

## **“La motivación académica y el contacto socioemocional de estudiantes en el contexto de la pandemia”**

POR: MARIA FERNANDA RIVAS ALVARADO, DANIELA ALESSANDRA AVILES  
MARXELLY

ESTUDIANTES DE 5° AÑO DE LA CARRERA DE PSICOLOGIA/ UNIVERSIDAD  
DR. JOSE MATIAS DELGADO, ANTIGUO CUSCATLAN, EL SALVADOR.

Catedrático a cargo: Lic. Vladimir Alberto Menjívar. Fecha de publicación: 11-dic-2020

### *Resumen*

**Objetivo:** Dar a conocer el impacto psicoemocional por el aislamiento social debido al COVID-19 de los estudiantes de las academias sabatinas de la Universidad Dr. José Matías Delgado, a través del programa “Recárgate y Motívate” impartido por estudiantes de la Escuela de Psicología de 5° año. **Método:** Para poder brindar un acompañamiento psicoemocional se creó el programa “Recárgate y Motívate” que consistió en realizar talleres online a través de la plataforma Google Meet. Los talleres se llevaron a cabo en el periodo del 22 de septiembre al 21 de octubre del presente año. **Resultados:** La información recolectada señala que los talleres fueron de beneficio para los jóvenes ya que a través de estos lograron ser capaces de identificar, reconocer, controlar sus emociones, aprender la importancia de la salud mental. **Discusión:** La virtualidad y el aislamiento ha generado un desapego al estudio así como también la falta del contacto humano ha creado desmotivación en los estudiantes es por eso que la educación psicoemocional es clave para los jóvenes potencialicen sus estrategias de afrontamiento y tengan herramientas para las diferentes situaciones de la vida cotidiana y logren ponerlas en práctica para que esto genere un desarrollo integral en los jóvenes incrementando la productividad, mejorando su autoestima, potencializando la motivación hacia el estudio y generando optimismo durante las circunstancias actuales.

**Palabras clave:** motivación, pandemia, contacto social.

### *Abstract*

**Objective:** To publicize the psycho-emotional impact of social isolation due to COVID-19 of the students of the Saturday Academies of the Dr. José Matias Delgado University, through the "Recharge and Motivate" program created by students of the School of Psychology of 5th year. **Method:** To provide psycho-emotional support, the “Recharge and Motivate” program consisted of conducting online workshops through the Google Meet platform. The workshops were held from September 22 to October 21 of this year. **Results:** The information collected indicates that the workshops were of benefit to young people since through these they managed to be able to identify, recognize, control their emotions, and learn the importance of mental health. **Discussion:** Virtuality and isolation has generated detachment from study as well as the lack of human contact has created demotivation in students, which is why psycho-emotional education is key for young people to potentiate their coping strategies and have tools for different situations of daily life and manage to put them into practice so that this generates an integral development in young people, increasing productivity, improving their self-esteem, enhancing motivation towards study and

generating optimism during current circumstances. **Keywords:** motivation, pandemic, social contact.

### ***Introducción***

El presente artículo es para dar a conocer la experiencia desarrollando los talleres dentro del programa “Recárgate y Motivate” dirigido a los estudiantes de edad entre 14-16 años de las *Academias Sabatinas*<sup>1</sup> de Gestión empresarial y comunicaciones, en los niveles: intermedio, avanzado y superior, la réplica del programa fue dirigido en conjunto con *Soleterre*<sup>2</sup> en el cual se trabajó con estudiantes con edades entre 12-16 años de diferentes centros educativos del departamento de Chalatenango, El Salvador. Este programa nace de la necesidad de los jóvenes de tener un contacto social que se vio interrumpido debido a la pandemia de COVID-19, el objetivo de este programa era brindar herramientas que fortalecieran el área psicoemocional de los jóvenes que pudiera estar afectando su rendimiento académico, y de esta manera potencializar su desarrollo integral en la vida cotidiana y forjar herramientas que les sean útiles

para afrontar las diferentes situaciones a las que se enfrenten.

Debido a las normas sanitarias que se han impuesto, el aislamiento y el quedarse en casa, los centros educativos han tenido que modificar sus formas de enseñanza a través de la modalidad virtual. Se debe entender lo que implica para los jóvenes estudiar a través de la virtualidad. Los estudiantes ya no tienen que asistir presencialmente a sus centros educativos sino que reciben sus clases a través de un dispositivo electrónico desde casa. Sin embargo, esto ha traído algunas consecuencias negativas en el estudio y en su rendimiento académico. Una de las afectaciones académicas más frecuentes que se han observado es la motivación por lo cual se debe definir el término **Motivación académica** esta “incluye las percepciones de los estudiantes respecto de su interés y disposición al aprendizaje, sus expectativas académicas y motivación al logro, y sus actitudes frente a las dificultades y la frustración en el estudio”

---

<sup>1</sup> Academias sabatinas, son un programa de la Dirección de Proyección Social de la Universidad Dr. José Matías Delgado, formado por convenio de cooperación entre el Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología. En el año 2011 surgieron las Academias Sabatinas Experimentales en Gestión Empresarial y en Comunicaciones. Este programa recibe a jóvenes de Centros Educativos Públicos a nivel nacional, con el objetivo

de formar a estudiantes en: Investigación, docencia a través de su Proyección Social.

<sup>2</sup> SOLETERRE, Organización Italiana sin fines de lucro. La finalidad de la Asociación es promover la justicia social y económica. Los beneficiarios privilegiados de Soleterre son la niñez, juventud, y las mujeres. En Centro América se trabajan principalmente dos temas: prevención de violencia juvenil, migración y Codesarrollo.

(UCE, 2018). Unas de las características que se observan en los estudiantes hoy en día es la falta de motivación al logro, disminuyendo su capacidad de fijarse metas- objetivos, las bajas expectativas de aprendizaje e incluso tener dificultad en la toma de decisiones tanto a corto como a largo plazo, influyendo directamente en su rendimiento académico. Otro aspecto a tomar en cuenta es que el ser humano por naturaleza es un ser social, que requiere de la interacción y convivencia con otros seres humanos, por lo cual debido al aislamiento por la pandemia se vio pausado el **Contacto social**. La falta del contacto socioemocional puede causar en los estudiantes ansiedad, incertidumbre, estrés, desmotivación, dificultades en sus habilidades sociales, desregulación emocional, etc., influyendo negativamente en los estudiantes a nivel conductual, cognitivo y emocional. A esto se le debe añadir que el ambiente en donde los jóvenes desarrollan sus estudios está expuesto a las interferencias ambientales que se presentan en casa, afectando el rendimiento académico, la concentración y productividad escolar.

### *I. Materiales y método*

Para poder brindar un apoyo psicoemocional a los estudiantes de las ASAB<sup>3</sup> se realizó un diagnóstico de necesidades para recolectar datos que permitieran conocer cuáles eran las áreas por intervenir, para ello, se utilizó un formulario de Google, el cual contó con 20 preguntas de tipo abiertas y cerradas referentes a 3 áreas: Área académica, área emocional y área familiar, con el objetivo de identificar las principales problemáticas que influyen en el rendimiento escolar. Los resultados del cuestionario arrojaron que los jóvenes tenían la necesidad de ser abordados en dos grandes áreas: la falta de contacto social y la motivación. Muchos de los jóvenes relataron sentirse desanimados, desmotivados, tristes, ansiosos, con dificultad para conciliar el sueño, preocupados por la salud propia o de sus familiares, y con necesidad de ser escuchados por sus profesores y amigos. Algunos incluso comentaron que deseaban que sus profesores brindaran un acompañamiento emocional en medio de la pandemia. Por lo que se decidió crear el programa “Recárgate y Motívate” que consistió en realizar talleres online a través de la plataforma Google Meet que incluyó contenido audiovisual (videos,

---

<sup>3</sup> Academias sabatinas

presentaciones, afiches etc.). Se utilizó la modalidad de talleres virtuales pensando en la necesidad de los jóvenes de tener un acercamiento y un contacto humano para crear un espacio donde expresarse, ser escuchados y convivir con sus pares.

Los temas a trabajar con los estudiantes de las ASAB fueron:

- Manejo del Estrés
- Autorregulación Emocional
- Motivación Académica
- Estrategias y técnicas de estudio

Los temas desarrollados dentro de los talleres fueron el resultado del diagnóstico de necesidades, en el cual los jóvenes manifestaron que el estrés les estaba afectando principalmente en la concentración, retención nueva de información y comprensión de los temas, de igual manera experimentaban afectaciones físicas como fatiga, dolor de cabeza y de cuerpo.

A través de la temática de la autorregulación emocional los estudiantes obtuvieron estrategias para poder regular y ser conscientes de sus propias emociones así como de la de los demás, para que de esta forma puedan expresar sus sentimientos, pensamientos e ideas de manera asertiva.

El tema de motivación fue de vital importancia dentro de los talleres ya que los jóvenes de las ASAB externalizaron, frustración, pensamientos derrotistas como creer que iban a dejar el año lectivo, falta de interés, llanto, fatiga, rendimiento bajo, perder deseos de superación, y sentirse incapaz, por lo que existía una desesperanza aprendida en la cual una persona llega a creer que es incapaz de cambiar las situaciones adversas en las que se encuentra a pesar de tener recursos para sobreponerse, por esta razón se trabajó en el proyecto de vida y en la importancia de la fijación de metas para alcanzar los logros tanto académicos como personales de cada uno de los participantes en los talleres, para que a través de estas herramientas los jóvenes pudieran conocerse más a sí mismos, conociendo las fortalezas y oportunidades con las que cuentan.

En cuanto a las estrategias y técnicas de estudio se enfocó principalmente en la lectura comprensiva, ya que se identificó que era un área a mejorar con los estudiantes, por tanto se brindó herramientas para potencializar las habilidades lectoras, pensamiento crítico y redacción de ideas propias.

El programa se distribuyó en 5 sesiones dirigido a cada nivel de las ASAB, sumando 15 sesiones en total, cada sesión tuvo una duración de 1 hora cada sesión, 1 día a la semana durante 5 semanas. Los talleres se llevaron a cabo en el periodo del 22 de septiembre al 21 de octubre del año 2020. En cuanto a la réplica del programa con *Soleterre* se desarrollaron cuatro talleres de una hora con quince minutos, durante el mes de diciembre del año 2020, a través de la plataforma de Google Meet siguiendo el mismo el objetivo de brindar herramientas a los estudiantes para generar la capacidad de autogestión emocional fortaleciendo el desarrollo tanto académico como personal.

## **II. Resultados**

Para medir los resultados y la efectividad de los talleres se creó un cuestionario en Google Forms, que constaba de 11 preguntas de tipo abiertas y cerradas en las cuales el objetivo era conocer el impacto, el aprendizaje, los beneficios y la experiencia de los jóvenes a través de sus opiniones. La información recolectada dentro del cuestionario señala que los talleres fueron de beneficio para los jóvenes ya que a través de estos lograron ser capaces de identificar, reconocer, controlar sus emociones, aprender la

importancia de la salud mental e informarse si necesitaban ayuda profesional, lograron tener un mayor conocimiento de sí mismos, potencializar la motivación y trabajar en su proyecto de vida. Los talleres según comentaron los estudiantes les ayudaron a adquirir herramientas para manejar el estrés ante dificultades familiares, escolares, personales, etc. Las sesiones fueron un espacio en el cual los adolescentes expresaron que percibían un ambiente agradable, educativo y divertido. La mayoría de los estudiantes coincidían que estos talleres les ayudaban a poder disminuir los niveles de estrés que experimentaban debido a la saturación de actividades de sus centros de estudio y les servía como una forma de distracción y relajación.

Los resultados de la réplica de los talleres con *Soleterre*, arrojaron datos positivos, los jóvenes comentaron que les gustaron las temáticas recibidas, especialmente el tema de la autorregulación emocional ya que muchos comentaron que mediante la psicoeducación del tema y las herramientas brindadas lograron generar autoconocimiento y autogestión emocional.

### *III. Discusión*

Luego de haber realizado e implementado el programa, se observaron aspectos positivos dentro del mismo. En primer lugar mencionaremos un cambio actitudinal de parte de los estudiantes beneficiarios de los talleres. Durante la primera sesión los estudiantes se mostraron tímidos, con baja participación y poco receptivos sin embargo a medida que se avanzaban las sesiones, hubo una apertura de parte de los estudiantes ya que participaban compartiendo experiencias y situaciones que involucraban emociones, pensamientos y sentimientos bastante personales.

Por otra parte los talleres incluían actividades lúdicas y vivenciales las cuales promovían el contacto humano a pesar de la virtualidad, esto estimulo el vínculo y la confianza dentro del grupo. Los estudiantes compartían las actividades desarrolladas dentro y fuera de los talleres a través del correo electrónico, mostrándose de esta forma una sinergia entre la dinámica facilitador-estudiante, percibiéndose la accesibilidad, flexibilidad y comunicación asertiva de parte de las facilitadoras.

Un aspecto a tomar en cuenta en esta modalidad virtual es la accesibilidad a internet, ya que no todos los estudiantes tienen acceso a una red inalámbrica, pese a esto, algunos estudiantes solicitaban ayuda monetaria para poder recargar internet en sus dispositivos electrónicos y de esta forma poder conectarse y participar dentro de las sesiones del programa, por lo cual se evidencio el interés de los estudiantes de asistir a los talleres psicoemocionales.

Finalmente es importante destacar que los estudiantes están viviendo una época difícil, el tiempo y la realidad ha cambiado, las formas de estudio se están renovando sin embargo esta transición deja secuelas emocionales y conductuales tanto a nivel personal como académico. La virtualidad y el aislamiento ha generado un desapego al estudio, así como la falta del contacto humano ha creado desmotivación en los estudiantes, es por eso que la educación psicoemocional es clave para los jóvenes potencialicen sus estrategias de afrontamiento y logren ponerlas en práctica, para que esto genere un desarrollo integral en los jóvenes, incrementando la productividad, mejorando su autoestima, potencializando la motivación hacia el estudio y

desarrollando la resiliencia para que puedan ser capaces de anteponerse ante las diversas adversidades que se presenten en la vida cotidiana.

#### ***IV. Recomendaciones***

Luego de haber creado e implementado el programa es vital reconocer la importancia del contacto socioemocional en los estudiantes, en tiempos de aislamiento, esto se puede realizar mediante estrategias virtuales que fomenten la participación grupal, el contacto humano y las actividades integradoras para generar un óptimo desarrollo en los estudiantes.

Así mismo se debe de incentivar a los profesores a fomentar actividades lúdicas en medio de las actividades académicas para incrementar la motivación en los jóvenes y generar un espacio agradable en medio de la clase. El implementar programas o sesiones dedicadas al proyecto de vida de los estudiantes es un aspecto clave para incrementar la motivación al logro, la fijación de metas y la toma de decisiones de su futuro tanto a corto como a largo plazo. Un aspecto a tomar en cuenta es que los profesores y encargados pueden reforzar positivamente los avances y logros de los estudiantes con el fin de motivarlos a seguir adelante con

sus estudios, así mismo es importante que estén atentos al seguimiento a los alumnos en cuanto al rendimiento académico para reconocer su desenvolvimiento escolar y lograr identificar cuando un alumno puede necesitar ayuda ya sea académica o psicoemocional. Finalmente es importante abordar los temas que involucren la educación de la salud mental, crear conciencia para generar herramientas de afrontamiento, autogestión emocional y redes de apoyo seguras en los jóvenes.

#### ***V. Referencias Bibliográficas***

<https://www.curriculumnacional.cl/portal/Documentos-Curriculares/Estandares-e-indicadores-de-calidad/Indicadores-de-desarrollo-personal-y-social/90116:Autoestima-academica-y-motivacion-escolar>

[http://www.csj.gob.sv/JUJU/BOLETINES/PDF/A1\\_01.pdf](http://www.csj.gob.sv/JUJU/BOLETINES/PDF/A1_01.pdf)

<https://www.ujmd.edu.sv/cual-es-la-familia-asex/>