar alrededor de las clases en línea la cual creemos que para muchos es nueva ¿tú has tenido alguna experiencia respecto a las clases en línea?

Juan: La verdad no porque las clases que yo tuve fueron tareas a distancia no solamente no como tal lo que estamos haciendo en este momento en video y así, entonces pues no así algo como un cambio, no fue un cambio como muy drástico, solamente fue el estar desde casa mandando las tareas nada más.

Coordinadora: okey, gracias Juan

Juan: ¿Qué? Perdón

coordinador: Eh, cómo has vivido eso de nada más estar mandando las tareas y ya no ir como a la escuela como tal

Juan: La verdad fue, bueno hablando de lo complicado igual y hasta un poquito más fácil pero como estamos en casa nos distraemos un poquito más al estar pues aquí con nuestras familias pues si se nos hace como que un poquito más tardado, pero pues normal si lo sentí bien, no se me hizo muy pesado.

Co coordinador: Okey, no sé si alcanzaste a escuchar alguna de las preguntas que habíamos hecho

Juan: Este, no

Co coordinador: Igual quieres participar con esas preguntas o podemos continuar ya

Juan: Pues como gusten si quieren preguntarme algo, lo que sea pues sí está bien

Coordinadora: Bueno el tema que estamos aquí platicando con Galilea y Belén que también son parte de la sesión, era qué emociones han surgido a partir de la nueva digamos modalidad de estudio, creo que tienen en común los tres que no tuvieron mucho acceso a este tipo de clases como estamos haciendo en video este, pero igual nos lo pueden hacer saber, pero a eso como este tipo de actividad escolar, que emociones surgieron.

Juan: Yo creo que una de las principales también pudiera ser el enojo ¿no? porque muchas personas se les complicaba o se les hacía un poco más tedioso entrar a las clases, por el estrés, por la cantidad de tareas todo lo que nos dejaban, podría ser el enojo también. Bueno para mi podría ser como la principal.

Coordinadora: Okey, ¿crees que añadirías otras o sería la principal?

Juan: Mmm no yo creo que solamente esa para mí

Coordinadora: Okey, gracias eh

Apoyo: ¿Ustedes creen, coinciden en lo que comenta J? ¿Ustedes experimentaron el enojo?

Galilea: Pues en mi caso sí al tratar con los maestros o con mis compañeros y que no nos podíamos poner de acuerdo o que no entregamos las tareas como deberían de ser y nos regañaban y entonces precisamente como en línea no se daban a entender muy bien pues uno tampoco entendía bien que había que hacer, que había que entregar, a veces entregamos las tareas mal.

Coordinadora: Okey y bueno mencionan la mayoría de las emociones digamos negativas como ya les había dicho, pero ¿podría mencionarnos que favorecieron su vida escolar? Si es que hay

Belén: ¿Mi vida escolar mientras el tiempo en el que estuve en el CCH o mi vida escolar durante la pandemia?

Co coordinador: Durante la pandemia

B: Ah ok pues creo que puede ser un poco de tranquilidad, no hubo como mucha pero había momentos en los que me sentía un poquito más tranquila porque si me desvelaba a lo mejor haciendo los trabajos no me tenía que levantar tan temprano para irme a la escuela o salir corriendo de casa para llegar a tiempo a las clases o cosas así entonces a veces era un poquito más de tranquilidad, a veces un poco más relajada en cuanto a eso, en cuanto al tiempo de salir corriendo de un lugar a otro ohh cosas así, el hecho de poder tener un poquito más de acceso no a la comida precisamente pero poder comer más a mis horas que en mi caso voy en la tarde entonces el comer se me dificulta mucho porque yo entro a las tres y salgo hasta las nueve y no tengo como lapsos para poder ir a comer entonces estando en casa pues entonces no había tanto problema porque o me desaparecía del profesor o simplemente me daba una pausa para poder ir a comer o cosas así, entonces estaba como un poquito más tranquila en ese aspecto.

Coordinadora: Okey, gracias B

G: Siento que a parte de la tranquilidad porque si es cierto que si el hecho de hacer trabajos hasta las dos, tres de la mañana y al día siguiente levantarte sin necesidad de decir okey otra vez a la escuela y no sé si vaya a llegar temprano, no sé si vaya a llegar tarde, ahorrarte todo eso también en cierta parte es la comodidad de no salir de tu casa, de poder hacer el trabajo de corrido o sea a lo mejor cuando íbamos a la escuela teníamos que hacer un trabajo en dos días entonces cuando llegabas de tu casa hacías una parte y al día siguiente otra parte y a lo mejor ahora en pandemia pues ya los podías hacer todos completos durante un día a lo mejor al día siguiente descansar todo el día pero siento que el hecho de que los maestros pensaran que era más cómodo hacía que los maestros exigieran más trabajo.

Coordinadora: Okey, gracias Gali. No sé J si quieres agregar algo o

J: Ah este ¿cuál fue la pregunta? Perdón

Coordinadora: Que si sentiste que durante la pandemia bueno las clases o la manera que tenían de interactuar con la parte escolar ¿qué emociones favorables crees que influyeron? Si es que hay emociones favorables

J: mmm pues si pudiera ser como lo que dijeron de tranquilidad un poco por el hecho de que estas un poquito más libre de como que hacer las tareas a un tiempo no limitado porque por decir hay muchas personas como en mi caso nos dejaban toda la semana para hacer la tarea y solamente nos dejaban hasta el fin de semana hasta el viernes entonces creo que tener esa libertad su fue un poquito más favorable y nos hacía sentir a veces un poquito mejor y menos presionados.

Coordinadora: Okey, gracias J ¿alguien más que quisiera agregar algo? Bueno y en cuento a todas las emociones creen que, de manera personal, ¿creen que han aprendido de ellas?

B: Pues mmm creo que si un poco no fue como que mucho porque tampoco siento que haya sido como el momento más agradable como para aprender sobre tus emociones pero sí bueno creo que yo aprendí a tratar de lidiar como con el enojo porque el enojo no era como que con mi familia sino con mis compañeros que a lo mejor no se conectaban con mis profesores o porque tal vez no me salían los trabajos entonces tener como que dividir esa parte no? Estás enojado pero no tu familia, tu familia no es la culpable no tienes porque de cierto modo desquitarse con ellos a veces si se me complicaba debo de aceptarlo porque es como muy frustrante intentar hacer algo y de repente lleguen y me interrumpen o cosas así pero también tenía que cómo aprender a lidiar con eso porque ni ellos, ni yo éramos los culpables de lo que estaba pasando y creo que también un poquito con la frustración porque ya no solo era el hecho de los trabajos sino del contexto social era a veces muy estresante y frustrante ver las noticias y saber que esto iba a alargarse cada vez más y que pues la situación podía empeorar demasiado y cosas así pero también no podías hacer demasiado más que quedarte en casa y tratar de tomar las medidas preventivas.

Coordinadora: Gracias B

G: Siento que en mi caso yo bueno aparte de que pues sí, para mí todavía sigue siendo muy complicado el hecho de, a diferencia, cuando estoy enojada con alguien y alguien más de familia que se aparezca y me dice como algo que tampoco me agrada mucho, sé que no tengo porque desquitarme con mi familia pero a veces si se me complica demasiado porque pues en ese momento a lo mejor yo me siento muy muy enojada y no sé cómo decirles sabes qué pues ahorita no, ahorita no me digas nada porque estoy enojada y no me quiero desquitar contigo siento que, donde más avancé por así decirlo sería en la paciencia porque este sí estaba acostumbrada a convivir con mi familia pero no a tal extremo entonces siento que ya aprendí más como okey quizá las cosas que solo hacíamos los domingos como los juegos y la convivencia que tenemos de todos los domingos fue de diario y para mí era muy estresante porque hay personas muy estresantes en mi familia, también entonces para mí fue decir pues -cálmate- y tienes que aprender a convivir con todas las personas el tiempo que sea ¿no? y ya, creo que ya.

J: Yo, bueno yo al estar aquí en casa pues como que tenemos tiempo más para encontrarnos a nosotros mismos y al mismo tiempo pues como encontrar nuestras emociones y la verdad al estar aquí me he sentido más tranquilo y ah como dice aquí también regular muchas emociones como el enojo o la felicidad o así, muchas emociones de las que todos los días, siento que al estar en casa pues nos encontramos un poquito más con ellas o las practicamos más.

Coordinadora: Gracias J. Bueno esté pensando en estos aprendizajes que hemos tenido a lo largo de este confinamiento no sé si recuerden, bueno J la sesión pasada que fue la primera solo pedidos que, no sé si las chicas lo recuerden escribir en una hojita un día lo que hicieron, si pudieron hacerlo más veces eh y si no bueno no importa, esta actividad que les habíamos pedido pues fue con la finalidad justo de poder expresar, de poder plasmar tal vez no dañando a alguien más o alguna situación, poderlo poner en una hoja de papel creo que eso ayuda bastante a veces a emociones negativas en cuanto como decía no puedo desquitarme con mi familia, no puedo llegar con alguien más y decirles o hacer algo no? preferir evitar hacer eso



y por qué no? es un medio para poder expresar, decirle tal vez no a alguien en específico pero si a ustedes, que es lo que están sintiendo reconocer lo que sucede, reconocer lo que sienten y por qué, que lo ha causado, no sé creo que eso es importante, no sé si alguna de ustedes recordó esta actividad y nos podrían platicar que sintieron o sí o como sintieron hacerlo.

B: Eh yo no estuve en la primera sesión, no pude entonces la verdad no sabía de esa actividad.

Coordinadora: No te preocupes B, igual si no lo pudieron hacer pueden ponerlo en práctica el día que ustedes quieran no? no es obligatorio solo es para que ustedes pudieran ver, detectar, ¿no? que era lo que lo causaba, que sentían a partir de qué, cómo lo sacaban, era como un diario personal y nada más era para eso no? para que pudieran eh

Co coordinador: Como otra alternativa para que ustedes se pudieran expresar

Coordinadora: Si claro

G: Yo sí lo intenté

Coordinadora: Ah okey

G: Bueno como un cacho de mi día no todo porque pues se me olvidó terminarlo la verdad pero ¿cómo se llama? mmm, fue un poco complicado porque no soy tan buena escribiendo entonces siento que esa no es como mi forma de expresar, eso no es lo que más me gusta porque no soy buena, no tengo, no tengo verbo la verdad pero ¿cómo se llama? por ejemplo en mi caso a mí me gusta mucho dibujar, siento que es como la manera más sencilla pero llevaba como mmm seis meses sin poder dibujar por más que yo intentaba, intentaba, intentaba no puedo porque es como que precisamente no puedo expresar mis sentimientos, no puedo expresar mis emociones entonces me costó mucho trabajo el volver a dibujar porque el dibujar mi día, el dibujar a lo mejor un árbol, el dibujar una persona, el dibujar lo que sea porque no sabía cómo, no pude entonces si me tardé bastante a los mejor como cuatro horas y al final o sea yo sé que el resultado no fue el mejor pero me sentí

bien porque eh pues a lo mejor la frustración, la desesperación de que no me saliera de que hacía mucho que no lo hacía y que no podía pues la dejé en ese rayón ¿no? fue un poco liberador.

Coordinadora: Okey, gracias Gali. Pues si eh bueno justo creo que las actividades que uno considera como más agradables para nosotros y realmente un beneficio algo que nos haga sentir bien pues es buscar o encontrar eh aquella actividad que nos haga sentir una emoción buena no? positiva y que nos ayude tal vez no a olvidarla, tal vez liberarla de alguna manera, no sé podría decir que yo por ejemplo bailar en el baño sería una de mis actividades que podría decir que me libera de haber estado enojada o tal vez este jugar basquetbol me podría liberar, escuchar música también me podría liberar el punto aquí encontrar algo que no nos afecte a los demás y nos ayude a liberar las emociones no? poder ir controlando, cada quien sabe y conoce su cuerpo y su mente y las reacciones que cada uno tenemos, ir identificando esos puntos son clave para poder no sé realizar otras actividades que nos hagan sentir mejor. No sé si mis compañeros quieran agregar algo más.

Co coordinador: Yo me quedé con una duda de cuando dijeron que como que manejan un poco el enojo, esa frustración y si pudieran recordar qué era lo que hacía, ¿qué era lo que hacen para controlar cómo o manejar un poco más esa emoción? si se pueden situar en el momento en el que pasa eso, en el momento en el que pasa eso para controlar esa emoción

B: Pues yo a veces lo que hago para relajarme es ejercicio, jugar con hulas hulas o simplemente ponerme a rayar algo a mí, yo soy muy inquieta entonces cuando a veces estoy en clase me la paso rayando las cosas o haciendo garabatos y eso también me sirve para relajarme

G: Yo usualmente escucho música o me gusta mucho hacer flores de papel porque siento como que necesitas ser muy meticuloso entonces toda mi concentración se va a lo que estoy haciendo, entonces toda mi concentración se va hacia lo que estoy haciendo y pues ya se me va pasando lo que me hizo enojar, lo que me hizo sentir

mal y me concentro en otra cosa o sea algo que yo sienta que es bonito porque si no es bonito me frustró más entonces no, tiene que ser algo estéticamente bonito.

Co coordinador: Okey

J: Yo pues solamente dejé de hacer lo que estaba haciendo, me acosté respiro unos cinco minutos y ya me relajó me quita un poquito el estrés y el enojo

Co coordinador: Okey muchas gracias

Coordinadora: Creo que nos están ayudando más ustedes a nosotros que nosotros a ustedes, creo que no están dando bastantes eh no tips pero creo que nos están retroalimentando entonces creo que eso es bastante bueno no solo a nosotros sino hacia ustedes escuchar la opinión del otro que hace quizá tal vez probar llega un momento en el que hacer que me libere del enojo no me ayude, mejor hacer otras cosas, gracias por mencionarnos las cosas que han llegado a hacer y les han servido. Y bueno de manera muy general no solo escolar sino a lo largo de toda esta pandemia eh cómo ha sido su vida emocional, digamos que, mezclando el aspecto familiar, el aspecto socioemocional que es como con los amigos, otro tipo de relaciones emm como ha sido su vida emocional en cuanto a todo.

- silencio-

Galilea: Yo siento que bueno en mi caso afortunadamente ha ido bastante bien porque ehm he hablado temas que a lo mejor en el pasado no podía hablar con diferentes personas especialmente con mi mamá he arreglado como varias cosas atoradas ahí y volví a hablar con muchas personas que yo creía que no nos llevábamos bien por alguna razón y resultó que no no? no nos habíamos dado la oportunidad de conocernos, entre familia incluso ehm en el aspecto social con amigos yo soy una persona que nunca nunca ha contestado mensajes, no contesto mensajes ni llamadas ni nada entonces siento que con algunos amigos si hablo no tanto no no — pero si sigo en contacto por así decirlo con mis amigos y ya.

Coordinadora: Okey

B: A mí me podrias repetir la pregunta por favor es que me distraje por un momento

Coordinadora: No te preocupes B, sí de manera general bueno digamos que no solo el aspecto escolar si no tu pensando en todo lo que engloba tu vida ¿qué emociones ehm han surgido o bueno cómo podrías describir esa parte emocional?

B: ¿han surgido durante la pandemia cierto? Ah pues es un poco complicado eh yo tenía problemas familiares que ya se estaban arreglando de cierto modo antes de la pandemia mucho antes de todo esto pero eh en la pandemia pues tuvimos que empezar a convivir un poquito más entre nosotros y tratar de hablar justamente de esos problemas que no nos hacían convivir tanto porque quisiéramos o no quisiéramos teníamos que convivir estábamos en la misma casa ehm no es como que mi casa es muy grande para que no nos pudiéramos ver entonces fue un poquito complicado por que ehm había que lidiar con todo lo que estaba pasando, con todo el contexto social y con nuestras propias emociones en mi familia somos cinco, los cinco tenemos un carácter muy fuerte y muy pesado entonces a veces nos cuesta hablar con nosotros mismos o entre los cinco porque nuestro carácter puede ser muy explosivo entonces es como complicado y estar encerrado o sea con nuestro carácter los cinco en un mismo sitio pues se nos complicaba un poco más y eso hacía que nos frustráramos o nos enojáramos un poco más aunque también tuvimos que aprender a lidiar justamente con eso porque eh pues somos familia, a lo mejor nada más nosotros cinco que es mi núcleo familiar mis padres, mis hermanas y para nosotros la familia es muy importante o nosotros cinco somos muy importantes entonces tampoco nos la podíamos pasar como en peleas, si tuvimos que aprender a lidiar con el carácter de los demás de mis hermanas o de mis papás o con el mío mismo entonces si fue un poquito complicado esa parte y bueno los cinco no estamos acostumbrados a estar tanto tiempo en casa, los cinco se sabe estar quieto eh mis hermanas por lo regular siempre tienen actividades que hacer ya sean escolares o cosas así porque igual ellas estudian y pues mis papas pues igual trabajan entonces un momento en el que a los cinco nos pusieran un alto y nos dijeran quédense en su casa nos afectó y tuvimos que aprender a lidiar con eso o sea la frustración de estar en casa no solo era la tuya sino la de tus hermanas y la

de tus padres se volvió un poco más complejo para lidiar ese aspecto pues a mí me afectó un poco en la escuela porque de los mismo que no nos podemos estar en paz a veces generamos mucho ruido en la casa entonces cuando yo tenía que estudiar había ruido y cuando mis hermanas tenían que estudiar había ruido entonces se enojaban porque no podían estudiar adecuadamente yo me enojaba porque no podía estudiar adecuadamente o mis papas se enojaban porque había mucho ruido y nadie se callaba en la casa entonces teníamos como que aprender a lidiar como, esos momentos necesitan guardar silencio para que tu hermana se pueda concentrar o eh para que tú mismo te aprendas a concentrar eh igual como mm el aspecto social mis hermanas y, yo estábamos igual intentando estar como al tanto de las noticias y saber que estaba pasando pero hubo un momento en el que noté que también eso de cierta forma eso estaba como afectando porque eh nos estábamos como frustrando de tantas noticias de ver tantos casos, tantas complicaciones y bueno algunos familiares empezaron a enfermar de covid entonces a mi mama ya solo le hablaban para decirle que uno de mis familiares había enfermado o había muerto entonces otra vez como que la tensión volvía a ser como fuerte y no poder liberar esa tensión adecuadamente o intentar salir, respirar a hacer alguna otra actividad como caminar o correr que no puedes desarrollar dentro de casa era complicado y complejo para nosotros y tuvimos que aprender a lidiar un poquito con más con nuestros propios caracteres que chocan constantemente.

Coordinadora: Okey, gracias B

J: Yo pienso que hay un equilibrio entre alegría tristeza enojo por el hecho de que a veces al salir no podemos entrar a mucho lugar a muchas tiendas de autoservicio y alegría porque pues no ha hecho de alguna manera como que unirnos, son muchas familias las que están en sus casas todo el día entonces pues de alguna manera como que las une, entonces yo pienso que hay como un equilibrio de, de esas tres emociones que serían alegría, tristeza y enojo.

Coordinadora: Gracias J. Y para ir concluyendo sobre estas opiniones que ustedes nos han dado creen que esta situación de clases virtuales repercutió más en el aspecto emocional o creen que tuvo más peso otro aspecto?

- silencio-

B: mmm bueno en mi caso creo que si repercutió bastante sobre todo porque como yo ya comentaba yo soy alguien que no está como en paz es muy inquieta y siempre encuentra alguna actividad que hacer en la escuela entonces yo tenía muchos proyectos este semestre en el eh la escuela y eran proyectos que realmente me emocionaban o cursos que me iban a dar un nuevo aprendizaje y a eso le sumamos que era mi último semestre dentro del cch pues yo lo quería intentar disfrutar lo más posible aparte de que siempre he sido como no una niña tan centrada pero que si le dedica tiempo y esfuerzo a lo que hace no le gusta entregar proyectos mal hechos o cosas no, que no son como bonitas, que no están como adecuadas que no están bien hechas, no tienen un buen contenido entonces a mi si me repercutió bastante como todo este aspecto porque yo tenía proyectos que como que se me arruinaron que ya no puedo concluir porque ya salí del cch porque no pude disfrutar mi último semestre como yo lo había planeado o como pretende hacerlo y porque de pronto no podía entregar las tareas o las cosas como a mí me hubiera gustado entregarlas porque no les podía dar como el mismo contexto o el hecho de tenerlas que enviar, pues tomarle foto pues no se veían igual o como cosas así a mi si me repercutió, no sé si fue lo que más me repercutió o fue el hecho de quedarme en mi casa porque por lo mismo no estoy tan acostumbrada a quedarme como todo el día en mi casa sin hacer como algo o lo que quería hacer no lo podía hacer por completo porque no había el espacio suficiente o no tenía los materiales suficientes o simplemente no se puede hacer dentro de casa.

Coordinadora: Okey, okey gracias B

G: Siento que si es cierto porque el hecho de que fuese para yo creo la mayoría de nosotros el último año, bueno en su caso semestre este pues si afecta porque todos teníamos muchos proyectos en puerta y muchas cosas que queríamos hacer antes de que todo esto pasara y el hecho de que la pandemia pasará, si arruina tus planes, arruina tus proyectos, cosas que querías hacer a lo mejor por gustos a lo mejor por obligación pero siento que como que nos cortaron de un momento a otro y el hecho de mandarnos a casa era un límite o sea que te decían si te gustaba ir a

correr pues ya no podemos ir a correr porque no podemos salir entonces por ejemplo en mi caso a mi si me gusta estar en mi casa, a mi si pero también soy de las que, siento que yo tenía de las dos partes si me gusta estar en mi casa y si podría estar en mi casa sin ningún problema pero también me gustaba salir, también me gustaba hacer muchas cosas que ya no puedo hacer porque pues ya pasó el tiempo en el que se tenían que haber hecho y el hecho de que ahora me tocaba convivir más con mi familia a lo mejor de cierta manera era un poco más como no sé cómo presión porque a lo mejor mis primos no tenía tarea y ellos querían hacer algo ¿no? querían hacer un juego pero a lo mejor yo tenía tarea entonces ya no podíamos y me decían como estamos en casa la haces después y yo ¡no! tengo que hacer esto o lo mejor pasa al revés yo no tenía nada que hacer y ellos tenían algo que hacer entonces no lo sé, siento que tanto el hecho de estar en casa como el hecho de que la pandemia te cortara muchos proyectos a mí me afectó emocionalmente y ya.

Coordinadora: Gracias Gali

J: Pues en mi caso la verdad no me — mucho porque no soy mucho de salir entonces el estar en mi casa realmente no cambio mucho de las cosas que hacía antes de la pandemia yo creo que — solamente de distinta manera entonces para mí solamente fue eso, no siento que en mi caso no fue algo muy drástico (problemas de audio)

Coordinadora: Okey, gracias J

B: Bueno a mí me gustaría aportar algo más que creo que se pudo malinterpretar ahorita escuchando a G y a mi compañero, no es que a mí no me guste estar como tal en casa o sea si puedo estar un día, una semana completa sin problema lo que a mí me estresa es estar tanto tiempo dentro de mi casa porque yo no estoy acostumbrada a estar tanto tiempo dentro de mi casa esa es una y dos, como mis padres, buenos mis padres trabajan y mis hermanas estudian o trabajan o cosas así pues tampoco estoy tan acostumbrada a tenerlos a los cuatro en la casa cuando yo estoy en casa (sonriendo) o sea hay veces que a lo mejor estábamos dos o en la

noche estamos todos pero pues mis papás ya están durmiendo, mis hermanas en sus cuartos haciendo tarea o sea no era como tanta la convivencia entonces de repente los cinco estamos en casa en el mismo instante y el mismo tiempo eh con un carácter muy intenso y muy fuerte y a veces muy explosivo pues si fue lo que a mí me complicó demasiado y si fue, fue complejo.

Coordinadora: Okey, gracias B. ¿Alguien más que quiera agregar algo? - silencio- Bueno de manera de em conclusión eh lo que se mencionó en esta sesión y lo que hay que tener como aprendizaje es que bueno sabemos que todo el tiempo estamos en una constante evolución, adaptación en cualquier lugar ¿no? no solo en casa, no sólo en escuela, no solo con mis amigos, no solo con la familia en todos lados siempre hay una adaptación ¿no? a todo cuando entras a la primaria tienes que adaptarte a que ya no todo es juego ya no todo es lúdico, no todo es tan fácil no? aprendes cosas más complejas y creo que esa adaptación es complicada así mismo cuando entras al nivel eh de secundaria creo que también ahí hay otra adaptación, en la familia cuando creces no sé, en todos los lugares, este solo fue un ejemplo pero creo que esto es importante porque este momento y esta situación ha hecho que conozcamos más a fondo eh a nuestra familia, a los seres queridos, conocer realmente quienes son, que nos ofrecen, que les ofrecemos y conocer qué partes tal vez no les agranden de una uno mismo, creo que el hogar en el que se desarrolló todo esto fue mm importante porque también nos hizo pensar que hay que acoplar tiempos, espacios que hay que conocer que le gusta, que no les gusta a las demás personas este también que ellos nos conozcan a nosotros y entonces creo que bueno no todos los casos son tan malos, creo que a pesar de eso también trae cosas buenas, se frenaron muchas actividades que para muchos de ustedes eran importantes como ya bien lo mencionan pues pensar que en algún momento se van a poder realizar no? no decaer en cuanto a las emociones porque también el frenar unas cosas nos permitió conocer otras ¿no? y creo que ese es el lado bueno de esto ¿no? también creo que mencionaron cosas muy valiosas en cuanto que ayudó el confinamiento y bueno tal vez acercarse a personas que no habían hecho, el hacer cosas que no hacían y que tal vez también como decían que era conocernos a nosotros eh así como conocer a los demás es importante saber cómo nos



comportamos, saber que nos hace salir de nuestras casillas, que nos hace ponernos felices o alegres entonces creo que esta plática y sus comentarios fueron bastantes ricos en cuanto a contenido y creo que todas las opiniones son muy importantes y bueno en lo personal me agradó mucho que nos vinieran a enseñar eh las emociones ustedes, ustedes a nosotros, creo que eso es algo que yo me llevo y pues gracias por eso. No sé si alguien más quisiera comentar algo, de mis compañeros.

- silencio-

oh ustedes chicos si quieren agregar algo, sugerencias, ahorita les vamos a pasar una última diapositiva este, bueno, si no tienen ningún comentario demos paso a esa explicación.

B: Bueno a mí me gustaría agregar que eh sí es cierto lo que comentabas no todo fue malo porque así como bueno por mi parte tuve mucha frustración, tristeza, enojo, melancolía y cosas así y pues se me arruinaron algunos proyectos eh también me di tiempo como para intentar iniciar otros o hacer cosas que no había podido aprender porque no tenía el tiempo o si sobre todo porque no tenía el tiempo para hacerlo, estaba en la escuela y no podía realizar otras cosas entonces igual y bueno eh así como tuve que aprender a lidiar con el carácter de mis hermanas, de mi familia en sí, también pues puedo acercarme un poco más a ellos y saber que de cierto modo les molestaba o les disgustaba porque el hecho de no convivir tanto o tan de cerca o por tanto tiempo con ellos pues igual eh yo no sabía qué cosas les afectaba o que tanto les molestaba, a lo mejor mi carácter porque simplemente nos íbamos cada quien por nuestro lado y cosas así y pues todo volvía a la normalidad cuando llegábamos a casa pero esta vez no, esta vez estábamos en casa pero ahora el hecho de estar en casa y tener que convivir con ellos todo el día también nos hacía que intentaremos aprender a lidiar con nosotros mismos y poder resolver nuestros problemas al momento y no solo dejarlos pasar sino intentar estar bien con ellos porque íbamos a estar al final del día todos en casa y pues bueno, mi familia es un tanto unida, somos una familia y no podemos estar enojados toda la vida entonces el hecho de estar en casa si nos ayudó a convivir un más, a hacer como

actividades que tal vez teníamos pendiente como familia, hablar como familia o pues a conocer o cada quien igual empezar sus nuevos proyectos, realizar nuevas cosas que tenía planeadas y no había podido hacer por completo por el tiempo.

Coordinadora: Si claro, gracias B creo que mencionas algo muy importante que es vivir con las personas que cada quien vive, no te hace conocerlas realmente no? porque cada uno va encontrando las actividades que tiene que hacer y muchas de las ocasiones se pasa conviviendo con otras personas más tiempo y realmente creo que todo esos lapsos de tiempo podría aprovecharse ¿no?, para saber cómo resolver problemas, conocer que por donde se tiene que ir para solucionar las cosas o pasar saber cómo mejorar nuestro estado anímico, es decir personal creo que eso es importante, es decir tal vez si nosotros podemos devolverle la mirada positiva ¿no?, no dejando de lado lo negativo, pero creo que si no hubiera esa parte mala eh no aprenderíamos y no habría una evolución, ¿no creen? entonces pues previo a algo bueno debe haber una experiencia mala entonces para saber eh cómo actuar o aprender de ello, ¿todo eso nos va formando y bueno alguien más quiere comentar algo?

Apoyo: Creo que la manera en cómo lidiamos con nuestras emociones va a depender también mucho de nuestra personalidad y esa es otra parte también el conocernos para poder así este saber cómo actuar ante situaciones que pueden ser desconocidas hasta cierto momento entonces no solamente es poder identificar nuestras emociones sino el saber manejarlas y eso es algo que también queremos dejarles a ustedes esperemos que se logre y este pues eso sería todo de mi parte.

Coordinadora: ¿Alguien más? o pasar a la última presentación -silencio- Creo que ya este Yoce, por favor

Apoyo: ¿Ya la pueden ver verdad? ¡Listo!

Co coordinador: Bueno por último quisiéramos mostrarles un poco una breve este explicación sobre las principales emociones que podemos experimentar, si recuerdan las función de las emociones es adaptarnos a nuestro entorno o sea como decía mi compañera no quiere decir que una emoción sea buena o mala eh

sino que a veces es agradable o desagradable bueno como a que a nadie le gusta sentirse triste pero eso también nos ayuda como a mejorar a reinventarnos entonces toda emoción eh que nos ayuda eh a adaptarnos y que también nos hace experimentar y poder ser eh lo que somos ahora o formarnos como personas este bueno esta es una las he emociones básicas, las principales.

Por último, no dejen de expresar sus emociones ya saben no se repriman y eh sientan deprimente y vivan mucho

Coordinadora: Igual de este tema lo vamos a seguir retomando y no se olviden de este espacio pues bien como dice Co coordinador es para expresar y para decirnos cualquier cosa que sientan, les agradecemos su participación esperamos verlos en la siguiente sesión y ya seria todo.

Okey bueno pues muchas gracias los esperamos el martes de cualquier manera les mandamos mensaje al grupo, agregamos a J que se acaba de integrar y cualquier cosa no lo pueden escribir

Co coordinador: Esperamos que les haya agradado la sesión y regresen para la próxima

Coordinadora: Igual si tienen comentarios o sugerencias nos pueden escribir o díganos ahora también personal, nos lo pueden hacer saber, si les gustó, si no les gustó, si les gustaría algo más también.

- silencio-

Bueno damos por terminada la sesión número dos y nos vemos el próximo martes, hasta luego.

- Todos se despiden-

### SESIÓN 3

Relación profesor - alumno

Encuadre

Bueno chicas y chicos vamos a comenzar. Está es la sesión número tres, el objetivo de esta sesión es conocer través de su perspectiva la relaciones que llevan en esta pandemia en específico la relación entre profesor y alumno, en este caso la que ustedes llevan con su profesor, el cual es un apoyo para reconocer las emociones y el control de las mismas, además de proporcionar conocimientos y aprendizaje, ya que el profesor es un cimiento aprendizaje que funge como un facilitador, como un ayuda de las emociones, ya que dentro de la escuela, el profesor tiene mucho que ver en este ámbito emocional porque hay muchas vivencias dentro de él y por ende es que ellos puede que ser facilitadores de herramientas. Bueno como bien sabemos pues cada persona tiene distintas formas de pensar, cada quien lleva a cabo tradiciones diferentes ¡no!. Entonces es entendible que cada uno va a experimentar emociones distintas dependiendo de los maestros que les tocaron y lo que vivieron, también eso va a influir, por eso para nosotros es importante reconocer estas zonas en donde se juega la relación con sus profesores en relación al ámbito escolar y en este caso qué fue en línea.

Dinámica.

Coordinador: El día de hoy vamos a empezar con una dinámica, ahora no se los pedimos, pero les damos tiempito por si pueden ir por una hoja de papel y un plumón o lápiz, un color algo con lo que puedan pintar. Cuando estén listos me avisan.

-Silencio-

Diana: Ya, yo ya tengo mi hojita.

Mariana: Yo , igual ya tengo mi hoja y mi pluma.

Galilea:Ya, tengo mi hojita

Coordinadora: Ahora vamos a poner el ejemplo de lo que vamos hacer, tenemos que dibujar una carita que refleje cómo estuvieron mis clases virtuales y que tal que cada uno nos da una interpretación de ella de lo que piensen de la carita y ya yo ahorita yo voy a decir las emociones que yo trate de reflejados y mi carita. Les damos un momento para que dibujen su carita y ahorita seguimos con el ejemplo.

Silencio

Co coordinador: Nos avisan cuando terminen por favor.

Mariana:Listo ya

Galilea : Yo , igual.

Diana: Yo, también.

Coordinador:Bueno, les muestro mi carita,¿ todos la puedes ver?

Diana: Si.

Coordinador: Bueno entonces, ahora dejaré de transmitir mi carita y mis compañeros del equipo harán una interpretación de como la percibieron. Al final yo diré como la la vivi sale? eso haremos con las de ustedes !vale¡Cuando quieran chicos.

Apoyo:Yo, creo que no fueron vacaciones, como que no la pasaste tan bien por cuestiones familiares creo que si hubiera sido cualquier otro momento hubieras dibujado una cara sonriendo.

Coordinador: Gracias.

Apoyo 2:Yo considero que la sonrisa tiene un año muy neutral, pero los ojos me parecen enojados, junto con el rasgo de la deja me parecen rasgos muy fuertes, pareciera que no disfrutas tanto la pandemia pero no es algo que te disgusta.

Apoyo 3:Yo, concuerdo con Itatí siento que no te costaron del todo pero tampoco tampoco fue neutralidad ante las clases .

Co coordinador :Yo, siento que fue un poco de todo, como que las cejas dicen ¡hay! me enoje y la boca muy simple y pues bueno los ojos así de siento como que me paso de todo, no fue tan bueno pero tampoco tan mal pero si te enojaste pero no fuiste tan feliz paso de todo.

Coordinador: ok, muchas gracias. Alguien de los chicos quiere de las chicas, perdón quieren agregar algo.

Galilea:Yo concuerdo con Itati, parece que estás enojada, yo pienso eso

Coordinador: Ok,gracias

Maríana:Yo creo que esa no es la carita de Ivon al contrario en los videos de cómo es muy sonriente, y ahora es como bueno, no estoy enojada pero es lo que tenía.

Coordinador: Gracias alguien más.

Silencio

Coordinador : Bueno ahora yo les voy a dar realmente la interpretación de mi experiencia, efectivamente hubo un vaivén de emociones no fueron buenas las

buenas ahorita se veían opacadas por las malas entonces eso hizo que no sintiera fue cómo mantenerme en punto neutral, pues sí creo que también fueron aspectos personales familiares que hicieron complicada esta situación, están en mi casa no me desagrada mucho pero creo que el acercamiento o al menos el estar con mis compañeros era lo que hacía que me distrajera de otras cosas, del estrés que fue lo que limitó este tipo de modalidad al menos para nosotros que sí tuvimos clases de este tipo creo que sería todo y creo que no dijeron nada que no fuera con mi carita entonces ahora vamos a dar espacio con las de ustedes sí podemos verla y hacer la misma dinámica ¡sale!

Co coordinador: ¿Quién quisiera empezar enseñar su carita?

Diana: Pues, si quieren yo le puedo mostrar la mía.

Coordinador: Por favor, muchas gracias

Diana: La verdad no veo nada ¿no sé si ya se esté bien?

Co coordinador: Podrías moverte a tu derecha, ¿Estás en tu teléfono?

Diana: No, estoy en la computadora

Coordinador: ok entonces ¿La puedes acercar un poco más a tu cámara?

Coordinador: ¿La pueden ver todos?



Galilea: si

Coordinador: De Acuerdo, ¿Quién le quisiera ayudar a interpretar su carita a Diana?

Maríana: Es como una carita como de confusión, porque no están ni bien ni mal, esta más o menos en estas no vacaciones a tenido un sube y baja pero ella está normal o neutral no se nota, pues más o menos bueno yo lo siento así.

Coordinador: gracias

Galilea: Yo siento como que está confundido con todo lo que está pasando, como que si le esta ayudando las clases en línea pero tampoco entienden del todo, su carita no dice como que estoy enojada pero tampoco feliz es como estoy confundida de qué está pasando

Coordinador: ok, gracias. Alguien más quisiera agregar algo.

Co coordinador: Nada más, que era evidente que tenía las dudas.

Coordinador: Yo note algo pero no sé si era un garabato de ahorita, o ya pasado, note el foco ,como propiciado ideas, no se si era un foco o no, note eso y me llamó la atención el signo de interrogación,creo que también fue como una incógnita que ya tiene pero no sé realmente que sea, y la boquita tiene como una hondita no era recta ni triste ni feliz,y los ojos eran bastante grandes y muy expresivo no sé qué más quieren agregar.

Apoyo 2: Pareciera que su carita se inclinaba más a futuro, me parece que la forma en la que dirige la mirada hacia arriba hace ver que una cuestión más a un tiempo futuro, me parece una cara desconcertada.

Apoyo: Itati me ganó, pero pude observar algo sobre los ojos como estar pensando qué es lo que va a pasar ahora con sus clases o con el futuro.

Coordinador: Alguien más que tuviera otra opinión. Bueno, entonces le pediremos la palabra Diana para que nos diga nos cuente la tapa carita.

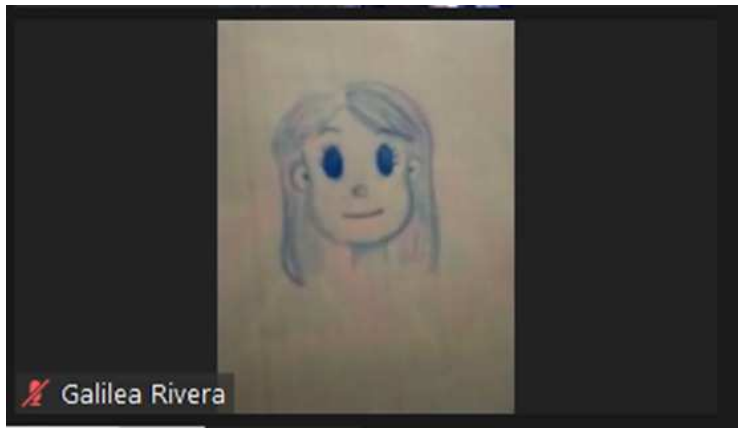
Diana: Bueno pues, en si como que bueno el foquito sí, era de ahorita, trate de poner un foquito de que tenía buenas ideas durante mi tiempo y todo eso pero a la vez el signo de interrogación no entiendo mucho lo que me piden o porque no sé es como que me sentía tan atascada que no sabía qué hacer, me sentí como muy solita listo porque era él simple hecho de ver a la gente salir y ver a mis amigos y ver a mis maestros y platicar o salir por lo menos a la esquina ya era el simple hecho de distraerte y ahora todo era nada más ver a mi familia y estar en un simple lugar para hacer tus trabajos y ya no poder salir así estuve pasando bueno en este caso mi cuarentena, como viví esta etapa .

Coordinador: Gracias Diana, creo que no estuvimos tan errados con nuestra opinión. Bueno vamos a seguir con la siguiente.

Galilea: Yo quiero enseñar mi carita.

Co coordinador: Adelante , por favor.

Galilea: Esta es mi carita (muestra su dibujo)



Coordinador: Gracias. Muy bien, ¿la han podido observar todas?

Diana: Si.

Belen: Sí ya la vi muy bien

Mariana: Si

Coordinador: Bien ¿Quién desea, darle su opinión a Galilea?

Mariana: En tu carita se muestra que has disfrutado la cuarentena pero igual por situaciones de la escuela cómo sería un poco estrés como que su boquita, se ve es que no sé cómo referirme a la boca está entre feliz ay como decirlo, este se me fue la palabra, que esté neutral, ni bien y mal

Coordinador : Gracias, alguien más

Apoyo 2 : A mí me parece un rostro más contenido a pesar de que es un tanto inexpresivo la manera en que dibujas los ojos, grandes y cerrados, pareciera que si tuviste algo durante la pandemia no están abiertos los gestos de la boca.

Coordinador: Gracias Itati. Yo también quisiera agregar, que concuerdo con Itatí que creo que a pesar de que el rostro es muy bello, bonito detallado, siento que hay cierta firmeza en poder expresar algo más allá cuanto a lo emocional en esta carita como que la belleza, tapo algo que realmente se siente, ¿alguien quiere agregar algo ? sino para pasar, a la realidad, qué nos puede contar Gali.



Apoyo: No, yo no tengo más que agregar.

Frida: No yo tampoco

Coordinador: ok, bueno Gali no puedes hacer favor de decirnos

Galilea: Áa verdad es que si esta carita, es de las menos expresivas que he dibujado es que siento que hay un poco de todo, osea no puedo quejarme con mis clases línea porque, realmente no tuve, si tuve muchas tareas, muchos trabajos, pero, afortunadamente tuve muy buenos maestros, el hecho es que la única clase en línea que tuve fue estresante, tuve muchos problemas con el profesor, pero siento que sí puedo decir si si estoy contenta, en tener mi espacio de estar más unido a mi familia, de poder tener cosas más importantes con mi mamá, también es como nostalgia saber cómo que no voy a regresar a la escuela, es triste y muy frustrante el hecho de que en cierta manera la pandemia arruinó algunos de mis planes, entonces asumí realidad de la pandemia. listo

Coordinadora: Gracias, Gali ahora éste bueno creo que se unió Belén te ponemos al tanto estamos haciendo una tapa carita necesitamos una hojita y un plumón o una pluma para qué en una hoja, tintes una expresión que nos permita saber cómo viviste tus clases virtuales, no se si alcanzaste a ver a tus compañeras, eres libre integra lo que quieras expresivamente en la cara sale si quieres mientras la dibujas vamos viendo la de ésta Mariana ahorita ya continuamos contigo, nose si viste la dinámica si no ahorita te explicamos cómo la estamos siguiendo, ¿Tienes alguna duda?

Belén: No, bueno si solamente la tengo que , representar lo que sentí ¿verdad?

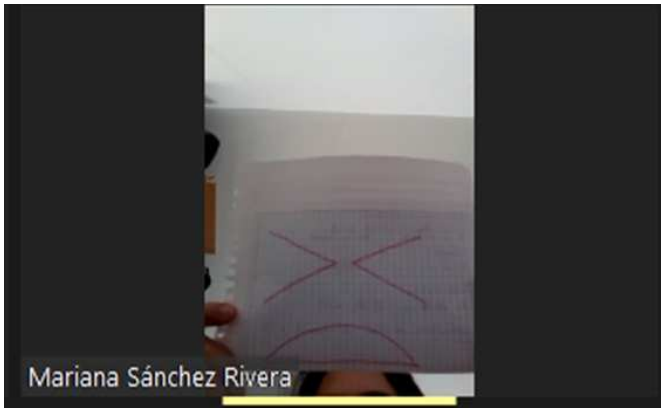
Coordinador: Si.

Belén: ok gracias.

Mariana: ¿Si se alcanza a ver mi carita?

Coordinador: No, sólo veo la esquina del cuaderno.

(mueve el cuaderno para poder mostrar la imagen)



Coordinador: En ese ángulo ya se puede observar. ¿Todos ya la vieron?

Diana: ¿La podría volver a mostrar por favor?

Diana: gracias

Coordinador: La imagen se puede apreciar en vertical. Ok, ¿quien quiere comenzar? ¿con el tapa carita de Mariana? Bueno Belén antes de continuar te explico, lo que estamos haciendo es tratar de interpretar lo que tus otros compañeros están dibujando tratar de interpretar cómo tus compañeros pasaron sus clases virtuales más o menos pensar que vivieron hipótesis en lo que podamos creer de su cara. ¿Entendiste Belén?

Coordinador: Ahora ¿Alguien quiere darle su opinión a Gali?

Diana: Yo, veo que le molestan sus clases o algo, como si se estresara mucho por las cosas que le mandaban hacer, como si tuviera demasiadas cosas que hacer con organizar su tiempo no se, se ve también más o menos triste, la manera como coloco sus ojos obviamente se ven como algo irritados, cansados y bueno, pues la boca hace algo triste, la verdad no se, me parece una cara algo extraña.

Coordinador: Gracias Diana

Yoselin: Yo iba a comentar algo parecido a lo que dice Diana parece una cara de desagrado o yo agregaría frustración de que no saber que sigue o como afrontar la situación, llego un momento donde pudo desesperarse y ya no sabía cómo.

Coordinador: gracias, ¿Alguien más?

Galilea: Siento que la carga mucho de trabajo y a lo mejor los profesores como que no le explican lo que tiene que hacer lo que tiene que entregar, como que esta confundía y frustrada por la situación.

Coordinador: Ok, gracias. ¿Algún más quisiera agregar? Yo agregaría por último que, parece una carita confundida, con unos rasgos apretados, Sí coincido con lo que dijeron como algo de frustración, como si desesperación no preocupación también sería lo único que agregaría. Alguien más quisiera decir algo o sino para pasar a la historia que nos pueda contar a Mariana.

silencio

Coordinador: Mariana nos puedes decir que representarse con tu carita.

Marina: Bueno exacto de la carita representa mucha frustración en el ámbito, por qué los maestros nos cargaban de trabajo mucho y no decían indicaciones, luego era mucho trabajo para dos días lo pedían hoy y lo querían en dos días no puedo tener tiempo de preguntar, los exámenes era un poco complicados tanto que me desespere mucho por un trabajo en equipo porque tengo un problema en inglés y me iba a ver afectada Entonces eso también fue muy muy frustrante frustrante y me entró mucha desesperación porque no no sabía cómo arreglarlo afortunadamente Pero ya ahorita ya estoy un poquito más tranquila. listo

Coordinador: Gracias Mariana ¿ Belén tienes lista tu carita?

Belén: Todavía no, un minuto más por favor.

Coordinador: Nos avisas cuando la tengas.

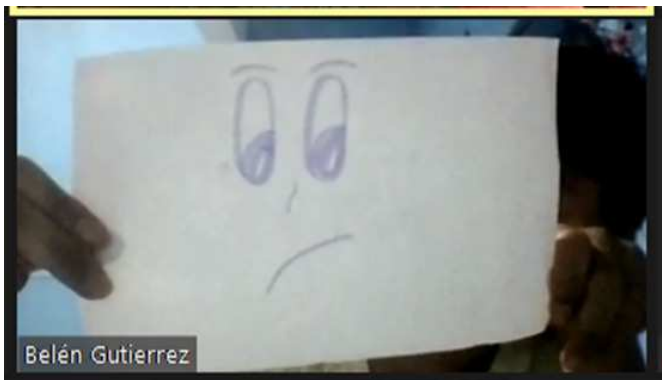
Erick: Creo que no hemos estado tan equivocados como que sí hemos acertado o por lo menos hemos dicho algo muy semejante.

Coordinador: O son muy buenos dibujantes, las chicas son buenas, si se ha entendido. Bueno ahorita al terminar esta dinámica les vamos a devolver pues sólo una recuperación de lo que ahorita se está haciendo en cuanto a lo emocional nuevamente, ya que vuelve a salir creo que esta actividad nos permiten ver un poco más claras las emociones eso es bueno, en un momento les decimos la finalidad, y qué nos ayuda ¡sale!

Belén: Creo que ya, ¿la enseño?

Coordinador: Si por favor.

Belén: No, se si se ve bien.



Coordinador: Si, justo ahí.

Coordinador: ¿Ya lo vieron todos?

Diana: Si ya la vi

Mariana: Si

Galilea: Si, ya la vi.

Coordinador:¿Quién quisiera aportar una interpretación a Belén

Galilea: Siento que igual en el ámbito escolar fue un poco preocupante al no entender muchos temas a lo mejor el ámbito familiar también pero un poquito más relajada siento que también pero un poquito más relajado siento que esta igual no la pasó ni bien ni mal su carita expresa pues preocupación y un poquito

Coordinador:ok,gracias

Mariana: Yo siento que su carita fue de ¡aaa! como que estuvo frustrada en el aspecto escolar para fue abierta la cosa, tampoco estuvo ni triste ni feliz pero si dice como bueno, tedioso pero ya acabo

Coordinador: Ok, gracias

Diana: Pues, yo pienso, veo, es que se ve algo confusa su cara puede expresar 2 cosas una de ellas puede ser pues le dio igual, la forma en la que tenía los ojos y las cejas fue como me di igual pero ya ni modos, es lo que tengo que hacer y ya es como lo paso, pero también puedes significar como algo cansada y frustrada y como que no pues no tengo esos niños para demostrar esta felicidad, o tal vez pasó algo que no era nada agradable y no puede compensar con la felicidad entonces se ve algo deprimida y confusa.

Coordinador:yo quisiera agregar también algo parecido qué en los ojos sentí que los ojos no tienen hacia dónde mirar pero no sé si se puede entender qué están como

perdidos o sea en el sentido de que no saben, están como perdidos o sea no sé, no sé qué siento una inestabilidad algo así, siento cuando vi esos ojos y creo que ya sería lo único que recuerdo más o menos, no se si alguien más quiera agregar algo

Erick: Yo sólo la palabra insatisfecha podría quedar podría ser, yo pienso

Yoselin: A mí se me ocurren como decepcionada, por qué se puede interpretar de muchas formas a lo mejor no era lo que esperaba clases otra dinámica que iba a tener con los profesores.

Itati: Yo siento que sus ojos son demasiado nostálgicos y su rostro demuestra incertidumbre pero a mi general me parece una carita triste.

Coordinador: gracias, ¿Alguien más desea participar?

silencios

Coordinador: Belén nos gustaría conocer la verdadera historia de la carita.

Belén: Fue un poco de tristeza, no al cien por ciento porque también hubo momentos divertidos dentro de mi casa entonces no me la pase triste en todo momento, también quise mostrar un poco de estrés porque estuve bastante presionada en algunos momentos con trabajos de escolares académicamente algunas cosas no estaban saliendo como esperaba algunas profesores, algunos profesores no estaban enseñando como yo quería como me gustaría sólo estaban dejando tarea y no enseñaban nada entonces fue como ya ni modo tenemos que seguir con las clases , no no tengo otra opción por el momento no hay otra alternativa por el momento, me estrese mucho con algunos trabajos con algunos compañeros, sí estuve triste porque más que nada último semestre CCH y tenía muchos planes para este semestre y ninguno se va a poder realizar por los mismo,!eee! en mi casa fue de no fue ni mal ni bien , digamos que hubo momentos de ambas situaciones o de ambas emociones, tristeza , alegría , melancolía, estrés si hubo bastante y creo que ya. listo

Coordinador: Ok, gracias Belén ¿ Alguien que quiera decir algo general de esta actividad?

Silencio

Coordinador: Ok, bueno Bueno la función de esta propuesta que les ofrecimos, pues fue intentar saber, porque realmente sienten, muchas veces o a lo largo de nuestra vida suponemos muchas cosas y aquí tuvimos la oportunidad, de expresar mediante suposiciones y también el poder equivocarnos, que es algo que sucede día a día, y esta actividad nos permitió conocer el día a día de las personas y acercarnos a entender lo que viven a través de un dibujo y también de su voz entonces creo que eso fue lo importante , también aprender eso al relacionarnos y conocer las voces conocer las historias y tal vez no siempre se puede ver el interior, pero podemos ser menos apáticos en esta situaciones muy complicadas, al ver al ver una carita verlos detalles , pareciera que a lo mejor fue muy simple , pero apreciar los detalles de manera minuciosa ayudó mucho en decir es que el ojo miraba de cierto manera o la boquita no estaba totalmente a sí o no se cualquier cosita por mínima que fuera nos daba tal vez una señal,y bueno creo que están bien dentro de esto hablan ustedes de un duelo , tal vez no sabemos si perder a alguien pero sí perder cosas perder cosas, me refiero a continuar con lo que estábamos a eso me refiero con perder y la parte del duelo es es importante en la en toda la vida pero hay que tener claro que un duelo ya sea pérdida, lleva a una adaptación aceptarlo en éste caso lo mencionaban ustedes como resignación a decir bueno ya no se va a poder pero ya no se hizo y de alguna manera adaptarse a este idea y bueno creo que si las emociones que siguen surgiendo, creo que fueron como tristeza decepción, frustración, estas fueron algunas de las que ustedes ahorita mencionaron que si las situaciones fueron que si es entendible porque la situación es complicada y además de que ni estamos acostumbrados a que nuestra única forma de comunicación sea de manera virtual, creo que esto es algo que de alguna manera a obstaculizado las cosas, el no poder comunicarnos como nosotros sabemos, como sabemos hacerlo en persona entonces también el hecho de querer hacer las cosas bien y estar aprendiendo con lo tecnológico y con lo digital era otra cosa aprenderlo a hacerlo así,desde el teléfono computadora para que las cosas salieran como quisiéramos porque muchas veces es más complicados estamos aterrizando a una adaptación , bueno creo que eso es éste lo que se rescata esta de esta actividad este nos gustaría saber ¿Cómo se sintieron les gustó si no les gustó cualquier opinión?

Belén: Bueno a mí me gustó la actividad, por qué por medio de un dibujo que en mi caso estuvo muy feo, pudieron, saber lo que sentía en la escuela, por ejemplo Gali hizo un dibujo muy expresivo entonces fue como que yo tal vez no hice una cara tan bonita pero mi carita, expreso lo que realmente sentía, me gusto mucho la actividad.

Coordinador: Gracias

Galilea: A mí también me gustó mucho la actividad, siento que nosotras nada más hicimos una simple carita y tantas cosas que pudimos observar ver o analizar a través de un simple dibujo, fue como muy !wou!

Coordinador: Muchas ,gracias.

Diana: A mí también me gustó mucho la actividad, por qué es cómo esa pequeña frase de ponte en mis zapatos, entonces pudimos poder analizar, cómo se sintió otra persona o sea no solamente ver tu perspectiva siendo verla de otra persona y poder saber cómo cómo se sentía durante esto y todos vamos a poder decir que fue un momento muy feliz pero fue que todos tuvimos un momento de frustración y bueno pues es entendible por ejemplo no muchos pudimos expresar, nuestras dudas, y fue como quédate con tus dudas y hazle como puedas, entonces yo siento que todo bueno ahorita la mayoría nos sentimos como en un pequeño ámbito donde coincidimos, o sea todos nos sentimos algo pues sí como desconcertados, ya que fue de un momento a otro entonces no estamos psicológicamente preparados para esto , fue de un momento a otro. listo

Coordinador: Gracias. Bueno pues si, éste ya nada más por último y para continuar con la plática , parte de las emociones que han surgido las hablan como si fuera en pasado creo que eso nos deja ver que como dice ahorita Diana sintieron estrés en su momento enojó por su discurso siento que dicen estuvieron aprendiendo no sé, a vivir con eso y ya lo hablan como si fuera, no se como decirlo pero como si ya estuviesen en otra etapa, eso siento que es bueno rescatar eso que no que no hablan como algo que ahorita les este pasando. Tal vez sea porque sus clases ya terminaron o no sé a lo mejor es eso pero creo que eso ya sería por último lo que les diríamos, sobre la actividad.¿ Alguien quisiera agregar algo más?

Silencio

Coordinador: Bueno chicos, espero la actividad les hay servido, expresarse para aprender a conocer lo que otros expresando sienten, con esta situación, de igual manera deseamos continuar esta plática intentando conocer su relación con sus maestros, No se ¿cómo han percibido ustedes a los maestros al aplicar estos nuevos métodos de trabajo?

Galilea: Yo, los sentí interesados, o sea mis maestros, ya estaban como no me hablen, no quiero saber, ni de esto porqué a lo mejor calificar diez exámenes en persona era sencillo, pues como que siento que ellos sintieron el trabajo en línea más pesado que presencial.

Coordinador: Gracias Gali.¿Chicas ustedes están de acuerdo con la opinión de Gali?

Diana: Pues sí, yo sí estoy de acuerdo con ella porque pues no era lo mismo estar al pendiente de su primer grupo pues cada quien con su tiempo ¿no? y ahora como de tienen que entregarme a me a tal hora en tal tiempo, todo mundo te tenía que estar entregando a esa ahora no, luego habían muchos que lo mandaban antes y bueno te sentías más relajado pero ahora ya no, por ejemplo que igual me pasó lo mismo con mis profesores, terminaron las clases y ya es como ya no más llamadas de nadie y es más ya ni sabes qué pasó con ellos, pero en su tiempo como que con algunos profesores, yo siento que si tenía dudas o algo así, no me contestaba porque, tenían muchos grupos.

silencio

Coordinador: ¿A las demás igual les pasa lo mismo? ó ¿ Percibieron de distinta forma a sus profesores?

silencio

Coordinador. Si ahorita pudiéramos hacer una interpretación ¿Porque creen que sus profesores se estresaron tanto?

Mariana: Yo creo que porque, no estaban acostumbrados a este sistema, y a lo mejor programar sesiones o estar constantemente enfrente de la computador como nosotros es estresante, checar tantos trabajos, ellos mismo se sobresaturaban al dejarnos tanto, porque nos tenían que evaluar, yo creo que eso también los estreso los frustró, también debemos de recordar que algunos de nuestros profesores son padres o son madres entonces no solamente tenían la responsabilidad de dar



clases si no también cuidar sus hijos, y también tenían la responsabilidad de cuidarlos y vigilarlos o cosas así y aparte se sumaron los deberes del hogar y era un ambiente al que no estaban acostumbrados. listo

Coordinado: Muchas gracias. No se si tengan otro comentario.

Galilea: Yo no, Belén lo ejemplificó muy bien.

Coordinador: Siguiendo con el tema ¿Cuáles creen que son las implicaciones que favorecen o imposibilitan el proceso educativo de esta forma de trabajar?

Belén: Creo que lo que imposibilitó un poco la forma de trabajar fue el hecho de que no estábamos acostumbrados o sea como a todo el ambiente, en el ámbito familiar no todos tenemos el mismo ámbito familiar, y eso pudo afectar y en el ámbito económico pudo afectar porque hubo compañeros que se quedaron sin dinero entonces pues no es lo mismo concentrarse en una clase donde sabes que puedes comer al rato sin ningún problema a concentrarse en una clase donde no sabes si vas o poder comer o tus papás se quedarán sin trabajo o tu vas a tener que apoyarlos y estas en medio de una pandemia y tienes que buscar trabajo o cosas por el estilo, también tiene que ver el acceso a internet listo ,los niños que tuvimos la oportunidad de tener una computadora cerca y el acceso a internet igual no tuvimos tanto problema para poder aprender, o entregar trabajos como los compañeros que tenían que salir a un café Internet o meterle crédito constantemente a su celular, o no podían tomar ciertas fotos o descargar ciertas aplicaciones y eso era una militante que tenían y esto obstaculiza el aprendizaje y el desarrollo. listo

Coordinador: gracias Belén ¿y las demás que complicaciones tuvieron o pudieron observar?

Diana: Yo, tuve muchas complicaciones porque bueno, mis tareas las empezaron a mandar por whats,pero mi problema era que no podía comunicarme porque no tenía teléfono, listo entonces por Facebook o por donde pudiera trataba de conseguir mis primeras tareas, las primeras semanas casi fue un infierno, porque era mucha presión porque mis amigas no me contestaba o compañeras de la escuela no respondían mis mensajes, o a veces no tenía como contactarme listo fue cuando dije tengo que hacer algo, y ya pues con el teléfono de mi mamá tuve que ponerlo como contacto de mi salón para poder, utilizar ese medio y conseguir mis trabajos y

ya después ponerme al corriente con todos mis trabajos de esa semana y la que estaba corriendo y ya mis últimas semanas se me hicieron más relajados porque ya iba al corriente y estaba más relajada porque ya sabía cuales eran mis labores de la escuela. listo

Coordinador: y ¿ Qué papel creen que jueguen los profesores en esta situación? o ¿ Qué papel creen que tengan?

silencio

Diana: Yo creo , que al principio están medio confusos, al igual que nosotras , porque tuve dos profesores, que por ejemplo no sabían cómo ocupar una computadora o medios digitales, en mi caso, no sabían cómo mandar trabajos o como recibirlos, listo yo creo que esto extraña una pequeña ventaja porqué ahora ya saben como ocuparlo, porque es tedioso no saber y que nadie puede ocuparlo y por ejemplo uno que otro alumno tenía la misma situación pero era raro porque nosotros, ya tenemos más conocimientos en el tema.

Coordinador: No se, si alguien más tenga otro comentario , este de acuerdo con Diana.

Belén: Pues si tiene razón, algunos profesores no estaban cercanos a la tecnología y algunas veces, en lo que ellos descubrían cómo ocupar los dispositivos o las plataformas no daban tiempo para que ellos nos evaluarán, porque el aprendizaje y la evaluación era completamente distintas, o al menos en esta pandemia se vio de una manera distinta, algunos profesores lo que más les interesó, fue tener elementos para evaluar no tanto si nosotros como alumnos aprendimos o no y creo que nosotros como alumnos nos pasó lo mismo en algún momento nos interesó más pasar que aprender, entonces, bueno eso fue una situación, la que comentó Diana los profesores no sabían cómo contactar, y creo que otra fue como que no estaba de todo en sus manos que los profesores, nos hicieran llegar la información, muchos nos mandaban por whatsapp, por correo k por la, plataforma que estuvieran utilizando para que sus alumno tuviéramos de alguna forma tuvieran la información que necesitamos como alumnos, algunos trataban de no dejar tantos trabajos en línea, si no como más como más enviar fotos o subir las pruebas y cosas así, para no afectar el aprendizaje o la calificación de otros compañeros, hubo otros profesores dijeron que ellos no les interesaba que querían para tal día el trabajo

hecho de la manera que ellos pedían porque si no ibas a estar mal ibas a estar reprobado también tuvo que ver la conciencia es social no sé cómo expresarlo, tomaron de distinta forma la pandemia otros eran más conscientes de la cuestión emocional de los compañeros por lo que estaba pasando la empatía que algunos tuvieron fue mayor. listo

Coordinador: Gracias hablando igual de esto, algunos no estaban preparados como para manejar las clases virtuales no sé ¿cómo que piensan sobre esto? ¿Qué hace diferente poder ver al profesora que nada más como que les envíen trabajos?

Galilea: Para mi personalmente siento que no es bueno en el aspecto digital en comparación con lo presencial, es más fácil que me resuelva una duda personalmente , porque es más fácil que me acerque y me diga está mal porque hiciste un procedimiento erróneo a que me diga por un monitor estas mal hablando frente a un monitor porque no me puede decir exactamente dónde me equivoque y yo no lo voy a entender. listo

Silencio

Co coordinador: ¿Cómo ven les pasa igual?

Dian: Pues yo coincido igual con ella porque si tienes muchas dudas en una materia con temas nuevos siempre vas a tener una pequeña duda entonces yo siento que igual que haber alguien que te explique más detalladamente hay que te digan no solamente puesto lo que estás mal el corrígelo porque no pueden dedicarse o como tal el tiempo para resolver tus dudas o no saben cómo explicarte listo entonces yo creo que es así había un poco de dificultad para con las clase clases virtuales.

Coordinador: Bueno si no tienen algún comentario, por último quisiéramos ¿ Conocer cómo opinan sobre sus clases virtuales, que aun cuando en su caso no hubo tanta comunicación de esta forma, quisiéramos saber como sintieron la forma de trabajo ?¿Cómo se sienten al respecto de trabajar con estos métodos?

Galilea: Yo siento que fue pesado, frustrante en el hecho de que era nuevo a lo mejor las otras generaciones estarán más acostumbradas para en algún momento tener una clase en línea pero nosotros nos tocó este pues vivirlo desde cero , desde como comunicarte con maestro con los profesores. listo

Coordinador: Gracias Galilea ¿Las demás cómo han sentido estos nuevos métodos de trabajo de trabajo?

Mariana: Pues yo coincido con Gali yo creo que igual , pues fue un poco pesado porque teníamos como un conocimiento previo para manejarlo y por lo mismo , de que era algo nuevo. listo

Diana: Yo creo que al inicio el cambio fue radical sobre las clases presenciales, yo creo que sí hubo un poco de complicación por él la adaptación al modo tecnológico y este tipo de tipo de clases a este tipo de aprendizaje yo creo que ya después de saber más de esta modo de aprendizaje se fue facilitando. listo

Coordinador: Bueno pues muchas gracias, yo creo que para finalizar el creo que sí pues esto como todo es nuevo toma tiempo adaptarse de igual forma es una nueva forma para nosotras de trabajar y pues la estamos experimentando un poco pero espero que qué todo lo que estamos haciendo, pues les sirva de alguna manera porque ese es uno de nuestros fines no sé ¿cómo se han sentido? ¿Que les ha parecido?

Silencio

Diana :Bueno es la primera vez de mi sesión pero en lo personal me hicieron como que ya sentir ya más cómo con la confianza de poder hablar y poder expresarme pues todo mundo tiene un punto de perspectiva y eso ayuda a como que no te sientas, como qué tan callado y puedas hablar y no te sientas excluido de poder expresar lo que sientes.

Coordinador : Si de hecho es como para eso para que igual aquí todos podemos expresarnos,este espacio es de escucha para poder tratar de entendernos de conocer su situación de como la piensan y cómo se sienten con ellos es importante para nosotros conocer sus emociones, pues este momento de cambios es importante abrir espacios de escucha silencio

Coordinador: Bueno si no hay comentarios al respecto agradecemos mucho por asistir el día de hoy al igual sí se han podido conectar a las otras sesiones les agradecemos su participación y espero pues les gusta también platicar con nosotros y entre ustedes no sé si tengan algún comentario a mi equipo para la siguiente siguiente sesión.

Silencio

Coordinador: Bueno chicos por último sólo recordarles que la próxima sección sería la última planeamos hacer una recopilación de todo lo que nos han dicho para devolvérselos también sabe si se va a quedar el mismo día y horario para la última sesión¿ No se si ustedes tenga algún inconveniente?

Gali: No ningún en el mismo horario

Diana: No, ninguno

silencio

Coordinador: Bueno chicas agradecemos su participación estaremos comunicándonos con ustedes para enviarles el, link de la siguiente sesión gracias

## Sesión 4

Objetivo: Recopilar y realizar un breve análisis de las sesiones anteriores.

Erik :Bueno, pues en este primer punto notamos que están pasando por un proceso de duelo o perdida, en dónde se están haciendo a la idea de que ya no se va a regresar a la escuela a tomar clases presenciales, tal vez al principio pensamos que todo esto sería rápido y regresaríamos pronto a la normalidad, pero no es así, también es el hecho de que son alumnos cursando el último año y no van a poder cerrar de alguna manera ese ciclo de la prepa como hubieran querido, podemos agregar que el proceso de duelo, es algo por el que todos pasamos en algún punto, con la perdida de algo valioso para nosotros, ya sea de alguna persona, algo material, un ideal o alguna en la que creíamos y ya no está, no sé si sientan identificados con esto que notamos o que piensen al respecto.

(Silencio)

Erik: Si se sintieron identificados con este punto?

(Silencio)

Chavo: Pues sí un poco, porque como dices no sabíamos que fuimos un día y no sabíamos que era el último día que ya no regresaríamos a clases...

(Silencio)

Erik: ... y bueno al principio pues era como eso de no saber, pero ahorita cómo es que lo han tomado esa parte que pues tal vez ya no se va a regresar a la misma escuela o que ya no vamos tener clases por lo menos este año, clases presenciales...

Chavo: Pues nada yo creo que ya nos estamos adaptando a eso, o más bien como acostumbrando a saber que pues en un rato no vamos a regresar a la escuela y vamos a seguir así con clases presenciales, probablemente, con clases virtuales, perdón...

Erik: ¿Tú cómo vez Galilea?

(Silencio)

Erik: ¿No sé si quisieras agregar algo más Galilea?

Galilea: Pues siento que si me paso, si me siento identificada con el sentimiento y siento también que el hecho de que la cuarentena, toda esta situación se siga alargando, también hace complicado el hecho de decir, porque a lo mejor decimos “ya no vamos a regresar a la escuela”, pero siempre existe la posibilidad de decirle a tus amigos “oye vamos a juntarnos o vamos a ver una película o vamos al cine o vamos a comer juntos”, pero como esto se ha ido extendiendo más, eso también limita el hecho de que puedas volver a ver a tus amigos o a tus familiares...

Erik: No sé si tengan algún otro comentario?, si no igual podemos pasar al siguiente punto...

(Silencio)

Erik: Por último, en este punto quisiéramos decirle que este duelo se puede vivir, pues lo vivimos todos y que tal vez no necesariamente tiene que ver con una persona, tal vez puede ser algún ideal que teníamos hacia una persona, o algún ideal hacia alguna cosa, que tal vez no era tal y como nosotros pensamos y eso nos genera igual como ese proceso de pérdida o de duelo, tal vez cuando perdemos alguna cosa material que apreciábamos mucho, igual entra en ese proceso y pues solamente el tiempo y vivir ese proceso de la persona, es como se supera y puede como reintegrarse la persona otra vez a asimilar la situación como tal... pasamos al siguiente punto...

Frida: el siguiente punto que tuvimos en las pláticas con ustedes, fue el de que se contenían al expresar algo, sentimos que ustedes nos querían decir algo más de lo que expresaban con sus palabras, usualmente le daban muchas vueltas al asunto que querían ir y al final, realmente no nos decían lo que querían expresar realmente, de alguna manera creo que esto es algo normal quizá por una falta de confianza, porque realmente no nos conocemos mucho, solamente virtual, pero como estamos trabajando este tema de emociones, creo que algo que yo les podría decir es que, deberían intentar, porque yo sé que es difícil, decir realmente con las personas con las que están en su círculo, lo que ustedes sienten y lo que ustedes piensan, porque la comunicación es algo vital en la convivencia que tenemos a diario y hay veces que pensamos que se pueden dar por hecho algunas cosas, pero creo que lo ideal es saber expresar y no contener lo que sientes en este momento, ni las ideas que tiene sobre las cosas, realmente creo que no hay mucho que decir al respecto de este punto, nos pareció importante que ustedes supieran que notamos esa contención al expresar sus ideas, sus opiniones, porque eso quiere decir que realmente estaba pasando algo que las preguntas que les hacíamos, realmente les movía, les hacía pensar algo, pero al final no nos llegaban a decir nada... ¿No sé si alguno de ustedes tiene algún comentario al respecto de este punto?

Galilea: Bueno en mi caso si me es complicado decir las cosas que siento, de por sí yo creo que es complicado con mi familia el hecho de acercarme con mis familiares y decir lo que siento, cuando lo he intentado en algún momento siento que he sido juzgada, a lo mejor no, a lo mejor fue percepción mía, pero siento que ese miedo de

ser juzgado por tus sentimientos, al menos en mi punto de vista, si mi familia hace eso, siendo que es mi familia, como que me da un poco de desconfianza de hacerlo frente alguien que no conozco y pues lamento que a lo mejor haya puesto trabas en su trabajo, pero pues así lo veo yo...

Frida: Si, no te preocupes, en realidad es normal que nos cueste trabajo a todos expresar lo que sentimos y más si ya tuvimos una experiencia de rechazo o de que te juzguen otras personas, realmente me ha pasado de que expreso lo que pienso y es como sientes como un ataque, realmente duele y buen, personalmente lo que yo hago una vez que eso sucede es que me cierro por completo a la persona y es como un bloqueo de ya no, saber qué es lo que piensa, me ayuda a saber hacía donde puedo llegar con esa persona, pero creo que también es importante que no tengas miedo y que expreses lo que sientes, porque es bonito, es bonito compartir lo que piensas cuando la otra persona está de acuerdo, y hacer una conexión, es algo muy muy padre, entonces pues lo que yo les puedo decir es que no tengan miedo de expresar lo que sienten, de sus problemas, siempre va haber alguien ahí para escucharlos y para no ser juzgados, en este caso pues nosotros estamos en proceso de ser psicólogos, entonces durante nuestra formación hemos aprendido a no juzgar a nadie, aquí todos los comentarios son aceptados, no hacemos juicios de valor ante cualquier opinión, nos mantenemos en una posición neutral y tratamos de comprender todas las opiniones de las personas sin juzgarlas realmente...

Ivonne: Y bueno también la preocupación de que esto nos afectó en el trabajo realmente no es así, porque todo lo que observamos y lo que escuchamos de ustedes en estas sesiones, claro que también es súper valioso, creo que esto para nada es una traba para nuestro trabajo al contrario creemos que es mucho más interesante haber descubierto esto, porque como bien lo dices Gali, las experiencias pasadas hacen que uno, como dice Frida, hace que uno después se cierre a poder hacerlo y creo que justo eso que acaban de decir es un contenido muy analizable porque creo que a veces la sociedad, está falta de poder tener una empatía con los demás y de poder comprender al otro, entonces creo que si por nuestra parte podemos hacer algo, como bien Frida, tratar de expresarlo, creo que esto nos va a ayudar, porque muchas veces llegamos a expresarlo cuando hay límites y no antes



cuando todavía puede existir una emoción, más bien, mejor dicho un sentimiento no tan pesado porque bueno, más adelante pues les van a explicar esta diferencia, entonces simplemente es eso, no te sientas mal por eso porque al contrario creo que eso fue bueno y te dejó, nos dejó descubrir algo más de ustedes...

Ivonne: ¿Quisieran agregar algo o continuamos con el siguiente punto?

Galilea: Por mí, es todo

Ivonne: OK,

Yocelin: Bueno el siguiente punto es “la diferencia entre una emoción y un sentimiento”, sabemos que a veces podemos confundirlos o incluso consideramos que son sinónimos, pero sabemos y por lo que pudimos investigar es que una emoción es este conjunto de unas respuestas neuroquímicas que están como pre dispuestas en nosotros y nos hace reaccionar de cierta manera, ante cualquier estímulo ya sea del mundo exterior o interior, va a generar una respuesta, mientras tanto un sentimiento es similar a esta, pero además de que la emoción es incontrolable y automática, el sentimiento ya lo consideramos, lo hacemos conscientes de que es lo que nos está pasando, por ejemplo, el amor, el amor no se da de un día para otro es un proceso que va a transcurrir ya sea a partir de, ya sea a través de un tiempo, y eso depende de cada persona, entonces las emociones son estados que van a ser transitorios es decir que van y vienen , mientras tanto, las emociones como les decía, son de una duración más larga que se van a mantener, que están presentes todo el tiempo en nuestro cuerpo, durante mucho tiempo y este durará pues dependiendo de las veces que estemos pensando, si pensamos constantemente en ese sentimiento seguirá muy presente en nosotros, mientras tanto la emoción se va a desvanecer de un momento a otro como el miedo o la alegría, entonces también dice que una emoción siempre va antes de un sentimiento, ¿Por qué? Porque esta emoción va a despertar en nosotros esta diversidad de sentimientos que va a tener una persona, por ejemplo, la emoción de alegría puede despertar en nosotros este sentimiento de amor o felicidad que vamos a experimentar, también nos menciona que, cuando nosotros somos conscientes de este sentimiento vamos a poder gestionarlos, es decir podemos trabajar sobre ellos, podemos saber lo que estamos sintiendo, mientras tanto las emociones, no sé si han sentido esas veces en las que dicen sentirse de tal manera, pero no pueden

expresarlo con palabras, eso puede ser o hacer referencia a una emoción, cuando podemos pasar una emoción a palabras ya podemos hablar también de un sentimiento, y por último, entonces la diferencia que podemos describir entre esta emoción y un sentimiento, puede ser su duración, la intensidad con la que podemos experimentar la emoción, y que también una es más corta que la otra, en cuanto al tiempo en que las experimentamos y que la emoción es una respuesta automática, que el sentimiento se va a generar poco a poco y es consciente, es decir, nos vamos a dar cuenta de este proceso en el que se va desarrollando, ¿No sé, si tengan alguna duda? Y esto quisimos aclararlo porque comentaba al inicio muchas veces podemos sentir que son sinónimos y decir que el estrés puede ser una emoción, pero a veces lo estamos confundiendo, la verdad es que, eso es lo que nosotros pudimos rescatar, pero queremos saber su opinión, ¿No sé si ustedes sabían esa diferencia, o si no me entendieron o si sí me entendieron, o tienen alguna duda?

P: No, la verdad no sabía que el estrés era también una emoción, pero está bien saber eso...

Yocelin: ¿Algo más?

Itati: Sí, sobretodo porque fueron emociones que pudimos notar en ustedes pero también se hablaba de incertidumbre creímos que era pertinente que conocieran que una se relaciona con la otra, el miedo el estrés son emociones que surgen en un primer momento y una incertidumbre es algo que acaba de ser analizado y pasa por una idea de sentimiento, esa fue la importancia del porque Yoselin le explico la diferencia entre un sentimiento y una emoción

Yocelin: Es difícil poder diferenciarlos, no podemos separarlos, pero si podemos diferenciarlos, aunque es un poco complicado; si no hay comentarios, pasemos al siguiente punto.

Ivonne: Otro de los puntos que sobresalió de nuestras reflexiones con las sesiones con ustedes, fue que aparte de los aspectos escolares, de los lazos afectivos, entre otros, el más fuerte de lo que ustedes nos platicaban fue el aspecto familiar, sentimos que tuvo mayor relevancia, porque a pesar de que nosotros dirigíamos las sesiones, siempre sobresalía el aspecto familiar, a las relaciones con sus padres, con sus hermanos, con la familia en general, esto fue más importante que el ámbito

escolar, este fue más importante a pesar de que son jóvenes y de que son estudiantes, el cuál era uno de los temas en común para reunirnos aquí, la familia fue muy muy muy sobresaliente en sus comentarios, entonces fue otra de las cosas que rescatamos aquí de sus comentarios, no sé si estén de acuerdo, si quieren dar una opinión?

P: Pues en mi caso en lo familiar siento que no hubo mucho en cuanto conflicto, no hubo, así como peleas o así, siento que en lo familiar todo sigue igual y normal...

Galilea: Yo en mi caso siento que por parte de la familia de mi mamá hubo más acercamiento, hubo más unión entre la familia de mi mamá y por parte de la familia de mi papá también y no, siento que el problema más que nada fue el que mi papá y yo tenemos como ideales diferentes, pero creo que me acerque más a mi familia en general...

Ivonee: Gracias, vamos a pasar al siguiente punto...

Yocelin: También nos dimos cuenta que a pesar de que este conocimiento ahora se tenía que impartir en línea, ustedes nunca nos hablaron sobre sus procesos de aprendizaje, si estaban aprendiendo, si no estaban aprendiendo, normalmente cada que les cuestionábamos sobre la educación, salían temas de estrés de abandono entre su relación profesor-alumno, pero jamás una preocupación más evidente sobre como estaban aprendiendo, ahora más como de “tengo que entregar trabajos, tengo que hacer...”, su inclinación siempre estuvo acompañada en el pasar, más no en el aprender, justo de esta manera pues quisimos devolvérselo, para que esta parte del aprendizaje, no fue prioridad en esta pandemia, bueno, en este pedazo que llevamos de pandemia, no sé qué piensen chicos, si en algún momento les falto comentarnos eso?...

Galilea: Siento que más que nada, nos enfocamos más en eso, en el estrés, en nuestra relación con los profesores, pero bueno, yo por mi parte si aprendí, no mucho, pero sí aprendí...

P: Si yo igual, no se aprendió mucho como ir a las clases presenciales, pero si aprendí un poquito...

Ivonee: Sobre todo en la sesión anterior vimos que su presente estaba en el ahora y no había como alguna planeación a futuro, siempre que platicábamos con ustedes, nos decían “es que por esto y esto ya no podemos hacer esto”, pero nunca estaba

como “a lo mejor después podemos hacer esto”, esta pandemia igual podría generar un cambio a futuro, no encontramos esas palabras ni fue muy evidente en las sesiones esa posibilidad de pensar más a futuro, igual como que estamos muy inmersos en lo que estamos haciendo día a día y nos parece muy importante, pues a pesar de como estamos llevando esta manera en la que nos relacionamos sea un muy buen motivo para aprovecharlo a futuro, quizás también las relaciones, igual es importante para nosotros que tengan en cuenta eso, sobre todo los que están cambiando de un lugar a otro en cuestión educacional, puedan tener otra percepción de como llevaran sus clases, con esta reflexión...

Ivonne: También yendo sobre este punto del presente sentimos que estaban preocupados por el ahora, y es normal no decimos que sea malo, pero sentimos que también, como ya lo había dicho Erik, es como cierre de ciclos, porque para muchos de nosotros, muchas cosas se quedaron inconclusas, había como ganas de seguir en algunos proyectos, en convivencias, lo que sea, creo que también estaban las ganas, pero esta situación hizo que se frenaran, entonces sentimos que es un ciclo en el que no se pudo concluir, tampoco se pudo continuar, y sentimos eso, eso es lo que percibimos, que todavía esta situación hacia que no nos mencionaran, o que no hablaran refiriéndose al futuro, sentimos que en la mayoría de las veces que ustedes nos platicaban era como estar estancados en eso, y nada más sería eso en cuanto al presente estancado, que fue otro punto de los que rescatamos, no sé si estén de acuerdo? Si quieren agregar algo?

Galilea: Siento que, por ejemplo, nosotros estamos ahorita muy inmersos en el momento de ahorita, yo en mi caso, digo “hoy me levanto y voy a limpiar este mueble” y es lo que voy a hacer ahorita, o digo “hoy voy a pintar tal parte de la pared” y yo voy viendo que es lo que necesito para empezar a pintar, pero siento que no hay una planeación desde antes, y también tiene que ver pues por hecho de que no hay muchas cosas abiertas, necesitas saber si lo que vas a hacer a futuro, tienes las posibilidades, no solamente económicas...

Ivonne: Claro, creo que eso también lo comentábamos al principio, cuando nos sentábamos a platicar de esta reflexión, que hay un futuro incierto, creo que es muy normal que todos, incluso no podamos pensar más allá de lo que ahorita podamos pensar, porque no sabemos que pueda pasar, no sabemos si se vaya a extender

más, no sabemos realmente, creo que es una sensación de incertidumbre de que va a pasar que no nos permite, tal vez pensar con claridad ese futuro y creo que sí, es súper normal sentirnos así o talvez no expresarlo también, entonces creemos eso, nada más...

Erik: Bueno, el siguiente punto que se pudo notar, era que no había una buena comunicación, o la comunicación que ustedes tenían con el profesor o el profesor hacia ustedes como que no era la óptima, no sabemos bien porque será, y si quisiéramos que nos comentaran, porqué creen que sea esta cuestión, si es por en sí, todo el tema de las clases virtuales, o en específico el tipo de aplicación que han ocupado para comunicarse con el profesor, o las diferentes que tal vez ustedes notaron de la relación que llevaban cuando eran las clases presenciales, que veían al profesor, y que ahora ya no...

P: Si, pues yo creo que muchas veces no es mucho el profesor, pero luego también puede ser que se saturan mucho de correos, o luego les mandan muchas tareas o muchos trabajos, que a veces e les hace muy difícil contestarnos si tenemos alguna duda o algún problema, pues no podemos entablar bien una conversación con el profesor, porque luego está muy ocupado como ya lo dije, tiene muchos correos, muchos proyectos, muchas tareas, que pues se le hace difícil aclarar a cada alumno, a hacer aclaraciones por cada alumno...

Erik: ¿La saturación a los profesores, creen que afecto?

P: Pues puede ser eso, las plataformas también o igual puede ser que le da flojera y no quiere contestar...

Galilea: Siento que es cierto, que tuvimos problemas de comunicación con los profesores, pero tampoco no es ni nuestra culpa ni la de ellos, siento que es responsabilidad de ambos, pero igual no es culpa de ninguno, a lo mejor si tú enviaste tu correo fuera del tiempo, estamos de acuerdo que es tu culpa, porque se tenía programado una fecha y un horario, pero si el maestro recibió 100 correos y a lo mejor todavía no lee tu trabajo, no es ni tu culpa ni la del profesor...

Erik: ¿Y a qué crees que se deba que no hubo como la comunicación óptima? ¿No tanto como de echar culpas, pero a qué crees que se debe?

Galilea: No entendí la pregunta...

Ivonne: Me imagino como si sienten que existiera una barrera extra que no les permite tener esa comunicación, dejando de lado que si es por tareas o no, o como tener ese acceso a poder hablar con el maestro, como esa confianza de acercarse y decirlo, como si hubiera algo ahí que a ustedes los frena, de parte suya o de parte de ellos, para tener una muy buena comunicación...

Galilea: Yo veo como dos problemas principales, el primero sería... no todos sabemos usar las herramientas necesarias y dos, la falta de empatía, porque a lo mejor uno cuando esta está en clase quiere que el maestro se concentre únicamente en nosotros y que no revise ningún trabajo más que el nuestro y nos enojamos con los profesores diciendo "no, es que nunca hace su trabajo bien", y el profesor, de allá para acá, dice así como "mi clase es la única clase que debe importar", siento que no hemos sido muy empáticos tanto alumnos como profesores en ese aspecto...

Ivonne: Si creo que sí, bueno me identifique un poco con eso, creo que sí, que de verdad, creo que a veces sentimos que el maestro no es tan flexible para poder comentarle algo, pero a veces también nosotros somos cerrados a lo que ellos nos puedan acercar, y creo que ese es un punto clave o importante, para entender esto, creo que si es muy cierto...

Por último el análisis fue que la adaptación era otra cosa que salio, incluso no decirlo de nosotros a ustedes sino, ustedes nos decían como "me tengo que acomodar a los tiempos de tal persona" estoy aprendiendo a conocer, estoy conociendo que le gusta que no le gusta, también conocer mis limites, qué me hace enfadar? Qué me desespera, porqué no soy tan paciente?, también los tiempos, en qué ocuparlos, el pasar tanto tiempo en casa era como "voy a hacer esto y voy a hacer el otro", pero también a veces no se acomodaban las cosas no, porque no solo eramos nosotros en la casa, eran más personas, entonces creo que también eso fue parte de su adaptación, así como el proceso escolar, que también influía mucho en los tiempos, sobre todo para tener un adecuado espacio, la comunicación también fue parte de la adaptación, díganos que adaptarte a una nueva relación con los demás, porque ahora talvez ya no se veían de persona a persona, ya no se interactuaba como en la escuela, como en una fiesta, como en la calle, entonces todo esto cambio y fue un proceso adaptativo que es mucho muy normal, que iba de

la mano con uno de los primeros puntos que fue el de duelo, y que justo, la pérdida de cosas o la ausencia, de cosas hacia que tuviéramos que ajustarnos a algo nuevo y pues si un acomodo pues difícil, de nuestra vida de nuestras personas, de nuestros tiempos y de nuestra forma de ser, sería el último punto, no sé si quieran agregar algo sobre este o sobre los anteriores? Adelante...

Erik: Bueno, si no quisieran agregar algún comentario, quisiéramos agradecerles nuevamente por estar participando en la sesiones, por compartirnos sus experiencias, por todo lo que se dijo aquí y su cooperación que tuvieron con nosotros, y quisiéramos igual invitarlos, no sé si les interese después checar el uso de su información, o talvez estos puntos pues más desarrollados, si les interesa, igual podemos tener como el contacto y volvernos a reunir...

Galilea: Ósea que cuando acaben su trabajo que ustedes nos expongan su trabajo por así decirlo?

Yocelin: Algo así, pero estaría más enfocado en un análisis más profundo de las sesiones que tuvimos con ustedes, no todo el trabajo, solo los resultados...

Galilea: Bueno, a mi si me interesa, yo si quisiera, bueno a mi si me gustaría...

P: Sí, a mí también,

Yocelin: Pues gracias, sería en algunos meses, pero ya nos estaríamos comunicando con ustedes, espero vernos pronto, hasta luego chicos.