



Nadie es perfecto, y nadie merece serlo. Nadie la tiene fácil y nunca sabes por los problemas que está atravesando cada uno. Así que no pienses que eres el único enfrentando momentos difíciles, cada quien está asumiendo sus propias confrontaciones.

(Anónimo)



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIRIQUÍ
FACULTAD DE ADMINISTRACIÓN PÚBLICA
ESCUELA DE TRABAJO SOCIAL



**“MODALIDAD VIRTUAL COMO ESTRATEGIA DE APRENDIZAJE...
VIVENCIAS ESTUDIANTILES”**

**TRABAJO DE GRADO PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE
LICENCIATURA EN TRABAJO SOCIAL**

AUTORA:

SANDRA ESPINOSA

4-714-958

DOCENTE ASESORA:

SILVANA CASTILLO

DAVID, CHIRIQUÍ

2022

INDICE GENERAL

ÍNDICE DE ESQUEMAS E ILUSTRACIONES	iii
AGRADECIMIENTO	iv
DEDICATORIA	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
INTRODUCCIÓN	viii
CAPÍTULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	2
1. Idea de Investigación	2
2. Ambiente, Escenario y Actores Sociales	4
3. Preguntas de la Investigación	6
4. Objetivos	7
5. Justificación	8
6. Viabilidad	11
CAPÍTULO II MARCO METODOLÓGICO Y SU REFERENTE TEÓRICO	12
1. Enfoque	12
2. Características del Enfoque	13
3. Alcance	14
4. Diseño	16



5. Muestra	16
6. Referente Teórico	18
6.1. Teorías vinculadas con los resultados de la investigación	18
7. Técnicas de Recolección de Información	21
7.1. Observación	22
7.2. Entrevista	23
8. Categorías y Subcategorías	24
CAPÍTULO III INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS	25
1. Conceptualización de Categorías	25
1.1 Categoría Vivencias	26
1.2 Categoría Emociones	32
1.3. Categoría Mecanismos de Confrontación	35
Frases Destacadas de los Actores Sociales	40
Sugerencias y Aportes de los Actores Sociales	41
CONCLUSIÓN	43
RECOMENDACIONES	44
BIBLIOGRAFÍA	45
ANEXOS	49



ÍNDICE DE ESQUEMAS E ILUSTRACIONES

Esquema 1 Características de los Actores Sociales.....	6
Esquema 2 Categorías y subcategorías de estudio.....	24
Ilustración 1 Categoría Vivencias.....	29
Ilustración 2 Categoría Emociones.....	34
Ilustración 3 Categoría Mecanismos de Confrontación	38



AGRADECIMIENTO

A Dios, por guiarme a lo largo de la carrera, darme fortaleza en los momentos difíciles y los aprendizajes que absorbí cada año en la academia.

A cada una de las docentes de la Escuela de Trabajo Social, por su guía y acompañamiento durante este importante proceso; corrigiendo, enseñando y motivando en el desarrollo de cada asignatura y actividades propias de la academia; especialmente a mi tutora de tesis, Magister Silvana Castillo.

A cada uno de mis compañeros, por el apoyo incondicional que me brindaron y la disposición para el trabajo en equipo.

Sandra Espinosa



DEDICATORIA

A Dios, porque él es quien sostiene mi derecha y me dice no temas, yo te ayudaré; me dio fortaleza para continuar logrando cada uno de los objetivos propuestos.

A la memoria de mis padres Cenobio Espinosa y Gloriela González, quienes, aunque no están presente, me enseñaron que no debemos darnos por vencido y que nunca es tarde para ver cumplidas nuestras metas, son mi inspiración y ejemplo de superación.

A mis hijos Miguel Ángel Jr., Alex Arturo, Laura Mercedes y mi esposo Miguel Ángel, que me apoyaron y motivaron para superar cada una de las pruebas en la medida que se intensificaban los estudios, tareas y asignaciones

Sandra Espinosa



RESUMEN

Los estudiantes universitarios, al igual que el resto de la población, enfrentaron el confinamiento producto de la pandemia por el COVID 19, por consiguiente, en todos los centros educativos desde la básica hasta el nivel superior universitario, se implementa la modalidad virtual. Ante este hecho, se realiza la investigación para “explicar las vivencias estudiantiles en la modalidad virtual como estrategia de aprendizaje”.

Esta se realizó tanto en áreas rurales como urbanas de los distritos de Boquerón, David y Dolega, en los cuales se encuentran como ambiente social y como escenario, las residencias de los actores sociales participantes en el estudio.

Este estudio tiene un enfoque cualitativo con sus respectivas características, posee un alcance exploratorio y descriptivo; diseño fenomenológico, el cual permite un análisis profundo y reflexivo del significado de las vivencias, emociones y mecanismos de confrontación que exteriorizaron los actores sociales. La muestra utilizada es diversa y en cadenas; de igual manera se presentan teorías vinculadas con los resultados de la investigación; la información recopilada, se logra mediante las técnicas de Observación Participante y Entrevista Semiestructurada.

Los principales resultados, indican que los estudiantes universitarios, ante la modalidad virtual como estrategia de aprendizaje, experimentaron diversas vivencias que repercuten directamente en las emociones; involucrando mecanismos de confrontación.

Palabras claves: Vivencias, emociones, mecanismos de confrontación.



ABSTRACT

University students, like the rest of the population, faced the confinement resulting from the COVID 19 pandemic, therefore, in all educational centers from elementary to university level, the virtual modality is implemented. In view of this fact, the research was carried out to "explain the experiences of university students with the virtual modality as a learning strategy".

This was carried out in both rural and urban areas of the districts of Boquerón, David and Dolega, where the social environment and the scenario are the residences of the social actors participating in the study.

This study has a qualitative approach with its respective characteristics, it has an exploratory and descriptive scope; phenomenological design, which allows a deep and reflexive analysis of the meaning of the experiences, emotions and confrontation mechanisms externalized by the social actors. The sample used is diverse and in chains; in the same way, theories linked to the results of the research are presented; the information gathered is achieved through the techniques of Participant Observation and Semi-Structured Interview.

The main results indicate that university students, faced with the virtual modality as a learning strategy, experienced diverse experiences that have a direct impact on emotions, involving confrontation mechanisms.

Key words: Experiences, emotions, confrontation mechanisms.



INTRODUCCIÓN

El COVID 19, se ha extendido a nivel mundial, llevando a muchos gobiernos a tomar medidas como el distanciamiento físico; que a su vez afectó directamente la cancelación de las clases en todos los niveles, en instituciones públicas y privadas.

Esto conduce a escuelas, colegios y universidades a poner en marcha estrategias, con el fin de continuar la educación y no perder el año escolar. Por esta razón, se rediseña el sistema educativo mediante la modalidad virtual, utilizando diferentes plataformas digitales para las clases y entrega de asignaciones.

Todos estos cambios, traen a la palestra otras situaciones que afrontan tanto educadores como estudiantes.

Considerando lo expuesto la investigadora indaga, con el objetivo de identificar las vivencias de los estudiantes universitarios, ante la modalidad virtual como estrategia de aprendizaje.

Por lo anterior, este estudio aborda en su primer capítulo el planteamiento del problema, que incluye la idea de investigación, el ambiente y escenario; las preguntas principales y secundarias; los objetivos generales y específicos; justificación y viabilidad.

El segundo capítulo presenta el marco metodológico y su referente teórico, el cual contempla el enfoque cualitativo y sus características; los alcances exploratorio y descriptivo, permitiendo la familiarización con el fenómeno investigado; por medio de la descripción de las vivencias de los estudiantes universitarios, ante la modalidad virtual.



Así mismo el diseño y la muestra, enfocándose en las experiencias subjetivas de los actores sociales.

En el referente teórico, se muestran las teorías que se vinculan con el estudio como: la sociocultural de Vygotsky y la del estrés de Lazarus.

Como instrumentos de recolección de la información, se utiliza la observación participante y la entrevista semiestructurada; también presenta las categorías y subcategorías de la investigación.

En el tercer capítulo, aborda la interpretación de los resultados, mostrando la conceptualización de categorías y subcategorías, un resumen de lo expuesto por los actores sociales a través de un esquema, y la vinculación de la teoría con el estudio.

Finalmente, las conclusiones, recomendaciones y referencia bibliográfica utilizada, además los anexos, en donde se muestran las matrices utilizadas para la recolección de la información, frases sobresalientes de los actores sociales y el plan de trabajo



CAPÍTULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El planteamiento del problema según indica (Hernández, Fernández, y Baptista, 2014, p.356): “es ingresar a un laberinto, sabemos dónde comenzamos, pero no sabemos dónde habremos de terminar. Entramos con convicción, pero sin un mapa detallado, preciso. Y de algo tenemos certeza: debemos mantener la mente abierta y estar preparados para improvisar”

Es el inicio de toda investigación, explica la idea de forma detallada, estableciendo una problemática en particular, seguido del ambiente y escenario donde se desenvuelven los actores sociales, las preguntas, objetivos generales y específicos, justificación y viabilidad.

1. Idea de Investigación

El punto de partida al realizar una investigación es la generación de una idea, por lo cual se exploran aspectos de la realidad que se consideran relevantes, (Hernández, et al, 2014, p.24) indican: “las ideas de investigación representan el primer acercamiento a la realidad social, que se investigará o a los fenómenos, sucesos y ambientes por estudiar”.

Es así como se escoge de un conjunto de ideas, la más relevante relacionada con el ambiente, realizando y analizando la inmersión inicial por medio del proceso de observación, para familiarizarse con el problema y formularlo debidamente.

El COVID 19, es una pandemia o enfermedad epidémica presente en muchos países, cuyo génesis es la ciudad de Wuhan, capital de la provincia de Hubei, en la República Popular de China; reconocida como pandemia por la Organización Mundial de la Salud (OMS), el 11 de marzo de 2020.



Su expansión a nivel mundial, ocasiona la pérdida de muchas vidas y luto en un gran número de familias; para contrarrestar su propagación se adoptan medidas de prevención como lavarse las manos, cubrirse la boca al toser, el uso de mascarillas, distanciamiento físico, autoaislamiento y seguimiento para las personas sospechosas de estar infectadas.

Al inicio de la pandemia, se toman medidas de distanciamiento físico, obligando a muchos gobiernos a restringir la movilidad de los habitantes, aplicar cuarentenas, confinamientos, cancelación de eventos; cierre de establecimientos, escuelas, colegios y universidades.

Con el cierre de los centros educativos, se toman medidas para continuar con las clases, mediante la modalidad virtual; que implica un desafío en el cual maestros, estudiantes y padres de familia, adoptan nuevos roles para poder adaptarse.

Esta modalidad virtual y la implementación de diferentes plataformas, como: Google Classroom, Meet, Zoom, Edmodo, Moodle por mencionar algunas; se convierten en una herramienta, permitiendo a los estudiantes cumplir con sus clases y asignaciones; a su vez, avanzar en sus respectivas carreras.

Tal como lo indica el Fondo de Naciones Unidas para la infancia (UNICEF), el costo del cierre de escuelas, colegios y universidades provoca una reducción en el aprendizaje y bienestar de los estudiantes. Las repercusiones de cada estudiante, su familia, comunidad y situación económica se dejarán sentir durante años.

Aunque la pandemia ha motivado un desarrollo e interacción profundo en cuanto a la tecnología para la educación superior; es importante tomar en cuenta la posición de los universitarios para afrontar esta situación; algunos deciden no verlo como una crisis, a otros les resulta difícil adaptarse al cambio, contribuyendo directamente a tomar la decisión de retirarse de



los estudios. universitarios para afrontar esta situación; algunos deciden no verlo como una crisis, otros han demorado un poco en su incorporación al cambio, contribuyendo directamente a tomar la decisión de retirarse de los estudios.

Las clases virtuales conllevan el acceso a los dispositivos e internet, además de afrontar otros problemas que es oportuno enunciar, pues lo vivido queda grabado en la memoria del mundo entero.

Tomando en cuenta lo anterior, surge la idea de realizar un estudio relacionado con las vivencias estudiantiles, ante la modalidad virtual como estrategia de aprendizaje.

2. Ambiente, Escenario y Actores Sociales

El ambiente social en la investigación de corte cualitativa según (Hernández, et al, 2014,p.365) “es variado puede ser una iglesia, una institución, fábrica o una zona selvática, el escenario es una comunidad indígena, universidad, plaza pública, consultorio, oficina o casa donde se desenvuelven las personas, etc.”.

En este ambiente social, están ubicadas las universidades, tanto públicas como privadas, que ofrecen diversidad de carreras entre técnicos y licenciaturas en distintas áreas humanistas, comerciales y científicas, preparando a profesionales competentes e idóneos; que cerraron sus puertas e implementan la modalidad virtual.

En el ambiente se identifican los escenarios o sea los hogares, donde residen los actores sociales participantes en esta investigación. Estos escenarios se localizan tanto en áreas urbanas como rurales de los Distritos de Boquerón, David y Dolega.



Por otra parte, (Gómez Hernández, 2018,p.41-42) plantea:

El escenario social se contempla como un espacio creado y delimitado a partir de la forma que toman las dinámicas sociales de distinto orden, son espacios cognitivos de realidades que, abordados desde múltiples ópticas generan múltiples versiones de la realidad, se delimita por el impacto en las posibilidades de ser tanto de las personas como de los colectivos.

Los escenarios sociales que vinculan al problema, desde la perspectiva naturalista, se ubican en los hogares de las familias, con estudiantes universitarios; los cuales realizan sus actividades académicas y enfrentan diferentes problemas, al verse limitados por el confinamiento en los hogares, debido a la llegada del COVID 19.

En este estudio, con el fin de proteger la identidad y salvaguardar la confidencialidad de los actores sociales, se les asigna un número y la primera letra del nombre a cada participante; estos presentan algunas características las cuales se detallan en el Esquema 1, que se presenta a continuación.



Esquema 1 Características de los Actores Sociales

Actor Social	Edad	Universidad	Escenario
1 N	F-35	CRUBA	Tijeras
2 J	M-22	UNACHI	Las Lomas
3 G	M-23	UTP	Dolega
4 A	F-23	UNACHI	Pedregal
5 Y	M-23	Latina	Santa Cruz

Descrito el ambiente, el escenario y los actores sociales participantes del estudio, se procede a enunciar las preguntas que guían la investigación; las cuales surgen de la interacción con los actores sociales, centrándose en la exploración y comprensión de hechos relevantes.

3. Preguntas de la Investigación

Es el cuestionamiento central que en la investigación se pretende responder, ayuda a definir con claridad el camino en el proceso del estudio.

Principal

¿Cuáles son las vivencias de los estudiantes universitarios, ante la modalidad virtual como estrategia de aprendizaje?



Secundarias

- ¿Cuáles son las emociones producto de las vivencias, experimentadas por los estudiantes universitarios, ante la modalidad virtual como estrategia de aprendizaje?
- ¿Cuáles son los mecanismos de confrontación de las emociones, producto de las vivencias, utilizados por los estudiantes universitarios, ante la modalidad virtual como estrategia de aprendizaje?

Planteadas las preguntas, surgen los objetivos que guían la investigación:

4. Objetivos

Es el enunciado que articula y especifica lo que se persigue en la investigación, lo que queremos captar, lograr o realizar. (Hernández, et al, 2014,p.37) indican: “los objetivos de investigación señalan a lo que se aspira en la investigación y deben comprenderse con claridad, pues son las guías del estudio”.

General

- Explicar las vivencias de los estudiantes universitarios, ante la modalidad virtual como estrategia de aprendizaje.

Específicos

- Narrar las emociones productos de las vivencias experimentadas por los estudiantes universitarios ante la modalidad virtual como estrategia de aprendizaje.
- Detallar los mecanismos de confrontación de las emociones producto de las vivencias, utilizadas por los estudiantes universitarios, ante la modalidad virtual como estrategia de aprendizaje.



5. Justificación

Con el propósito de tener un marco referencial, para desarrollar el estudio investigativo, se efectuó una exploración documental exhaustiva para identificar estudios concernientes a las categorías y subcategorías y así aclarar el qué, por qué y para qué se investiga.

Mediante las investigaciones se conoce que, según la Organización de las Naciones para la Educación, la Ciencia y la Cultura, (UNESCO), el COVID - 19 se extiende a 115 países y territorios, lo que provoca el cierre de escuelas, colegios y universidades, impactando a un aproximado de 363 millones de alumnos a nivel mundial.

A nivel internacional, el estudio investigativo de (Valero, et al, 2020) acerca de la educación virtual dice que esta constituye un gran desafío tanto para docentes como para discentes, cualquiera sea el nivel formativo ya que no se está habituado con los sistemas electrónicos.

En el ámbito nacional, la investigación sobre la Educación Superior y Covid-19 en la República de Panamá realizada por (De Gracia y Archer, s/f) menciona las enseñanzas de esta crisis en la educación terciaria, una de ellas es que la digitalización llegó para quedarse, y los centros de educación superior tienen el compromiso de reconfigurar su metodología de enseñanza al igual que los equipos que adjunten para tal fin.

A nivel provincial, en la Universidad Autónoma de Chiriquí los licenciados Ismelda Moreno y José Torres realizan la investigación de grado titulada, Modalidad virtual: Impacto en el aprendizaje Universitario (2021), concluyendo que la modalidad virtual ha impactado en el proceso de aprendizaje de los estudiantes universitarios, principalmente en la fomentación y aplicación del aprendizaje autónomo.



Expresado lo anterior, se procede a tomar en cuenta lo expuesto por (Hernández, et al, 2014, p.40) quienes indican: “la mayoría de las investigaciones se efectúan con un propósito definido y debe ser lo suficientemente significativo para justificar su realización”, es preciso considerar los siguientes criterios:

Conveniencia

Aunque existen estudios del tema a nivel internacional y nacional, es conveniente la realización de esta investigación, pues no se logra identificar a nivel provincial alguno que se vinculen a las categorías expuestas; con las cuales se pretende explicar las vivencias, narrar las emociones experimentadas y detallar los mecanismos de confrontación de las emociones utilizados por los estudiantes universitarios, ante la modalidad virtual como estrategia de aprendizaje.

De igual forma, se enfoca en la generación de conocimiento, de manera que sirva de sustento para futuros estudios.

Relevancia social.

La realización de este estudio muestra la importancia de la universidad como red de apoyo o tejido social, cumpliendo su función socializadora para los actores sociales.

De igual forma, los resultados obtenidos tanto de las emociones como de los mecanismos de confrontación generan el conocimiento científico, el cual servirá para adecuar algunas estrategias que sirvan en el mejoramiento de las habilidades blandas y la inteligencia emocional, tanto de profesores como de estudiantes.



Así mismo, busca proveer a los docentes del conocimiento de las diferentes dificultades que enfrentan los discentes, para tomar medidas que se adapten y ayuden a los estudiantes a sobrellevar la situación.

Alcance social

Los resultados muestran que, a pesar del interés de los estudiantes por participar en las clases virtuales y realizar sus asignaciones, la realidad a la que se enfrentan debido a múltiples factores, les impide estar enfocados; por lo que se incluyen algunas recomendaciones para la consideración, en el proceso de desarrollo de enseñanza aprendizaje.

Valor teórico

Tiene valor teórico, ya que los resultados se entregan en la Biblioteca Central Roberto Jaén y Jaén, al igual que en la biblioteca de la Facultad de Administración Pública, de la Universidad Autónoma de Chiriquí; compartiendo el fundamento teórico, pues se presentan distintas teorías, las categorías y técnicas implementadas en el estudio, lo cual sirve de base para futuras consultas. De manera que este estudio, tiene la finalidad de modificar o mejorar estrategias y metodologías virtuales de enseñanza aprendizaje, adecuándolas al contexto y escenario.



6. Viabilidad

Según (Hernández, Fernández, y Baptista , 2010,p.41)

La viabilidad se refiere a la factibilidad en la realización de un estudio, teniendo en cuenta factores como los recursos humanos, materiales y financieros con los que se dispone. Asimismo, se considera el tiempo con el que se lleva a cabo todos los pasos de la investigación, para culminarla con éxito.

De igual forma la investigación es posible porque cumple con lo establecido, porque dispone de:

- El recurso humano, conformado por una investigadora con el conocimiento científico y metodológico; disposición, interés y compromiso para culminar este estudio, además, la anuencia a colaborar con los actores sociales.
- En el desarrollo del estudio, se respeta en todo momento el distanciamiento físico y normas de bioseguridad, establecidas por las autoridades competentes.
- También se cuenta con el recurso material, ya que se tiene acceso a la información primaria tanto de internet, revistas, libros entre otros.
- Del mismo modo, con el recurso económico, que conlleva el transporte para acceder a los escenarios sociales y aplicar las técnicas de recolección de información.
- Igualmente, el tiempo para las actividades investigativas: la ejecución de los procesos como el planteamiento del problema, marco de referencia, aplicación de instrumentos, interpretación y análisis de los resultados.



CAPÍTULO II MARCO METODOLÓGICO Y SU REFERENTE TEÓRICO

Los aportes de (Tamayo y Tamayo, mencionado por Azuero, A. 2018, p.113); definen el marco metodológico como: “un proceso que, mediante el método científico, procura obtener información relevante para entender, verificar, corregir o aplicar el conocimiento”.

Este autor también menciona los aportes de (Marín, A; Hernández, E y Flores, J.2017, p.113) en el que dicen que “el procedimiento general planteado en la metodología como recurso didáctico para emprender la teorización es cíclico, de acción participativa y de evaluación constante entre los investigadores y los sujetos de estudio”.

A la luz de lo anterior, se interpreta el término como el proceso donde se implementan métodos prácticos y teóricos para analizar el tema planteado, donde todas las etapas del estudio están interconectadas y la teoría lo respalda.

En este capítulo se presenta el conjunto de pasos, técnicas y procedimientos utilizados en la investigación, detallándolos y justificándolos. En el mismo se muestran las características del enfoque cualitativo, el alcance exploratorio y descriptivo, diseño del estudio, características de la muestra; teorías vinculadas con la investigación, técnicas utilizadas e igualmente las categorías y subcategorías.

1. Enfoque

Según (Hernández, et al, 2010,p.364) indican:

El enfoque cualitativo se selecciona cuando se busca comprender la perspectiva de los participantes (individuos o grupos pequeños de personas a los que se investigará) acerca de los fenómenos que los rodean, profundizar en sus experiencias, perspectivas, opiniones y significados, es decir, la forma en que los participantes perciben subjetivamente su realidad.



El estudio se realiza con un enfoque cualitativo, lo que permite un análisis profundo y reflexivo de los significados subjetivos e intersubjetivos, que forman parte de la realidad de los actores sociales, que son dinámicas y se componen de múltiples contextos.

Este enfoque se sustenta en un conjunto de rasgos propios, las cuales se detallan a continuación.

2. Características del Enfoque

Sandoval, C; (2012) propone las cualidades distintivas de la investigación cualitativa: es inductiva, holística, interactiva y reflexiva; naturalista, no impone visiones previas, abierta y humanista. En este sentido, la investigadora toma en cuenta las siguientes:

Es inductiva, porque está más relacionada con el hallazgo de los efectos causados en la modalidad virtual como estrategia de aprendizaje, las vivencias y los mecanismos para confrontar las emociones de los estudiantes universitarios; que comprobar o verificar si tuvo efectos. En este quehacer investigativo con los estudiantes, se descubren hallazgos de los efectos originados en la población y las vivencias que son particulares en este momento.

Es holística, porque esta permite conocer el ambiente y escenario de los estudiantes con una perspectiva de totalidad. Los diferentes escenarios en donde vive cada estudiante, las personas con las que conviven se consideran, porque influyen en la problemática.

Es interactiva y reflexiva, ya que se realiza una interacción y reflexión en ambas vías, entre los actores sociales y la investigadora, quienes a través de la conversación narran sus experiencias universitarias; a la vez, detallan los mecanismos de confrontación de emociones utilizados, ante la modalidad virtual como estrategia de aprendizaje.



Es naturalista, porque la investigadora mediante la interacción, narración y observaciones realizadas en el ambiente natural, analiza y considera la comprensión de los actores sociales, del ambiente, historia, problemas dentro del marco de referencia de ellos mismos.

Es abierta, dado que no desecha información porque considera que todos los escenarios y perspectivas son valiosos. La mente está abierta para recibir información o aportes que surjan para así enriquecer la investigación.

Es humanista, por ende, busca acceder por diversos medios en lo privado y en lo personal, como experiencias particulares, percepciones, concepciones, actuaciones de los actores sociales, que son quienes protagonizan la problemática que se estudia.

Es rigurosa, por cuanto busca resolver problemas de validez y de confiabilidad por la vía de la exhaustividad e intersubjetividad. Quiere decir que constantemente se hace interpretación detallada y profunda de los efectos, vivencias y mecanismos de confrontación o de defensa, que utilizan los estudiantes universitarios, contra las emociones negativas originadas por la modalidad virtual, como estrategia de aprendizaje, sin desechar ninguno.

3. Alcance

Con respecto a los alcances, estos son de suma importancia para el desarrollo del estudio, pues, indican los resultados que se esperan. Como lo señala (Hernández, et al, 2014,p.90): Los alcances no son considerados como tipos de investigación, ya que, más que ser una clasificación, constituye un continuo de causalidad que puede tener un estudio, estos pueden ser exploratorio, descriptivo, correlacional y explicativo. El alcance del estudio depende de la estrategia de investigación, en consecuencia, esta investigación utiliza los alcances exploratorios y descriptivos.



Exploratorio

Según (Hernández, et al,2010,p.79):

Los estudios exploratorios se realizan cuando el objetivo es examinar un tema o problema de investigación poco estudiado, del cual se tienen muchas dudas o no se ha abordado antes. Es decir, cuando la revisión de la literatura reveló que tan sólo hay guías no investigadas e ideas vagamente relacionadas con el problema de estudio, o bien, si deseamos indagar sobre temas y áreas desde nuevas perspectivas.

El alcance exploratorio en esta investigación ayuda a familiarizarnos con el fenómeno. Pretende preparar el terreno para futuros estudios de alcance correlacionales o explicativos. La meta principal como investigadora, es el estudio de las vivencias estudiantiles ante la modalidad virtual como estrategia de aprendizaje, el cual es un tema nuevo y poco estudiado, enfocándolo desde una perspectiva innovadora.

Descriptivo

(Hernández, et al, 2010,p.80) expresan que:

Los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis. Es decir, únicamente pretenden medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a las que se refieren, esto es, su objetivo no es indicar cómo se relacionan éstas.

Igualmente, utiliza el alcance descriptivo, con el propósito de describir la modalidad virtual educativa donde se dan efectos, procesos emocionales y mecanismos de confrontación, propiedades, características y rasgos importantes del evento.



4. Diseño

En cuanto al diseño, se enmarca en el fenomenológico. Al respecto, (Hernández, et, al, 2010,p.515) indican que estos “se enfocan en las experiencias individuales subjetivas de los participantes”.

Este estudio utiliza el diseño fenomenológico, porque se enfoca las experiencias subjetivas de cada estudiante, sus percepciones, los efectos de la modalidad virtual como estrategia de aprendizaje, su significado y las emociones generadas.

Se pretende describir y entender estos efectos, las emociones vividas y los mecanismos de confrontación o de defensa de las emociones de los estudiantes universitarios, debido a la modalidad virtual educativa como estrategia de aprendizaje.

5. Muestra

Con respecto a la muestra, (Hernández, et al, 2010,p.494) expresan que “en el proceso cualitativo es un grupo de personas, eventos, sucesos, comunidades, etc., sobre el cual se deberá recolectar los datos, sin que necesariamente sea representativo del universo o población que se estudia”.

La muestra que se utiliza en esta investigación es:

- **Muestras Diversas**

Igualmente, también señalan que las muestras diversas o de máxima variación (Hernández, et al,2010, p.397) “son utilizadas cuando se busca mostrar distintas perspectivas y representar la complejidad del fenómeno estudiado, o bien, documentar diversidad para localizar diferencias y coincidencias, patrones y particularidades”.

Se considera usar la muestra diversa, pues esta permite enfocar el estudio desde las



perspectivas de los estudiantes que asisten a diferentes universidades de la provincia

- **Muestras en cadena**

Por otra parte, (Hernández, et al, 2010, p.398) argumenta que:

“Las muestras en cadena o por redes (“bola de nieve”): se identifican participantes clave y se agregan a la muestra, se les pregunta si conocen a otras personas que puedan proporcionar datos más amplios, y una vez contactados, los incluimos también”.

Este estudio, utiliza las muestras diversas o de máxima variación, porque se desea mostrar los efectos de la modalidad virtual educativa en los estudiantes universitarios, las vivencias y los diferentes mecanismos de confrontación o de defensa que utilizan para las emociones, igualmente presentar la complejidad del fenómeno; también, documentar lo diverso de estos efectos, pues es indiscutible que todo esto marca la vida de todos los seres humanos, de esta manera se dejan plasmadas las diferencias y coincidencias, patrones y particularidades.

Del mismo modo, se emplea el muestreo por cadena o bola de nieve, porque se involucran sujetos potenciales que aportan en el estudio o investigación. Se observa el primer sujeto compañero de clases y posteriormente este señala a otros sujetos para continuar con el estudio.

Los actores sociales seleccionados tienen características específicas y similares de interés para el estudio, entre estas:

- Ser estudiante de cualquier universidad de la provincia de Chiriquí.
- Practicar la modalidad virtual.



6. Referente Teórico

(Torres, A y Jiménez, A. 2004, p.20) indican:

Los referentes teóricos representan un elemento fundamental para el inicio, el desarrollo y la culminación de cualquier proyecto de investigación social, debido a su función en lo que respecta a los modelos explicativos, explícitos o no, que guían la investigación. No obstante, como vamos a observarlo, si bien los marcos referenciales de carácter teórico no pueden determinar las investigaciones y sus resultados, sí desempeñan un papel central en la construcción de los objetos y modelos de investigación, como insumo para la interpretación de las fuentes y el trabajo campo en general, y para el momento propiamente interpretativo de los hallazgos.

6.1. Teorías vinculadas con los resultados de la investigación

Los resultados que arroja este estudio se apoyan con teorías relacionadas a las vivencias, emociones y mecanismos de confrontación de los estudiantes universitarios, ante la modalidad virtual como estrategia de aprendizaje.

Seguidamente, se presentan las teorías que sustentan esta investigación.

- **Teoría sociocultural de Vygotsky**

Los aportes de Vygotsky mencionado por Erausquin, C: (Sulle, A; García, L: 2016, p.99), dicen que:

“La vivencia constituye la unidad de la personalidad y del entorno tal como figura en el desarrollo (...) la verdadera unidad dinámica de la conciencia, unidad plena que constituye la base de la conciencia es la vivencia.



La vivencia expresa, a la vez, las características propias del organismo y las del contexto, posibilita un modo de interpretar, valorar y otorgar sentido a la realidad, a la vez que refleja la unidad de aspectos socioculturales y personales.

Esta unidad de análisis permite explicar la articulación del desarrollo subjetivo en el contexto socio cultural, en un doble juego de negociación, transformación y resistencia en que la cultura se hace propia.

La cultura y el hombre se moldean mutuamente y la categoría vivencia permite comprender la conexión en esta doble implicación. Como unidad dialéctica, no se reduce a lo “individual”, no es “innata”, no es “interna” ni “cognitiva-racional”; se desarrolla en la interacción con otros en la cultura. Las personas se desarrollan en función del contexto en el que participan”.

Por otra parte, añaden lo enunciado por Rodríguez Arocho

La vivencia es calificada por Vygotsky como “experiencia atribuida de sentido” en la unidad entre la persona y su entorno. El carácter de la vivencia está determinado por cómo el sujeto comprende las circunstancias que lo rodean, lo cual está dado a su vez por el “nivel de desarrollo de las generalizaciones de su pensamiento”. Al mismo tiempo, dice Vygotsky en “Pensamiento y Lenguaje”. El pensamiento no es la última instancia en este proceso. El pensamiento no nace de sí mismo ni de otros pensamientos, sino de la esfera motivacional de nuestra conciencia, que abarca nuestras inclinaciones y nuestras necesidades, nuestros intereses e impulsos, nuestros afectos y emociones. Detrás de cada pensamiento hay una tendencia afectiva volitiva. Sólo ella tiene la respuesta al último “por qué” en el análisis del proceso de pensar.”



- **Modelo Transaccional o Teoría del Estrés y Afrontamiento de Lazarus**

(Melamed, A ,2016, p.21), cita la concepción de Lazarus que:

“Puede sintetizarse bajo la idea de que cierto tipo de pensamiento o cognición es una precondition necesaria para toda emoción. En particular, Lazarus, postula que son las valoraciones cognitivas las que vinculan y median entre los sujetos y el ambiente, provocando emociones particulares como resultado de las evaluaciones específicas que realiza el sujeto, de su relación con ambiente en virtud de su bienestar. La tesis general que guía su posición es que “cognición y emoción están usualmente fusionadas en la naturaleza.

(Rodríguez, A; Zúñiga, P; Contreras, K; Gana, S y Fortunato, J; 2016, p.17), mencionan los aportes de Lazarus y Folkman que abordan el afrontamiento argumentando lo siguiente:

“El Afrontamiento es un proceso dinámico de evaluación y reevaluación del repertorio de estrategias que poseen los individuos para hacer frente a una situación que es evaluada como amenazante o desbordante, y su función es reducir o mitigar los efectos del estrés psicológico. Frente a los eventos estresores, los individuos realizarían dos tipos de evaluaciones: la primaria, donde se evalúa si el evento es dañino o no; y la secundaria, donde se evalúa si uno tiene las capacidades para hacerle frente a dicho evento (Autoeficacia percibida). En esta evaluación secundaria frente a un evento estresor, las personas se preguntarían si sus habilidades y recursos de Afrontamiento serán suficientes para enfrentar el evento, si será capaz o no de enfrentar dicho evento, es decir, cómo se percibe y esto apunta justamente a la Autoeficacia. De esta manera, el Afrontamiento dependerá de esta evaluación secundaria”.



De igual forma, citan a (Paris y Omar,2018, p.17-18) quienes plantean:

“Para enfrentar el estrés; las personas recurren a estos repertorios, que se traducen en estrategias cognitivas y/o conductuales que mediatizan la relación entre la percepción del estrés y el proceso de adaptación (somática y psicológica). La habilidad para manejar situaciones estresantes depende de los recursos de Afrontamiento disponibles”.

“También señalan las estrategias propuestas por (Lazarus y Folkman,2018, p.18) sobre el Afrontamiento dirigido a la acción, que son todas aquellas actividades o manipulaciones orientadas a modificar o alterar el problema; y el Afrontamiento dirigido a la emoción, que implica las acciones que ayudan a regular las respuestas emocionales a las que el problema da lugar. Las formas de Afrontamiento dirigidas a la emoción tienen más probabilidad de aparecer cuando ha habido una evaluación de la que no se puede hacer nada para modificar las condiciones amenazantes o desafiantes del entorno”.

7. Técnicas de Recolección de Información

En el enfoque cualitativo (Hernández y Mendoza, 2018, p.443) “Busca obtener datos que se convertirán en información de personas, seres vivos, comunidades, situaciones o procesos en profundidad; en las propias formas de expresión de cada unidad de muestreo”

Las técnicas de recolección de información son herramientas utilizadas en las investigaciones, para obtener algunos datos sobre la problemática en estudio y así presentarlas e interpretarlas. Las utilizadas por el estudio, corresponde a la **observación y entrevista semiestructurada.**



7.1. Observación

La observación según (Hernández, et al, 2010,p.411), “no es mera contemplación (“sentarse a ver el mundo y tomar notas”); implica adentrarnos en profundidad a situaciones sociales y mantener un papel activo, así como una reflexión permanente. Estar atento a los detalles, sucesos, eventos e interacciones “.

Es la observación según (Hernández y Mendoza 2018, p. 444) una técnica donde se “necesita estar entrenado para observar que es diferente de ver...no se limita al sentido de la vista sino a todos los sentidos”

Según (Hernández, Fernández y Baptista 2010, p. 418) “Podemos decidir hacer entrevistas o sesiones de enfoque, pero no podemos prescindir de la observación”

- **Observación Participante**

(Mata, L., 2020, p.157-158) expone que la observación participante “se define como una estrategia de campo que combina simultáneamente el análisis de documentos, la entrevista a los informantes, la participación directa y la observación y la introspección.”

Este estudio, utiliza la observación para explorar los distintos ambientes y escenarios, donde se desenvuelven los estudiantes y los aspectos de su vida social. Comprender los efectos que han surgido por la modalidad virtual educativa.

Como técnica de recolección de datos, permite la extracción de información de las categorías de estudio: Vivencias, emociones y mecanismos de confrontación utilizados por los estudiantes universitarios, surgidas en la modalidad virtual como estrategia de aprendizaje,



7.2. Entrevista

Otra técnica utilizada, es la entrevista y sobre esta (Hernández, et al, 2010,p.418,419) indican que:

Las entrevistas, como herramientas para recolectar datos cualitativos, se emplean cuando el problema de estudio no se puede observar o es muy difícil hacerlo por ética o complejidad (por ejemplo, la investigación de formas de depresión o la violencia en el hogar) y permiten obtener información personal detallada.

Según (Grinnell y Unrau, 2007, p.418), Las entrevistas se dividen en estructuradas, semiestructuradas y no estructuradas o abiertas.

- **Entrevista semiestructurada**

Las entrevistas semiestructuradas, se basan en una guía de temas o preguntas; donde el entrevistador, tiene la libertad de introducir preguntas adicionales, para precisar conceptos u obtener más información.

Por lo tanto, la entrevista semiestructurada se utiliza en este estudio como guía, con el fin de recopilar datos importantes que no deben omitirse; se lleva un control sobre los puntos a tratar, pero no hay respuestas específicas a cada pregunta.

Estas, se realizan en dos momentos, adecuando las preguntas a cada uno de los estudiantes que participan, interpretando los distintos significados; para esto, es importante tomar en cuenta el escenario donde se desenvuelven los participantes.



8. Categorías y Subcategorías

Con respecto a las categorías, (Pérez, M.,2017, p.3) indica que una categoría “es un concepto o un conjunto de conceptos que sirven para agrupar una serie de fenómenos que se suceden socialmente, como una regularidad y que guarda relación con otra serie de realidades”.

Por lo tanto, la autora presenta las categorías insertas inicialmente en el estudio, que son utilizadas en el proceso investigativo para comprender o responder la problemática planteada; a la vez, sugiere subcategorías que constituyen las pautas para la elaboración de los instrumentos de recolección de datos.

Esquema 2 Categorías y subcategorías de estudio.

Categorías	Subcategorías
Vivencias	<ul style="list-style-type: none">• Pérdida Del Empleo• Cambios
Emociones	<ul style="list-style-type: none">• Positivas• Negativas
Mecanismos de Confrontación de emociones	<ul style="list-style-type: none">• Distracción• Relajación



CAPÍTULO III INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

(Hernández, et al, 2010,p.439) indican que “la interpretación de la información recolectada en las indagaciones cualitativas implica datos no estructurados, a los cuales los investigadores le proporcionan una estructura detallando las finalidades centrales del análisis”.

En este capítulo se muestra la conceptualización de las categorías y subcategorías; esquemas que presentan de forma sintetizada las respuestas, también, la interpretación de los resultados producto de la aplicación de las técnicas entrevista semiestructurada y observación.

1. Conceptualización de Categorías

Entendiendo los aportes de (Morales, A., 2016, p.27), que plantea la conceptualización como la forma de representar un resumen de un concepto; que requiere el desarrollo, construcción y ordenamiento de ideas lógicas extraídas de la experiencia y la comprensión de lo que nos rodea. Por lo tanto, las categorías son pensamientos estratégicos, que permiten entender el objeto de estudio, acentuando conceptos sencillos que posibilitan la interpretación del hecho o suceso. Además, las categorías se subdividen en subcategorías, lo que permite precisar detalles específicos de esta.

Por otro lado, es importante aludir que, a través de la recolección de información, los actores sociales señalan otras subcategorías no planificadas, llamadas subcategorías emergentes, porque surgieron a través del diálogo realizado en la entrevista con los actores.

La conceptualización de las categorías, subcategorías y subcategorías emergentes, es la particularidad de toda investigación, pues la información brindada se construye con el cúmulo de conocimientos de la investigadora, respecto a las experiencias y la cotidianidad de los actores sociales, cuyo propósito es enriquecer y compartir la información con otras personas que les interese este tipo de conocimiento.



Seguidamente, se presenta la conceptualización de las categorías y subcategorías del estudio:

1.1 Categoría Vivencias

Se trata de aquellas situaciones que los individuos experimentan, que modifica su realidad y cotidianidad en medio de la modalidad virtual, implementada por las diferentes entidades educativas como estrategia de enseñanza aprendizaje. Debido a esta situación, los docentes desarrollan capacidades para adaptarse y modificar el estilo de vida, superando nuevos retos.

Producto de la situación, surgen vivencias como la pérdida del empleo del proveedor del hogar, que modifica la alimentación, la calidad de vida y recreación de las personas.

La modificación de la alimentación implica la reducción de las comidas principales y eliminación de meriendas. De igual forma, la calidad de vida se altera como consecuencia de la preocupación por el contagio del virus, el confinamiento y las medidas de bioseguridad entre otros aspectos. Por otra parte, la recreación de las personas se modifica ya que, al estar confinados se restringen los paseos, salidas al cine, caminatas por el parque entre otras actividades.

Igualmente, se percibe la sensación de cambios en la realidad, forma de socializar, ritmo de vida, manera de recibir las clases y en el comportamiento

En cuanto a la realidad, el entorno y lo conocido cambia disminuyendo el espacio donde el individuo se desenvuelve. Con respecto a la forma de socializar, es necesario adaptarse al distanciamiento físico, uso de mascarillas, respeto a las normas de bioseguridad, mantener la burbuja social, entre otros aspectos.



El ritmo de vida también cambia, porque no es necesario tomar el bus o caminar para movilizarse, se está mucho tiempo sentado para la realización de las asignaciones académicas o en clases virtuales, lo que conlleva al sedentarismo. De igual forma, la manera de recibir las clases presenta la modalidad virtual sincrónica y asincrónica, el correo o la plataforma se satura de documentos, enviados por los docentes y le corresponde al estudiante buscar la forma de entender los temas; todo esto tomando en cuenta que ni los profesores ni los docentes se encuentran preparados para tal situación.

En cuanto al comportamiento las personas se adaptan a la modalidad virtual, esto implica aprender el manejo de distintas aplicaciones y plataformas. (Espinosa, S 2022)

- **Subcategoría Pérdida del Empleo**

Es cuando un miembro del grupo familiar ya sea el padre, madre, hermano, tío o el responsable de llevar el sustento y pagar las obligaciones económicas queda sin trabajo. Esta situación repercute y desajusta de manera significativa la calidad de vida de cada uno de los miembros del hogar, aumentando la preocupación y el estrés, pues no se cuenta con el recurso económico, para hacerle frente a los gastos básicos del hogar.

La alimentación igualmente se afecta, restringiendo el acceso a muchos alimentos y limitando las cantidades de consumo en otros. Se reducen muchos gastos y se economiza, priorizando los alimentos que consumen menos gas o que no era necesario cocinar, ahorrando para la compra de medicamentos y vitaminas.

Con relación a las mascotas, la alimentación de ellos cambió drásticamente, pues ya no se le compra alimento, se opta por hacerle guacho, ya que con esto se logra satisfacer el hambre de estos.

Por otra parte, al priorizar los gastos se le resta relevancia a la recreación, suprimiendo lo destinado para la misma. (Espinosa, S 2022)



- **Subcategoría cambios**

Es la impresión que debido al COVID 19, se han transformado todos los elementos de la realidad del individuo; por lo tanto, todo en su entorno ha tomado otra dirección; modificando el comportamiento, forma de socializar, ritmo de vida y forma de dar clases.

Con respecto a las modificaciones en el comportamiento, se han implementado estrategias y herramientas en la búsqueda de soluciones, para no estancarse y superarse a pesar de las circunstancias que se vivía en el mundo entero.

Con respecto a la forma de socializar, igualmente surgen cambios, pues la interacción con los compañeros se hizo únicamente a través de las redes sociales; este tipo de convivencia se restringió; evitando relacionarse con personas que no se conocen, por lo tanto, se evade el contacto con aquellos ajenos a nuestro círculo, por consiguiente, es escaso el surgimiento de nuevas amistades; en definitiva, si hubo cambios significativos.

En el ritmo de vida también se perciben cambios, pues no es necesario madrugar; debido al confinamiento no es preciso trasladarse hacia la universidad u otro lugar; por lo tanto, se duerme más. Con la virtualidad, el tiempo y espacio fueron reducidos y tomados para responsabilidades mayores, como los estudios; esta modalidad educativa requiere mayor participación del estudiante y un espacio adecuado para recibir las clases.

En la forma de dar clases se advierten alteraciones en el proceso de enseñanza, se implementan nuevas plataformas, que conlleva a un aprendizaje de su manejo, el cual se considera complicado puesto que era poco conocido. De igual forma, se hace imprescindible la obtención de recursos tecnológicos como computadora, teléfonos inteligentes, entre otros; para cumplir con las responsabilidades académicas.

Unido a lo expuesto, la exigencia de algunos docentes en cuanto a la entrega puntual de las



asignaciones dificulta el panorama; se incrementan las responsabilidades y asignaciones causando estrés; también las notificaciones de las tareas asignadas alteran el estado anímico de cada uno de los dicentes. Además, la falta de conectividad, energía eléctrica, estado del tiempo o desconocimiento en el uso de la tecnología dificulta la entrega de sus tareas en el momento indicado. (Espinosa, S 2022)

Ilustración 1 Categoría Vivencias



Con relación a la categoría vivencias y las subcategorías pérdida del empleo, cambios y la subcategoría emergente salud, es importante destacar que la pérdida del empleo del proveedor afecta la calidad de vida, en cuanto a la alimentación y recreación no sólo de los estudiantes universitarios sino también de cada miembro de la familia. De igual forma los cambios en su realidad, forma de socializar, ritmo de vida, comportamiento e incluso en la metodología de recibir sus clases.



Por otra parte, se experimenta el deceso de un ser querido, provocando sentimientos de tristeza e impotencia; pues de una u otra forma se tiende a pensar e imaginar que se pudo hacer algo, implementar una estrategia o alguna acción, para evitar el sufrimiento de esa persona. Causa tristeza de igual forma, la programación de las honras fúnebres y la selección de los asistentes, (el cual se reduce a un máximo de diez personas, dentro del primer grado de consanguinidad o afinidad de los fallecidos) tomando en cuenta las normas de bioseguridad.

Igualmente, repercusiones en la salud tanto física como mental y emocional. Estas experiencias son particulares, algunas positivas y otras negativas, repercutiendo en los actores sociales de forma diferente, en algunos en menor intensidad que en otros. El hecho o acontecimiento estudiado, escapa de las manos del individuo. La consecuencia de este depende directamente de las acciones que toma cada gobierno, adaptándose a la necesidad de evitar la propagación del COVID 19.

Las vivencias se perciben a través de los sentidos, estado anímico o el intelecto, es la relación del individuo con la realidad, esto implica un escenario y ambiente social. Se presenta reacciones biológicas y emocionales, por la dinámica de interacción entre la sociedad, el suceso, ambiente y escenario; a medida que reajustan y entablan los patrones de conducta, respondiendo a la influencia recíproca. De modo, que la vivencia se caracteriza por la forma o la manera en que los actores sociales comprenden la modalidad virtual como estrategia de aprendizaje, analizando e interpretando los hechos que se desarrollan en medio de las clases virtuales y sus hogares.

Producto de las clases virtuales, exceso de asignaciones, confinamiento por el COVID 19; unido a la pérdida del empleo del proveedor del hogar, cambios experimentados por el deceso de un ser querido, y repercusiones en distintos aspectos de la salud; se manifiestan gestos como, ceño fruncido, morder los labios que denotan frustración, y la tristeza se expresa mediante cejas ligeramente levantadas, miedo, mirada fija y baja, hombros caídos, cabeza inclinada.



Tomando en cuenta la teoría de Vygotsky, la vivencia, es de hecho la incorporación de emociones y sentimientos al expresar ideas, pensamientos o percepciones sobre las experiencias de los estudiantes, frente a la modalidad virtual como estrategia de aprendizaje.

Dicha teoría, plantea que la vivencia está condicionada socialmente, constituye la unidad de la personalidad del individuo y del entorno, entendiéndola como la relación del individuo con un momento de la realidad; por lo tanto, se vincula con el estudio; dado que las vivencias o sucesos que enfrentaron los estudiantes universitarios, durante la modalidad virtual, se percibe de manera particular e individual por cada uno de los actores sociales.



1.2 Categoría Emociones

La categoría emociones, hace referencia a un sentimiento muy intenso, positivo o negativo; ocasionado por el exceso de asignaciones, complejidad de estas, o no contar con el equipo para poder cumplir con la entrega oportuna de las tareas.

Las emociones se clasifican en positivas y negativas. Existe la posibilidad de que la tristeza lleve a un sujeto a buscar los recursos para solucionar una situación. En otras palabras, el individuo puede auto reafirmarse, demarcar su territorio y tomar una acción para su defensa; pero mal canalizada, ocasiona irritabilidad, agresión o resentimiento. No exteriorizar las emociones, puede volcarse contra la persona y afectar directamente su salud.

Dentro de las emociones positivas cabe resaltar el amor, orgullo y agradecimiento; en las emociones negativas se destacan la tristeza, el estrés y el miedo. (Espinosa, S. 2022)

- **Subcategoría Emociones Positivas**

Se trata de sentimientos intensos de amor, orgullo y agradecimiento; que siente el individuo sobre temas importantes cercanos o futuros y lo motiva a actuar de manera positiva. Estos sentimientos son producidos por acontecimientos, ideas o acciones, que experimentan los actores sociales.

Vale la pena mencionar, que el amor es un sentimiento muy amplio, que manifiesta el afecto puro entre las personas. Esto se demuestra de diferentes maneras como: compartir con la persona; creer que se puede y vale la pena tenerla en la vida; y contar con que siempre estará al lado. Este afecto, se percibe en la forma de hablar, en el tono y los gestos al referirse a ella.

En cuanto al orgullo, muchas veces se puede percibir como negativo; pero en este caso, se distingue cuando se excede el agrado que una persona puede manifestar; vinculándolo con la



satisfacción de haber sobrepasado las propias expectativas, logrando el cumplimiento de las metas y superando los obstáculos difíciles.

Por otra parte, el agradecimiento es aquel sentimiento de aprecio y gratitud, hacia alguien que ayuda en un momento determinado; a realizar alguna labor o favor, brinda soporte o acompaña en una situación difícil. (Espinosa, S. 2022)

- **Subcategoría Emociones Negativas**

Son aquellos sentimientos intensos pero negativos, como la tristeza, estrés y miedo, que influyen directamente en el comportamiento de las personas.

Conviene decir que la tristeza es un estado de ánimo, se manifiesta a través del llanto, pesimismo, falta de ánimo, melancolía y baja autoestima.

En cuanto al estrés, es la respuesta que el individuo expresa en un momento determinado, debido a las exigencias que se presentan, ocasionando alteraciones como irritabilidad, cansancio y dificultad para dormir entre otras.

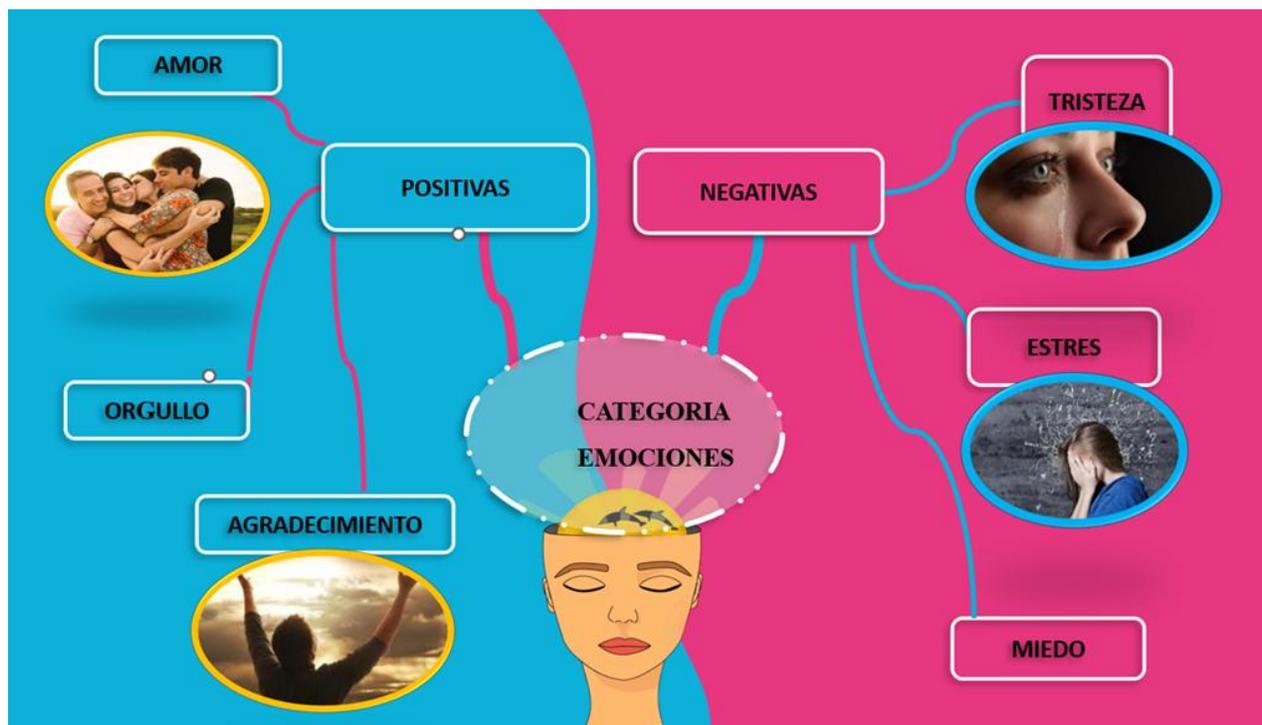
Estas reacciones, se presentan debido a las exigencias de la modalidad virtual, el exceso de asignaciones; pérdida del empleo del proveedor del hogar, que provoca modificaciones en muchos aspectos; igualmente, se incluye el deceso de un ser querido y las repercusiones en la salud tanto física, mental y emocional.

Estas exigencias no son conocidas; por lo tanto, no se tiene la capacidad para resolverla o enfrentarla, poniendo a prueba a los actores sociales, quienes deben buscar las herramientas para hacerle frente.

Por otro lado, el miedo, es aquel sentimiento que se manifiesta en situaciones de peligro; en este caso, el individuo lo refleja por medio del pulso cardíaco acelerado, sudoración, pupilas dilatadas. (Espinosa, S. 2022)



Ilustración 2 Categoría Emociones



Con respecto a la subcategoría emociones negativas, es importante resaltar las emociones enfrentadas; estas son tristeza, estrés y miedo. Dentro de las emociones positivas amor, orgullo y agradecimiento.

Las emociones negativas evidencian cierto grado de malestar y tristeza; se exteriorizan a través del ceño fruncido, miradas fijas, al morder sus labios y las lágrimas se hacen visibles.

En las emociones positivas, se evidencia un cambio sustancial en el estado anímico, sonrisas, movimiento de cabeza para afirmación y muestras de interés.

Como menciona la teoría del estrés de Lazarus, existen una serie de procesos mentales que salen a relucir para hacerle frente a la situación que incomoda; estos procesos dependen del



intercambio entre el individuo con la modalidad virtual, pandemia, pérdida del empleo del proveedor del hogar; los cambios experimentados, así como el deceso de un ser querido y las repercusiones en la salud; de igual forma del impacto de la situación estresante y de los recursos personales, sociales o culturales que se poseen.

1.3. Categoría Mecanismos de Confrontación

Es importante encarar o enfrentar este tipo de emociones o situaciones que incomodan al individuo, el no hacerlo, conlleva a complicaciones psicológicas, emocionales y físicas. Los mecanismos de confrontación o defensas son aquellos elementos, acciones o procesos que las personas utilizan, de manera consciente o inconsciente; cuya finalidad es mantener un equilibrio, al manejar las emociones negativas o difíciles.

Su objetivo principal, es mantener un equilibrio integral en el individuo, al adaptarse a la modalidad virtual; pues se viven momentos importantes, que dejan huella.

Durante las clases virtuales, se viven momentos sumamente estresantes y agobiantes; por esta razón, los individuos toman precaución, para así poder hacerle frente a todas esas emociones que en un momento determinado sintieron.

Entre los mecanismos de confrontación o defensa contra las emociones negativas, se mencionan algunas técnicas como: de distracción y relajación; igualmente, los actores sociales mencionan el apoyo recibido de profesionales, familiares y amistades.

(Espinosa, S 2022)

- **Subcategoría Distracción**

Son los métodos o acciones, en el desarrollo de estrategias para hacerle frente a las emociones negativas como: tristeza, estrés y miedo. Los mismos han surgido por la modalidad



virtual como estrategia de aprendizaje enmarcado en la pandemia, ocasionada por el COVID 19. Entre los mecanismos utilizados para liberar o canalizar las emociones mencionadas se destacan: bailar, jugar y ejercitarse.

El baile es una herramienta muy útil, porque distrae a la persona que lo practica, logrando aliviar considerablemente el estrés, sirve como terapia para la depresión y en definitiva cambia el estado anímico. Los géneros musicales más considerados que se implementaron en este periodo fueron: bachata, salsa, merengue, música típica y reguetón.

Igualmente, se comparte en familia dentro del hogar, a través de los juegos de mesa como: barajas, dominó y Monopolio entre otros. También, video juegos de consola, celular y computadora como: Fortnite, Warzone, Apex Legends, Horizon, entre otros; sirviendo como distractor para disminuir el estrés y el miedo.

De igual forma, se inicia con la práctica de ejercicios, pues al estar confinados se acentúa el sedentarismo. La caminata, trotar, saltar cuerda y el ciclismo fueron algunas actividades que se incrementaron. (Espinosa, S 2022)

- **Subcategoría Relajación**

Estos mecanismos de confrontación, al igual que los de distracción, tienen la finalidad de enfrentar emociones negativas o dolorosas. En este caso, las herramientas utilizadas, requieren la reflexión, tanto de las vivencias como de las emociones experimentadas; de manera que el individuo conecte con sus sentimientos.

Entre estas herramientas se destacan las siguientes: meditación, oración e hidroterapia. La meditación, forma parte importante como estrategia de relajación, pues permite al individuo auto conocerse y reducir las emociones negativas; igualmente aumentar la imaginación,



creatividad, paciencia y tolerancia. Lo que se busca es reducir los niveles de estrés, al igual que modificar las emociones del individuo. Al lograr lo expuesto, se transforma la manera de pensar y el estado anímico del sujeto, logrando un cambio en la perspectiva de este.

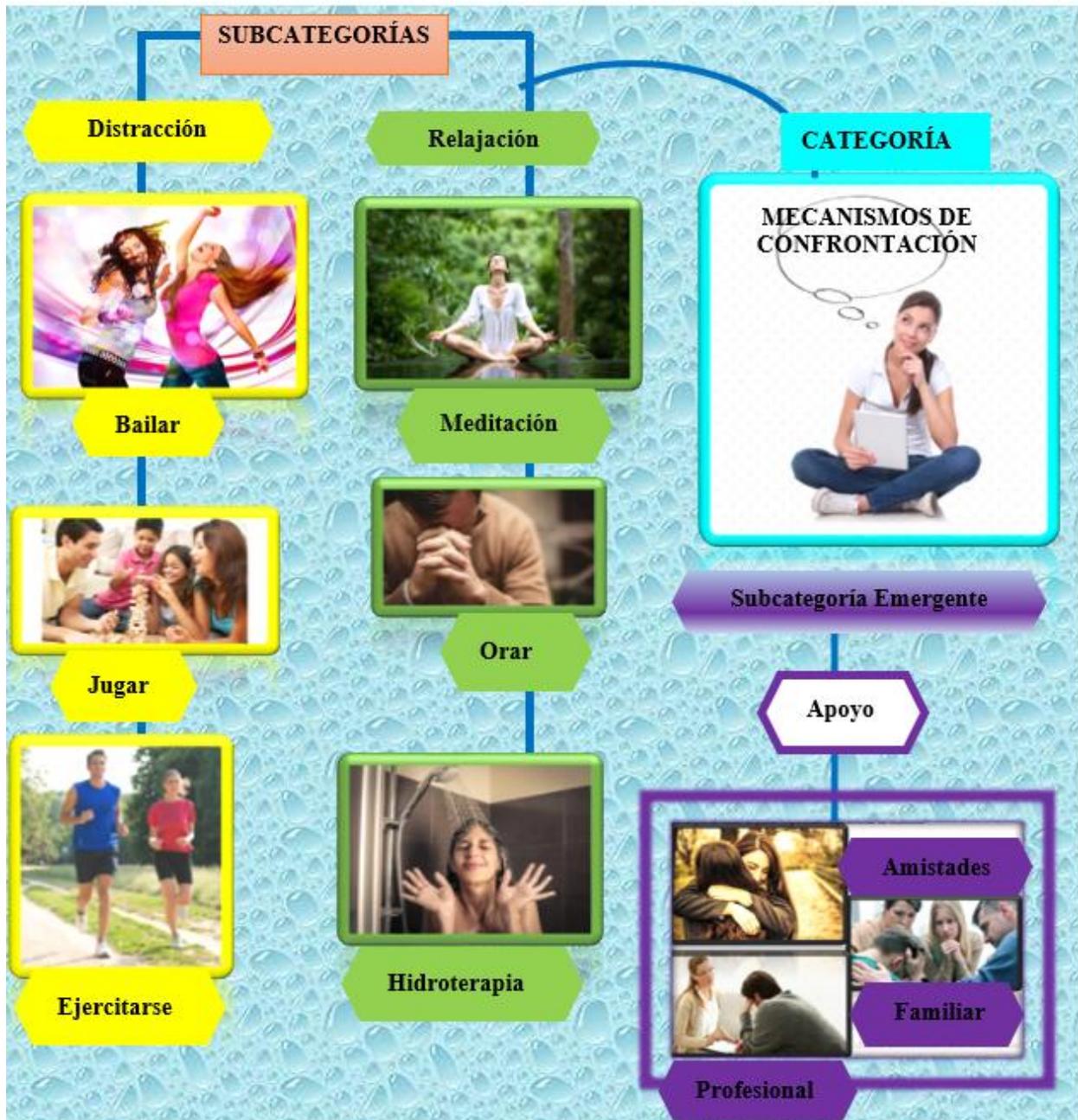
En cuanto a la práctica de la oración, esta estrategia se considera una de las más usadas durante este periodo de Pandemia. Los acontecimientos vividos, orillaron a las personas a buscar el soporte espiritual. Brindando múltiples beneficios, pues se logra una mayor comprensión de los acontecimientos; así mismo, se fortalece la fe, esperanza y de cierto modo mitiga el miedo, el estrés y la tristeza. El individuo se reconforta al saber que tiene consuelo y apoyo divino, que brinda protección en situaciones algo difíciles y complejas.

Por otra parte, la hidroterapia o baños prolongados, es otra herramienta muy eficaz, utilizada mayormente después de presentaciones o sustentaciones virtuales; esta estrategia, permite la relajación; como consecuencia, el manejo adecuado de las emociones. Reduce en gran manera el estrés, ayuda a la recuperación de cuadros depresivos y estimula el sistema nervioso central.

(Espinosa, S 2022)



Ilustración 3 Categoría Mecanismos de Confrontación



Con respecto a la categoría mecanismos de confrontación, la subcategoría estrategia de distracción y relajación es preciso mencionar que el baile, jugar y ejercitarse son estrategias de distracción importantes, ayudan a desviar la atención y entretenerse. Por otro lado, las estrategias de relajación como la meditación, oración e hidroterapia; aminoran el trastorno emocional y regulan las emociones derivadas de las vivencias.

Cabe resaltar el apoyo de profesionales en psicología, familiares o amistades; que convenientemente brindan orientación, consejo o simplemente con su presencia fortalecen al individuo, redirigiendo el sentimiento o emoción que lo perturba.

Producto de las clases virtuales, exceso de asignaciones, confinamiento por el COVID 19 o por vivencias como la pérdida del empleo del proveedor del hogar, diferentes cambios experimentados, deceso de un ser querido o repercusiones en distintos aspectos de la salud; se desencadenan una serie de emociones negativas que desajustan a las personas.

Como lo plantea Lazarus en la teoría del estrés, los procesos mentales y de conducta están en constante cambio, tomando en cuenta que tanto la sociedad como el ser humano, se adaptan a las situaciones y acontecimientos. Es así como los, individuos desarrollaron estrategias como sonrisas, miradas atentas, diálogo fluido y con buena entonación para hacerle frente a las vivencias y emociones, denotando confianza y seguridad.



Frases Destacadas de los Actores Sociales

“Piedras y obstáculos siempre van a encontrarse. El detalle está, que hay momentos en que uno ve todo oscuro, por más positivo que sea, lo va a ver de esa forma.

Es el tiempo unido a la disposición de calmarse, lo que da otra perspectiva de las cosas, otra visión y eso conlleva lo que es el aprendizaje. Vas aprendiendo, te vas dando cuenta que, aunque todo se vea oscuro siempre hay una luz, siempre hay una señal, que te motiva a continuar” (1 N)

“La mejor estrategia para afrontar todos esto que vivimos es la unión y el amor en la familia, mantenernos unidos nos fortalece.” (2 J)

“Al principio éramos como perros y gatos, pero analizas la situación y lo frágil que es la vida, recapacitas y empiezas a valorar cada momento vivido” (2 J)

“Debemos aprender a disfrutar de la soledad, porque aprendes a convivir contigo mismo y te valoras; te sirve para recapacitar el rumbo que tienes en la vida y como redireccionarlo” (3 G)

“Dios mío, si aquí llega el COVID al hogar espero que nadie se muera de mi familia” (4 A)



Sugerencias y Aportes de los Actores Sociales

Al finalizar las entrevistas, los actores sociales recalcaron algunos puntos, brindaron recomendaciones y aportes para los estudiantes, profesores y universidades, estas son algunas:

- Los profesores, primero que todo deben actualizarse en cuanto al manejo de la tecnología, y buscar estrategias de enseñanza para que los estudiantes aprendan de la mejor forma.
- Facilitar la explicación de los temas a tratar antes de la sesión programada, para que los estudiantes lleven una idea de lo que se abordará. Las clases también deben grabarse, para reforzar el material al ver la grabación de la clase y de la explicación. Esta es una herramienta que considero efectiva, pues el material está a la mano del estudiante y escucharlo cuantas veces lo necesite para ampliar la comprensión de los temas.
- Los estudiantes deben comprometerse a mandar interrogantes antes de las sesiones, dejarlas en la plataforma, si en tal caso no se pueden responder todas, se haga el tablón, así todos los estudiantes tienen acceso a la explicación.
- Los profesores deben ser flexibles con los estudiantes, si el mismo no ha captado o comprendido la explicación; de igual forma deben ser empáticos y tratar de ponerse en los zapatos de los estudiantes.
- Hacer interactivas las clases ya sean presenciales o virtuales, utilizar mapas conceptuales, otras técnicas y metodologías, no solamente teoría. Utilizar juegos que capte la atención de los estudiantes y a la vez logre el objetivo de enseñar.
- El docente debe interesarse realmente por el aprendizaje de los estudiantes, porque algunos profesores simplemente hacían un módulo, lo subían y bueno si usted aprendió bien y si no también.



- El proceso de enseñanza-aprendizaje involucra ambas partes, tanto el profesor como el estudiante, los estudiantes deben prestar más atención, porque si la explicación que nos da el profesor es deficiente, debemos ser autodidactas. No quedarnos solo con la explicación del docente, investigar, expandir esa lección, para cubrir la deficiencia. Esto es lo que hace una persona que realmente está interesada en aprender.
- Es necesario evaluar, poner criterios para que el sistema educativo sea más eficiente, lograr evolucionar el sistema educativo completo, ahora que hay una forma nueva y moderna de dar clase. Implementar las mismas estrategias de las universidades en línea internacionales. La administración a nivel nacional de todas las universidades debe tomar en serio la tarea de mejorar el sistema.
- Las universidades, antes de iniciar una temporada de clases, enseñar el uso de las aplicaciones y plataformas. Mediante cursos, seminarios o talleres de tres o cuatro semanas, para que el estudiante se le facilite el proceso de aprendizaje.
- La modalidad virtual es un mecanismo que debe quedarse en el sistema universitario, seguir desarrollándolo. Debemos quedarnos con lo positivo, desarrollando mejores destrezas y estrategias, encaminados a ser la solución y no parte del problema, esto se logra con el trabajo en equipo y uniendo fuerzas con otras entidades.



CONCLUSIÓN

Con base al análisis cualitativo se plantean las siguientes conclusiones.

- Los estudiantes universitarios, ante la modalidad virtual experimentaron diversas vivencias que repercuten directamente en las emociones; involucrando mecanismos de confrontación.
- Entre las vivencias ante la modalidad virtual ocasionada por la pandemia, debido al COVID 19, están: cambios en la metodología de recibir las clases, forma de socializar, ritmo de vida y comportamiento. Además, la pérdida de empleo del proveedor del hogar, afectando el desarrollo de las clases virtuales, ya que esta modalidad requiere un paquete de datos; así mismo la calidad de vida y en consecuencia la alimentación y recreación de los miembros de la familia. También, el deceso de un ser querido y afectaciones en la salud física, mental y emocional.
- Las emociones experimentadas por los estudiantes universitarios fueron positivas y negativas. Las positivas son el amor, orgullo y agradecimiento; y las negativas tristeza, estrés y miedo.
- Los mecanismos de confrontación de emociones, utilizados por los estudiantes son de distracción, bailar, cantar, jugar y ejercitarse. De relajación, meditación, oración e hidroterapia. Se incorpora el apoyo profesional, familiar o de amistades.



RECOMENDACIONES

A la Facultad de Administración Pública – Escuela de Trabajo Social.

Realizar evaluaciones socioeconómicas y familiares, de los estudiantes, con el objetivo de indagar la realidad social de cada uno de ellos/as; para gestionar recursos económicos, dar orientación, soporte emocional y seguimiento; de esta manera efectuar una actuación/intervención integral para dar respuestas ante situaciones de emergencias.

Promover programas, con talleres de manejo de emociones, gestión de pensamientos, salud mental; con la finalidad de proveer las herramientas necesarias, tanto mentales como emocionales ante situaciones que generen estrés.

Al Ministerio de Educación – Gabinetes Psicopedagógicos

Proponer a los gabinetes psicopedagógicos de las escuelas y colegios, talleres dirigidos a estudiantes con los temas: inteligencia emocional y manejo de emociones.

Al Ministerio de Salud – Departamento de Trabajo Social

Fomentar programas con talleres a estudiantes sobre manejo de emociones, gestión de pensamientos, salud mental, inteligencia emocional, resolución de conflictos, amor propio, autocuidado consciente, entre otros.

Promover la confección de pancartas, afiches y volantes informativa, sobre la salud mental – emocional y la gestión de las emociones, para el fortalecimiento no solo de los estudiantes universitarios, sino de la comunidad en general.



BIBLIOGRAFÍA

Ángel, S; Martín, S. (2020). Tiempo de Pandemia Vivencias de Estudiantes

Universitarios Durante la Coyuntura epidemiológica en Colombia. Bogotá, Colombia.

Recuperado de

<https://repository.usergioarboleda.edu.co/bitstream/handle/11232/1373/Tiempo%20en%20pandemia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Centro Nacional de Vacunación y Enfermedades Respiratorias (NCIRD), División de

Enfermedades Virales; Mantenga sus vacunas contra el COVID-19 al día | CDC. (n.d.).

Recuperado en junio de 2021 de

<https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/stay-up-to-date.html>

Céspedes, F; (2021) SIGMUND FREUD: Biografía, Teoría del Psicoanálisis,

Libros y Frases. (n.d.), Recuperado el 7 de febrero de 2021 de <https://www.psicologia-online.com/sigmund-freud-biografia-teoria-del-psicoanalisis-libros-y-frases-4476.html>

Espinoza Freire, D. C. E. E. (2018). El problema de investigación. Revista Conrado, 14(64),

22-32. Recuperado a partir de

<https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/808>

Erausquin, C; Sulle, A y García, L. (2016). La Vivencia Como Unidad de Análisis de la

Conciencia: Sentidos y Significados en Trayectorias de Profesionalización de Psicólogos y Profesores en Comunidades de Práctica. Anuario de Investigaciones, XXIII (),97-104.

Recuperado de Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=369152696009>



Franco, Y (2014) Tesis de Investigación. Marco Metodológico

[Blog Internet] Venezuela; Disponible:

<http://tesisdeinvestig.blogspot.com/2011/06/marco-metodologico-definicion.html>

Fondo de las Naciones Unidas para los niños (2021) Reabramos las Escuelas. Los niños

deben volver a recibir una enseñanza presencial lo antes posible”

<https://www.unicef.org/es/coronavirus/reabrir-escuelas>

Gómez, R. E (2018) Escenarios contemporáneos de lo social Una mirada desde el Trabajo

Social intercultural y decolonial. Revista Trabajo Social N. os (Vol. 26, 27).

Recuperado a partir de <https://revistas.udea.edu.co/index.php/revistraso/article/view/342770>

Hernández Sampieri, R., y Mendoza Torres, C. P. (2018). Metodología de la Investigación: Las

Rutas Cuantitativa, Cualitativa y Mixta. México: McGRAW-HILL. Recuperado de

http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., y Baptista Lucio, P. (2014). Metodología de la

Investigación (6.ª ed.). México: McGRAW-HILL. Recuperado de

<https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., y Baptista Lucio, P. (2010). Metodología de la

Investigación (5.ª ed.). México: McGRAW-HILL. Recuperado de

<https://www.icmujeres.gob.mx/wp-content/uploads/2020/05/Sampieri.Met.Inv.pdf>

Mata Solís, L.D; (2020); La observación en la investigación cualitativa

Investigalia, Recuperado el 2 de febrero de 2021 de

<https://investigaliacr.com/investigacion/la-observacion-en-la-investigacion-cualitativa/>



Melamed, Andrea F. (2016). Las Teorías de las Emociones y su Relación con la Cognición: Un Análisis desde la Filosofía de la Mente. Cuadernos de la Facultad de Humanidades y

Ciencias Sociales - Universidad Nacional de Jujuy, (49),13-38

Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/185/18551075001.pdf>

Moreno, I; Torres, J; (2021) Modalidad virtual: Impacto en el aprendizaje universitario.

(Tesis de Pregrado) Universidad Autónoma de Chiriquí. Panamá.

Pérez Reynoso, M. Á. (2017). En Torno a la Construcción de la Categoría de Adolescencias

en Investigación Educativa. Congreso Nacional de Investigación Educativa. San Luis

Potosí, Recuperado de

<https://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v14/doc/0852.pdf>

Rodríguez, A; Zúñiga, P; Contreras, K; Gana, S y Fortunato, J. (2016). Revisión Teórica

de las Estrategias de Afrontamiento según el Modelo Transaccional de Estrés y

Afrontamiento de Lazarus y Folkman en Pacientes Quirúrgicos Bariátricos, Lumbares y

Plásticos. Revista el Dolor, 66, 44-23. Santiago, Chile. Recuperado de

<https://www.revistaeldolor.cl/storage/articulos/November2020/TJTBXx57FGjK3J3ctga7.pdf>

Tavares-Martínez, R. A., & Fitch-Osuna, J. M. (2019). Planificación comunitaria en barrios

socialmente vulnerables: identificación de los actores sociales en una comunidad. Revista

De Arquitectura (Bogotá), 21(2), 22–32. Recuperado de

<https://doi.org/10.14718/RevArq.2019.21.2.2258>

Torres Carrillo, A y Jiménez, A. (2004). La construcción del objeto y los referentes teóricos



en la investigación social. Bogotá, Colombia. Recuperado de

<http://biblioteca.clacso.edu.ar/Colombia/dcs-upn/20121130050354/construccion.pdf>

Valero, N.; Castillo, A.; Rodríguez, R.; Padilla, M.; Cabrera, M. (2020) Retos de la educación virtual en el proceso enseñanza aprendizaje durante la pandemia de Covid-19. Revista científica Vol. 6, octubre-diciembre 2020, pp. 1201-1220
DOI: <http://dx.doi.org/10.23857/dc.v6i4.1530>



ANEXOS
Técnica de Observación

Colocar una X para no y dos XX para sí.

Esquema No. 6 Categoría Vivencias

Categoría Vivencias		1 N	2 J	3 G	4 A	5 Y
	Subcategoría Pérdida del empleo del Proveedor					
	Ceño fruncido					
	Labios tensos					
Subcategoría Cambios MIEDO						
	Cejas ligeramente levantadas					
	Mirada Fija					
	Ocultas las manos					
Subcategoría Emergente Deceso de un Ser Querido						
	Mirada baja					
	Hombros caídos					
	Descenso de la cabeza					
	Toca su oreja					
	Lágrimas					
Subcategoría Emergente Salud						
	Mueve los pies					
	Mueve las manos					
	Muerde los labios					



Esquema No. 7 Categoría Emociones

Categoría Emociones		1 N	2 J	3 G	4 A	5 Y	
	Subcategoría Negativas						
	Ceño fruncido						
	Mirada fija						
	Muerde los labios						
	Esconde las manos						
	Subcategoría Positivas						
	Sonríe						
	Mirada fija						
	Asentir con la cabeza						

Esquema No. 8 Categoría Mecanismos de Confrontación

Categoría Mecanismos de Confrontación		1 N	2 J	3 G	4 A	5 Y
	Sonríe					
	Mirada fija					
	Habla con fluidez					
	Suspira					
	Tono de voz alto					
	Apoya la barbilla con las manos cerradas					
	Asiente con la cabeza					



Universidad Autónoma de Chiriquí
Facultad de Administración Pública
Escuela de Trabajo Social
Matriz de Entrevista Semiestructurada

Objetivo

- Analizar las vivencias de los estudiantes universitarios ante la modalidad virtual como estrategia de aprendizaje enmarcada en la pandemia

Nota aclaratoria. La información que brinde es para fines académicos y para salvaguardar el principio de confidencialidad se le colocará un seudónimo, evitando revelar su identidad.

Objetivo	Categoría	Subcategoría	Preguntas o puntos por abordar
Explicar las vivencias de los estudiantes universitarios ante la modalidad virtual como estrategia de aprendizaje	Vivencias	Pérdida del empleo del proveedor del hogar	<ol style="list-style-type: none"> 1. Durante el tiempo desde que inició la pandemia ¿algún miembro de la familia ha perdido el empleo? 2. Durante este tiempo ¿cómo han suplido las necesidades en el hogar? 3. ¿Han tenido la necesidad de modificar los hábitos alimenticios durante este periodo? 4. ¿Ha cambiado de alguna manera la calidad de la educación? 5. ¿Se ha visto afectada la calidad de vida de la familia?
			<ol style="list-style-type: none"> 6. ¿Algún aspecto de su realidad o entorno se ha modificado? 7. ¿Considera que se ha tenido que modificar el comportamiento y que piensa sobre esto? 8. ¿Qué piensa del cambio en la forma de socializar?



		Cambios	<p>9. ¿El ritmo de vida ha cambiado? ¿qué piensa al respecto?</p> <p>10. ¿Qué opina de la forma de dar clases en la actualidad?</p> <p>11. ¿Qué otro elemento considera que ha sufrido algún cambio en su vida?</p>
Determinar las emociones experimentadas por estudiantes universitarios ante la modalidad virtual como estrategia de aprendizaje.	Emociones	Positivas	<p>12. ¿Ha sentido usted alguno de estos sentimientos durante este periodo como: amor, orgullo, alegría, agradecimiento?</p> <p>13. ¿Por cuánto tiempo?</p> <p>14. ¿Cuál ha sido el motivo para estos?</p>
		Negativas	<p>15. ¿Ha sentido algún sentimiento negativo como: tristeza, frustración, cansancio, estrés y miedo?</p> <p>16. ¿Por cuánto tiempo?</p> <p>17. ¿Cuál ha sido el motivo para estos?</p>
Detallar los mecanismos de confrontación de emociones utilizados por los estudiantes universitarios ante la modalidad virtual como estrategia de aprendizaje.	Mecanismos de confrontación	De Distracción	18. En este periodo ¿qué mecanismos ha utilizado para distraerse y no pensar en lo vivido durante la modalidad virtual de la universidad?
		De relajación	19. ¿Ha recurrido a algún método de relajación para desviar la atención?



Plan de Trabajo

En el siguiente cuadro se muestra el plan de trabajo de la investigadora, detallando las actividades en cada uno de los momentos.

Fases	2020											
	Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago.	Sept	Oct	Nov	Dic
Momento de Formulación												
Preparación del anteproyecto												
Primera Revisión												
Segunda Revisión												
Presentación del anteproyecto												
Momento de Diseño 2021												
Preparación del Cronograma												
Elaboración de los Instrumentos de Recolección de la información												
Momento de Gestión 2021												
Aplicación de las Técnicas de Recolección de la Información												
2022												
Análisis de la información												
Revisión y redacción de la tesis.												
Revisión y corrección ortografía												
Revisión por la tutora y jurados												
Momento de Cierre												
Sustentación												



Cronograma correspondiente al plan de trabajo 2020-2022

Actividades	Nov 2020	Dic 2020	Ene 2021	Feb	Mar	Abril	May	Jun	Jul	Ago.	Sept	Oct	Nov	Dic
Elaboración del plan de trabajo para el siguiente semestre		■												
Elaboración del cronograma correspondiente al plan.			■											
Elaboración de los instrumentos de recolección de la información.				■										
Validación de los Instrumentos					■									
Contacto con los participantes de la investigación, elección de posibles fechas de visita.					■	■	■	■	■					



