



UNIVERSIDAD DEL BÍO-BÍO
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA EN EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA

**PERCEPCIÓN DOCENTE SOBRE LA CONTENCIÓN EMOCIONAL EN EDUCACIÓN
BÁSICA DURANTE LA PANDEMIA**

Autoras: Katalina Moena Saldías

Sylvia Romero Torres

Profesor Guía: Nelly Lagos San Martín

Chillán, Chile

2021

Índice

Dedicatoria	2
Agradecimientos	3
Introducción	4
1. Antecedentes del problema	5
2. Planteamiento del problema	8
3. Pregunta de investigación	14
4. Objetivos	14
4.1 Objetivo general	14
4.2 Objetivos específicos	14
5. Marco teórico de referencia	16
5.1 Contexto de la pandemia	16
5.2 Efectos de la pandemia sobre las personas y su salud mental	18
5.3 Contención emocional en el contexto pandemia	26
5.4 Educación emocional por el profesorado	32
6. Metodología	38
6.1 Diseño metodológico	38
6.2 Instrumentos para la recogida de información	38
6.3 Participantes	39
6.4 Procedimiento	39
6.5 Normas éticas	40
6.6 Análisis de datos	40
7. Resultados	41
8. Conclusiones	51
9. Bibliografía	54
10. Anexos	57

Dedicatoria

Katalina Moena Saldías: Quiero dedicar este trabajo a mi madre, padre y hermanas, por todo lo que me han dado en esta vida, por ser guía y acompañarme durante toda mi carrera, por todos los consejos los cuales me dieron las fuerzas para avanzar en este camino, por estar a mi lado en los momentos difíciles y por todo ese apoyo incondicional.

A Dios por ser la fuerza y luz que guía este camino difícil, también por darme la oportunidad de culminar una etapa de mi vida.

Por último, a todas aquellas personas que me acompañaron en silencio con una comprensión y apoyo excepcional.

Sylvia Romero Torres: Esta tesis está dedicada a Dios porque sin su ayuda no habría conseguido mis metas. A mi madre que me apoyó y se preocupó por mis estudios en todo momento desde pequeña. A mi abuela por todas sus oraciones, por darme ánimos cuando estaba cansada, por aconsejarme y estar conmigo en cada momento. A mi abuelo que, aunque ya no esté siempre lo llevo en mi corazón. También a mi familia materna y amigos que cuando los necesité estuvieron para apoyarme y brindarme palabras de aliento.

Agradecimientos

En primer lugar, queremos dar gracias a Dios por permitirnos tener la oportunidad de entrar a la universidad para estudiar y brindarnos la sabiduría para conseguir nuestras metas, a nuestras familias por preocuparse porque logremos conseguir nuestros sueños y apoyarnos durante toda esta etapa que tuvo grandes obstáculos y dificultades. A nuestros/as compañeros/as que nos brindaron su ayuda cuando teníamos dudas sobre algún tema.

También damos gracias a la universidad por darnos las herramientas necesarias para ser profesionales, de igual forma dar gracias a cada profesor/a que fue parte de este proceso de formación profesional tan importante para nosotras y nuestras vidas, dejando como recuerdo y experiencia viviente; esta tesis, la cual quedará dentro de los conocimientos y progresos de las generaciones que aún están por llegar. Reconocer también a la profesora Nelly Lagos, por ser nuestra profesora guía en esta etapa tan compleja, por ayudarnos y estar disponible cuando lo necesitábamos.

Introducción

La educación emocional es un proceso educativo enfocado en las emociones del ser humano, es de suma importancia, por lo que se debe trabajar desde la infancia, ya que tiene como finalidad potenciar el bienestar personal y social, para guiar a las personas con el objetivo de prepararlas para la vida, crear conocimientos sobre sus emociones y las de los demás.

Hoy en día, debido a la pandemia que afecta a todo el mundo, la educación emocional y el desempeño académico se han visto enormemente afectados, por lo que ha generado que docentes y directivos tengan que crear procesos, además de elementos que abarquen ambos temas. Sin embargo, se debe dar prioridad a la parte emocional, ya que tanto docentes como estudiantes han sufrido un gran aumento en el estrés y cargas educativas.

Debido a los cambios del plan paso a paso elaborados por el Ministerio de Salud de Chile en el contexto pandemia COVID-19, los y las docentes han tenido que cambiar el medio en que realizan las clases, ya que hoy las imparten por plataformas virtuales (*Google Meet, Zoom o WhatsApp*). En este plan, la fase 1 implica que las clases deben impartirse de forma virtual y desde la fase 2 en adelante deben volver o prepararse para realizar clases presenciales o híbridas. Estos cambios han significado que muchas veces las clases logran realizarse por unos días o las aulas quedan preparadas con las medidas sanitarias obligatorias sin ser utilizadas, es por estos motivos que el aprendizaje de los alumnos se ha visto afectado.

Otros factores que influyen en el retraso de los aprendizajes de los y las estudiantes son la falta de conexión, problemas familiares, disposición de los apoderados, familiares contagiados, desmotivación por parte de ellos o ellas; estas causas provocan estrés, cansancio, irritación y malestar emocional, por ende, no pueden rendir por completo y enfocarse en las clases. Es por ello, que esta investigación se enfoca en los y las docentes, centrándose en las emociones, sentimientos y problemas que han percibido en sus alumnos/as, para luego investigar la forma en que ellos analizan, idean y realizan ciertas actividades con el fin de contenerlos y ayudarlos en lo que es posible, debido a la situación actual.

Basado en lo anterior se invita al lector a visualizar el documento, en el que encontrará una investigación de mayor profundidad sobre el tema, ya que se muestran estudios y pensamientos de autores reconocidos, que han tenido gran trayectoria en el ámbito

emocional, lo cual los hace ser una buena fuente de referencia para obtener información y desarrollar una investigación apropiada.

1. Antecedentes del problema

En la actualidad es sabido que el ámbito emocional y psicológico de niños/as, padres, docentes y personas en general se ha visto afectado debido a la pandemia, la que ha generado cuarentenas, distanciamiento entre las personas, evitar el contacto, el estrechar una mano, dar un abrazo es más complejo hoy en día, el ser humano está acostumbrado a saludarse de esas formas, a demostrar afecto de esa manera, pero estas costumbres han debido cambiar debido al COVID-19.

Los/as docentes y estudiantes tenían la costumbre de verse día a día, poder realizar las clases de forma presencial, resolviendo dudas, caminar por el aula de clases para revisar si cada alumno/a había comprendido y hoy en día esto no es posible, considerando que la metodología ha cambiado a clases *online*. Esto ha dejado a estudiantes sin la posibilidad de entrar a clases, demostrando la gran desigualdad económica que existe en nuestro país, en vista de que muchos padres no tienen el sustento para contratar internet, tener un computador o un celular más actual para que sus hijos puedan ingresar a las clases, dejándolos más atrasados que a los demás.

Ducci (2021) señala que la Unesco realizó un informe en el cual indican la alta tasa de exclusión en el sistema escolar. Algunos de los factores que influyen en esto son el género, la edad, la pobreza, entre otros. Sin embargo, los factores que más dificultan el acceso a la educación en la actualidad son la pobreza y la pandemia.

La gran brecha económica que existe en Chile se ha visto más expuesta y ha tenido un mayor aumento durante la pandemia, puesto que muchos padres/madres han perdido sus empleos y los gastos siguen siendo los mismos de antes o incluso mayores, a causa de que deben comprar aparatos tecnológicos para que sus hijos/as se puedan conectar a clases, contratar internet y mantener el hogar. Sin embargo, como ya fue mencionado anteriormente algunos padres/madres no pueden realizar estos gastos extras, generando estrés en ellos, retraso en las clases de sus hijos/as y estrés en los/as docentes, que deben pensar cómo ayudar y entregar los conocimientos a los/as estudiantes para que no se atrasen tanto, lo que les ha generado una mayor carga laboral.

Muchas veces la educación emocional ha quedado de lado, enfocándose en las asignaturas que son priorizadas por el Ministerio de Educación de Chile (MINEDUC, 2020), pero debido a la pandemia esto ha tomado mayor importancia que pasar los contenidos, ya que muchas personas han sufrido la pérdida de algún familiar, el contagio de COVID-19 en otros casos, preocupaciones en el hogar. Es por esto, por lo que los/as docentes deben priorizar la salud emocional y mental de los/as alumnos/as, dejando de lado por un momento los contenidos que se debían abarcar durante la clase y hablar con los niños/as, que puedan expresarse y sentirse apoyados por el o la docente.

Sin embargo, desde el Ministerio de Educación han decidido no establecer contenidos u objetivos priorizados en la asignatura de orientación, puesto que consideran que todos son de suma importancia para el desarrollo y apoyo de los estudiantes en el contexto de la pandemia. De todos modos, está a libre elección de cada establecimiento si realizan esta clase o no, puesto que no es de carácter obligatorio, no obstante, los/as docentes deben generar los espacios seguros con los/as estudiantes que se conecten a las clases *online*, escucharlos/as y motivarlos/as.

Álvarez (2020) informa que a los establecimientos educacionales se les sugerirá que implementen espacios de reflexión y diálogo sobre temas relacionados con el *COVID-19* específicamente en la asignatura de Orientación.

Lo expuesto anteriormente muestra que, si bien el Mineduc ha establecido que todos los objetivos en orientación son de gran importancia, es aún más primordial que los docentes tengan cercanía con sus alumnos/as, generando episodios de conversación, de reflexión, de apoyo emocional en caso de ser necesario, ya que al establecer estos momentos de confianza se puede identificar si ellos/as tienen algún problema o si están pasando por alguna situación compleja junto con su familia.

Como sostienen Ribeiro, Scorsolini-Comin y Dalri (2020), el profesorado no se encontraría capacitado para tal evolución, entre las razones que ellos indican se encuentra la falta de preparación de los y las docentes, dificultad de conexión y de utilización de tecnologías, lo cual hace imposible conservar un buen ambiente para la realización del teletrabajo.

Se logra visibilizar como para la mayoría de los y las docentes es incómodo realizar el teletrabajo desde casa, ya que se tiene claro que en la mayoría existen más habitantes dentro

del hogar; donde no solo realizan clases virtuales, sino que también el material que existe detrás de todas esas clases. Es por esto, que con la llegada de la pandemia muchos/as docentes tuvieron que afrontar el cambio de aula presencial a virtual, colocando mayor atención en sus estudiantes, ya que para ellos fue y es bastante complejo pasar del aula presencial a una virtual, en donde se ha ido demostrando el desgaste emocional que provocó la pandemia.

Se puede visibilizar que, si bien algunos apoderados se encuentran a la par con los/as docentes e intentan prestarles la mejor educación a sus hijos/as, se encuentra la otra cara de la moneda en la cual no existe una preocupación de parte de los padres para generar un buen desempeño de sus hijos/as en la escuela, ya sea por motivos de trabajo, vulnerabilidad, entre otras dificultades. Es aquí donde el estudiante crea una frustración y comienza a oprimir sus emociones, con lo que al pasar del tiempo se le dificulta la comunicación con las demás personas.

Se logra ver una brecha notable en los colegios vulnerables, ya que tienen una comunicación precaria con sus estudiantes, al contrario de los no vulnerables, debido a que tienen una mayor accesibilidad a las tecnologías, pero estos tienen un concepto en común el cual es que se concentran principalmente en las áreas de lenguaje y matemáticas, dejando en evidencia que no toman la importancia necesaria a la educación emocional la cual se imparte en la asignatura de orientación.

Se cree que si los establecimientos le dieran más importancia a desarrollar las emociones de los y las estudiantes se obtendrían los resultados anhelados por la directiva, si bien se entiende que es un efecto de la pandemia no significa que tanto los/as docentes como los padres dejen de lado el desarrollo emocional en los/as niños/as, sino que es uno de los puntos en el cual más énfasis se le debe otorgar, teniendo en cuenta que si logramos desarrollar estos puntos en los estudiantes tendrán menos estrés, cansancio, frustración, etc.

2. Planteamiento del problema

La educación emocional es de suma importancia, ya que esto influye enormemente en el desarrollo y desempeño de niños/as, estudiantes, incluso de los/as docentes. Si una persona adulta se encuentra mal anímicamente, no se podrá concentrar en lo que está haciendo, estará distraída, decaída, etc. con los/as niños/as pasa lo mismo o incluso les afecta mucho más.

Se ha demostrado cómo los/as estudiantes han recibido un duro golpe por la pandemia, no solo en el ámbito académico con el bajo aprendizaje y rendimiento que están presentando, sino también en el ámbito emocional que se ha visto un enorme desgaste tanto en los/as niños/as como en la familia en general así como también en los/as docentes, ya que el desgaste de ellos y ellas ha sido irreparable, las clases en línea se han vuelto la única solución para lograr entregar un mínimo de aprendizaje, tratando de ser fortalecidas con guías y documentos para que no queden estudiantes fuera de este débil aprendizaje.

Para poder concentrarse y tener una clase provechosa, ya sea presencial u *online*, los/as alumnos/as deben estar bien emocional y físicamente, sentirse cómodos, seguros, y no tener distracciones, lo cual hoy por hoy es difícil de conseguir, ya que muchos/as niños/as están en casa con sus hermanos pequeños que los distraen, deben ayudar en las labores del hogar o en algunos casos no tienen los medios para poder conectarse a las clases, por lo que solo deben realizar las actividades enviadas por los/as docentes y solicitar ayuda a sus padres en muchos casos. Sin embargo, como es sabido en Chile, aún existen personas con analfabetismo, lo que dificulta que algunos padres/madres puedan ayudar a sus hijos/as con sus actividades, generando frustración en ellos.

Las clases *online* se han vuelto la única solución para lograr implementar la enseñanza-aprendizaje para los/as estudiantes, pero existe la otra cara de la moneda en la cual se encuentran los/as estudiantes que no pueden conectarse a clases y lograr obtener esa enseñanza tan necesaria para ellos/as, por lo que en su mayoría les produce ansiedad el solo tener un par de guías a su disposición que en la mayoría no refleja el contenido que realmente se necesita.

Soto (2017) menciona que, en Chile, el analfabetismo fue en disminución desde 1982, se ha visto reducido desde un 8,9% a un 3,4% (Banco Mundial, 2017), sin embargo, estos

porcentajes son bajos en comparación a los datos a nivel mundial. No obstante, estos datos son medidos con personas desde los 15 años.

La pandemia ha desatado una serie de consecuencias, que afectan a todas las personas, y una de estas es que los/as niños/as han sufrido un gran retraso en el aprendizaje académico, así como en la lectura, escritura, suma, entre otros. A pesar de que algunos padres intentan apoyar a sus hijos/as en sus tareas, hay otros que no pueden hacerlo debido a que trabajan, por lo que muchos estudiantes están en desventaja. Esto los puede hacer sentir mal, ya que ellos ven que sus compañeros/as ya saben leer o manejan otros contenidos que a ellos/as les cuesta mucho más, con esto se puede demostrar que la interacción de los/as estudiantes con él o la docente en el aula de clases es de gran importancia, debido a que así los/as docentes pueden responder las dudas enseguida y por las clases *online* es más complejo realizar esto y sobre todo si los/as docentes no tiene un buen manejo de la TIC, ya que para realizar las clases y que además sean interactivas a través de un computador, el o la docente debe tener un buen manejo o de lo contrario esto le jugará en contra y en vez de presentar una clase motivadora y lograr que todos aprendan o entiendan será frustrante para el docente.

Para reforzar esto, Ibáñez (2002) expresa que la interacción profesor-alumno/alumno-alumno es uno de los vínculos más importantes en relación con la formación de los estudiantes, el cual trae consigo consecuencias personales o académicas en distintos niveles del sistema educativo.

La presencia de los y las profesores/as no se puede sustituir, ya que los padres no tienen los saberes necesarios para la enseñanza académica de sus hijos/as, sobre todo ahora que han presentado un mayor nivel de estrés, al estar los/as niños/as todos los días en casa y los padres tener que trabajar o buscar trabajo, siendo que la mayor parte del tiempo solo los veían muy temprano y luego muy tarde. En este último tiempo han estado subiendo todos los productos y servicios, provocando que muchos padres se sientan más cansados e incluso se encuentren de mal humor en sus hogares al no conseguir trabajo y no poder ayudar a sustentar la casa, en algunos casos, los únicos ingresos que tienen las familias son los bonos que ha dado el gobierno.

Lo planteado anteriormente también afecta a los/as niños/as, que en algunas ocasiones no tienen el apoyo adecuado en sus hogares, algunos/as de ellos/as sufren de violencia

doméstica, la cual ha ido en aumento durante el confinamiento, generando obstáculos en sus aprendizajes, dificultando su concentración y provocando un malestar físico y emocional, ya que ellos/as como niños/as no saben qué hacer en estas situaciones, y en los establecimientos estaban seguros durante el día frente a la violencia recibida en sus casas. En algunos casos los y las docentes al observar ciertos comportamientos en los/as niños/as los derivan a psicólogos o especialistas que podían llegar a identificar lo que ocasiona estos comportamientos, dando alerta a las autoridades o familiares, es por esto que con la pandemia se dificulta enormemente identificar estos casos y poder derivarlos a tiempo o que el mismo docente intervenga primeramente a prestar la ayuda necesaria.

Por el confinamiento, producto de la pandemia, la violencia intrafamiliar se ha visto gravemente afectada, por lo que existe menor tolerancia ante los mismos miembros de la familia, creando disputas y como resultado se presenta la violencia tanto física como psicológica. Es aquí donde los establecimientos pueden prestar algún tipo de ayuda, ya sea realizando charlas o consejería para los padres y estudiantes, al igual que con todo el establecimiento y así intentar disminuir este tipo de violencia.

La violencia intrafamiliar ha tenido un gran aumento, por lo que han activado un número especial para denuncias de este tipo, el cual es respondido por especialistas, con el tiempo van ideando códigos y formas para pedir ayuda; pero, aunque en la mayoría son casos de violencia ejercida por el hombre, de igual forma hay casos en que las mujeres son quienes ejercen dicha violencia dentro del hogar o en otros casos son los hijos quienes agreden a sus padres.

En relación con esto, Forni (2020) señala que, debido a la cuarentena, los niveles de ansiedad han ido en aumento, pero también ha aumentado la tensión en los hogares, la cuarentena también vuelve más complejo que las víctimas de violencia puedan buscar ayuda de amigos o donde resguardarse por un tiempo.

Lo anterior provoca distintas consecuencias para los/as niños/as que padecen de violencia, unas de estas son aislamiento del resto, que obtengan un bajo rendimiento en las notas, ansiedad, depresión, tristeza, marcas físicas, como heridas, hematomas, golpes, entre otras, todo lo nombrado genera que él o la estudiante no se concentre en clases, no logre aprender bien los contenidos, se sientan mal emocionalmente, etc.

Ibáñez (2002) plantea que las emociones establecen espacios de acciones que se pueden realizar, que son de gran relevancia para los aprendizajes en el ámbito educacional; ejemplifica que al tener emociones positivas se podrán hacer actividades que favorezcan el aprendizaje, en cambio, al tener emociones negativas dificulta o retrasa el aprendizaje. Expone que en la interacción en el aula se crean emociones que son determinantes para favorecer o retrasar el aprendizaje.

Es muy complejo lograr realizar clases de manera virtual, sin poder ver y escuchar a los/as estudiantes correctamente, en ocasiones escuchando ruidos que hay en sus casas, que se va la señal de internet o se corte la luz, lo que puede pasar a alumnos/as o docentes, de igual forma es difícil lograr tenerlos concentrados durante tanto tiempo sin que se aburran, que presten atención, por lo que los docentes han tenido que idear nuevas formas para mantenerlos/as interesados/as en las clases.

También, se debe tener en cuenta que los/as niños/as pasan una gran cantidad de horas frente a computadores o teléfonos conectados/as a clases en horarios muy parecidos a los de clases presenciales, desde aproximadamente las 08:00 hasta las 13:00 o 14:00 horas en algunos casos, teniendo recreos de entre 10 a 15 minutos, lo que provoca estrés y aburrimiento en ellos.

Ramírez (2021) señala que expertos en educación escolar concuerdan en que no es beneficioso que los horarios de clases virtuales sean los mismos a los horarios de clases presenciales. Indica que Gabriela Gómez plantea que los horarios no pueden ser iguales, ya que las actividades que se realizan son diferentes.

El hecho de que los/as estudiantes estén tanto tiempo frente a las pantallas les genera estrés, por lo cual se puede entender que esto es más perjudicial que beneficioso, ya que los/as niños/as no se concentran y las horas productivas son menos que al establecer horarios más breves de conexión sincrónica con los/as estudiantes, dado que al tener horarios más cortos no se aburren e intentan prestar mayor atención a las clases, así como lo demuestran diferentes estudios que el tiempo de concentración efectivo no es superior a una hora.

El que los/as estudiantes se encuentren la mayor parte del día frente a computadores, teléfonos o *tablets* traerá consigo múltiples enfermedades para más adelante, ya que deben estar mucho tiempo sentados y muchas veces en una mala postura lo que provoca dolor de

espalda y a su vez agotamiento, también no se puede dejar de lado el desgaste visual que tienen los/as estudiantes, porque la luz de la pantalla crea reflejos perjudicantes para ellos/as, lo que ha causado que la mayoría de ellos/as ya sean diagnosticados/as con alguna enfermedad a la vista a muy temprana edad.

En concordancia a los anterior, Reyes (2021) sostiene que los episodios de estrés y los efectos psicológicos que esto conlleva han sido investigados; llegando a resultados como disminución de la capacidad empática, problemas de regulación emocional, alteraciones de memoria y concentración. No obstante, ha surgido preocupación sobre las consecuencias que trae el estrés en la salud mental de los/as estudiantes, profesores/as y el efecto que ejerce sobre la metacognición, la poca empatía que se demuestra en las aulas virtuales genera un desgaste socioemocional por lo que es uno de los puntos que se debe enfocar tanto el establecimiento como los docentes.

También, se debe tener en cuenta, que los y las niños/as han sufrido muchos cambios durante la pandemia, con cuarentenas, el no poder salir de casa, no poder visitar a sus familiares o incluso la pérdida de algún ser cercano, a esto hay que agregarle las clases *online*, en las cuales sus compañeros/as y docentes observan sus hogares, y tendrán que estar presentes día a día, luego de las clases sincrónicas, deben realizar trabajos o tareas que les dejan en las sesiones, generando aún más estrés o ansiedad en ellos y ellas. Todo esto puede generar emociones negativas, pérdida de la concentración, ser perjudicial en su desarrollo emocional y/o psicológico, y provocar incluso efectos en el ámbito físico y en su salud, así como dermatitis por estrés, caída del cabello, insomnio o mal dormir, dolor de cabeza, entre otras.

Sin embargo, Reyes (2021) manifiesta que aún no se sabe certeramente qué efectos tendrá el estrés provocado por la pandemia sobre la salud mental, lo que sí se puede inferir es que serán consecuencias negativas para el desarrollo de la metacognición. Indica que estudios realizados señalan que los cambios hormonales producidos por contextos estresantes provocan en las personas desgastes para controlar sus estados psicológicos. También nombra a Franco Medina, quien plantea que el estrés afecta en la forma que la persona se acondiciona a su medio social y como ellos monitorean sus propios pensamientos.

Por esto último se deben crear nuevos métodos de enseñanza, para que los/as estudiantes no se aburran y se sientan motivados, también idear formas de apoyarlos en el ámbito emocional

y así poder reconocer si sufren algún daño o abuso en sus hogares, para brindarles la ayuda necesaria junto con la unidad educativa. Aunque las clases *online* hacen más complejo identificar estos problemas, igual se puede lograr.

Es responsabilidad de los/as docentes y unidad educativa crear técnicas o estrategias para que durante la pandemia los/as alumnos/as logren obtener aprendizajes y para que intenten contenerlos emocionalmente. Pero esta responsabilidad no es solo de los/as profesores/as, sino que también es de la familia de los/as niños/as, ya que ellos al estar en casa, deben apoyarlos, ayudarlos en lo que sea necesario e intentar brindarles los medios para que puedan ingresar a las clases, sin embargo, algunos establecimientos con el fin de apoyar a sus alumnos han comprado *tablets*, computadores y tarjetas SIM para prestar a los/as niños/as que no tengan los medios para obtenerlos, esto es mientras se encuentren en clases *online*, ya que al volver a clases presenciales estos objetos deben ser entregados al establecimiento, esto lograría fomentar y alentar a los estudiantes ya que muchos no tienen la posibilidad.

Cabe mencionar también que los establecimientos rurales intentan interactuar con sus estudiantes, pero la mayor parte no se logra ya sea por diferentes motivos, tales como la accesibilidad a internet, ya que en esos casos solo queda la entrega de guías y en casos específicos las llamadas telefónicas de docentes a estudiantes.

Al estar en un intermitente cambio, pasando por distintas fases de la cuarentena y volviendo a clases presenciales por unos días o semanas, para luego volver a clases *online*; los/as docentes al estar en clases presenciales con los/as alumnos/as intentan aprovechar al máximo el tiempo, pasando muchos contenidos de forma rápida provocando estrés en ellos y ellas. Esto sucede ya que existe el temor de que en cualquier momento se deba cambiar el tipo de clase debido a las cuarentenas o si alguien en el establecimiento se encuentra contagiado se cancelarían las clases presenciales, volviendo a clases por internet, esta variable influye grandemente en el aprendizaje y ámbito psicológico y/o emocional de los/as niños/as.

Si bien los/as docentes han intentado pasar los contenidos prioritarios en ambas modalidades, es más provechoso estar con los/as alumnos/as en clases presenciales, ya que así se pueden resolver más rápido las dudas y los/as estudiantes pueden interactuar con más facilidad en las clases junto con los/as docentes y compañeros. Generando de esta forma mayores aprendizajes de contenidos, así también potenciar el compañerismo, respeto a las opiniones

de los demás, generar pensamiento autocrítico, expresar sus opiniones y ser más independientes en el ámbito escolar, ya que es sabido que en algunos casos los padres, hermanos y/o familiares realizan las tareas de los/as alumnos/as, esto último provoca retraso y entorpecimiento en su aprendizaje.

Álvarez (2020) afirma que para reducir los miedos y ansiedad en los/as estudiantes provocados por la enfermedad se debe asegurar que ellos sigan con su aprendizaje en un entorno acogedor, respetuoso e inclusivo, esto ayudará a imponerse sobre los efectos que pueda tener en sus vidas. Para volver a clases, es necesario que sea beneficioso para los/as estudiantes; y que el trabajo del cuerpo educativo sea enfocado principalmente para enfrentar lo que se viene.

El bienestar de los/as niños/as en esta pandemia es de gran importancia, debido a que si se encuentran mal puede provocar cambios en su forma de actuar, en su forma de expresarse o en su actitud, esto también puede ser una señal si algo no se encuentra bien para intentar ayudarlos, contenerlos y apoyarlos en lo que sea necesario.

Los y las docentes socorren a los/as alumnos/as, ya que ellos/as no cuentan con las herramientas para afrontar los problemas por sí solos, de esta forma los/as profesores/as deben ser guías u orientadores para que ellos y ellas puedan resolver sus inconvenientes.

3. Pregunta de investigación

¿Cómo contienen socioemocionalmente los docentes y comunidad educativa a los estudiantes durante la pandemia?

4. Objetivos

4.1 Objetivo general

Analizar la contención emocional que realizan los docentes a los estudiantes durante la pandemia.

4.2 Objetivos específicos

1.- Identificar las herramientas o métodos que emplean los docentes para conocer el estado de ánimo de sus alumnos durante la pandemia.

2.- Describir las acciones que los docentes y cuerpo educativo han realizado durante la pandemia, con el fin de apoyar a los estudiantes anímicamente.

5. Marco teórico de referencia

5.1 Contexto de la pandemia

A lo largo de la historia de la humanidad se han presentado distintas epidemias y pandemias, ocasionando la muerte de muchas personas en todo el mundo, pese a que en ese momento costaba mucho más viajar de un continente a otro, igual se generaban contagios, así como lo fue la peste negra, que se generaba por una bacteria que tenían los roedores como los ratones y esta se contagia a las personas luego de la picadura de una pulga infectada. Esta peste fue fatal en su época y hoy en día existe el virus *SARS-CoV-2* que también ha tenido una alta tasa de mortalidad en todo el mundo.

En relación con esto, Ledermann (2003) plantea que la peste bubónica, provocó una sucesión de pandemias, las cuales dejaron registros que fueron capaces de ilustrar la forma en que se dieron el entendimiento y control de las enfermedades.

Con cada pandemia el ser humano ha ido creando vacunas y métodos para protegerse, para que de esta forma se pueda reducir la letalidad de estas, lo cual es conseguido con muchos estudios científicos, estudios y exámenes en laboratorios, los cuales, si bien no anulan los contagios disminuyen notablemente la cantidad casos, pero tampoco aseguran que el virus desaparecerá ya que ha tenido mutaciones y se vuelve cada vez más resistente a tratamientos y medicamentos, creando estrés y más confinamiento para la población.

En la actualidad, año 2021, está presente el virus *SARS-CoV-2*, el cual comenzó en la ciudad de Wuhan, en la provincia de Hubei, China; la Organización Mundial de la Salud (OMS) mediante una de sus redes sociales, el 04 de enero del 2020 dio a conocer que Wuhan notificó sobre un conglomerado de casos de neumonía el cual no había dejado fallecidos, pero luego de un tiempo y después de realizar investigaciones se dio a conocer que era un nuevo tipo de coronavirus.

Sin embargo, los contagios de este virus iniciaron a finales del año 2019, aproximadamente el 17 de noviembre de dicho año. Este virus fue presentado como una epidemia en ese momento, lo que cambió con el tiempo, debido a la poca importancia que le daban las personas y también a que no tenían los resguardos necesarios, lo que ocasionó un aumento en los casos registrados y a su vez las muertes de los contagiados.

La OMS a comienzos del año 2020 publicó documentos para orientar y encaminar a los países en relación con la gestión de este brote epidémico, los cuales trataban temas sobre cómo pueden controlar infecciones de este, además tenía un documento sobre la prevención del contagio, manejo clínico, entre otros. No obstante, se generaron mutaciones en el virus, las cuales provocan síntomas más graves y hacen más complejo el lograr controlar la pandemia, esto fue debido a que omitían cualquier consejo de parte del ministerio y las personas no realizaban las cuarentenas adecuadamente, tampoco evitaban el contacto, no respetaban la distancia social y seguían viajando al extranjero; desatando una pandemia a nivel mundial, lo que ha causado millones de muertes en todo el mundo.

El primer caso de COVID-19 confirmado en Chile por el Ministerio de Salud fue el día 03 de marzo del año 2020, luego de esto, los casos fueron aumentando cada vez más, pese a que el gobierno implementó cuarentenas, toques de queda, reducción en el aforo dentro de locales, suspensión de clases presenciales y otras medidas para disminuir los casos. Sin embargo, el aumento en los contagios fue tan elevado a tal punto que en la actualidad se registran más de 1.400.000 casos acumulados y más de 30.000 fallecidos a nivel nacional a más de un año del primer contagio registrado en el país.

El Ministerio de Salud de Chile durante el año 2021 planteó un calendario de vacunación masivo contra el COVID-19, donde su primer objetivo fue el personal de salud, así como también los adultos mayores y enfermos crónicos. Luego, cada semana se continuó con ciertos rangos de edad y rezagados de las semanas anteriores, comenzando desde las personas de mayor edad llegando hasta los adolescentes y niños. Estas vacunas eran en una o dos dosis al comienzo, pero debido a las mutaciones que ha tenido el virus se ha agregado una tercera dosis de refuerzo.

Luego de recibir las dos dosis de las vacunas tienen la posibilidad de adquirir el pase de movilidad, este se descarga en la página de internet “MeVacuno”. El pase les permite tener mayor accesibilidad en cuanto a restaurantes y comercio en general, ya que para ingresar a alguno de estos lo solicitan. De no tenerlo en algunos lugares no les permiten ingresar, ya que es un requisito portarlo, así como también es obligatorio el uso de mascarilla.

Debido a que gran parte de la población objetivo ya ha recibido la vacuna, desde el Ministerio de Salud han dado luz verde para el aumento del aforo máximo en distintos establecimientos,

ya sean tiendas, locales pequeños, escuelas o lugares para la recreación, entre otras. No obstante, no se ha descuidado las normas y protocolos necesarios para el cuidado en general de las personas, ya que, desde el MINSAL están atentos a los contagios y si estos aumentan se volverá a retomar las cuarentenas y medidas estrictas.

A causa de los constantes aumentos y disminuciones de contagios, aunque las personas se han vacunado, se han tenido que modificar las fases que se encuentra cada ciudad o región. Sin embargo, aunque los casos han aumentado, las personas que han sido vacunadas tienen síntomas más leves en comparación con aquellos que no se han vacunado, quienes en muchos casos son conectados a respiración artificial, también quedan con secuelas física y/o psicológicas, entre otros.

Para tener constancia de las cifras de contagios durante la pandemia en Chile, el MINSAL realiza informes semanales, donde explica con detalle cómo se encuentra cada comuna y región, los encargados implementan medidas para ayudar a combatir dicha enfermedad, gracias a esto se han logrado controlar de forma positiva la pandemia en el país, siendo reconocido a nivel mundial unos de los países que mejor ha controlado la pandemia en el mundo.

5.2 Efectos de la pandemia sobre las personas y su salud mental

Esta pandemia ha afectado a todos los países en distintos ámbitos; uno de los ámbitos que más se ha visto afectado es el de la salud, debido a que ningún país estaba preparado para afrontar una pandemia a tal grado de dejar tantos de muertos y quienes logran mejorar muchas veces quedan con secuelas, esto también ha influido en el ámbito económico, ya que muchas personas perdieron sus empleos y los gobiernos han tenido que brindar ayuda mediante bonos, canastas familiares, etc.

El ámbito escolar también se ha visto afectado, debido a que se tuvieron que dejar las aulas presenciales y retomar las clases a través de computadores o en la mayoría de los casos mediante teléfonos celulares, lo cual conlleva que no existieran horarios específicos para la realización de trabajos escolares. Todo lo anterior fue un enorme cambio para estudiantes, así como también para los/as docentes y esto sobrelleva a un agotamiento tanto físico como emocional, al igual que en sus padres.

Para padres/madres y apoderados/as la llegada de la pandemia fue una situación compleja, ya que de la noche a la mañana los estudiantes debieron dejar las escuelas y ellos sus trabajos y seguir con sus labores desde la casa. En muchos establecimientos se comenzó de manera inmediata con las clases *online*, lo que fue provocando un estrés en los/as niños/as y también en los adultos, puesto que en los cursos más pequeños los padres deben estar presentes en las clases para que los niños no se distraigan y logren comprender los contenidos que son la base para su desarrollo; en cambio, en otras escuelas solo se entregaron guías y material para que los alumnos trabajaran desde casa.

Por las razones nombradas anteriormente, muchos padres debieron dejar sus trabajos, ya que a pesar de que se encontraban en la casa los horarios no coincidían con los de sus hijos/as, por lo que debían dejar sus responsabilidades de lado o realizarlas luego de terminada la jornada de los/as niños/as, que en muchos casos eran en horarios nocturnos, teniendo prácticamente nulo descanso, lo que fue aumentando poco a poco el estrés y cansancio en padres/madres y niños/as.

Existen casos donde padres y apoderados/as recurrieron a especialistas, ya sea psicólogo/a o psiquiatras por el alto nivel de estrés que se ha generado a causa de las cuarentenas y clases virtuales, porque las personas debieron salir de su zona de confort, adecuándose a cosas nuevas, lo que provocó miedo y angustia en el ser humano al no entender muchas veces que estaba sucediendo y solo intentaban cumplir con que les solicitaban; en cambio existieron casos de padres y apoderados/as en los que no acudieron a ningún especialista no porque no les interesara, sino que los recursos económicos no le permitían, es por esto que se aferraban de los recursos y herramientas que le entregaba la escuela para lograr controlar las diferentes emociones.

Debido a esto se ha generado un gran aumento en el estrés y la ansiedad, afectando notablemente la salud mental de los chilenos, ya que de repente debieron cambiar su forma de vivir y su rutina. También los/as estudiantes dejaron de asistir a los establecimientos educacionales, comenzaron a tener clases *online* en algunos casos y otra forma que efectuaban las clases era a través del envío de guías de aprendizaje, generando cambios, así como la intervención de los padres y apoderados/as. Provocando una alteración en la rutina familiar, debido a que antes los apoderados no tenían una mayor interferencia en las clases y

muchos de ellos trabajan, lo que genera un conflicto, por lo que en muchos hogares han debido hacer cambios en la organización de los tiempos y tareas en casa.

Por el confinamiento en que todos se vieron afectados afloraron diferentes emociones bastantes complejas, es por esto que para los docentes es complejo trabajar las emociones, ya que el MINEDUC les exige contenidos mínimos los cuales se destacaron o clasificaron en objetivos priorizados de primer y segundo nivel. Con lo nombrado anteriormente, el tiempo para lograr realizar de la mejor manera posible la contención emocional que necesitan la diversidad de estudiantes que se pueden encontrar en los establecimientos es escasa, porque las horas en las que los estudiantes se encuentran en el establecimiento son mínimas y eso dificulta que el/la docente logre contener emocionalmente al estudiante.

En las diferentes escuelas antes de que comenzara la pandemia (COVID-19), los estudiantes pasaban alrededor de ocho horas diarias en el establecimiento, estos eran los momentos en que recibían constantes influencias y enseñanzas de partes de todo el personal de la educación que se encuentra en el establecimiento. En cambio, durante esta pandemia en la mayoría de los establecimientos, los estudiantes tienen media jornada de clases, lo que disminuye la posibilidad de realizar una contención emocional adecuada, sin contar con la poca especialización de los docentes en esta área.

Para los/as docentes trabajar o desarrollar la contención emocional en los/as estudiantes en momentos donde no estaban bajo la presión de la pandemia, era menos complejo, ya que como fue nombrado anteriormente los/as docentes y los/as niños/as se encontraban en el establecimiento en periodos más largos, por eso los/as profesores/as lograban identificar de mejor manera y con mayor eficacia las emociones en los niños y niñas; logrando ayudar ellos/as mismos/as o derivando a algún especialista en cada área.

El Ministerio de Educación del Ecuador (citando a Sánchez, 2019) plantea que algunos/as niños/as al percibir amenazas contestan con actitudes de ira, dolor o lo que se conoce como emociones negativas, esto perjudica las interrelaciones lo que resulta en actividades para apoyarlos/as y detener estas emociones. La pandemia ha sido un gran cambio para todos/as, incluyendo niños/as y adolescentes, dejaron de ver a sus amigos/as, han sufrido pérdidas de familiares y cambios en su diario vivir, es por esto por lo que pueden sufrir ansiedad, depresión, entre otros.

Los docentes trabajaban las emociones principalmente en la asignatura de orientación, ya que era en estas instancias en que los estudiantes lograban sentirse en confianza. Con apoyo de las diferentes actividades recomendadas por el MINEDUC, cada niño o niña identificaba sus propias emociones y gracias a estos programas muchos estudiantes lograron pedir ayuda o fueron derivados con especialistas. Por ende, la contención emocional realizada por docentes antes de la pandemia era más completa, puesto que gracias al tiempo que se encontraban tanto estudiantes como docentes en el establecimiento se generaban lazos más estrechos entre ambos, logrando identificar diferentes emociones y dificultades de cada estudiante.

La educación o contención emocional no solo se realiza en las clases de orientación, sino que también en las asignaturas de lenguaje y comunicación, matemáticas, historia, ciencias naturales, artes visuales, música, y tecnología; puesto que los planes y programas están diseñados para trabajar, así como también identificar con los estudiantes sus propias emociones y las de sus demás compañeros.

Barraza (2020) plantea que, desde los orígenes, el ser humano ha presentado fenómenos adaptativos, así como el estrés. La aparición de este fenómeno puede ser explicado mediante un proceso: percepción del peligro, reacción de alarma y acción provocada como respuesta.

Debido a la pandemia las personas se tuvieron que adaptar a las nuevas normas que estaban dictadas por el MINSAL, esto para el resguardo de los seres humanos. Al comienzo del año 2020, la emoción que más se identificó fue el estrés, esto aparece cuando las personas se sienten en una situación de peligro o alerta y su respuesta normalmente es la ira o llanto, la pandemia provocó que muchas personas salieran de su zona de confort y se sintieran expuestos a la sociedad. Otras consecuencias de dicha emoción es la caída del pelo, dolores de cabeza, etc.

El estrés generado por esta pandemia ha afectado a estudiantes, docentes y padres, provocando cambios en su diario vivir, agregando mayor cantidad de tareas y trabajo para cada uno. Los y las docentes han tenido que realizar guías, clases *online*, asistir a reuniones, revisar las guías y preocuparse que todos sus alumnos consigan los aprendizajes esperados, donde la mayoría de ellos/as tienen un hogar en el cual también se deben hacer cargo, con la pandemia han debido dejar en segundo plano su hogar, ya que dedicaban tiempo completo a

el desarrollo de sus clases. No obstante, ellos/as no pueden realizar todo el trabajo solos/as, sino que también necesitan el apoyo de los padres o apoderados.

Los/as padres y madres que antes no tenían una mayor participación en las clases de sus hijos/as hoy en día han tenido que estar presentes en estas etapas, especialmente de los más pequeños, aunque existen casos en los que aún en pandemia los/as padres/madres no tienen una gran intervención en esto. Sin embargo, se puede evidenciar que aquellos que están presentes durante las clases *online* con los/as estudiantes les ayudan o en algunos casos les realizan las tareas, pruebas, entre otras; esto los perjudica y atrasa en los contenidos, puesto que cuando asistan de forma presencial se generará un desnivel entre el alumnado.

En la pandemia se visualizó la preocupación de algunos/as padres y apoderados/as para lograr que sus hijo/as comprendan los contenidos de los planes y programas que el MINEDUC prioriza para ellos/as, el trabajo de los/as docentes no se podía llevar a cabo sin la ayuda y colaboración de los padres y apoderados para que los estudiantes no quedarán atrasados en las materias mínimas que debieron aprender durante el periodo del 2020-2021.

La respuesta de adaptación de los/as chilenos/as y de la población mundial ha sido el desarrollo de diferentes emociones la cuales se destacan: la ansiedad, el estrés, el enojo, la frustración, así como un sinfín de emociones que afloraron debido a la pandemia y al confinamiento, porque a pesar de que las cuarentenas se realizaron en su mayoría con familiares como padres y hermanos, existía una diferencia enorme en la manera de pensar y opinar, lo que esto provocaba conflictos entre ellos, lo que generaba emociones mayormente negativas en ellos.

Barraza (2020) citó a Lazarus (2000) quién planteaba que en las sociedades todas las personas se organizan de distintas maneras, por lo que tienen diferentes roles o tareas dentro de su organización; las tareas asignadas pueden ser generadoras de estrés, pero para esto deberían ser interpretadas por las personas. Este proceso se ha denominado valoración cognitiva y esto sucede cuando la persona se percata o valora la demanda que tiene y las posibilidades que posee para realizar su tarea, pero si la persona estima que no tiene los medios para realizar su tarea de forma correcta le genera estrés, así se explica un estresor.

Este cambio y no saber lo que va a suceder más adelante con esta pandemia provoca grandes situaciones de estrés. Los/as estudiantes y docentes han sufrido constantes alteraciones, ya

que desde el ministerio se ha notificado que debían volver a clases presenciales desde el comienzo del año escolar 2021, que en Chile se comienza en marzo; algunos/as padres/madres comienzan a enviar a sus hijos/as a clases presenciales y después desde el gobierno informan que comienzan las cuarentenas nuevamente, lo que provoca confusión tanto de los apoderados como de los/as estudiantes. Esto provoca que los/as alumnos/as no logren adaptarse a las clases presenciales, ni tampoco a las clases de forma *online*, debido al constante cambio, es aquí donde se genera el estrés o frustración de los/as alumnos/as, por no saber cómo procederán las clases y estar a la incógnita de parte del gobierno.

Al cambiar a la fase 2 “Transición” en adelante se puede abrir los colegios o establecimientos educacionales. No obstante, no es de carácter obligatorio para el alumnado asistir, ya que en muchos establecimientos se han implementado clases híbridas y aquellos/as estudiantes que no se sienten seguros al asistir a clases presenciales o que sus padres/madres no los autorizan, pueden observarlas mediante plataformas *online* como *Zoom* o *Google Meet*. Pero, si bien es cierto que al comienzo los/as estudiantes estaban contentos de tener clases en sus casas, con el transcurso de los meses, ellos son quienes les solicitan a sus padres/madres que les permitan asistir de forma presencial, puesto que les hace falta el contacto e interacción con sus compañeros/as y en sus casas se vuelve monótono cada día, provocando frustración, ansiedad, entre otros.

La ansiedad que tenemos en este momento es producto de una amenaza invisible. Esta ansiedad tiene que manejarse con los recursos que dispone el ser humano. Nosotros tenemos varios recursos naturales para enfrentar la ansiedad y estos recursos son muy presentes y evidentes en los niños (...) Son todos recursos del manejo de la ansiedad que los adultos deben conocer y deben tener a disposición de los niños... (Céspedes, 2020)

Es de suma importancia que los/as apoderados/as sepan las estrategias del manejo de la ansiedad en sus hijos/as, por lo que deben estar en un constante monitoreo, ya que son quienes están presente en el contexto pandemia con los/as niños/as. Muchas veces en clases presenciales eran los/as docentes lo que intentaban ayudar con el manejo de estas emociones, pero ahora con las clases en línea, la mayoría del tiempo solo alcanzan a proyectar la materia

que tenían preparada, es por esto, por lo que se vuelve a mencionar que la intervención y ayuda de los apoderados es muy importante.

Es por esto, por lo que el MINEDUC implementó en su plataforma en línea, talleres para padres y apoderados con el fin de trabajar la contención emocional en sus hijos/as e incluso en ellos mismos, también en la plataforma existen cápsulas educativas de las materias de lenguaje y comunicación, matemáticas, historia y geografía y ciencias naturales, ya que fueron estas las materias que consideran prioritarias.

Debido a la pandemia y a todas las emociones que han aflorado principalmente la ansiedad muchos especialistas han creado cursos o cápsulas para aprender cómo enfrentar el manejo de estas, por lo que en los últimos meses del año 2021 los estudiantes han asistido a los establecimientos de manera presencial, donde también se le ha entregado la posibilidad a los padres para que decidan si sus hijos asisten de manera presencial o virtual, ya que aún no es obligatorio asistir a los establecimientos.

Si bien los casos de ansiedad han empeorado para quienes la padecían previo a la pandemia, de igual forma personas que no presentaban ansiedad han comenzado a sentirla; también se ha visto un incremento en los casos de depresión debido a la soledad o distanciamiento social, debido a que todos estos factores son influyentes en estos casos, provocando nuevos diagnósticos a personas que antes no los padecían. Esto de igual forma afecta, puesto que algunas personas han sufrido la pérdida de un familiar o ser querido debido al COVID-19, lo que también los perjudica emocionalmente.

En relación con lo anterior, Hernández (2020) indica que debido a la pandemia y el distanciamiento social se han visto afectadas las interacciones entre las personas y la actividad social, por lo que existe la posibilidad que se generen problemas de salud mental, depresión y ansiedad.

Al pasar los meses se ha ido modificando la información, cuarentenas, etc. lo que genera que las personas se tiendan a confundir debido al exceso de información, puesto que esta puede ir variando de un día a otro, también debido a los rumores de nuevas cuarentenas, los aumentos de casos positivos nuevamente, nuevas dosis de vacuna, entre otras. Es por esto, por lo que se genera estrés e incertidumbre en la población, ya que durante un tiempo los

casos positivos en Chile disminuyeron, pero luego comenzaron a aumentar nuevamente, se han generado nuevas cepas y olas de contagios en el país, así como en el mundo.

Hernández (2020) señala que las personas con trastornos de salud mental previos a la pandemia pueden aumentar o empeorar debido al aumento de información o rumores sobre lo que sucede, esto puede provocar aumento en el estrés, miedo, entre otros.

El estar en casa sin poder salir durante las cuarentenas va generando estrés e incertidumbre, debido a que muchas personas no pueden trabajar, tienen la preocupación de cómo podrán sustentar sus casas, esto sucede ya que el precio de los productos ha ido aumentando, los arriendos también han sufrido alzas, así como el gas, la bencina, entre otras. Si bien el gobierno ha dado bonos y ayudas económicas, estas no cubren todos los gastos por los altos precios de los productos.

La desinformación y constantes cambios durante la actualidad han provocado nuevos diagnósticos en el ámbito de la salud mental para personas que previo a la pandemia no los padecían, así como también aumento o mayor complejidad en las personas que ya presentaban diagnósticos previos, todos los problemas que se han generado repercusiones a nivel emocional y psicológico de los seres humanos.

En relación con esto, Hernández (2020) cita a la Facultad de Psicología de la República de Uruguay (2020) en donde plantea que aquellas personas mayores que previo a la pandemia padecían algún deterioro cognitivo o demencia y que han estado en aislamiento, durante las cuarentenas pueden presentar mayor ansiedad, enojo, estrés, entre otras.

Con lo anterior se puede ver que incluso las personas mayores se han visto afectadas debido a la pandemia, ya que muchas veces los adultos mayores son enviados a Asilos u Hogares de Reposo y no son visitados, lo que genera soledad, miedo, estrés y aburrimiento, porque saben que no pueden recibir visitas. Esto los afecta mentalmente y también sienten temor de contagiarse, debido a que están en contacto con sus cuidadoras, que incluso en el trayecto hacia el recinto pueden contagiarse o por estar en contacto con alguna persona que tenga el virus. El aislamiento que se ha generado en los adultos mayores, así como en la población en general puede ser perjudicial para su salud mental, haciéndolos sentir solos, que todos los días son iguales y monótonos.

Si bien en algunos casos ellos pueden hablar por llamada telefónica o videollamada con sus familiares, esto no reemplaza el verlos frente a frente, poder conversar sin interrupciones, el tenerlos cerca o poder abrazarlos; incluso también hay casos de algunos adultos mayores que no tienen ningún tipo de contacto con sus familiares, ya que debido a sus trabajos no pueden hablar. Así como sucede esto con los adultos mayores, también sucede con los/as niños/as cuyos padres trabajan lejos de sus casas o con padres separados, o igualmente a aquellos/as que tienen a sus abuelos/as en hogares de reposo y no los pueden visitar, a los/as niños/as al igual que los adultos y adultos mayores también les afecta en el ámbito emocional, debido a que esos lazos y contactos son necesarios e importantes para un bienestar emocional.

Todos los acontecimientos negativos que van sucediendo en la actualidad afectan psicológica y emocionalmente a la población en general, generando aumento de casos de estrés, ansiedad, depresión, entre otras. El encierro y el escaso contacto social son factores que pueden provocar nuevos diagnósticos o afectar de mayor manera a aquellos que padecen diagnósticos previos.

También hay que contar el exceso de tiempo libre en los niños y la poca supervisión que tienen en algunos casos al ingresar a internet, estando en contacto con personas de otros países y desconocidos; la poca supervisión ha generado *ciberbullying* entre los niños y jóvenes, que muchas veces por temor no hablan sobre lo que les sucede, generando depresión, poca comunicación o expresión de sus sentimientos. También se han ido creando juegos en los cuales deben cumplir retos que muchas veces son dañinos para su salud física, así como mental, incluso ha habido casos en los cuales los/as niños/as han muerto por causa de estos.

Si bien el internet es de gran ayuda en la actualidad para la modalidad híbrida u *online* de las clases, también presenta un peligro si los/as jóvenes y niños/as no son supervisados constantemente, esto genera una gran responsabilidad por parte de los cuidadores de ellos para mantenerlos seguros y protegidos de los peligros del internet y el *ciberbullying*, en caso de identificar algo fuera de lo normal es de suma importancia hablarlo con los/as niños/as e intentar ayudarlos.

5.3 Contención emocional en el contexto pandemia

Los seres humanos tenemos la capacidad de desarrollar habilidades sociales básicas, las cuales nos facilitan dar respuesta de manera significativa y trascendental para el crecimiento,

así como también para el progreso del ser humano. Las personas desarrollan emociones básicas que forman parte de su propia huella, como lo es la alegría, el enojo, la frustración, la ansiedad y así un sinnúmero de emociones que se logran identificar mayormente en la observación del comportamiento de las personas.

En Abarca (2003) se explica que las emociones son comprendidas como las reacciones que logran identificar directamente de las expresiones faciales como la alegría, el interés, la sorpresa, el miedo, la ira, el enojo, las cuales se logran distinguir en todas las comunidades. Esto quiere decir que las emociones se pueden reconocer a través de las expresiones que interpretan las personas, también explica que todas las comunidades lograrían distinguir las emociones que sienten los seres humanos.

Se comprende como inteligencia emocional un conjunto de capacidades primarias de niños y niñas como la percepción y canalización de la propia emoción, este concepto tiene su propia actividad, que acciona sobre el comportamiento y desarrollo del ser humano. Las capacidades que desarrolla cada persona le permiten tener confianza en ellos mismos y desarrollar el desenvolvimiento en la sociedad, para esto la inteligencia emocional se debe trabajar y por lo tanto desarrollar en los primeros años de vida.

Existen varias interpretaciones sobre el significado de la palabra emoción y según Gallardo (2007) es un mecanismo o estado complejo del organismo del ser humano que tiene como característica la excitación o perturbación que se antepone a una reacción organizada. Estas son producidas por medio de un suceso, que sigue de una valoración, que produce que el ser humano se plantee una situación neuropsicológica, o una actitud cognoscitiva que genera una respuesta de un suceso externo como lo son el pensamiento, la imagen, la fantasía, la conducta etc.

La ansiedad es una de las emociones que se encuentra presente en las aulas, donde los estudiantes presentan altos niveles de esta emoción en particular, por lo que provoca un bajo rendimiento en el aula de clase, disminuyendo la atención, concentración y retención de cada estudiante en el aula de clases, los estudiantes que presentan ansiedad ya sea por problemas personales o algún otro asunto presentado en su hogar o en la escuela provoca que se refugian en la alimentación lo que está provocando que el índice de obesidad en los niños y niñas aumente.

La contención emocional sirve como apoyo a las personas, estimulando y generando confianza para quienes tienen problemas o crisis emocionales. Es de conocimiento por quienes han sido estudiantes, que la educación emocional y clases de orientación, muchas veces no son impartidas, dejándolas de lado y enfocándose en cuatro asignaturas que son evaluadas en pruebas estandarizadas así como el SIMCE o en la antigua Prueba de Selección Universitaria (PSU) que ha sido renombrada como Prueba de Transición Universitaria (PTU), estas evalúan las asignaturas de lenguaje y comunicación, ciencias naturales, educación matemática e historia, geografía y ciencias sociales.

Sin embargo, en el currículum nacional del MINEDUC se presentan los contenidos, programas y algunas actividades para trabajar en el ámbito psicológico y emocional en todos los cursos de enseñanza básica y media. En la actualidad es de suma importancia enfocarse en la salud emocional, debido a los grandes cambios a los que se han enfrentado todas las personas a nivel país y nivel mundial, y es necesario explicar a los/as niños/as porque no se puede salir como antes, porque no pueden acercarse tanto a los demás y muchas cosas relacionadas con los cambios ocasionados en la actualidad debido a la pandemia, al igual que explicar por qué ya no se asiste a las aulas, sino que sus clases son de manera virtual.

Producto de la pandemia y las cuarentenas que las personas debieron realizar, las clases se dejaron de lado, ya que ni los establecimientos ni el gobierno se encontraba preparado con las herramientas necesarias para apoyar a los estudiantes, en consecuencia de lo anterior el Centro de Perfeccionamiento, experimentación e investigaciones Pedagógicas (CPEIP) entregó herramientas a los padres y apoderado con el fin de que ellos mismos realizaran la contención emocional que los estudiantes en este caso sus hijos necesitaban, ya que las emociones en estas situaciones afloran con mayor facilidad, sobre todo en los alumnos más pequeños.

Los/as estudiantes pasan la mayor parte de su infancia en las aulas de clases, es aquí donde desarrollan su inteligencia emocional y la convivencia son personas ajenas a su hogar, por lo que en la actualidad se imposibilita el desarrollo de esta porque no existe una vinculación con el medio, si no que solo la proyección de clases a través una computadora o teléfono y el docente se convierte en un ejemplo a seguir para sus estudiantes, por lo que debe tener una inteligencia emocional bien desarrollada.

Campillo (2015) indica que la educación emocional es de gran importancia, pero que sigue siendo algo pendiente en la sociedad. Lo que plantea la autora concuerda con Goleman (1995) quien señalaba que el analfabetismo emocional conlleva importantes consecuencias, así como crímenes, violencia, abuso de drogas, suicidio, entre otras. Basado en lo anterior, Él advierte que es necesario que los sistemas educativos creen estrategias de prevención y alfabetización emocional.

El párrafo anterior indica que si se implementa o trabaja la educación emocional en los primeros años de la escolaridad podrían existir bajos índices de analfabetismo emocional, logrando prevenir o incluso eliminar riesgos de depresión, ansiedad, entre otras.

El gobierno debe implementar la educación emocional como objetivo priorizado en las asignaturas, ya que como fue nombrado anteriormente por ambos autores para los niños y niñas la educación emocional es de suma importancia ya que disminuiría los riesgos nombrados, logrando de esta forma que tengan mayor tranquilidad emocional y sean personas de bien para la comunidad en la que se encuentran.

Se habla de la poca atención que se le proporciona a la educación emocional, pero no hay persona que logre realizar algún cambio permanente con respecto a esto, por lo que se forma un trabajo arduo para los docentes, porque no basta con que en el currículum exista la intención de abordar la contención emocional, sino que las mismas escuelas deben establecer incorporarlas en sus clases *online*, donde ya se ve evidenciado el agotamiento de los estudiantes por la falta de métodos para trabajar las emociones.

En consecuencia a la baja o nula contención emocional que reciben algunos niños dando énfasis a los estudiantes con recursos económicos bajos, son estos los que se encuentran más propensos a caer en emociones fuerte ya sean depresión, ansiedad y frustración los que los orillan a cometer delitos como robar, realizar tráfico de drogas o incluso llegar a matar, los cuales muchos de estos delitos ocurren por la falta de afecto o contención hacia ellos; al ser tratada de mejor manera la contención emocional se lograría de esta forma tener una mayor tranquilidad emocional y sean personas de bien para la comunidad en la que se encuentran.

La escuela es un mundo ajeno a su hogar, es una manera de confrontar la vida que se presentará más adelante, es el momento en el cual se perciben las relaciones humanas las que se van convirtiendo en una guía para la vida diaria, por lo que se debe asumir con bastante

responsabilidad la educación emocional que se le presenta al estudiante; para así lograr ver los resultados no en el momento sino que en un futuro, para ello los/as docentes y apoderados deberán captar las emociones que está presentado el estudiante/hijo/a, para así trabajar o estimular de mejor manera esta contención.

Por esto es necesario que los establecimientos si realicen las clases de orientación y que no sea solamente por cumplir, sino que sea por el bienestar de los/as estudiantes y de la sociedad, para crear adultos que estén alfabetizados emocionalmente y tengan un buen camino por delante, ya que muchas veces al no tener educación o contención emocional desde pequeños se convierten en personas violentas, drogadictas, entre otras. De igual forma con esto, bajaría en cierto punto la delincuencia y violencia intrafamiliar, puesto que así sabrán cómo actuar y qué hacer en circunstancias difíciles.

Si bien en la actualidad el MINEDUC en su priorización curricular ha identificado como objetivos prioritarios todos los O.A. de la asignatura de orientación, no en todos los establecimientos se le da la importancia necesaria a este tema, esto se puede ver porque no realizan estas clases o se les dedica poco tiempo, enfocándose en otras asignaturas. Sin embargo, es de suma importancia abordar estos temas de salud emocional, prevención de consumo de drogas y alcohol, como expresar los sentimientos sin dañar a los demás, entre otros. Así también los alumnos se pueden sentir más escuchados, pueden expresar sus pensamientos y sentimientos compartiéndolos con sus pares. Esto de igual manera sirve para que conozcan las realidades de los demás, puedan saber que no son los únicos que han tenido constantes cambios de ánimo, preocupación, pérdidas, entre otros durante la pandemia.

No obstante, para un o una docente es complejo sobrellevar las competencias socio-emocionales, pues deben saber afrontarlas con sus alumnos/as y también con ellos/as mismos/as, condicionalmente el/la docente que cumpla con las competencias necesarias para este enfrentamiento tendrá las herramientas necesarias para ayudar a que sus estudiantes desarrollen las competencias socio-emocionales aptas para la buena convivencia y su diario vivir, esto es lo que plantea Campillo (2015).

Para que lo nombrado anteriormente se establezca en el aula virtual, los establecimientos deberán entregar las herramientas necesarias para los/as docentes, porque si bien se tiene en cuenta que son los/as propios/as docentes los que deben encontrar la manera para

desarrollarlas, la ayuda de los establecimientos será significativa tanto para ellos mismos como para el alumnado. Para ello el enfoque principal sería el desarrollo de las competencias socio-emocionales de los/as alumnos/as a través de la enseñanza-aprendizaje. Es por esto por lo que cada establecimiento debería contar con un equipo especializado en el área del desarrollo de competencias emocionales las que derivan de la inteligencia emocional, siendo el docente un modelo a seguir por los/as estudiantes.

En los balances que ha dado el Ministerio de Salud, se puede visibilizar que la pandemia se prolongará por bastante tiempo y se deberá adaptar a este nuevo estilo de vida, por lo que para muchos/as estudiantes será frustrante y agobiante, ya que para la mayoría la escuela es momento para disfrutar y conocer distintas realidades, lo que en las clases virtuales no es posible, porque en su mayoría mantienen su micrófono y cámara apagada, los/as docentes deberán trabajar en el espacio viable el manejo de las emociones con los/as estudiantes para lograr que generen el menor estrés posible.

La pandemia hasta el momento no ha podido ser controlada, y si no se logra crear conciencia sobre esto, será muy complejo que los contagios disminuyan, por lo que los/as docentes de ser necesario deberán brindar contención emocional a los estudiantes según las situaciones que vive cada uno. Por esto Reyes (2021), recomienda a docentes, padres y profesionales que generen espacios libres de estrés, para que así se logren aminorar las consecuencias psicológicas producto de la pandemia.

Lo que es un gran desafío para docentes y padres, debido a que la mayoría de los establecimientos exigen una cantidad de contenidos ya sea semestral o anual, lo que casi imposibilita generar espacios en los que se trabaje contención emocional tanto con los/as estudiantes como con los apoderados, ya que ellos/as también son parte de la población que se ha visto alcanzada por el cansancio tanto físico como emocional.

Sin embargo, no se puede pretender continuar con las clases de forma normal con lo está sucediendo a nivel mundial debido a la pandemia, se debe hablar con los estudiantes y darles tiempo para que expresen sus preocupaciones y/o emociones, que les ha ocasionado la situación actual, intentar darles un espacio seguro para reflexionar y lograr que se sientan en confianza de expresarse, generando de esta forma conversaciones entre ellos compartiendo sus experiencias personales en relación con lo que está aconteciendo.

En apoyo a lo anterior, Arón (2019) señala que es de suma importancia abordar el tema que está sucediendo mediante un proceso. Lo primero es hacer un alto o pausa a las actividades habituales, generando espacios para conversar y expresar sus emociones. Ella indica que expresar lo que se siente en un ambiente protegido o seguro es necesario para sentirse contenido.

Todo el proceso que conlleva lograr la contención emocional en los/as alumnos/as es un trabajo que se debe desarrollar de forma cuidadosa, sin presionar a los/as estudiantes a expresarse, sino que se trata de propiciar un espacio seguro y de confianza para que ellos/as se sientan contenidos/as y apoyados/as por sus docentes, así sintiendo la libertad de contar sus problemas, emociones, etcétera.

5.4 Educación emocional por el profesorado

Para muchos padres y apoderados los/as docentes son los principales pilares para enseñar la educación emocional a los/as niños y niñas, ya que gracias a esto se logran identificar las emociones que cada niño se encuentra desarrollando y también cómo lograr enfrentarlas, los/as docentes entregan las herramientas necesarias o en otros casos los derivan a diferentes especialistas los cuales son de ayuda tanto para los padres y apoderados, así como para los docentes, puesto que con el apoyo entregado los estudiantes podrían lograr comprender los contenidos entregados.

Se entiende por educación emocional según Bisquerra, (2005) como un proceso educativo, continuo y permanente, que quiere fomentar el desarrollo de las diferentes emociones como algo esencial en el progreso integral de la persona, con el fin de capacitarlo para la vida, todo lo nombrado anteriormente tiene como objetivo aumentar el bienestar personal y social.

Según lo definido anteriormente dicho proceso se atraviesa durante toda la vida tanto escolar como adulta, esto quiere decir que la educación emocional es un proceso largo y continuo que no se termina de aprender ni desarrollar, debido a que las emociones de un/a niño/a son, en muchos casos, totalmente adversas a las de un adulto, por lo tanto se deben controlar de formas distintas, es aquí donde los/as docentes juegan el papel fundamental para lograr desarrollar y enseñar a controlar variadas emociones para ayudar a desenvolverse en la sociedad.

La educación emocional es de suma importancia para los/as estudiantes, porque es un pilar fundamental para que cada alumno/a se desenvuelva en la vida social adecuadamente, por lo que el/la docente juega un rol fundamental en la enseñanza de ésta, debe entregar las herramientas necesarias para cada alumno y alumna. Es por esto por lo que el MINEDUC entrega ciertas cantidad de horas pedagógicas para que cada docente desarrolle las clases de orientación en donde principalmente puedan desarrollar la educación emocional en los estudiantes.

La educación emocional entrega ciertos beneficios para el ser humano tales como, lograr reconocer y comprender las emociones de sí mismos y de los demás, entender también los problemas de la sociedad en general, además aumenta el autocontrol de sí mismos y la capacidad de la tolerancia a la frustración. Lo nombrado anteriormente es de suma importancia, porque las generaciones que están llegando, producto de la pandemia no tienen las herramientas necesarias para el autocontrol, ya que se encuentran en el mundo de lo instantáneo y al no recibir respuestas inmediatas afloran emociones como la ira, el enojo e incluso miedo y por esto los/as niños/as e incluso las personas adultas se frustran.

Con la entrega de la educación emocional, también aumenta la resolución de problemas en forma pacífica, los cuales están presentes tanto en el establecimiento educacional como en el hogar; se mejora igualmente el rendimiento académico y la comprensión de contenidos es más eficaz. Asimismo, se logra reducir los síntomas de tristeza y ansiedad, la cual se le debe colocar mayor énfasis, ya que con la vuelta a clase son unas de las emociones que más han percibido los docentes en sus estudiantes, ya sea estudiantes que asisten de manera presencial, como también de manera virtual.

Gracias a la educación emocional que los docentes logran entregar en los establecimientos educacionales previenen en un porcentaje significativo que los estudiantes inicien el consumo de sustancias tóxicas, como por ejemplo las drogas y alcohol, del mismo modo disminuye de manera significativa las conductas de agresividad extrema y la conducta destructivas. Gracias a lo nombrado anteriormente, también se logra reducir la hiperactividad en los estudiantes y logren un nivel más alto de concentración, muchos estudiantes se aíslan de sus compañeros y docentes e incluso de sus propias familias y la educación emocional logra disminuirla.

Al lograr aprender y aplicar las herramientas que entrega la educación emocional, los estudiantes controlan sus emociones, por lo tanto entrega el rendimiento adecuado en el establecimiento educacional, al lograr aplicar lo dicho anteriormente los estudiantes son menos impulsivos y debido a todo los puntos descritos anteriormente el estudiante reduce significativamente la deserción escolar, evita las suspensiones del establecimiento e incluso formas más drásticas como lo es la explosión del establecimiento.

Si bien el MINEDUC entrega herramientas y contenidos para implementar en las clases, las y los docentes en muchos casos no logran desarrollar la educación emocional adecuada a cada estudiante no por pocas o nulas capacidades, sino que es debido a que en las universidades no enseñan cómo entregar estas herramientas a los/as niños y niñas, por lo que muchas veces los/as docentes van aprendiendo en el momento.

Bisquerra, (2011) indica que la educación emocional es una respuesta educativa a los problemas sociales que enfrentan los seres humanos y que no están adecuadamente atendidas. Entre las emociones sociales que más les afectan al ser humanos se encuentra la ansiedad, estrés, depresión, violencia, consumo de drogas, entre otras. Estas emociones si no son bien atendidas por diferentes especialistas, orillan a la persona a cometer errores que a largo plazo tienen consecuencias exorbitantes para su desarrollo en la sociedad, ya que principalmente estas personas comienzan cometiendo delitos no graves, pero constantes.

Con lo mencionado anteriormente se indica que, si la educación emocional no es tratada adecuadamente por especialistas, afloran emociones principalmente sociales como la ansiedad, estrés, depresión, etc. esto destaca la importancia de los especialistas en el área de las emociones ya que sin su ayuda en la entrega de herramientas muchas personas quedan a la deriva y en soledad y esto en muchos casos los orilla a cometer errores permanentes en su vida y en la sociedad.

Menciona Bisquerra, (2011) que para que la educación emocional sea efectiva tanto el profesorado como apoderados deben haber adquirido conocimientos o habilidades sobre tal materia, ya que es en ese momento en donde se presentan las condiciones adecuadas para relacionarse con sus alumnos o hijos.

En el párrafo anterior el autor señaló la importancia de que tanto docentes como padres y apoderados deben adquirir las competencias y herramientas para lograr desarrollar la

educación emocional sus estudiantes en el caso de los docentes y en sus hijos en el caso de padres y apoderados, para que puedan desarrollar las diferentes competencias y herramientas deben informarse por especialistas en el área o también asistir a cursos en los cuales enseñan estas competencias.

Si desglosamos la educación emocional logramos encontrar cinco contenidos, inteligencia emocional, la cual se centra principalmente en el desarrollo de la persona en la sociedad en la que se encuentra, también podemos encontrar el bienestar que es un contenido de lo nombrado anteriormente, luego encontramos las inteligencias múltiples es aquí donde se incluye a todo tipo de personas puesto que logramos encontrar un sinnúmero de inteligencias donde cada persona se identifica con una en específico, luego encontramos la emoción la cual hemos tratado en los párrafos anteriores y por último, pero no menos importante las competencias emocionales.

Siguiendo con lo anterior las competencias emocionales también las podemos subdividir en cinco categorías las cuales son: habilidades de vida y bienestar, competencia emocional. Autonomía emocional, regulación emocional y conciencia emocional. Bisquerra. (2011). La conciencia emocional trata en identificar sus propias emociones y las de los demás esto se logra conseguir a través de la autoobservación y también la observación de la actitud de las personas que se encuentran alrededor de ellas. Esto también les ayuda a reconocer y manejar el lenguaje de las emociones ya sea verbal como no verbal.

En la subdivisión se encuentra la regulación emocional la cual pretende que el alumnado adquiera herramientas y saberes necesarios para lograr regular sus propios impulsos de la manera correcta, los impulsos que regulan son la ira, la tolerancia la frustración y el manejo de las emociones o pensamientos negativos, son conceptos de ira que abordan este subtema.

La autoestima se trabaja en diferentes dimensiones, en el siguiente párrafo se nombran tres de ellas, dimensión académica, social y familiar. Es aquí donde los especialistas intervienen para ir en apoyo a las personas y entregar herramientas útiles para lograr un buen desarrollo de la autoestima.

Se entiende a las habilidades socioemocionales como la capacidad de escuchar a los demás, lograr resolver problemas, poder trabajar en grupo, poder expresar sus propios sentimientos,

etc. Y las habilidades de vida y bienestar subjetivo se componen de un amplio conjunto de competencias y emociones como lo es el estrés, la actitud positiva, capacidad de fluir, etc.

Para Gallardo (2007), el desarrollo emocional son sensaciones que entregan información sobre un estímulo o que también provocan emociones positivas (alegría, satisfacción, entusiasmo, etc.) como también negativas (enojo, tristeza, pena, angustia, etc.) donde la intensidad es variable y va dependiendo de cuál es la situación de cada ser humano o como lo haya interpretado en su infancia. También este autor hace referencia que dependiendo del intercambio de relaciones que realiza con un adulto en los primeros años de vida, el niño entenderá a interpretar relaciones con las demás personas y gracias a sus experiencias emocionales le ayudaran a saber que decisiones tomar en diversas circunstancias. Esto relata la importancia de las relaciones de los primeros años de vida de las personas, también explica las emociones que pueden identificar en ellos mismos las cuales pueden ser positivas o también negativas.

La relación afectiva que debe tener maestra-niño es de carácter dialogal, los que pretende hacer sentir placer por la comunicación al igual que el diálogo interactivo, dando respuesta sus requerimientos e invitando a la reflexión, lo que de esta manera el estudiante realizará una reflexión más completa de sus emociones, propósitos y deseos (Gallardo, 2007).

En lo anterior se explica la importancia de invitar al pensamiento crítico en el estudiante ya que esto ayuda a que logre elaborar ideas y transformarlas en opiniones con consistencia y que solo queden en el aire o sin argumentos, es por esto que los docentes deben aplicar diferentes estrategias adecuadas correspondientes a cada situación, también se destaca la importancia del camino de confianza que se genera en uno mismo, la seguridad y la construcción de relaciones interpersonales.

Los establecimientos educacionales son de suma importancia y que los niños aprenden constantemente del entorno en el que se desarrollan, estar en el establecimiento amplía el entorno social del alumno, ya que se encuentra con diversidades sociales y culturales, porque en un aula de clases se logran encontrar niños ya sea de diferentes religiones o países provocando ampliar los saberes y vocabulario del/la estudiante, así como también expulsarlo/a de su zona de confort.

El aprendizaje no es solamente un asunto cognitivo, sino que también es un proceso emocional, nombran que si el alumno se encuentra motivado y tranquilo existe un porcentaje alto de aprender y entender los contenidos, que al contrario se encuentra ansiosos, con desmotivación o incluso temerosos.

Los aprendizajes con elementos emocionales positivos quedan insertos con mayor facilidad en la memoria de los estudiantes. Por otro lado, cuando los estudiantes se presentan al aula de clases con emociones de angustia o temor se produce un bloqueo al momento de aprender los contenidos.

En el párrafo anterior se destaca la importancia de la educación emocional que deberían recibir todos los niños y niñas de nuestro país, ya que el aprendizaje que logre contener el estudiante siempre dependerá de cómo se sienta emocionalmente, porque si el estudiante se siente motivado y alegre logrará una recepción de información más completa que si se siente con angustia.

6. Metodología

6.1 Diseño metodológico

La metodología utilizada en esta investigación está orientada en el ámbito cualitativo, el cual no se enfoca prioritariamente en los datos numéricos o estadísticos, sino que se enfoca mayormente en la recolección de datos sin variables numéricas. De carácter descriptivo, para lograr conocer, analizar y comparar cómo han influido en el ámbito psicológico y emocional, la pandemia, cuarentenas y el cambio en la metodología de clases en los/as niños/as de enseñanza básica.

El proyecto se realizará con el método denominado fenomenología, este se focaliza en buscar, analizar y describir datos en base a las experiencias humanas. En este caso se buscan datos sobre la salud emocional de los/as alumnos/as y como los/as docentes han percibido estos debido a la pandemia COVID-19, las formas y métodos de contención que han creado así sean por cada docente o por establecimiento educacional en general.

Los datos obtenidos son de carácter primario, lo cual quiere decir que son recogidos desde fuentes relacionadas con la educación en la actualidad, por ende, la información recolectada es precisa y única en cada entrevistado, ya que trabajan en distintos tipos de establecimientos, tienen distintos años de experiencia e interactúan con niños que viven realidades muy diversas.

6.2 Instrumentos para la recogida de información

Para la recolección de información se utilizó una entrevista semiestructurada, creada para la investigación, que permitió conocer cómo los/as docentes han abordado la contención emocional de sus estudiantes durante la pandemia, así como también conocer qué estrategias han implementado para la contención de los/as alumnos/as.

La investigación fue enfocada, principalmente, en el ámbito emocional y cómo lo perciben los/as docentes en los/as estudiantes, las emociones que más se han visto repetidas, ya sean positivas o negativas que ellos o ellas han observado en los/as niños/as, si han percibido algún caso de violencia en ellos/as durante la pandemia, que protocolo deben seguir y qué han hecho para ayudarlos/as, si han detectado aumento en el nivel de estrés de los/as alumnos/as y por qué creen que sucede esto, si el establecimiento ha creado métodos propios para ayudar

a los/as alumnos/as, si ellos/as como docentes han ideado alguna estrategia para ayudar a los/as alumnos/as y hacer más llevaderas las clases con el fin de mejorar la convivencia escolar y salud emocional de ellos y ellas.

Adicionalmente, se consignarán algunos datos sociodemográficos, tales como: tipo de establecimiento en que trabajan, se preguntará con qué curso o cursos trabajan, sexo, lugar de residencia, edad, entre otros. Es por los puntos anteriores que la entrevista contará con un número mayor de 20 preguntas, englobando las preguntas de carácter sociodemográfico, así como también preguntas abiertas y cerradas.

La modalidad de aplicación de la entrevista dependerá de la disposición de los/as entrevistados si esta será respondida por ellos en forma escrita (sería enviada con anterioridad para que ellos o ellas remitan las respuestas) o si será respondida a través de una reunión mediante *Google Meet*, *Zoom* o alguna plataforma en que se pueda establecer una conversación de forma verbal con ellos/as, también de ser posible se grabará la conversación para luego analizar mejor los datos y respuestas obtenidas.

6.3 Participantes

Los/as participantes fueron contactados y entrevistados en este estudio, todos ellos son docentes que afrontan distintas situaciones en la actualidad (contexto de pandemia COVID-19). Docentes que están trabajando en el nivel educativo de educación básica, en el sistema escolar público o privado, de ambos sexos y con distintos años de experiencia laboral educativa.

Los/as participantes son docentes, ya que ellos/as se encuentran en contacto con los/as alumnos/as, ya sea de forma virtual o en sistema híbrido en algunos casos, de esta forma logran identificar y percibir las emociones que presentan los/as estudiantes, idear formas de contención en los casos que sea necesario y derivar a especialistas en los casos que sean más complejos de manejar por ellos o ellas.

6.4 Procedimiento

En primer lugar, se contactará con algunos establecimientos educativos o con docentes para solicitar la realización de la investigación, pedir la colaboración de los/as docentes en el estudio a partir de la aplicación de entrevistas para lo cual deberán firmar un consentimiento

informado. En dicha reunión se acordará también la modalidad y el horario de la aplicación de la entrevista.

6.5 Normas éticas

Se elaboró un consentimiento informado el cual fue enviado a cada docente o establecimiento contactado, donde debieron completar sus datos y firmarlo para asegurar que ellos/as aceptaron ser parte del estudio y estaban de acuerdo con realizar la entrevista.

La entrevista fue de carácter confidencial, ya que solo la persona entrevistada y el entrevistador conocieron las respuestas que brindó cada uno/a, se resguardó además el anonimato de todos/as los/as entrevistados, por lo que no se consignó el nombre en los datos sociodemográficos.

6.6 Análisis de datos

Para el análisis de la información se recopilaron todos los datos entregados por los/as docentes mediante las entrevistas (véase anexo 1), fueron analizados y categorizados de acuerdo con las categorías apriorísticas del instrumento y a categorías emergentes. Los datos fueron examinados a partir de un análisis de contenido.

7. Resultados

La entrevista fue ejecutada a 31 docentes que trabajan en el ámbito de educación básica, de los cuales sus edades variaron entre los 24 a los 68 años, del total de entrevistados 23 se identificaban con el género femenino y 8 con el género masculino. La mayor parte de ellos trabajaba solo en la ciudad de San Carlos, Ñuble, con solo una excepción. Una gran mayoría de los entrevistados trabaja en establecimientos municipales, mientras que los demás trabajan en establecimientos particulares subvencionados, sin contar con ninguno que trabaje en un establecimiento privado o particular completamente.

Todos/as quienes respondieron la entrevista indicaron que en los establecimientos que trabajan si existe un protocolo para la contención emocional de los/as estudiantes durante la pandemia. En relación con el estado o ámbito emocional de los/as estudiantes se preguntó a ellos cuáles son las emociones que han observado de manera más reiterada en los/as jóvenes y niños/as durante la pandemia, a lo que logramos observar en sus respuestas que las emociones más predominantes eran la ansiedad y desmotivación como se puede observar en la figura 1 que es una nube de palabras creada con las respuestas de la primera pregunta.



Figura 1. Emociones escolares durante la pandemia

También se puede identificar que otra de las emociones que han observado los/as docentes en los/as estudiantes es la alegría, la cual señalan que se ha hecho notar al volver a las clases presenciales, ya que cuando impartían solo clases en línea se notaba aburrimiento y desgano en ellos, pero al volver a las aulas, los/as estudiantes han tenido mejores resultados

académicos, así como también mejor estado anímico puesto que se pueden distraer, jugar con sus compañeros/as. También con todos los acontecimientos ocurridos durante la pandemia se logra observar un mayor compañerismo entre ellos/as, puesto que muchos/as han comprendido lo difícil de la situación actual y cómo ha afectado a muchas personas y familias completas.

Otras de las emociones más predominantes en las respuestas son la frustración y la irritabilidad, que también afectan en el ámbito académico de los/as alumnos/as, por lo que genera una distracción durante las clases e incluso a veces interrumpen a los demás porque se enojan al no poder realizar una actividad, así es como lo señalan cuando nombran la baja tolerancia a la frustración. Muchas de estas situaciones y emociones perjudican y retrasan el proceso de aprendizaje al ser lo que comúnmente se conoce como “emociones negativas”. La segunda pregunta planteada estuvo enfocada en la ansiedad, se le preguntaba a los/as docentes si habían detectado aumento en la ansiedad de los/as estudiantes desde el comienzo de la pandemia, a lo que muchos respondieron que sí, siendo esta la emoción más repetitiva en los/as jóvenes y niños/as.

Durante la pandemia los/as estudiantes han tenido cambios en su carácter, así lo indicaron los/as entrevistados quienes han señalado que se pueden observar que tienden a estar más irritables, agresivos, desanimados, ansiosos, entre otras; mientras que en otros casos no han presentado cambios. No obstante, algunos/as de ellos/as presentan cambios positivos con la vuelta a clases presenciales, así lo indica la siguiente respuesta dada por un docente: “Se evidencia mayor madurez en las/os estudiantes. Cuando comenzó el retorno a clases presenciales, la mayoría de las/os estudiantes mantenía una actitud retraída y de poca comunicación, la cual fue fluyendo poco a poco, transcurrido el tiempo. En este momento se nota un mayor apoyo entre estudiantes y profesores. Además, se vive mayor "normalidad" en el contexto escolar en general.

El volver a estar en contacto con sus pares o en algunos casos conocer a sus compañeros/as y salir de sus casas luego de un año aproximadamente de solo asistir clases en línea, ha sido liberador y ha mejorado el ánimo de los/as estudiantes con el paso del tiempo, ya que al comienzo de las clases presenciales se veía que presentaban generalmente más “emociones negativas” como ya ha sido nombrado anteriormente, el cambio y vuelta a la “normalidad”

ha sido beneficioso para los/as estudiantes, de la misma manera como lo ha sido para los docentes que durante la pandemia han tenido que hacer más trabajo y esfuerzo para brindar una educación de calidad a sus estudiantes.

La contención emocional tiene dos pasos a seguir para ser fructífera. Uno de los pasos para realizar una buena contención emocional al estudiantado es la escucha activa, la cual se puede hacer al prestar atención a lo que dicen los demás, en este caso los/as estudiantes que han sido afectados por la pandemia durante dos años aproximadamente. Es por esto que se realizaron algunas preguntas en la entrevista a los/as docentes en relación con la escucha activa.

La primera pregunta en relación con este tema es sobre si los/as docentes escuchan a sus estudiantes en algún momento de querer plantearles algún problema o inquietud personal, a lo que una gran parte respondió que sí los escuchan, así como se muestra a continuación en la figura 2 que es un gráfico circular.

Pregunta: ¿En algún momento de las clases o fuera del horario de estas, escucha a sus estudiantes si desean plantearle algún problema personal?

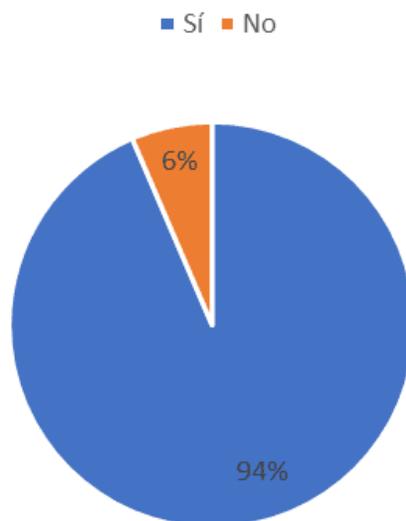


Figura 2. Escucha activa realizada por docentes en pandemia

Se puede observar que la mayoría de los/as docentes entrevistados si escuchan a sus estudiantes cuando ellos tienen alguna inquietud o problema que les quieren plantear, pero

también hay algunos/as docentes que respondieron con una negativa a esto, puesto que tampoco es una obligación del profesorado inmiscuirse en los asuntos personales de los/as estudiantes, que en muchos casos llegan a ser una carga emocional extra para los y las profesores/as.

Quienes respondieron con una positiva en la pregunta anterior se les preguntó qué tipo de respuestas dan en estos casos, a lo que muchos respondieron que la solución o respuesta que dan a los/as estudiantes depende netamente del tipo de problemática o pregunta planteada por ellos/as, mientras que otros/as docentes indicaron que los escuchan atentamente, para luego aconsejarlos de la mejor manera posible, o derivarlos a algún especialista si corresponde dependiendo el caso.

Una de las respuestas dadas es la siguiente: “Que deben confiar en sí mismos y en su familia y en los docentes y profesionales para recibir ayuda”. Los/as estudiantes muchas veces confían en los/as profesores/as para contarles sus problemas o realizarles preguntas, pero los/as docentes muchas veces no tienen las herramientas para resolver estos problemas que pueden ser graves en algunos casos, pero sí tienen un protocolo a seguir en ciertos acontecimientos, o pueden derivar a algún especialista, como, por ejemplo: psicólogo/a, médico, entre otras.

Incluso existen ocasiones en las cuales los/as profesores/as han tenido que realizar denuncias por casos de violencia, abuso, mal cuidado o poca responsabilidad de los/as padres/madres hacia sus hijos/as, entre otras. Todo esto ocasiona estrés, preocupación y una gran carga emocional para los docentes que son quienes deben realizar dichas denuncias, puesto que no las hace el establecimiento educacional en donde se encuentran. Esto también genera miedo en el profesorado, debido a que temen recibir alguna represalia por parte de quienes han sido denunciados, por ende, muchas veces hay quienes deciden no inmiscuirse en estos temas.

Pero, así como esto afecta a los/as docentes, los/as más perjudicados/as son los/as estudiantes que sufren estas situaciones, es por este motivo que es de suma importancia que los/as alumnos/as se sientan cómodos/as para expresarse y así darles una respuesta o solución para sus casos, así lo señaló un/a de los/as entrevistados/as en la siguiente pregunta: Como docente ¿hace lo necesario para que sus alumnos se sientan cómodos y puedan expresarse? La respuesta que dio dicho/a docente es la siguiente:

“Creo que doy lo mejor de mi día a día. Independientemente estemos o no en pandemia. Escucho, apoyo y contengo tanto a mis estudiantes como a las apoderadas cuando lo necesitan. Me preocupo de derivar los casos especiales a las personas competentes para que puedan focalizar la ayuda y el apoyo.”

Como ya se había nombrado anteriormente, los docentes por sí solos no tienen las herramientas necesarias para abarcar y solucionar los problemas o dificultades que les plantean los/as estudiantes, es por esto que necesitan derivar a especialistas o personas competentes en los temas, así como lo señala en la respuesta anterior la persona entrevistada, porque si bien los/as estudiantes tienen la confianza en el/la docente para expresarse, también el/la docente debe poder responder adecuadamente e intentar hacer lo posible por mejorar la situación siguiendo un proceso que beneficie a el/la estudiante.

Como ya se nombró anteriormente los docentes realizan acciones con el fin de que los estudiantes se sientan bien para expresarse, se les preguntó también respecto a qué método o métodos utilizan ellos para desarrollar la escucha activa en el momento que están hablando, esta pregunta tuvo varias respuestas coincidentes, así como el respeto, escuchar atentamente, realizar conversatorios y escuchar opiniones, dar consejos así como también ejemplos de situaciones cotidianas o conocidas por los/as estudiantes. Otras que más se repitieron es estar en un lugar adecuado y tranquilo para escuchar con más atención, evitando de esta manera distracciones, usar un tono de voz adecuado a la edad y situación.

Si bien se nombran varios métodos coincidentes en diferentes respuestas, hay un/a entrevistado/a que nombra varios de estos en su respuesta que es la siguiente: “Una atmósfera de respeto, que las/os estudiantes comprendan que a partir del respeto podemos lograr muy buenas acciones, escucha activa, comprensión, contención, comunicación, confianza, etc.”

Lo que indica esta persona es que, al utilizar variados recursos o métodos para conseguir un fin, que es el bienestar de los/as estudiantes, estos deben ser los adecuados para cada situación, puesto que, tal vez uno de estos funcione con un/a estudiante, pero con otros/as no.

Todos los métodos tienen ventajas y desventajas, pero en este caso se consultó a los entrevistados que ventajas o cómo ha beneficiado aplicar la escucha activa con sus estudiantes, ellos/as han señalado que de esta forma los/as estudiantes se sienten escuchados, tienen mayor confianza para expresar sus pensamientos, inquietudes, emociones y

sentimientos, los cuales afectan diferentes ámbitos. De esta manera se puede desarrollar la empatía entre el estudiantado y mejorar la personalidad, ser más abiertos en cuanto a sus sentimientos, entre otras.

La ventaja más predominante es la confianza que se genera con los/as estudiantes y que ellos/as son más abiertos con sus compañeros/as o docentes, así como también, se puede intentar solucionar el problema luego de que ellos/as se expresen, así lo señalan en la siguiente respuesta de la entrevista: “Ganarse la confianza del estudiante. Así, obtengo la ventaja de que abrirá su interior para dar a conocer la problemática que está experimentando. En consecuencia, la resolución o minimización del problema será algo más simple.”

Al conocer bien o a mayor profundidad la problemática que aqueja al estudiantado se puede brindar una mejor ayuda o solución para su problema, ya sea dándole consejos o derivarlo/a con algún especialista que ayude en su problema de una forma más adecuada, debido a que esta persona conoce cómo se debe proceder en el caso correspondiente y como ayudar a que el/la estudiante se sienta más seguro y mejor al solucionar su conflicto.

Pero, si bien la mayor parte de los/as entrevistados/as señaló que si practica la escucha activa en el aula de clases con sus estudiantes, esto también puede ser complejo de realizar, es por este motivo que se preguntó a los/as docentes lo siguiente: ¿Qué tan complicado puede llegar a ser implementar la escucha activa en el aula?

Las respuestas a la pregunta anterior eran variadas, pero muchos/as indicaron que eso depende de cada curso y las realidades de los/as estudiantes que lo componen, puesto que puede ser que un método funcione con algunos/as estudiantes, pero que este mismo método con otros/as no sea fructífero. También señalaban que, al estar en el aula de clases, se torna más complicado realizar la escucha activa, debido a que hay muchos estudiantes presentes, lo que provoca falta de privacidad que a su vez conlleva que los/as estudiantes no quieran hablar sobre algunos temas, así como también se generan distractores tanto para los/as alumnos/as así como para los/as docentes. Es necesario generar motivación en los/as estudiantes para que quieran hablar y ser sinceros, para esto último se necesitan tener normas de respeto y convivencia que beneficien el bienestar físico y psicológico de los/as estudiantes.

Mientras que estas han sido algunas de las complicaciones que han identificado los/as entrevistados/as, hay otros/as que respondieron que este proceso no es tan complejo, a causa

de que solo hace falta tiempo y orientar adecuadamente al alumnado para conseguir un resultado satisfactorio. No obstante, al estar en el aula de clases con varios/as estudiantes, es necesario tener un ambiente de respeto para lograr que ellos/as se sientan seguros/as como se muestra a continuación con una respuesta: “Cuando no se logra una atmósfera de respeto y comprensión, es muy difícil lograr una escucha activa, sobre todo cuando son cursos más pequeños, es más complejo, me imagino que debido a la edad y además debido a lo complejo que es motivar a las/os estudiantes más pequeño.”

La motivación y el respeto son de suma importancia para conseguir implementar la escucha activa dentro de un aula de clases con muchos/as estudiantes, puesto que ellos/as tienden a ser más tímidos o les cuesta hablar en público o grupos grandes, así es que por esto es más fructífero realizarla en un espacio o lugar privado, adecuado y tranquilo para facilitar que ellos se puedan expresar libremente y contar lo que les aqueja, para que luego se intente resolver esto de una manera que beneficie y ayude a él o la estudiante.

La empatía es uno de los pasos o vías que se debe tener en consideración para poder realizar una correcta contención emocional a los/as estudiantes. La empatía o actitud empática se utiliza generalmente para que las personas se pongan en el lugar de los demás, intentando comprender lo que sienten o están pasando en un momento determinado. Durante la pandemia actual se han ido conociendo diversos casos complicados, los fallecimientos que ha generado el virus, entre otras, es por esto que la empatía es más recurrente hoy en día, puesto que ya la mayoría de las personas sabe lo difícil que ha sido vivir en esta situación tan compleja que afecta a todo el mundo en general, sin distinción de país, condición social, etc.

El siguiente grupo de preguntas está enfocado en la empatía generada en el aula escolar durante el transcurso de la pandemia y como ha influido esto en el estudiantado, si estos han sido positivos o negativos, entre otras. La pregunta que viene a continuación es sobre cómo los/as docentes desarrollan la empatía con los/as alumnos/as. Muchas de las respuestas han sido coincidentes con las de los/as otros/as docentes entrevistados/as.

Una de las respuestas más reiteradas es comenzar a desarrollar la empatía a través de dinámicas, relatando historias o ejemplos a los/as estudiantes e intentar que se pongan en el lugar de la persona en las situaciones. También mencionaron que la desarrollan

escuchándolos y luego aconsejarlos según lo que necesitan, generando diálogos entre ellos y que sean capaces de analizar las situaciones.

Uno de los entrevistados respondió esto: “Intento situarlos en distintas situaciones y/o contextos y hacerlos pensar y reflexionar sobre cómo actuaría cada uno de ellos bajo esa situación o contexto determinado, haciendo prevalecer sus valores y buenos modales.” Como indica esta persona también es importante fortalecer y potenciar los demás valores para que se mejoren las relaciones interpersonales. Así como él, otros respondieron de forma similar, señalando que intentan propiciar el valor del respeto entre los/as estudiantes, y que ellos como docentes intentan ponerse en el lugar de los/as alumnos/as para intentar comprender sus comportamientos y emociones.

Se preguntó si han logrado que los/as estudiantes desarrollen empatía entre ellos/as, a lo que muchos/as respondieron con una positiva, pero señalaron que para conseguirlo se necesita realizar un trabajo progresivo que debe comenzar desde pequeños, el aprendizaje que se genera al aprender la empatía sirve y se utiliza de por vida en diferentes situaciones, ya sean positivas o negativas.

En relación con lo anterior, así lo confirma uno/a de los/as entrevistados en su respuesta a la pregunta: “Definitivamente ha sido un difícil y arduo trabajo, pero podría concluir que después de años se ha desarrollado y logrado la empatía entre las/os estudiantes. En este momento logran compartir únicamente, se evidencia un apoyo entre ellas/os tanto dentro como fuera del establecimiento. Existe confianza y complicidad entre ellas/os. No existen conflictos aparentes entre las/os estudiantes.”

Se asevera que la empatía es un trabajo complejo que conlleva tiempo y dedicación que se debe realizar en conjunto con las familias de los/as niños/as y jóvenes, pero sí se puede conseguir o lograr, notando cambios en sus comportamientos, ya sea en la forma de tratar a sus compañeros/as, el respeto que se tienen unos/as con otros/as, disminución en la agresividad, que son más cordiales, entre otras. Sin embargo, es de gran relevancia que desde pequeños/as se comiencen a trabajar estos temas y valores que deben ser de conocimiento general para todos/as y de esta manera formar niños/as de bien.

Al desarrollar la empatía dentro del aula se pueden observar beneficios y dificultades, pero a continuación se destacarán los beneficios que los/as docentes visualizaron al desarrollar la

empatía en sus estudiantes, y una de las respuestas más representativas es que mejora el ambiente del aula, también mejora los aprendizajes y el rendimiento del estudiantado. Al tener un ambiente agradable se puede propiciar el aprendizaje provocando que este sea más productivo o fructífero para los/as estudiantes.

De igual forma indicaron que otro beneficio es que el ambiente se torna más armonioso y de amistad entre los/as estudiantes, recalcando que en cuanto a la convivencia escolar se genera y propicia el compañerismo, apoyándose unos a otros, así como también se cuidan unos/as a otros/as, esto también les ayuda puesto que al ser compañeros/as continuarán con contacto durante el año escolar y es preferible que tengan una buena relación entre pares, para así evitar conflictos.

Al indicar un ideal de empatía sería el que se muestra a continuación extraído de una respuesta dada por un/a docente: “Si nos ponemos en el lugar del otro/a, bajaría la mala relación entre pares, no juzgarán a sus compañeros/as con tanta facilidad, se apoyan más” Este ejemplo se puede aplicar para los/as estudiantes, además de los/as docentes. La empatía también beneficia para practicar el respeto y recordar que todos/as son iguales, en cuanto a derechos, esto mejora el trato entre pares potenciando además la solidaridad hacia otros/as.

No obstante, para aplicar o poner en práctica la empatía se debe realizar el trabajo desde pequeños y de forma progresiva, es por ello por lo que se preguntó a los/as docentes que ha sido lo más complejo al momento de desarrollar la empatía entre el estudiantado. Muchos/as de ellos/as contestaron que los/as estudiantes vienen desde sus casas con una base generalmente individualista, los/as niños/as más pequeños/as tienden a ser un poco egoístas y egocéntricos, puesto que piensan en ellos primero y puede ser complejo que dejen de pensar en sí mismos para pensar en los demás, en los sentimientos y emociones de otros.

También recalcan que es de suma importancia y a la vez complejo que los/as alumnos/as entiendan que con base en la empatía se pueden beneficiar muchos ámbitos, dentro y fuera de la escuela, puesto que los valores son necesarios para tener una comunidad armoniosa y evitar conflictos con los demás. Según lo que han observado los/as entrevistados/as una de las acciones que más les complica a los/as estudiantes es lograr ponerse en el lugar del otros, conseguir identificar las emociones que sienten las otras personas.

Otras de las complicaciones que se generan es lograr que se escuchen entre ellos, que consigan conocerse y a la vez aceptar sus diferencias e igualdades. Es un trabajo arduo conseguir que luego de esto se respeten y valoren las emociones, sentimientos y pensamiento de los demás, pero también para conseguir todo esto se deben generar lazos de confianza entre estudiantes y docentes para que se logren expresar y contar las situaciones ya sean buenas o malas.

Aunque si bien se intenta trabajar la empatía entre el estudiantado, hay casos y realidades diferentes y complejas que afectan a los/as estudiantes, por lo que para algunos/as es más difícil lograr ponerse en esas situaciones, así lo sugiere una de las personas entrevistadas en su respuesta que se muestra a continuación: “Hay niños que viven una realidad diferente, de violencia y malos tratos. Por lo cual cuesta llegar a ellos”.

En concordancia con lo anterior, es también necesario que los docentes sean empáticos y preocupados por sus estudiantes, ya que, si ellos logran identificar las problemáticas o en caso de que el/la estudiante se lo diga, deben realizar los procedimientos adecuados para brindar la ayuda necesaria al estudiantado, ya sea, derivando a un especialista o realizando denuncias de ser necesario, con el fin de garantizar el bienestar de los y las estudiantes.

8. Conclusiones

La pandemia provocada por el virus *SARS-CoV-2* más conocido como coronavirus ha sido perjudicial en variados ámbitos, ha provocado muchos fallecimientos de amigos o familiares, alzas en los precios de alimentos, productos de aseo e higiene, combustibles, entre otros; pérdida de trabajo para algunas personas, exceso de trabajo para los/as trabajadores/as del área de la salud y también generado grandes repercusiones en el ámbito educativo, pues se han tenido que implementar nuevos métodos de enseñanza y formas de llegar a aquellos/as niños/as que no tienen conexión a internet, debido a que la mayor parte de los métodos empleados requieren de conexión a internet y un teléfono, computador o *tablet* para poder acceder a las clases y material educativo.

Es por esto que este trabajo se enfoca principalmente en la contención emocional que los docentes desarrollan con sus estudiantes, las cuales se demostraron que son de suma importancia para que los alumnos logren una toma de decisiones responsables, puedan resolver y afrontar los problemas que se presentan en su vida cotidiana, la contención emocional promueve las competencias necesarias, tanto en la sala de clases como también en el desarrollo en la sociedad como tal.

Luego de toda la investigación y entrevistas realizadas, se puede aseverar que tanto docentes como estudiantes se han visto afectados por la contingencia que aqueja a todo el mundo, puesto que los/as docentes deben realizar un mayor trabajo y esfuerzo para conseguir entregar los contenidos y aprendizajes a todos/as sus estudiantes, lo cual es bastante complejo debido a la falta de conexión y en algunas ocasiones a causa del escaso apoyo que tienen desde las familias y/o apoderados de los/as alumnos/as. También esto genera atraso en los aprendizajes del alumnado, así como un gran desnivel en cuanto a los conocimientos de los/as estudiantes de un mismo curso, ya que aquellos/as que reciben más apoyo presentan un mayor avance en comparación con aquellos/as que no reciben ayuda y/o apoyo.

Se puede observar en las entrevistas que las emociones de los/as estudiantes se han visto enormemente afectadas por la pandemia y esto desfavorece su bienestar psicológico y social, pues, las principales emociones que el profesorado ha observado en los/as estudiantes son la ansiedad y frustración, no dejando de lado las demás emociones nombradas. Después de estar

más de un año en pandemia, esto de por sí interfiere con las relaciones interpersonales, lo que a su vez provoca una repercusión en el aprendizaje de cada niño/a.

Todo está relacionado, puesto que, si un/a estudiante o persona en general se encuentra mal en el ámbito psicológico o anímico, esto va a interferir en su diario vivir en variados ámbitos, y se puede inferir que aquellos/as estudiantes que presentan un alto rango de ansiedad han disminuido sus calificaciones y les cuesta tomar confianza, pero los/as docentes han tenido que estar más pendientes de cada estudiante y brindarle el apoyo necesario para su bienestar, implementando la escucha activa mediante conversaciones, opiniones, entre otras; así como también a través de la empatía que intentan fomentar en cada estudiante, practicando con situaciones ficticias, utilizando ejemplos, entre otras.

La contención emocional consta de fases o pasos que son los dos nombrados anteriormente, la escucha activa y la empatía, y la mayor parte de los/as docentes entrevistados han intentado desarrollarlas con diferentes métodos, los cuales han sido beneficiosos para los/as estudiantes, al sentirse escuchados y apoyados, sobre todo aquellos/as alumnos/as que sufren de violencia u otro tipo de daño impartido en sus hogares o en su entorno cercano. Los/as docentes al generar confianza en el estudiantado tienen la oportunidad de oír sus problemas, aconsejarlos y ayudarlos en lo que necesiten mientras esté dentro de sus capacidades, y en algunos casos brindarles ayuda extra derivando a otros especialistas dependiendo la problemática, ya sea a psicólogo/a, realizar denuncias correspondientes, entre otras.

Si bien la pandemia ha afectado a todos de diferentes maneras, los/as docentes han intentado ayudar a sus estudiantes pese a que no está en sus contratos o en sus actividades a realizar, puesto que también a ellos le genera una preocupación lo que está sucediendo e intentan favorecer el bienestar de los y las estudiantes para que así también puedan tener mejor rendimiento académico, ya que como se mencionó anteriormente, si no se encuentran bien anímicamente no podrán tener buena concentración y aprendizaje en las clases.

Debido a las entrevistas que se realizaron a profesores de diferentes establecimientos educacionales, tanto municipal como particular subvencionado se comprendió que la sala de clases o aula es un marco educativo fundamental para el desarrollo de la contención emocional en los niños/as de nuestro país, por lo anterior creemos que sería de gran ayuda

que dentro de la formación académica profesional docente, se desarrolle las habilidades emocionales necesarias para los procesos de enseñanza-aprendizaje.

Los estudios y artículos revisados para este trabajo evidencia la importancia que tiene la educación emocional, porque les permite tener un buen manejo de las emociones y presentan resultados positivos como por ejemplo desenvolverse de mejor manera en la vida, tanto en su vida escolar como en su desarrollo en la en la sociedad, en los análisis realizados también se logró identificar que la educación y contención emocional es de suma importancia aplicarlas en los niños y niñas de la educación básica, porque entrega una mejora en el desarrollo de la inteligencia emocional.

9. Bibliografía

- Abarca, M. (2003). La educación emocional en Educación Primaria: Currículo y Práctica, (Tesis Doctoral). Universidad de Barcelona. <http://www.tdx.cat/handle/10803/2349>
- Álvarez, R. (2020). Fundamentación Priorización Curricular Covid-19. https://www.curriculumnacional.cl/614/articles-179650_recurso_pdf.pdf
- Arón, A. (2019). Recomendaciones para la contención emocional. <https://www.educarchile.cl/sites/default/files/2019-11/Recomendaciones-para-contencion.pdf>
- Barraza, A. (2020). El estrés de pandemia (COVID 19) en población mexicana (1° ed.) Centro de Estudios Clínica e Investigación Psicoanalítica S.C. <http://redie.mx/librosyrevistas/libros/estrescovid.pdf>
- Bisquerra, R. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 95-114. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27411927006>
- Campillo, J. (2015). La importancia de la educación emocional en las aulas. <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/La%20importancia%20de%20la%20educaci%C3%B3n%20emocional%20en%20las%20aulas.pdf>
- Céspedes, A. (2020). "No nos pongamos como primer objetivo salvar el año escolar, sino que cautelar el bienestar psicológico de los niños". https://www.cnnchile.com/pais/entrevista-amanda-cespedes-aprendizaje-infantil-cuarentena_20200329/
- Ducci, M. (2021). La educación en tiempos de pandemia. Biobio Chile. <https://www.biobiochile.cl/noticias/opinion/tu-voz/2021/06/17/la-educacion-en-tiempos-de-pandemia.shtml>
- Forni, F. (2020). La otra pandemia: Cuarentenas disparan los casos de violencia doméstica en el mundo. <https://www.latercera.com/la-tercera-pm/noticia/la-otra-pandemia-cuarentenas-disparan-los-casos-de-violencia-domestica-en-el-mundo/7OxN3SSW4ZGU7PMJEIFYEXVMYU/9>

- Gallardo, P. (2007). El desarrollo emocional en la educación primaria (6-12 años). Universidad de Sevilla. *Cuestiones Pedagógicas*, 18, 143-159 <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/viewer.html?pdfurl=https%3A%2F%2Finstitucional.us.es%2Fvistas%2Fcuestiones%2F18%2F09%2520desarrollo%2520emocional.pdf&clen=151097&chunk=true>
- Hernández, J. (2020). Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental de las personas. *Medicentro Electrónica*, 24(3), 578-594 <http://www.medicentro.sld.cu/index.php/medicentro/article/view/3203/2587>
- Ibáñez, N. (2002). Las emociones en el aula. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 31-45. http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-07052002000100002&nrm=iso
- Jiménez, M. y Villarroel, K. (2018). Guía de contención emocional para Brigadistas - Agentes de Cambio. <https://gregorias.org.bo/wp-content/uploads/2019/02/GuiaContencionEmocional.pdf>
- Ledermann, W. (2003). El hombre y sus epidemias a través de la historia. *Revista chilena de infectología*, 20, 13-17. https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0716-10182003020200003&nrm=iso
- Milicic, N. y Marchant, T. (2020). Educación Emocional en el sistema escolar chileno: desafío pendiente. *REPSI*, 53-76 <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/viewer.html?pdfurl=https%3A%2F%2Frepsi.cl%2Fwp-content%2Fuploads%2F2020%2F04%2FEducacion-emocional-en-el-sistema-escolar-2.pdf&clen=144426&chunk=true>
- Ministerio de Educación del Ecuador (2020). Contención emocional a las familias en situaciones de crisis. In M. d. Educación (Ed.). <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/viewer.html?pdfurl=https%3A%2F%2Feducacion.gob.ec%2Fwp-content%2Fuploads%2Fdownloads%2F2021%2F03%2FGuia-Contencion-Emocional.pdf&chunk=true>

- Organización Mundial de la Salud (2020). Cronología de la respuesta de la OMS a la COVID-19. <https://www.who.int/es/news/item/29-06-2020-covidtimeline>
- Oros, L. B., Manucci, V. y Richaud-de Minzi, M. C. (2011). Desarrollo de emociones positivas en la niñez. Lineamientos para la intervención escolar. *Educación y Educadores*, 14(3), 493-509. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83422605004>
- Ramírez, N. (2021). Colegios suman más horas de clases virtuales este año: Apoderados advierten que niños están más agotados e irritables. <https://www.emol.com/noticias/Nacional/2021/04/25/1018886/Colegios-aumentan-horas-clases-virtuales.html>
- Reyes, G. (2021). Escuela, estrés y metacognición en tiempos de pandemia. La Tercera. <https://www.latercera.com/opinion/noticia/escuela-estres-y-metacognicion-en-tiempos-de-pandemia/YH43JMTBTBGHJKP5HGADWSJQDQ/>
- Ribeiro, B., Scorsolini-Comin, F., y Dalri, R. (2020). Being a professor in the context of the COVID-19 pandemic: reflections on mental health. *Index de Enfermería*, 29(3), 137-141. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962020000200008&lng=es&tlng=en.
- Soto, A. (2017). Analfabetismo en Chile: ¿cómo las políticas educativas necesarias para su erradicación? [Tesis de Magíster, Universidad del Desarrollo]. <https://repositorio.udd.cl/bitstream/handle/11447/2025/Documento.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

10. Anexos

Entrevista

Nombre del proyecto: Percepción docente sobre la contención emocional en educación básica durante la pandemia

Investigadoras: Katalina Moena Saldías – Sylvia Romero Torres

Relato o descripción: En el contexto actual de la pandemia COVID-19, alumnas de la carrera Pedagogía en Educación General Básica realizan una investigación para la tesis enfocada en el ámbito emocional, características de este, igualmente las formas en las que ha influido la pandemia en los alumnos y así mismo sobre la contención emocional que realizan los docentes a los alumnos en el contexto actual.

Objetivo: Identificar las acciones de contención emocional que realizan los docentes durante la pandemia para tranquilizar y estimular la confianza de sus estudiantes.

Sociodemográficas

¿Qué edad tiene?

¿Cuál es su sexo o con qué sexo se identifica?

¿En qué ciudad trabaja actualmente?

¿Cuánto tiempo lleva ejerciendo como docente?

¿En qué tipo de establecimiento trabaja?

¿En qué curso o cursos trabaja actualmente?

¿Existe un protocolo a seguir para la contención emocional de los estudiantes?

Estado emocional

¿Qué emociones han observado en los/as alumnos/as y cuáles son las más reiteradas?

¿Han detectado aumento en la ansiedad de los/as estudiantes?

¿Ha identificado cambios en el carácter de los/as alumnos/as? De ser así, ¿cuáles cambios ha notado?

Escucha activa

¿En algún momento de las clases o fuera del horario de estas, escucha a sus estudiantes si desean plantearle algún problema personal?

¿Qué tipo de respuesta da en estos casos?

Como docente ¿hace lo necesario para que sus alumnos/as se sientan cómodos y puedan expresarse?

¿Qué métodos utiliza para desarrollar la escucha activa?

¿Qué ventajas puede visualizar aplicando la escucha activa con los/as estudiantes?

¿Qué tan complicado puede llegar a ser implementar la escucha activa en el aula?

Empatía

¿Cómo desarrolla la empatía con sus alumnos/as?

¿Ha logrado que sus alumnos/as desarrollen empatía entre ellos?

¿Qué beneficios visualiza en el aula con el desarrollo de la empatía?

En el proceso de implementación de la empatía, ¿qué ha sido lo más complejo al momento de desarrollarla entre ellos/as?