

TECNOLOGICO DE ANTIOQUIA INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA

“Estrategias de afrontamiento de estudiantes universitarios durante y posterior al confinamiento por la Covid-19”

RESUMEN ANALITICO DE ESTUDIO (RAE)*

Autores (Authors): Benavides Meneses Danna, Castro de León María Inés, Pino Cardona Ana

Facultad (School): Educación y Ciencias Sociales

Programa (Program): Psicología

Asesor (Support): Narváez Castro Mary Sol

Fecha de terminación del estudio (End of the research Date): 02, junio, 2023

Modalidad de Investigación (Kind of research): Trabajo de Grado

Palabras clave: *confinamiento, estrategias afrontamiento, tensión emocional, estudiantes universitarios*

Resumen: La finalidad del estudio fue comprender las estrategias de afrontamiento generadas durante el confinamiento por la pandemia COVID-19 y que se mantienen, en estudiantes del Programa Profesional en Psicología del Tecnológico de Antioquia. Se trabajó con una muestra de 200 estudiantes de 4° y 5° semestre, matriculados durante el confinamiento y que, al momento del estudio, iniciaron presencialidad en la Institución. Bajo un enfoque cualitativo, el estudio etnográfico de alcance descriptivo se dirigió hacia la indagación de emociones y problemas presentes en los estudiantes; posteriormente se describieron e interpretaron las estrategias centradas en el problema y en las emociones de los sujetos para afrontar dicho confinamiento. Mediante la aplicación de la entrevista semiestructurada y la observación participante, trabajo de campo marcado por el desafío propio de la época de encierro, se desarrollaron encuentros cercanos logrando entre los principales resultados, la identificación de afectaciones emocionales como la tensión emocional vivenciada desde la ansiedad, el miedo, el enojo y la angustia, aspectos que paradójicamente se tramitaron por algunos sujetos desde el control y la regulación emocional, asumiendo el encierro como parte de su experiencia vital, haciéndose evidente la utilización de estrategias de afrontamiento centradas en el problema, entendiendo éstas como un afrontamiento activo y de liberación actitudinal; así mismo, sobre las estrategias centradas en las emociones, emergieron las de evitación cognitiva y reevaluación positiva, constituyéndose así en un afrontamiento adaptativo que contribuyen al bienestar psicológico,

especialmente aquellas centradas en el problema.

Intencionalidad:

Comprender las estrategias de afrontamiento generadas durante el confinamiento por la pandemia COVID-19 que se mantienen hasta la actualidad en los estudiantes del Tecnológico de Antioquia. Específicos: Indagar las emociones y problemas que los estudiantes identifican presentes durante el confinamiento por la pandemia COVID-19 que se mantienen hasta la actualidad en los estudiantes del Tecnológico de Antioquia. Describir las principales estrategias centradas en el problema utilizadas por los sujetos para afrontar el confinamiento por la pandemia COVID-19 en los estudiantes del Tecnológico de Antioquia. Interpretar las principales estrategias centradas en las emociones por la pandemia COVID-19 que se mantienen hasta la actualidad en los estudiantes del Tecnológico de Antioquia.

Referentes teóricos: El principal autor de esta investigación Lazarus que aportó en el estudio de las estrategias de afrontamiento. El modelo transaccional de Folkman & Lazarus (1984), Otros de los autores de esta investigación es Daniel Goleman donde nos habla de las 4 emociones básicas Miedo, tristeza, ira y felicidad. Un factor importante para comprender las emociones en los estudiantes.

Proceso metodológico: Se desarrollo mediante un enfoque cualitativo el cual desplegó un acercamiento con los sujetos del estudio, grupo organizado por estudiantes entre los 18 y 35 años con quienes se interactuó bajo los principios de la etnografía, se aplicó La muestra a conveniencia de 200 estudiantes de 4° y 5° semestres de la carrera Profesional de Psicología cumpliendo con los criterios de selección siguientes: estratificación socioeconómica 1, 2 y 3; ambos sexos; se realizó un sondeo en el Tecnológico de Antioquia como trabajo de campo para ello se elaboró, validó y aplicó tres instrumentos, a saber: cuestionario de sondeo del fenómeno estudiado, entrevista semiestructurada y, observación participante. El cuestionario que permitió un rastreo general de información y la recolección de los datos iniciales para su tabulación, clasificación, descripción, otra fue la entrevista semiestructurada la cual posibilito la recolección de la información, y brindó un espacio cercano de mayor cercanía con los sujetos de investigación, Por último, la observación participante, como técnica de registro sistemático, válido, fiable de comportamientos y situaciones observables. Para el análisis de la información se utilizaron matrices descriptivas de análisis que dieron como

resultado, categorías emergentes por cada objetivo de la investigación bajo el modelo de matrices, se organizó la información en tres momentos, el vaciado y la triangulación de la información. Este momento posibilitó el tercer momento o elaboración de matrices de categorías inductivas.

Alcances:

Podemos concluir que las emociones son de vital importancia para la salud mental y la vida, para el proceso de enseñanza y aprendizaje dentro de cualquier circunstancia, en esta investigación queremos resaltar dicha cuestión en el contexto de la circunstancia del entorno a causa del confinamiento, y es que si bien se vivieron momentos de tensión, miedo, irritabilidad, desequilibrio emocional, y a pesar de estas dificultades y limitaciones de la educación a distancia y la falta del acompañamiento profesional, se dio un gran esfuerzo por parte de los estudiantes en donde se ve afectado su estado de ánimo, emociones, sentimientos y salud mental que la pandemia y el confinamiento causo.

Otros de los hallazgos que se evidencia en la investigación son las técnicas de control emocional en las que encontramos las técnicas de distracción y visualización positiva, esto permitió que los estudiantes suprimieran parte de las expresiones de sus emociones, o intentaban disimular la intensidad de estas o simplemente lo veían como algo subjetivo.

Todas estas estrategias le permitieron al estudiante regular sus emociones dentro del entorno educativo y el entorno familiar y así mejorar el contexto individual y social del individuo.

Frente al último objetivo, sobre la interpretación de las principales estrategias centradas en el problema para afrontar el confinamiento por la pandemia Covid-19 y que se mantienen en la actualidad en los estudiantes, se evidenció que la dimensión emocional se centra en el sujeto y su familia, infiriéndose así la necesidad de apoyo, con la creación de aprendizajes de estrategias de afrontamiento y su aplicación, ya que, al unísono, los estudiantes respondieron que no cuentan con claridades frente a las estrategias de afrontamiento y su desarrollo, según esto, se considera que esta experiencia como evento no les trajo consigo mismo consecuencias negativas en su vida, y pudieron realizar evaluaciones subjetivas de como quedaron sus condiciones para así llevar o poder volver a crear una mejora en su calidad de vida.

Propuestas: la magnitud de la pandemia del covid –19 dio un giro en el mundo y aún quedan

secuelas de ello. Las pérdidas para la economía y el mercado del trabajo son enormes y van a tardar años en recuperarse. En educación la afectación también tiene grandes dimensiones, y aunque nos dejó al descubierto lo que ya sabíamos, este panorama abre grandes e interesantes líneas de investigación educativa, por lo anterior se propone que en futuras investigaciones se elaboren programas de intervención para fortalecer las estrategias de afrontamiento las cuales podrían generar insumos importantes para la mitigación de las consecuencias psicosociales generadas por el confinamiento.