

# Bienestar emocional y aprendizaje significativo a través de las TIC en tiempos de pandemia

María Alejandra, Blanco<sup>1\*</sup>; María Eugenia, Blanco<sup>2</sup>

## Resumen

La aparición del covid-19 ha generado el aislamiento social que ha conllevado a sufrir cambios en los estados emocionales y en las prácticas educativas. El estudio tuvo el propósito de identificar el bienestar emocional y el aprendizaje significativo en los estudiantes de secundaria a través de las Tics en tiempos de pandemia, en una institución pública de Lima, Perú. La investigación se encuentra enmarcada en el enfoque cuantitativo, investigación exploratoria descriptiva, con un diseño no experimental trasversal. Se incluyó una muestra de 130 estudiantes de ambos géneros 52 chicos (40%) y 78 chicas (60%). El cuestionario fue distribuido y aplicado en línea. Los resultados reflejaron un moderado y bajo nivel de bienestar emocional en las chicas, los chicos obtuvieron un nivel moderado alto en el manejo del bienestar emocional. Así mismo, la adquisición del aprendizaje significativo a través de la TIC en los estudiantes fue moderado bajo, las herramientas empleadas por los docentes limitó utilizar otros recursos y materiales atractivos que impulsará y despertará las ganas de aprender en el educando. Por lo que se recomienda implementar actividades y acciones educativas que ofrezcan la oportunidad de gestionar las emociones y el desarrollo de aprendizajes significativos mediante el empleo de las Tics.

**Palabras clave:** aprendizaje significativo; bienestar; competencias digitales; emociones; estrés; pandemia.

## Emotional well-being and meaningful learning through ICT in times of pandemic

## Abstract

The emergence of covid-19 has generated social isolation that has led to changes in emotional states and educational practices. The purpose of the study was to identify emotional well-being and meaningful learning in secondary school students through ICTs in times of pandemic, in a public institution in Lima, Peru. The research is framed in the quantitative approach, descriptive exploratory research, with a transversal non-experimental design. A sample of 130 students of both genders was included, 52 males (40%) and 78 females (60%). The questionnaire was distributed and administered online. The results reflected a moderate and low level of emotional well-being in girls, boys obtained a moderately high level of emotional well-being management. Likewise, the acquisition of meaningful learning through ICT in students was moderately low, the tools used by teachers limited the use of other resources and attractive materials that will boost and awaken the desire to learn in the learner. It is therefore recommended to implement educational activities and actions that offer the opportunity to manage emotions and the development of meaningful learning through the use of ICT.

**Keywords:** meaningful learning; well-being; digital competences; emotions; stress; pandemic.

**Recibido:** 29 de enero de 2021

**Aceptado:** 30 de abril de 2021

<sup>1</sup> Doctora en Gerencia. Posdoctorado en Investigación educativa; Universidad Nacional Experimental de los Llanos Centrales Rómulo Gallegos, Venezuela; [blancomab2018@gmail.com](mailto:blancomab2018@gmail.com); <https://orcid.org/0000-0003-4700-1265>

<sup>2</sup> Doctora en Gerencia. Posdoctorado en Investigación educativa; Universidad Nacional Experimental de los Llanos Centrales Rómulo Gallegos, Venezuela; [guillae2020@gmail.com](mailto:guillae2020@gmail.com); <https://orcid.org/0000-0001-7083-990X>

\*Autor para correspondencia: [blancomab2018@gmail.com](mailto:blancomab2018@gmail.com)

## I. INTRODUCCIÓN

El mundo se vio agitado durante el año dos mil veinte, por la presencia del SARS COV-2 (Covid-19) lo que generó el aislamiento social para evitar riesgos de contagio. Por lo que tomó a los diferentes ámbitos de producción inesperadamente, el campo educativo se vio forzado a continuar el proceso de enseñanza aprendizaje vía online o remoto (Mendoza, 2020), en el cual la sociedad se adaptó a la transformación digital con medios tecnológicos como aparatos inteligentes, computación en la nube, mejor ancho de banda, internet de las cosas, que han permitido sobrellevar el aislamiento, bases esenciales para salir adelante en la actualidad (Sandoya-Sánchez, 2020).

Esta grave situación de riesgo de contraer el virus se ha mantenido, por lo que el hombre debe adaptarse a la nuevas circunstancias y aspectos útiles que ofrece la educación a distancia, dado que esta manera de enseñar y aprender (Macías, 2020), existía, pero no era generalizada. No obstante, esta modalidad online es la forma más segura hasta los momentos de evitar contacto social y disminuir casos de enfermedad y muertes por covid-19, que en América latina ha superado decesos de hasta más de 7224 personas (Pierre y Harris, 2020).

Realidad que ha afectado a los estudiantes por el confinamiento prolongado y una nueva modalidad de educación a distancia ha generado en los docentes ansiedad, estrés y depresión efectos psicológicos que ha desbalanceado su manera de actuar, que de algún modo les ha ocasionado conflictos. Por lo que pasar a espacios presenciales de aprendizaje donde se socializaba a ambientes donde la socialización es a distancia, es evidentemente diferente (Wang *et al.*, 2020), los hábitos y las costumbres sociales, las rutinarias ya no son las mismas.

Esa migración a la educación virtual, ha mostrado un estudiante quieto, estacionario por el uso de las pantallas del computador, teléfono móvil y televisión, con sensación de sentirse atrapado, miedo al virus, a enfermedades, aburrimiento, inadecuados hábitos alimenticios, pautas de actuación en el ambiente virtual poco claras, que se ha reflejado en su aspecto emocional, físico y cognitivo (Brooks *et al.*, 2020, Balluerka *et al.*, 2020), debido a que el evento educativo es interpretado desde sus hogares de una manera diferente.

El Perú no está excepto de esta realidad, se observan estudiantes con reacciones negativas, como pensamientos intrusivos sobre el virus, respuestas ansiosas y estrés ante la posible amenaza de contagio, que muchas veces les impide mantener la concentración. El contexto educativo ha repensado la adecuación y beneficios de los recursos tecnológicos y humanos para la organización de los contenidos programáticos de los cursos que ayuden al estudiante a la adquisición de aprendizajes significativos que los haga consciente de la realidad, que les impulse a actuar de forma responsable y adaptativa ante el sostenimiento de emociones y actitudes positivas que les permita encarar la vida en equilibrio y con seguridad.

En este sentido, la investigación realizada por Pizan-Campos *et al.*, (2020) muestra que el empleo de recursos tecnológicos y sistemas útiles de comunicación han sido efectivos para la explicación de los diferentes temas en clase, sin embargo, reducen la participación y la comprensión del material suministrado virtualmente (Williams *et al.*, 2001).

Es por ello, que el docente debe integrar adecuadamente los materiales educativos con la ayuda de los dispositivos y promover la intervención activa para que el estudiante aprenda con todo su cuerpo, sentidos, movimientos y emociones mediante experiencias que lo conduzca al descubrimiento y al procesamiento de la información, donde emergen nuevos conceptos los cuales son relacionados con las ideas previas, que facilita la captación de significados de manera no arbitraria construyendo saberes que perduren en el tiempo por la forma de adquirirlos (Moreira, 2019). Esta nueva modalidad online debe ser aprovechada para que anime al estudiante a desarrollar su capacidad de autogestión, responsabilidad, participación, creatividad, criticidad y reflexividad (Carranza y Caldera, 2018).

El presente estudio se orienta a identificar el bienestar emocional y el aprendizaje significativo a través de las TIC en tiempo de pandemia en los estudiantes de la Unidad Escolar (UE) Ricardo Palma de la ciudad de Lima, dichos estudiantes en estos tiempos de aislamiento social y cambios de modalidad educativa han presentado dificultades para la concentración, nervios, angustia para la realización de las actividades escolares por ser

tan extensas, no se adaptan a estar todo el día encerrados desarrollando asignaciones escolares individuales, donde los docentes solo copian y envían textos y audios por WhatsApp poco demostrativos y explicativos, así mismo se siente solos en su aprendizaje dado que no tienen el apoyo adecuado de sus docentes y padres. Por lo que se torna importante destacar la importancia del empleo de las herramientas para dictar clases virtuales requeridas por el docente y los estudiante para construir un ambiente de aprendizaje interactivo, colaborativo y significativo.

La particularidad es que esta situación de pandemia se desarrolló de manera imprevista, de emergencia encontrándose con un sistema educativo en educación básica desprovisto de equipos y competencias digitales en docentes, estudiantes y familiares, desventajas que ha limitado la conducción de los estudios en esta modalidad y por ende sus aprendizajes (CEPAL, 2020; OCDE, 2019).

En virtud de lo antes planteado, surge las siguientes interrogantes: ¿Cuál será el nivel de bienestar emocional presentado por los estudiantes de secundaria en situación de pandemia?, ¿De qué manera el proceso pedagógico del docente a través de las TIC favoreció el aprendizaje significativo de los estudiantes en tiempos de pandemia?

Dentro de este marco, el estudio pretende desarrollar los constructos teóricos que los argumentan, dentro del cual se muestra a continuación.

### **Bienestar emocional en pandemia**

Las emociones son componentes fundamentales para el funcionamiento del individuo, dado que constituye una respuesta del cuerpo para adecuarse al ambiente (Tooby & Coosmides, 2008; Andrés *et al.*, 2014). Barrantes-Elizondo (2016), señala que la emoción significa moverse dado que proviene de la expresión latina *movere*, toda emoción lleva implícita la tendencia a la acción. Así mismo, Goleman (1995), define la emoción como “un sentimiento característico a estados psicológicos y biológicos que estimulan a la actuación” (p. 331).

Las emociones indican la necesidad de huir o de luchar, así mismo coadyuvan al establecimiento de las relaciones sociales, impulsan a las transformaciones cuando son necesarias y posibilitan el aprendizaje.

Investigaciones realizadas por Phelps (2006), destaca que las emociones aumentan la capacidad de memoria, guían las relaciones interpersonales en situaciones estimadas como importante para el cumplimiento de metas individuales (Keltner & Kring, 1998).

No obstante, en la vida se manejan escenarios difíciles, que se tornan muy intensos puesto que ocurren en circunstancias no indicadas o resultan inadecuadas al contexto situacional. De esta manera, las respuestas emocionales que se muestran inapropiadas por su frecuencia, intensidad o momento de aparición están presentes de diferentes formas (Andrés *et al.*, 2014).

El covid-19 como evento disruptivo, ha generado un gran número de contagios que ha aumentado rápidamente y que se ha sostenido hasta los actuales momentos, por ende, se ha aplicado como estrategia de prevención el aislamiento social obligatorio, que implica la reducción a la movilidad física y a las relaciones sociales de las personas, mientras no exista el control y la baja de niveles de contagio, que permita que la población deje de sentir tanta incertidumbre.

Esa incertidumbre muchas veces propicia en las personas sentimientos negativos como el miedo, angustia, ansiedad, estrés, irritabilidad, enojo, dificultades para la concentración, recuerdos de situaciones desestabilizantes, y problemas en el sueño (Johnson *et al.*, 2020). Todos estos estados emocionales negativos, favorecen la activación de la amígdala que origina la liberación de noradrenalina, adrenalina y glucocorticoides (cortisol), provocando aumento de pulsaciones y transpiración (Damasio, 1994), al estar el individuo enfrentándose a momentos de estrés intenso, este tiene consecuencias nocivas en el aprendizaje y la memoria, coartando el proceso cognitivo (Cohen *et al.*, 2016).

Mientras que nivel bajo o moderado de estrés es esencial para la adaptación ante los retos ambientales que favorece el rendimiento cognitivo una vez que desencadena la elevación al nivel de alerta. Lo opuesto, a estos estados, se encuentran los estados emocionales positivos que movilizan los núcleos dopaminérgicos descargando dopamina estimulando los ganglios basales y producción de neuropéptidos (Wise, 1982), que favorecen el aprendizaje, aumentando la eficacia del proceso

cognitivo (Elizondo *et al.*, 2018).

De esta manera, el docente actualmente debe hacer uso de herramientas y estrategias que fortalezca el bienestar emocional a través del aprendizaje significativo mediante las TIC, para evitar miedos a enfermedades producidas por virus, irritación, enojo, aburrimiento y mal humor por el confinamiento, así como también sentimientos de tristeza y odio por no compartir con las personas más cercanas y no cumplir con lo planificado. Estas emociones adversas frecuentemente llevan a cometer injusticias, intolerancias, agresiones, fomentando antivalores presentes en la sociedad (Cano y Zea, 2012).

Esta situación debe ser aprovechada como una oportunidad para fomentar emociones correctas desde el plano intra e interpersonal que lleve a la modelación del bienestar que es sinónimo de estar bien, personal y socialmente, mediante habilidades asertivas que fortalece la personalidad, aportando a esa capacidad de enfrentar la vida de la mejor manera posible (Barrantes-Elizondo, 2016; Alvarado-Ochoa *et al.*, 2018)

#### **Aprendizaje significativo a través de las Tics**

El aprendizaje es el resultado de todas las experiencias adquiridas y construidas durante la vida mediante el estudio y el razonamiento. Además de que posee múltiples niveles de significatividad, este no puede ser cien por ciento mecánico o cien por ciento significativo, este varía desde un continuo proceso que va alcanzando diferentes grados de significatividad en función a cómo este es logrado por el estudiante (Chrobak, 2017).

El aprendizaje significativo no tiene en teoría límites, dado a que todos los días se unen nuevos significados a los conocimientos previos, estableciendo nuevas y complejas relaciones entre ellos. El aprendizaje significativo se centra en la idea de integrar nuevas ideas y conocimientos a la estructura cognitiva del individuo que aprende, en el que supone que este posee conocimientos previos que lo faculta establecer relaciones entre las ideas obtenidas con las nuevas, que estos conocimientos sean tomados en cuenta por el docente, que al unirlos con un buen material y acciones educativas que impulse una actitud activa tanto para el estudiante que busca aprender como para el educador que

busca posibilitar la construcción de conocimientos.

En este sentido, el docente actual tiene como propósito el desarrollo de saberes, este debe hacer empleo de medios tecnológicos generando ambientes de aprendizaje virtual (Macías, 2020), que ha permitido hasta los momentos junto a otras medidas controlar la diseminación del SARS COV-2 (Jiménez-Sánchez, 2020), situación que ha sido un tanto azarosa e inesperada que deja al desnudo las diferencias que pueden provocar en el proceso de enseñanza aprendizaje produciendo cambios favorables y desfavorables.

Por tal motivo, la tecnología se ha convertido en un vehículo en evolución e impulsor de transformaciones en el contexto educativo centrada en la mediación del proceso de enseñanza aprendizaje dejando de ser instrumental para transfigurarse hacia la nueva era de la sociedad del conocimiento. La función de las TIC es favorecer y apoyar la actividad de aprendizaje. La mediación de la Tic genera una acción que se basa en la gestión, procesamiento y distribución de la información que genera la relación educativa entre docente-estudiante y estudiantes-estudiantes nuevas eventualidades y obstáculos para el aprendizaje (Suárez, 2003).

A hora bien, existen estudios relacionados con el proceso de enseñanza aprendizaje virtual como el de García-Valcárcel y Tejedor (2017) y Carranza (2017), en las que se exponen experiencias que han tenido éxito al emplear las TIC y el desarrollo del aprendizaje significativo, mediante el empleo de las tecnologías se produce la colaboración con otros para superar dificultades y tomar decisiones, por ello el docente debe dominar los contenidos del curso, estrategias de aprendizaje estimulantes que les generen bienestar en cualquier circunstancia de la vida (Polo, 2016) y competencias digitales (Marcelo-García *et al.*, 2015), que los ayude a fortalecer el desarrollo de habilidades, destrezas y proporcione la posibilidad de indagar y elaborar nuevos saberes.

En este sentido, el aprendizaje significativo comprende las siguientes dimensiones: motivación, comprensión, funcionabilidad, participación activa y relación con la vida real. La motivación se alcanza cuando las experiencias educativas tienen un mayor grado de significatividad unido a las ganas o fuerzas por aprender. Existiendo el compromiso real del docente de impulsar el proceso de enseñanza

aprendizaje a través de la mediación de las emociones, creencias, valores e intereses (Pérez y Beltrán, 2014).

La funcionabilidad, se centra en explicar cómo las ideas adquiridas son eficientemente utilizadas (Coll, 2014). Para ello se presenta una serie de conexiones entre lo significativo e importante del contenido nuevo y la comprensión de este por parte del estudiante, de manera que responda a las situaciones con múltiples puntos de vistas. Si el educando está animado, asimila la información haciéndola propia y a su vez le otorga utilidad.

Mientras que la participación activa, comprende la intervención del sujeto en su propia formación (Estupiñán *et al.*, 2016), en el cual el estudiante estudia, discute y desarrolla el contenido. Evidenciando su compromiso y su rol ante el contenido recibido, integrándolo y reflexionando en cualquier momento de su proceso de aprendizaje. Aquí el docente hace uso de medios y herramientas para que el estudiante valore las experiencias previas y las nuevas, permitiendo que identifique las ventajas y desventajas que lo ayude a enfrentar situaciones ante el aprendizaje (Álvarez-Flores y Núñez Gómez, 2014).

Finalmente, la relación con la vida real, dimensión de gran significatividad, el docente mediante actividades motivantes e información presentada impulsa al educando a establecer conexiones de su vida diaria con lo que piensa y lo nuevo que aprende ampliando su creatividad ante dificultades y su solución. Esta se refiere a la adaptación del individuo y cómo toma la información relevante y las coloca en práctica ante conflictos que la vida plantea (Zarzar, 2000).

## **II. MATERIALES Y MÉTODOS**

El estudio se encuentra enmarcado desde el enfoque cuantitativo, aquel que obedece a la cuantificación de los datos (Sánchez-Santamaría, 2013), un tipo de investigación exploratoria descriptiva, debido a que hará un estudio aproximado de un tema poco conocido e identificará elementos del comportamiento de la muestra en estudio (Hernández-Sampieri *et al.*, 2014) con un diseño no experimental trasversal. Se efectuó la investigación en la Unidad Escolar (UE) Ricardo Palma de Lima, Perú, institución pública, donde la mayoría de los

estudiantes poseen una situación socioeconómica moderada baja, se escogió a los de estudiantes de segundo año de secundaria por tener acceso a ellos.

La muestra quedó conformada por 130 estudiantes, comprendiendo a ambos géneros 52 chicos (40%) y 78 chicas (60%) de las diferentes aulas del turno mañana y tarde, quienes confirmaron su participación mediante un formulario de Google enviado a sus correos. La selección consistió atendiendo los siguientes criterios de inclusión: a) Querer participar en la investigación, b) Poseer un computador o teléfono móvil, c) poseer las edades comprendidas entre 14 a 15 años de edad. Todos estos criterios de inclusión emergieron gracias a que se les consultó a los directivos, padres y estudiantes sobre el objetivo del estudio otorgando los permisos correspondientes dado a que se les garantizó el anonimato y privacidad de los datos, proporcionando el consentimiento para el avance de la investigación.

### **Instrumentos**

Se utilizó la técnica de la encuesta y un cuestionario estructurado distribuido y aplicado en línea. Se les aplicó un cuestionario en dos partes para la obtención de información la primera sobre bienestar emocional que incluyó dimensiones: intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo del estrés y estado de ánimo (Bar-On, 2006) durante estos tiempos de confinamiento y cambio de modalidad de clases presenciales a distancia, comprendiendo 16 ítems. La segunda centrada en el aprendizaje significativo a través de las TIC que comprendió 14 ítems, cuyas dimensiones son: motivación, comprensión, funcionabilidad, participación activa y relación con la vida real, cada cuestionario fue adaptado por las investigadoras y validados por expertos. La confiabilidad fue de 0,810, considerado altamente confiable (Cronbach y Meehl, 1955). Las categorías de respuestas van desde lo Muy bajo, Bajo, Moderado, Alto y Muy alto. La investigación se efectuó entre los meses de julio, agosto y septiembre del 2020.

### **Análisis de datos**

El análisis de datos, incluyó estadística descriptiva, calculando frecuencias y porcentajes con el programa estadístico SPSS, versión 21.0 para Windows, sobre los datos originales cuyos resultados

se presentan a continuación.

### III. RESULTADOS

El estado emocional de los estudiantes con relación a su bienestar, como piensan, sienten, comunican y actúan, se encuentra en la categoría moderada, la dimensión intrapersonal se centró en la insatisfacción de lo realizado a diario, la no práctica de actividades online de autoconocimiento, la sensación moderada baja de utilidad reflejada con un 51% las chicas y un 58% los chicos. Con respecto a la dimensión interpersonal los estudiantes reflejaron que el trabajo grupal modalidad online y compartir experiencias y conocimientos fue moderado y bajo

las chicas con un 56% y los chicos 71%, a través de un solo medio (WhatsApp), que dificultó la comunicación con los compañeros, así mismo la adaptabilidad, el aislamiento social afecto a ambos géneros moderado alto las chicas 55% y los chicos 71%. Por consiguiente, el manejo de estrés, las circunstancias inesperadas produjeron experiencias de nervios y estrés, sintiendo inseguridad y descontrol que incidió en las labores escolares en las chicas con un nivel moderado alto de 58% mientras que los chicos moderadamente bajo; por último, el estado de ánimo fue en su mayoría de aburrimiento, tristeza, miedo y enojo tanto para las chicas 52% como para los chicos un 67% moderado alto (Tabla 1).

Tabla 1. Dimensiones de bienestar emocional en los estudiantes

Dimensiones	Género									
	Chicas %					Chicos %				
	MB	B	M	A	MA	MB	B	M	A	MA
Intrapersonal	16	25	26	19	14	13	20	38	18	11
Interpersonal	17	25	31	13	14	0	29	42	25	4
Adaptabilidad	14	20	33	22	11	5	20	43	31	1
Manejo de Estrés	14	17	36	22	11	12	28	30	27	3
Estado de ánimo	12	21	29	23	15	0	28	36	31	5

Fuente: Elaboración propia

El análisis realizado respecto al bienestar emocional se muestra en la figura 1, allí se presentan que los chicos obtuvieron un nivel moderado alto en

bienestar emocional mientras que las chicas un nivel moderadamente bajo de bienestar emocional.

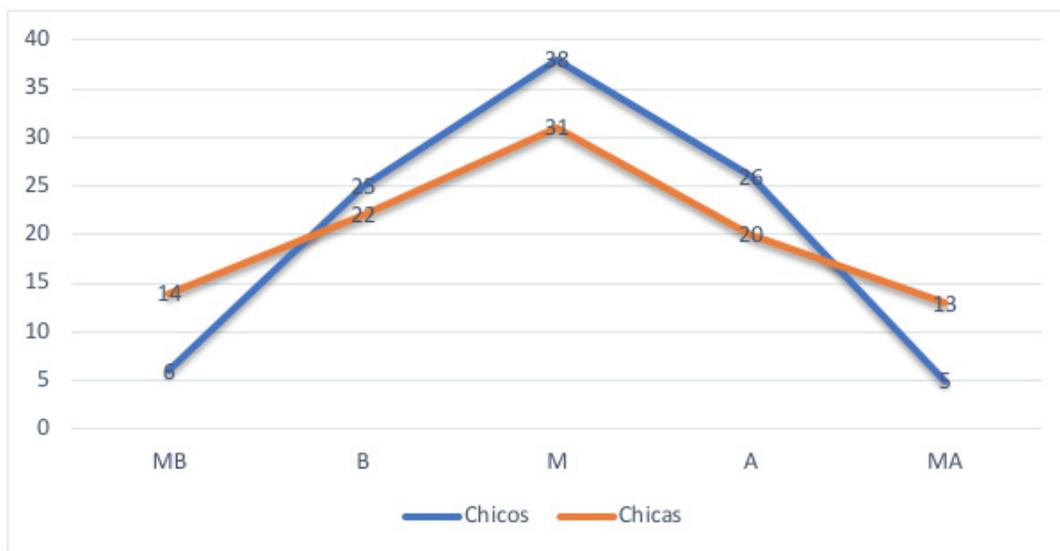


Figura 1. Bienestar emocional por género  
Fuente: Elaboración propia

La prevalencia del proceso pedagógico del docente a través de las Tics para el desarrollo del aprendizaje significativo, fueron a través del WhatsApp y correo electrónico, los docentes no emplearon otras herramientas para dictar clases virtuales. Los estudiantes manifestaron con un 65% que moderadamente se dio la motivación mediante juegos, valoración individual y grupal que los impulso a tener ganas de aprender, así mismo la comprensión se ubicó en el nivel moderado con un 61%, medianamente analizaron textos, en donde se pusieron en evidencia los conocimientos previos y nuevos y el desarrollo del pensamiento crítico con

respecto a la situación pandemia. Seguidamente un 38% de funcionalidad al contrastar textos donde se comparó moderadamente información con la realidad y su utilidad en la vida. Con respecto a la relación con la vida real un 38% manifestó que realizaron pocas acciones que vincularon la actuación personal y grupal con la información previa y nueva que condujera a la toma de decisiones. Por último, el 46 % de la participación activa fue moderada baja dado que no se pudo observar el desempeño activo que buscará el despertar de emociones al trabajar con los diferentes contenidos y evidencia de nuevas experiencias (Tabla 2).

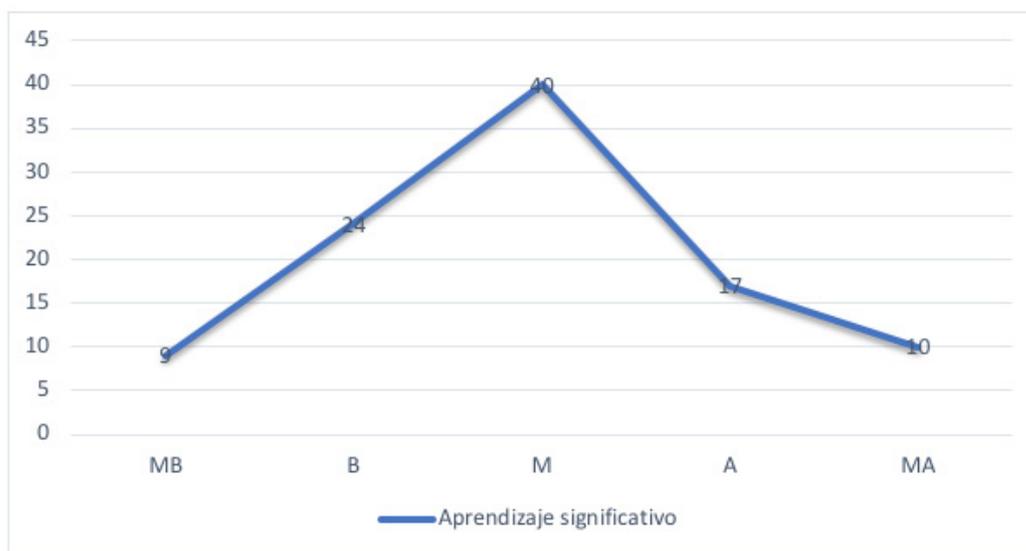
**Tabla 2.** Dimensiones Aprendizaje significativo en los estudiantes

Dimensiones	n %				
	MB	B	M	A	MA
Motivación	12	23	42	15	8
Comprensión	8	26	35	23	8
Funcionalidad	8	27	38	19	8
Relación con la vida real	12	19	38	16	15
Participación Activa	12	22	46	8	12

Fuente: Elaboración propia

Los resultados presentados en la Figura 2, indican de manera general que el proceso pedagógico impartido por el docente para la adquisición del aprendizaje significativo a través de las TIC en los

estudiantes, tanto de chicos como de chicas puede interpretarse moderado y bajo demostrando que no favoreció el aprendizaje significativo en los estudiantes.



**Figura 2.** Aprendizaje significativo a través de las Tic

Fuente: Elaboración propia

#### IV. DISCUSIÓN

Actualmente el bienestar emocional ha sido un tema conversado en los diferentes contextos de la vida, debido a que la humanidad ha vivido y padecido abruptamente un virus denominado covid-19 que ha aislado socialmente al mundo entero por su alto nivel de contagio y riesgo de muerte para aquel que lo padece (Hernández, 2020). Por lo que ha afectado el bienestar emocional de millones de jóvenes estudiantes en el contexto de la educación secundaria, este problema limita la interacción de los educandos en los espacios escolares en lo que acostumbraba convivir con sus compañeros, existiendo una ruptura en la cotidianidad y pérdida de previsibilidad, por lo que sus emociones han venido sufriendo cambios repentinos desencadenando emociones nocivas y pensamientos mal adaptativos que dificultan las relaciones sociales (Gené-Badia *et al.*, 2016).

El bienestar emocional de los estudiantes en este estudio en su mayoría fue un nivel moderado y bajo. Los chicos obtuvieron un nivel moderado alto de bienestar emocional, en comparación con las chicas, que el bienestar emocional fue moderado bajo, entretanto las chicas en las relaciones intrapersonales, interpersonales y adaptabilidad reflejaron niveles moderados alto por encima de los chicos en las dimensiones antes citadas. Sin embargo, existe un grupo que manifestó sentir bienestar al mantener la confianza, optimismo y actitud positiva ante el desarrollo de las actividades escolares.

Incidencias semejantes a las encontradas en las investigaciones de (Wang Pan *et al.*, 2020) en la primera etapa inicial del brote, la impresión psicológica, depresión, y estrés en los participantes fueron de moderados graves. Así mismo, González-Jaime *et al.*, (2020) encontró que la tercera parte de los alumnos mostraban mal humor, nerviosismo y menos activos. Otra investigación similar, realizada por Huang y Zhao (2020), determinó que el 42% de los educandos en China no se divertían al realizar las actividades normales y comunes en casa, así como elevados problemas de depresión y problemas para conciliar el sueño.

De acuerdo con Johnson *et al.*, (2020), el bienestar emocional es el estado que el ser humano experimenta al dominar sus emociones y estados de ánimo, sensación de equilibrio, paz, tranquilidad

y sobre todo la capacidad de hacer frente a las vicisitudes y presiones de la vida para alcanzar la felicidad, plenitud y buena salud. De esta manera el estrés que ha causado el distanciamiento social en los estudiantes ha dejado una huella que ha desequilibrado el dominio y la gestión de las emociones en que la tristeza, el miedo, el aburrimiento y el enojo han prevalecido durante el tiempo que se desarrolló el estudio. La falta de interacción en los ambientes escolares ha impactado de forma negativa en el desarrollo de las actividades educativas.

En este sentido, la investigación mostró que en las chicas el manejo del estrés y estados de ánimo son moderados bajo, las chicas son más sensibles, tal como lo reporta un estudio realizado por Gaviria (2009) y Ochoa *et al.*, (2015) al destacar que los trastornos depresivos es por lo menos dos veces más frecuentes en mujeres que en hombres, debido a que las mujeres tienen una particular y mayor vulnerabilidad a los trastornos depresivos durante el enfrentamiento de circunstancias en el ámbito de la salud y orden familiar. Así mismo González-Fortez *et al.*, (2015), señala que el mayor número de estudiantes adolescentes en edades que oscilan entre 14 y 15 años, coincide con la etapa de más baja autoestima, fase evolutiva de alta vulnerabilidad para contraer trastornos depresivos.

Investigaciones recientes informan posibles consecuencias en la salud mental que el confinamiento social puede traer a las personas (Stankovska *et al.*, 2020). Es evidente la necesidad del desarrollo socioemocional en los educandos de manera sistemática y no vista y tratada desde un segundo plano, debido a que se le otorga mayor énfasis a lo cognitivo (Berger, *et al.*, 2009; Extremera & Fernández-Berrocal, 2003). Recordando que el estudiante es un ser activo, que no solo aprende desde la cabeza sino con todo el cuerpo, es decir interactuando con el contexto y todos sus componentes que influyen en los estados de ánimos positivos y negativos en el aprendizaje (Elizondo *et al.*, 2018).

Si el estudiante no está motivado no aprende, es por ello que es fundamental ligar emoción y cognición debido a que sus frutos son significativos (Berger *et al.*, 2009). Los resultados evidenciados por los

estudiantes reflejaron un aprendizaje significativo moderado y bajo, donde moderadamente se hizo uso del empleo de herramientas digitales, especialmente el WhatsApp y el correo electrónico, las sesiones de clases fueron pocos motivantes, para tener ganas de aprender, se analizaron pocos textos donde se expusiera y discutiera las ideas nuevas y previas, que permitiera la comparación de la información con la realidad y su utilidad (Coll, 2014), la moderada participación activa individual y grupal con la finalidad de desarrollar el pensamiento crítico para la toma de decisiones.

Este hallazgo se alinea con los resultados aportados en la investigación de Carranza y Caldera (2018), al señalar que existe un aprendizaje significativo medio, al interpretar que los estudiantes percibieron no lograr aprendizajes significativos a través de la modalidad online, así mismo concluyen que los docentes carecen de competencias virtuales adecuadas para gestar oportunidades de aprendizajes que asista a los estudiantes a cuestionar lo que ya conocen, buscar inquisitivamente nueva información, trabajar en equipo y colaborativamente para el control y solución de los problemas en función a la toma de decisiones.

De esta manera se evidencia que el aprendizaje significativo, depende de la mediación de materiales y herramientas empleadas por los docentes que sean realmente significativas con estructura coherentes que favorezca la comprensión, además de la disposición del educando hacia el aprendizaje, es decir estar motivado por aprender lo nuevo para incorporarlo con lo que ya conoce, esto corrobora que las TIC, por sí mismas no definen el éxito del aprendizaje (Hernández *et al.*, 2011). Lo anterior refleja un mayúsculo cambio en el cual está sometido el sistema educativo actual, producto de la pandemia, donde los actores socioeducativos necesitan potenciar las competencias para la ejecución de la enseñanza digital, siendo que las capacidades digitales, de comunicación para ejercerla, son hoy en día la nueva forma de enseñanza aprendizaje (Mendoza, 2020), que al unirla con emociones positivas se puede sobreponer a los procesos negativos desmontando los efectos perjudiciales que las emociones inapropiadas puedan traer (Férrnandez-Abascal, 2008).

De allí, radica la importancia de educar bajo la afectividad y asertividad para el desarrollo integral de la personalidad del educando, que desde ahora debe ser una premisa fundamental dentro del proceso continuo de aprendizaje en ambientes online para no solo superar esta situación actual de estrés y descontrol emocional sino también la adquisición de competencias digitales y competencias emocionales posibilitando al aprendiz capacitarse para aprender a sobreponerse y resolver situaciones complejas y ser gestores del cambio, formarse para mejorar su calidad de vida, manteniendo una comunicación abierta, que eleve su autoestima, capacidad de tomar decisiones que incremente el flujo de pensamientos y actitud positiva ante las circunstancias de la vida (Alvarado-Ochoa, 2018).

## **V. CONCLUSIONES**

Los estudiantes de secundaria presentan una moderado bajo bienestar emocional, que han impactado el manejo del estrés, identificando emociones que no son favorables y afectan la adquisición de sus aprendizajes. Los chicos tienen a controlar el estrés y sus estados de ánimos más que las chicas, mientras que las chicas son más sensibles ante circunstancias del entorno familiar y de salud momento crucial y difícil que se está viviendo actualmente. Las chicas se les hace común establecer relaciones intrapersonales, interpersonales y adaptarse, no obstante, a los chicos les cuesta compartir y comunicarse de manera espontánea.

Esta situación de pandemia tomó al mundo desprevenido, sin preparación, por lo que el proceso pedagógico del docente para la adquisición del aprendizaje significativo a través de la TIC en los estudiantes fue moderado bajo, demostrando que no favoreció el aprendizaje significativo en los estudiantes, las herramientas virtuales empleadas fueron el WhatsApp y el correo electrónico, lo que limitó utilizar recursos y materiales significativos que impulsarán y despertarán las ganas de aprender en el educando en estos tiempos de pandemia. Así mismo, se muestra que los docentes y estudiantes adolecen de competencias digitales, que hicieran que las clases fueran participativas y atractivas.

Por lo que es urgente fomentar el bienestar emocional mediante emociones positivas que influya

en su contexto para la toma de decisiones asertivas, el desarrollo del aprendizaje significativo a través de la educación virtual, construyendo conductas saludables y tolerantes propias de una correcta maduración personal.

De esta manera, se recomienda diseñar e implementar actividades y acciones educativas que signifiquen en la vida de los estudiantes para que estos adquieran conocimientos con facilidad, mediante cualquier medio. Además de aplicar actividades educativas para gestionar las emociones y la adquisición de aprendizajes significativos, así como también el desarrollo de competencias digitales.

## VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alvarado-Ochoa, W., González, W., Fontaines, T., Salameo, R., y Blacio, G. (2018). Personalidad del Estudiante Exitoso. *CIENCIA UNEMI*, 10(25), 89-96. <http://ojs.unemi.edu.ec/index.php/cienciaunemi/article/view/626>.
- Álvarez-Flores, E. y Núñez Gómez, P. (2014). Uso de las redes sociales como elemento de interacción y construcción de contenidos en el aula: Cultura participativa a través de facebook. *Historia y Comunicación Social*, 18, 53-62. [https://doi.org/10.5209/rev\\_HICS.2013.v18.44225](https://doi.org/10.5209/rev_HICS.2013.v18.44225)
- Andrés, M., Castañeiras, C., y Richaud, M. (2014). Relaciones entre la personalidad y el bienestar emocional en niños. El rol de la regulación emocional. Cuadernos de Neuropsicología / *Panamerican Journal of Neuropsychology*. 8(2), 217-241. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=439643138006>.
- Balluerka, M.N., Gómez, J., Hidalgo, M. D., Gorostiaga, M. A., Espada, J. P., Padilla, J.L... y Santed, J.A. (2020). *Las consecuencias psicológicas de la COVID-19 y el confinamiento. Informe de Investigación*. Colecciones: Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertstea. <https://sid-inico.usal.es/wp-content/uploads/2020/07/consecuencias.pdf>
- Bar-On, R. (2006). The bar-on model of emotional-social intelligence (esi). *Psicothema* 18 (1), 13-25. <http://www.psychothema.com/pdf/3271.pdf>
- Barrantes, L. (2016). Educación emocional: El elemento perdido de la justicia social. *Revista Electrónica Educare*, 20(2), 1-10. doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.20-2.24>
- Berger, C., Milicic, N., Alcalay, L., Torretti, A., Paz, A.M., Justiniano, B. (2009). Bienestar socioemocional en contextos escolares: la percepción de los estudiantes chilenos. *Estudios sobre Educación*, 2009, 17, 21-43. <https://dadun.unav.edu/bitstream/10171/9839/3/17Eb.pdf>
- Brooks, S., Webster, R., Smith, L., Woodland, L., Wessely S., Greenberg, N., y Rubin, G.J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet*, 395, 912 - 920.
- Cano Murcia, S.R. y Zea Jiménez, M. (2012). Manejar las emociones, factor importante en el mejoramiento de la calidad de vida. *Revista Logos, Ciencia & Tecnología*. 4(1), 58-67. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=517751763003>
- Carranza Alcántar, M.R. (2017). Enseñanza y Aprendizaje Significativo en una modalidad mixta: percepciones de docentes y estudiantes. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*. 8(15). doi:10.23913/ride.v8i15.326
- Carranza Alcántar, M.R.; Caldera Montes, J. F. (2018). Percepción de los Estudiantes sobre el Aprendizaje Significativo y Estrategias de Enseñanza en el Blended Learning REICE. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación. Red Iberoamericana de Investigación Sobre Cambio y Eficacia Escolar* 16 (1). <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55160047005>
- CEPAL. (2020). La educación en tiempos de la pandemia covid-19. Informe covid-19 CEPAL-UNESCO. [https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45904/1/S2000510\\_es.pdf](https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45904/1/S2000510_es.pdf)
- Chrobak, R. (2017). El aprendizaje significativo para fomentar el pensamiento crítico. *Archivos de Ciencias de la Educación*. 11(12). <https://doi.org/10.24215/23468866e031>.

- Cohen, A. O., Dellarco, D. V., Breiner, K., Helion, C., Heller, A. S., Rahdar, A Casey, B. J. (2016). "The Impact of Emotional States on Cognitive Control Circuitry and Function". *Journal of Cognitive Neuroscience*, 28(3), 446-459. [https://drive.google.com/file/d/1ChrdCumutEO\\_mmWC9pP1N2zAC7fsvJ10/view](https://drive.google.com/file/d/1ChrdCumutEO_mmWC9pP1N2zAC7fsvJ10/view).
- Coll, C. (2014). El sentido del aprendizaje hoy: Un reto para la innovación educativa. *Aula* 232, 232, 12-17. <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/65763/1/642900.pdf>
- Cronbach, L. J., & Meehl, P. E. (1955). Construct validity in psychological tests. *Psychological Bulletin*, 52(4), 281-302. <https://doi.org/10.1037/h0040957>
- Damasio, A.R. (1994). *Descartes' Error: Emotion, Reason, and the Human Brain*. Avon Books, Nueva York, Ltd. [https://ahandfulofleaves.files.wordpress.com/2013/07/descartes-error\\_antonio-damasio.pdf](https://ahandfulofleaves.files.wordpress.com/2013/07/descartes-error_antonio-damasio.pdf)
- Elizondo Moreno, A., Rodríguez Rodríguez, J. V., & Rodríguez Rodríguez, I. (2018). La importancia de la emoción en el aprendizaje. *Didácticas Específicas*, (19), 37-42. <https://doi.org/10.15366/didacticas2018.19.003>
- Estupiñan, J., Carpio, D., Verdesoto, J y Romero, V. (2016). Participación de los estudiantes en el Proceso de Enseñanza-Aprendizaje en la Educación Superior de Ecuador. *Magazine de las Ciencias*. <https://revistas.utb.edu.ec/index.php/magazine/article/view/50>
- Extremera, N., y Fernández-Berrocal, P. (2003). La inteligencia emocional en el contexto educativo: hallazgos científicos de sus efectos en el aula. *Revista de Educación*, 332, 97-116. <http://www.educacionyfp.gob.es/dam/jcr:6b5bc679-e550-47d9-804e-e86b8f4b4603/re3320611443-pdf.pdf>
- Fernández-Abascal, E.G. (Coord.). (2008). *Emociones positivas*. Madrid: Pirámides. <https://www.edicionespiramide.es/libro.php?id=1402800>
- García-Valcárcel Muñoz-Repiso, A. y Tejedor Tejedor, F. J. (2017). Percepción de los estudiantes y el valor de las TIC en sus estrategias de aprendizaje y su relación con el rendimiento. *Educación XXI*, 20(2), 137-159. <http://revistas.uned.es/index.php/educacionXX1/article/view/19035>
- Gaviria A, S. (2009). ¿Por qué las mujeres se deprimen más que los hombres? *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 38(2), 316-324. <https://www.redalyc.org/pdf/806/80615421008.pdf>
- Gené-Badia, J.; Ruiz-Sánchez, M; Obiols-Masó, N; Oliveras Puig, L y Lagarda Jiménez, E. (2016). Aislamiento social y soledad: ¿qué podemos hacer los equipos de atención primaria? *Revista Atención Primaria*. 48 (9), 604-609. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2016.03.008>
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia Emocional. Por qué es más importante que el cociente intelectual*: Barcelona (España). Ediciones B, S.A.
- González-Forteza, C., Hermosillo de la Torre, AE., Vacio-Muro, M.A., Peralta, R, & Wagner, F. A (2015). Depresión en adolescentes. Un problema oculto para la salud pública y la práctica clínica. *Boletín médico del Hospital Infantil de México*, 72(2), 149155. <https://doi.org/10.1016/j.bmhimx.2015.05.006>
- González-Jaime, N., Tejada-Alcántara, A., Espinoza-Méndez, C y Ontiveros-Hernández, Z. (2020). Impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicanos por confinamiento durante la pandemia por Covid-19. *SciELO*, 644(1), 1-17. <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.756>
- Hernández A, G. (2020). Gestión de las emociones en tiempos de pandemia y su impacto en el rendimiento académico. *Revista de Investigación y Cultura. Universidad César Vallejo*. 9 (4) 1-10. <https://doi.org/10.18050/ucv-hacer.v9i4.2634>
- Hernández, M., Pérez, A. y García, B. (2011). Influencia de las estrategias instruccionales basadas en simulaciones sobre el nivel de aprendizaje. *Revista Científica Teorías, Enfoques y Aplicaciones en las Ciencias Sociales*, 3(6), 71-84. <https://revistas.uclave>

- org/index.php/teacs/article/view/1718
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., & Baptista-Lucio, M. del P. (2014). Metodología de la investigación (6ta ed.). México D.F.: McGRAW-HILL / Interamericana Editores, S.A. DE C.V.
- Huang, Y., y Zhao, N. (2020). Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 outbreak in China: a web-based cross-sectional survey. *Psychiatry Research*, 288. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7152913/>
- Jiménez-Sánchez, C. (2020). Impacto de la pandemia del SARS-CoV2 en la educación. *Revista Electrónica Educare*, 24 (Suplemento), 1-3. <https://doi.org/10.15359/ree.24-S.1>
- Johnson, M., Saletti, L., y Tumas, N. (2020). Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19 en Argentina *Ciênc. saúde coletiva*. 25. supl.1. [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232020006702447](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232020006702447)
- Keltner, D., y Kring, A. (1998). Emotion, social function, and psychopathology. *Review of General Psychology*, 2, 320–342. [https://www.researchgate.net/publication/232461309\\_Emotion\\_Social\\_Function\\_and\\_Psychopathology](https://www.researchgate.net/publication/232461309_Emotion_Social_Function_and_Psychopathology)
- Macías, J., López, J., Ramos, G. y Lozada, F. (2020). Los entornos virtuales como nuevos escenarios de aprendizaje: el manejo de plataformas online en el contexto académico. *Rehuso*, 5(3), 62-69. <https://revistas.utm.edu.ec/index.php/Rehuso/article/view/1684>
- Marcelo-García, C., Yot-Domínguez, C., & Mayor-Ruiz, C. (2015). University teaching with digital technologies. [Enseñar con tecnologías digitales en la universidad]. *Comunicar*, 45, 117-124. <https://doi.org/10.3916/C45-2015-12>
- Mendoza, L. (2020). Lo que la pandemia nos enseñó sobre la educación a distancia. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*. L, núm. Esp. Recuperado de <https://www.redalyc.org/jatsRepo/270/27063237028/html/index.html>
- Moreira, P. (2019). Las TIC en el aprendizaje significativo y su rol en el desarrollo cognitivo de los adolescentes. *Revista ReHuSo*. 4(2). 1-12. <https://revistas.utm.edu.ec/index.php/Rehuso/article/view/2124>
- OCDE (Organización de Cooperación y Desarrollo Económicos) (2019), TALIS 2018 Results (volume I): Teachers and School Leaders as Lifelong Learners, París, OECD Publishing.
- Ochoa Gómez, C., Cruz Agudelo, A. F. y Moreno Carmona, N. D. (2015). Depresión en la mujer: ¿expresión de la realidad actual? *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 6(1), 113-135. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5123749>
- Pérez S, L. y Beltrán Ll, J. (2014). Estrategias de aprendizaje: Función y diagnóstico en el aprendizaje del adolescente. *Padres y Maestros*, 358, 34-38. <https://doi.org/10.14422/pym.voi358.4086>
- Phelps, E. A. (2006). Emotion and cognition: Insights from studies of the human amygdala. *Annual Review of Psychology*, 57, 27–53. doi: 10.1146/annurev.psych.56.091103.070234
- Pierre, R., y Harris P. (2020). COVID-19 en América Latina: Retos y Oportunidades. *Revista Chilena de Pediatría*. 91(2). 179-182. <https://dx.doi.org/10.32641/rchped.vi91i2.2157>
- Pizan-Campos, E., Barros, S. Y; y Azabache, I. (2020). Impacto del COVID-19 en la educación de los estudiantes de medicina del Perú. *Revista Facultad Medicina Humana*. 20(3):534-535. <https://dx.doi.org/10.25176/rfmh.v20i3.2959>
- Polo González, M.E. (2016). Programa de intervención para el fomento del bienestar emocional en personas mayores. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1 (2), 37-45. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349851778004>
- Sánchez-Santamaría, J. (2013). Paradigmas de la investigación educativa: De las leyes subyacentes a la modernidad reflexiva. *Entelequia*, *Revista*

- Interdisciplinar, 16, 91–99. <https://goo.gl/C5y6nB>
- Sandoya-Sánchez, F. (2020). La analítica avanzada y la nueva normalidad. *CIENCIA UNEMI*. 13(34). <http://ojs.unemi.edu.ec/index/php/cienciaunemi/article/view/1198>.
- Stankovska G, Memedi I, Dimitrovski D. (2020). Coronavirus COVID-19 Disease, mental Health and Psychosocial Support. *Society Register* 2020; 4(2):33-48. <https://doi.org/10.14746/sr.2020.4.2.03>
- Suárez Guerrero, C. (2003). Los entornos virtuales de aprendizaje como instrumentos de mediación. <https://revistas.usal.es/index.php/eks/article/view/14342>
- Tooby, J., y Cosmides, L. (2008). The Evolutionary Psychology of the Emotions and Their Relationship to Internal Regulatory Variables. En M. Lewis, J. M. Haviland-Jones & L. Feldman-Barret (Eds.) *Handbook of Emotions*. 114-138. New York: The Guilford Press. <https://www.cep.ucsb.edu/papers/emotionIRVLewisCh8.pdf>
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S. y Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 Coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 1729. doi:10.3390/ijerph17051729
- Williams, C., Aubin, S., Harkin, P., y Cottrell, D. (2001). A randomized, controlled, single-blind trial of teaching provided by a computer-based multimedia package versus lecture. *Medical Education*. 35(9):847-54. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2923.2001.00960.x>.
- Wise, R. A. (1982). Neuroleptics and operant behavior: The anhedonia hypothesis. *Behavioral and Brain Sciences*, 5(1), 39–87. <https://doi.org/10.1017/S0140525X00010372>
- Zarzar, C. (2000). *La didáctica grupal*. Ciudad de México: Progreso.