

66

ESTADO EMOCIONAL EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS: APROXIMACIÓN A LOS RIESGOS PSICOSOCIALES DESDE UNA PERSPECTIVA PEDAGÓGICA

EMOTIONAL STATE IN UNIVERSITY STUDENTS: APPROACH TO PSYCHOSOCIAL RISKS FROM A PEDAGOGICAL PERSPECTIVE

Karina María Caicedo Chambers¹

E-mail: kcaicedoc@uteq.edu.ec

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9131-6147>

Juan Antonio Vera Zapata²

E-mail: jveraz@utb.edu.ec

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1413-8492>

Gloria Adelina Moran Murillo²

E-mail: gmoranm@utb.edu.ec

ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-6748-963X>

Ingrid Yolanda Zumba Vera²

E-mail: izumbav@utb.edu.ec

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6353-8922>

¹Universidad Técnica de Quevedo.Ecuador.

²Universidad Técnica de Babahoyo.Ecuador.

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Caicedo Chambers, K. M., Vera Zapata, J. A., Moran Murillo, G. A., y Zumba Vera, I. Y. (2024). Estado emocional en estudiantes universitarios: aproximación a los riesgos psicosociales desde una perspectiva pedagógica. *Revista Conrado*, 20(96), 648-658.

RESUMEN

Los estudiantes crecen en protagonismo dentro de los procesos educativos direccionados al desarrollo socio-económico y la formación de conocimientos y valores; sin embargo la pandemia de COVID-19 y el retorno a la presencialidad, implican la influencia de factores de riesgo psicosocial, propios del clima organizacional de las instituciones educativas, cuya exposición puede generar psicopatologías como: insatisfacción, estrés, depresión, ansiedad, *burnout*, etc., que influyen en el estado emocional, la salud y el bienestar de los estudiantes; además de incidir en su rendimiento académico, inadaptación, abandono escolar, consumo de drogas, tabaco y alcohol y comportamiento suicida; que llevan a que los estudiantes asuman capacidades cognitivas y actitudinales, para adaptarse a nivel tecnológico, metodológico y pedagógico. El presente trabajo se propone hacer un análisis teórico descriptivo de la influencia de los factores de riesgos psicosociales, el estado emocional y la resiliencia en estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo; utilizando una metodología cualitativa con un diseño no experimental. Los resultados sintetizan la teoría precedente y exhibe propuestas educativas sobre la influencia de factores de riesgos psicosociales, el abordaje de estados emocionales negativos y la construcción de resiliencia en estudiantes universitarios.

Palabras clave:

Pandemia, clima organizacional, riesgos psicosociales, estado emocional, resiliencia.

ABSTRACT

Students grow in prominence within educational processes aimed at socio-economic development and the formation of knowledge and values; However, the COVID-19 pandemic and the return to in-person attendance imply the influence of psychosocial risk factors, typical of the organizational climate of educational institutions, whose exposure can generate psychopathologies such as: dissatisfaction, stress, depression, anxiety, burnout, etc., which influence the emotional state, health and well-being of students; in addition to affecting their academic performance, maladjustment, school dropout, drug, tobacco and alcohol consumption and suicidal behavior; that lead students to assume cognitive and attitudinal capacities, to adapt at a technological, methodological and pedagogical level. The present work proposes to make a descriptive theoretical analysis of the influence of psychosocial risk factors, emotional state and resilience in students of the Psychology degree at the Technical University of Babahoyo; using a qualitative methodology with a non-experimental design. The results synthesize the preceding theory and exhibit educational proposals on the influence of psychosocial risk factors, addressing negative emotional states and building resilience in university students.

Keywords:

Pandemic; organizational climate, psychosocial risks, emotional state, resilience.

INTRODUCCIÓN

El 10 de marzo de 2020, la Organización Mundial de la Salud declaró oficialmente el carácter pandémico de la enfermedad COVID-19, que desde finales del año anterior había aparecido en la ciudad china de Wuhan, desde donde se propagó aceleradamente a países de Asia Oriental, Medio Oriente y al resto del mundo; que además de la salud de millones de personas, afectó el curso de las actividades económico-productivas, provocó la ruptura de las cadenas de suministros y la severa disminución de empleos directos e indirectos (Hurtado, et al., 2023).

En América Latina y el Caribe, esta pandemia profundizó las crónicas vulnerabilidades económicas y causó "la peor crisis económica y social de la región en décadas" (Jarrín, et al., 2023, p. 44); los mismos autores refieren que en Ecuador, por medio de Decreto Presidencial de fecha 16 de marzo de 2020 se declaró el estado de emergencia por la crisis sanitaria, a fin de ralentizar y/o detener el contagio masivo en la población, por medio de la imposición de una cuarentena obligatoria; las limitaciones del contacto físico; el cierre de fronteras; la restricción a la movilidad humana; la reducción de actividades industriales, comerciales, docentes, etc.; entre otras, direccionadas a frenar el ritmo de propagación de la enfermedad y que, obligaron a decenas de miles de personas a permanecer confinados en casa como medida de seguridad.

A las publicitadas consecuencias en cuanto a cantidad de contagiados y número de decesos, se han añadido otras secuelas como la disminución de los niveles de empleo, el decrecimiento de la producción bienes y servicios y la desaceleración del desarrollo socio-económico de localidades, países y regiones geográficas, a las cuales se deben agregar innumerables alteraciones psicológicas (quizás menos perceptibles); pero no menos importantes por su extensión a niños, adolescentes, jóvenes, y adultos de casi todos los segmentos de la sociedad (Mengistie, 2021; Hurtado, et al., 2023).

La pandemia alteró cantidad de normas sociales y compulsó la necesidad de adaptación a los cambios derivados de las medidas de emergencia sanitaria, para las cuales la mayoría de las personas no estaban preparadas y que motivaron la socialización de expresiones como; insatisfacción, estrés, depresión, ansiedad, burnout, pensamiento negativo, como expresión de alteraciones psicológicas ante estímulos negativos y realidades de vida a escala personal, familiar, organizacional y social;

especialmente han acentuado la relevancia de factores psicosociales en la trayectoria académica de los alumnos universitarios (López, et al., 2023).

El regreso a la nueva normalidad posterior a la crisis generada por la pandemia de COVID-19, ha visibilizado la urgencia de concretar acciones encaminadas a recuperar los daños y mitigar las secuelas negativas en todos los actores y sectores sociales (Jarrín, et al., 2023). Especialmente en el campo de la educación, donde se pueden dar factores de riesgos psicosociales que influyen en el estado emocional de las personas, perceptibles en reacciones como ansiedad, angustia, preocupación, irritabilidad y otras, que trascienden el clima organizacional (Ocampo & Correa, 2023).

Coincidiendo con lo anterior, Vithayaporn, et al. (2022), sostienen que en los procesos de enseñanza-aprendizaje es común que sus actores principales (docente y alumnos), desarrollen múltiples funciones relacionadas con dichos procesos y; adicionalmente, las combinen con otras actividades de carácter institucional, grupal y hasta familiar que, en su conjunto influyen en su estado emocional y condicionan las necesidades de seguridad, bienestar, adaptación, renovación y otras, tanto en las aulas, como fuera de ellas.

A respecto, en López, et al. (2023); se explica que a tales necesidades condicionadas por determinados factores de riesgos psicosociales se ha asociado el enfoque de resiliencia, a fin de explicar la capacidad de las personas no solo de resistir circunstancias desfavorables, sino de adaptarse a ellas; en otras palabras, formar una competencia afectiva eficaz para enfrentar de forma positiva los factores de riesgos o la desgracia.

Otra de las secuelas de la pandemia fue la aceleración del uso de las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones, (TIC); entendidas como el conjunto de equipos, soportes, programas y otros medios relacionados con la informática, la microelectrónica y las telecomunicaciones, concebidos para facilitar el acceso, almacenamiento, procesamiento y transmisión de la información (Sánchez, 2021).

Las TIC sirven de soporte fundamental para la continuidad de las actividades educativas a través de la migración de actividades presenciales hacia entornos virtuales; transformación tecnológica que influyó en la transformación de las relaciones sociales docentes, grupales y familiares (Valencia, 2021); y además probar la capacidad de los alumnos para adquirir nuevos conocimientos y competencias para aprovechar al máximo las tecnologías digitales (Hurtado, et al., 2023).

Aunque las TIC parten de un origen tecnológico, han generado transformaciones en lo metodológico y lo pedagógico, al servir de soporte a procesos de enseñanza-aprendizaje que propician cada vez más la migración de modelos presenciales, hacia modelos no presenciales (Valencia, 2021); que demandan la recreación de climas organizacionales favorables, a los efectos de gestionar armónicamente diversidad de factores físicos, psicológicos y sociales (Vithayaporn, et al., 2022); que, bajo la denominación de riesgos psicosociales pueden afectar el estado emocional de los estudiantes (Arteaga de Luna, 2022).

Al respecto, Ocampo y Correa (2023); refieren que el retorno a la nueva normalidad posterior a la pandemia, ha agudizado el problema de la exposición a factores de riesgos psicosociales de los estudiantes universitarios, los cuales influyen en su estado emocional y que, en unos casos pueden generar inconvenientes en lo que concierne a su manejo y en otros indicios de la construcción de actitudes resilientes.

Sin embargo, atendiendo a la investigación de Arteaga de Luna (2022); es preciso el monitoreo de los factores de riesgos psicosociales, ya que pueden alcanzar niveles alarmantes dado que los estudiantes deben asumir cambios cognitivos y actitudinales para poder asimilar formas de hacer y enfoques a nivel tecnológico, metodológico, y pedagógico. Cambios que pueden ser más desafiantes en la etapa pospandemia (López, et al., 2023).

Cuestión que preocupa a estudiantes, profesores e investigadores de la Universidad Técnica de Babahoyo, institución de Educación Superior (IES) que, entre sus líneas de investigación incluye la titulada: Educación y Desarrollo Social, de la cual se desprende una línea investigativa de la Facultad de Ciencias Jurídicas Sociales y de la Educación llamada: Talento Humano, Educación y Docencia; a la cual tributa la sub línea de investigación de la Carrera de Psicología llamada: Bienestar y Prevención de Riesgos Psicosociales.

Precisamente, bajo el auspicio de esta sub línea de investigación, nace el Proyecto Integrador de Saberes (PIS), titulado: Estado emocional en la construcción de resiliencia post pandemia y afectación en los estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo.

Bajo este proyecto integrador, se pretende investigar la influencia de factores de riesgos psicosociales en el estado emocional y la adaptación pospandemia de los estudiantes de la carrera de Psicología, en su retorno a la modalidad presencial. Adicionalmente, el proyecto se enfoca en el análisis del proceso de adaptación resiliente de

los estudiantes y los cambios que mayor reflejo tienen en su vida universitaria al regresar a procesos de enseñanza – aprendizaje y otras actividades presenciales, luego de un largo periodo de aislamiento social.

Derivado del mismo proyecto integrador, el presente estudio utilizando una metodología cualitativa no estandarizada, con un diseño no experimental longitudinal; se plantea el objetivo de hacer un análisis conceptual descriptivo de la influencia de los factores de riesgos psicosociales sobre el estado emocional y la construcción de resiliencia en estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo; organizado en epígrafes que tratan aspectos teóricos dirigidos a facilitar la comprensión del tema y servir de soporte a investigaciones posteriores.

MATERIALES Y MÉTODOS

Acercamiento teórico al clima organizacional

Desde las perspectivas de Gálvez, et al. (2020) y Pérez & Puentes (2022); el estudio del clima organizacional, comúnmente definido como factores presentes en el ambiente de determinada organización, que pueden ser percibidos por sus miembros e influir significativamente en su comportamiento; alcanza mayor relevancia por los incesantes cambios tecnológicos, las crisis globales multidimensionales y las transformaciones de la sociedad contemporánea.

Según estos autores, el clima organizacional es heterogéneo y multidimensional debido a la diversidad de ambientes donde se desarrollan los procesos organizacionales, una de las dimensiones que expresa tal heterogeneidad, es la humana, tanto a nivel individual, como a nivel grupal y social, enlazados por múltiples interrelaciones complejas y cambiantes que, a su vez generan diversas percepciones y comportamientos.

Al respecto, Gálvez, et al. (2020); Vithayaporn, et al. (2022) y (Ocampo, y Correa, 2023); coinciden en que una institución educativa, es esencialmente una organización compleja basada en innumerables redes de interrelaciones que se desarrollan en un clima, que en dependencia de los autores puede ser denominado: organizacional, laboral, institucional o escolar; constructos conceptuales que, al decir de García (2021); son similares en esencia y permiten comprender la realidad del ambiente, su influencia sobre de individuos y grupos y sus percepciones de las posibles implicaciones para su seguridad, salud y bienestar general.

De los planteamientos de los citados autores, se deduce la importancia de estudiar el clima organizacional y su relación con la seguridad, salud y el bienestar general

de personas, grupos y de la sociedad en su conjunto; además del estudio de variables como: productividad, competitividad, eficiencia y similares, deben estudiarse factores psico-fisiológicos perceptibles en los planos individual y grupal en aspectos tales como: comunicación, motivación, liderazgo, toma de decisiones, relaciones interpersonales, etc.

En relación al clima de una organización educativa Arteaga de Luna (2022); expresa que los estudiantes perciben los factores del ambiente y manifiestan su estado emocional para expresar el grado de influencia de diversas variables, tanto relacionadas con la organización: el bienestar emocional, la intención de permanencia, satisfacción, compromiso, liderazgo, cohesión, comunicación, y motivación; como las relacionadas con la salud personal: estrés, síndrome de *burnout*, despersonalización, insatisfacción, violencia verbal, maltrato y otras reacciones psicofisiológicas.

Según Arteaga de Luna (2022); resulta preocupante la salud de los estudiantes de la Educación Superior, habitualmente expuestos a factores del clima de la organización, tanto en el ejercicio de actividades netamente educativas, como en otras actividades académicas, investigativas y sociales. De acuerdo al criterio de Ocampo & Correa (2023); los procesos de enseñanza – aprendizaje están catalogados entre los de mayor exposición a factores de riesgos psicosociales presentes en el clima, que el caso de las organizaciones educativas, es estudiado bajo la denominación de clima escolar.

De acuerdo al estudio de Pérez, y Puentes (2022); el clima escolar se ha estudiado desde la psicología y la pedagogía, de mismo existen muchísimas definiciones y enfoques teóricos, aunque se prefiere definirlo como conjunto de factores psicosociales, elementos estructurales y funcionales, que se interrelacionan en procesos dinámicos y le aportan características y estilos propios a cada institución educativa.

De la definición planteada, se subrayan los factores psicosociales, lo cual significa que las personas le imprimen un significado especial al clima escolar, contexto interno de la organización escolar donde se entablan innumerables relaciones entre personas y grupos, donde a su vez, cada individuo aporta características propias a dichas relaciones (Pérez, y Puentes, 2022); y que en consideración su ámbito temático, puede manifestarse en formas y espacios diversos, de los que toma denominaciones como: clima organizativo, clima social, clima académico, clima emocional y clima psicológico.

Aunque independientemente de la existencia de diferentes denominaciones; a los efectos de analizar la influencia

de factores psicosociales, el clima escolar puede clasificarse de dos formas:

- **Favorable:** caracterizado por ser abierto, participativo, consecuente y coherente, que facilita la convivencia de las personas y predispone a la participación, la cooperación y el deseo de aprender de los estudiantes, quienes perciben que sus problemas emocionales pueden ser gestionados satisfactoriamente (Pérez, y Puentes, 2022); se observan mejores condiciones para la formación integral de los estudiantes, tanto desde el punto de vista académico, como desde la perspectiva social y emocional, pues promueve las relaciones armónicas entre diferentes actores, facilitando la comunicación y el trabajo en equipo Vithayaporn, et al. (2022); al mismo tiempo tiende a disminuir los conflictos, el estrés y otros trastornos psicológicos **Gálvez, et al. (2020)**; a la par, robustece la motivación, el compromiso y desarrolla las fortalezas que la organización necesita para enfrentar situaciones difíciles (Ocampo & Correa, 2023).
- **Desfavorable:** generalmente se representa como un clima cerrado, autoritario, excesivamente controlado e incoherente (Pérez, y Puentes, 2022); se observan características que favorecen la negatividad de las personas y el predominio de relaciones de poder, dominación y control, que no estimulan las buenas relaciones interpersonales, ni la participación consciente, libre y voluntaria y fomentan comportamientos individuales y grupales discrepantes, que afectan la convivencia y la buena marcha del proceso de enseñanza- aprendizaje Vithayaporn, et al. (2022); además las interacciones se tornan cada vez más estresantes e interferentes con una solución constructiva a los conflictos Gálvez, et al. (2020).

En la relación entre clima escolar favorable/desfavorable de una universidad, se debe tomar en cuenta su complejidad como organización educativa (estructura organizativa, misión, visión, modelo pedagógico, oferta académica, tecnologías, procedimientos, etc.), y la diversidad de percepciones e interacciones entre los estudiantes y otros participantes Vithayaporn, et al. (2022); sin descartar que en los procesos de enseñanza-aprendizaje (autoridades académicas, docentes, investigadores y personal administrativo) y otros actores sociales, con diferentes estados emocionales, en dependencia de las expectativas y particularidades de cada uno de ellos (Ocampo, y Correa, 2023).

Factores psicosociales: ¿igual a factores de riesgo psicosocial?

La diversificación de estudios acerca del clima (sea organizacional, laboral o escolar) desde las perspectivas físicas, psicológicas y sociales, ha originado discusiones sobre los factores, componentes, variables y la influencia

que ejercen sobre las personas, en consecuencia, la construcción conceptual de riesgos psicosociales, es bastante amplia (Sánchez, 2021).

No obstante, desde una perspectiva mixta, en García (2021); se conceptualizan los riesgos psicosociales, como múltiples factores presentes en el clima, relacionados con la estructura organizativa, los procesos, las funciones y el desempeño que, en circunstancias adversas pueden afectar tanto la salud, la seguridad y el bienestar de las personas, como la buena marcha de la organización.

Esta elaboración conceptual, sobrepasa los enfoques tradicionales centrados casi exclusivamente, en temas relativos a la influencia de factores físicos del clima organizacional, y con una visión holística e innovadora, toma en consideración otros factores de carácter psicológico y social que influyen en el estado emocional y la salud psico-fisiológica de las personas, y subsecuentemente en el resultado de las organizaciones (Vithayaporn, et al., 2022).

La inclusión conceptual y el estudio de los riesgos psicosociales trata de responder a cuestiones relacionadas con factores psicológicos como el estrés y otras consecuencias negativas que se reflejan en el rendimiento académico, la satisfacción escolar, y otras variables que pueden influir directa o indirectamente en el estado emocional y la salud de los estudiantes (Arteaga de Luna, 2022).

De las construcciones teóricas relativas a los riesgos psicosociales, se puede deducir que estos se derivan de circunstancias, situaciones o estados con alta probabilidad de acarrear consecuencias importantes, entre ellas las que pueden afectar la vida, la salud y el bienestar de personas, grupos, organizaciones y de la sociedad (García, 2021).

Para comprender su influencia en el estado emocional y la salud, es necesario conocer que los riesgos psicosociales están condicionados, en un primer nivel, por factores psicosociales entendidos como condiciones presentes en el clima de todas las organizaciones (empresariales, comerciales, productivas, educativas, etc.), cuya influencia puede ser positiva o negativa (Pérez y Puentes, 2022). Cuando estas condiciones son adecuadas, influyen positivamente en el trabajo, el desarrollo de competencias personales y reflejan niveles altos de satisfacción y de motivación, generando desarrollo individual, salud y buen estado emocional (Vithayaporn, et al., 2022).

Cuando los factores psicosociales de las organizaciones son disfuncionales, pasan al segundo nivel de los riesgos llamado: factores de riesgo psicosocial, es decir, se consideran factores de riesgo, por su probabilidad de afectar negativamente a la salud y el estado de la persona, generalmente en forma de ansiedad, tensión, depresión, desregulación emocional y otras reacciones psicofisiológicas, que llevan a pensar que en la etapa de estudios universitarios se observa un significativo incremento de los trastornos mentales (Arteaga de Luna, 2022).

La cantidad de factores psicosociales es muy amplia, al igual que el conjunto de factores de riesgo psicosocial (García, 2021). En la Tabla 1, se muestran a modo de ejemplo, algunos factores de riesgo psicosocial a partir de grupos y categorías.

Tabla 1 - Factores de riesgo psicosocial.

Grupos	Categorías	Factores
Factores individuales	Características demográficas	Edad, género, composición étnica o racial, composición socio-económica, etc.
	Características personales	Autoestima, percepción del riesgo, autonomía, resistencia a presiones del grupo, aceptación o rechazo del grupo, sensación de invulnerabilidad, exposición crónica a condiciones de presión y estrés, pobre capacidad de adaptación, falta de sentido de vida y proyecto futuro, falta de asertividad, etc.
Factores familiares	Relación universidad- familia	Demandas conflictivas entre el proceso de enseñanza – aprendizaje y la familia. Bajo apoyo familiar. Problemas duales de carrera.
	Relaciones intra-familiares	La familia como promotor o modulador de conductas de riesgo. Conflictos matrimoniales, divorcio. Violencia intrafamiliar, ambiente familiar conflictivo. Pobreza, etc.

Factores sociales	A nivel social	Cultura de riesgo. Crisis de valores, estrés psicosocial, falta de apoyo de redes, disponibilidad de drogas, problemáticas sociales, estereotipos sociales. Aislamiento físico o social
	A nivel organizacional	Exceso de actividades, ritmo del trabajo, alta presión temporal, plazos de cumplimiento. Alta incertidumbre, relación intensa. Horarios inflexibles. Condiciones de estudio/trabajo. Mala comunicación interna, bajos niveles de apoyo.

Fuente: Elaboración propia, a partir de García (2021) y Arteaga de Luna (2022).

Además de los grupos y categorías en los que pueden manifestarse los factores de riesgo psicosocial, también pueden ser distinguidos por características propias, entre ellas a) capacidad de extenderse en tiempo y espacio; b) dificultad de ser medibles o evaluados objetivamente; c) interrelación con otros riesgos; d) escasa protección jurídica; f) están modulados por otros factores y; g) son de difícil gestión (García, 2021).

Autores como Gálvez, et al. (2020) y Arteaga de Luna (2022); significan que la relación gradual ascendente entre los factores psicosociales, los factores de riesgo psicosocial y el riesgo psicosocial en sí mismo; es compleja y dinámica por la estrecha interrelación entre las variables del clima organizacional, el estado emocional de cada persona, así como su vulnerabilidad y resiliencia.

Estado emocional

Toda persona experimenta emociones como: el miedo, la sorpresa, la tristeza y otras que son respuestas específicas normales, que se activan con acontecimientos puntuales y desaparecen en minutos o quizás horas. Las emociones son reacciones fisiológicas en respuesta a estímulos externos, generalmente son definidas como una sorpresa de mucha intensidad, pero de poca duración (Gozalo, et al., 2022); caracterizadas por ser contagiosas, apreciables a simple vista, fácilmente cambiantes y porque desaparecen cuando desaparece el estímulo externo que las ocasionó (Arteaga de Luna, 2022).

En cambio, el estado emocional de las personas son reacciones psicofisiológicas a estímulos externos y que representa una forma de adaptación ante factores de riesgos presentes en el entorno, a partir de la información que proviene de una emoción; a diferencia de estas, suele ser más duradero e intenso y menos específico, que generalmente se acepta como el resultado de la persistencia emocional (Arteaga de Luna, 2022).

Según Mérida, et al. (2022); el estado emocional condiciona la percepción de cada persona ante los factores de riesgos presentes en su entorno y consecuentemente el comportamiento a seguir, de forma resumida: la influencia de un estímulo externo, afecta directamente la percepción que se tiene del mismo y, desencadena determinado comportamiento que no está relacionado con la personalidad o el temperamento de la persona.

El estado emocional puede verse como un proceso secuencial que parte de una respuesta a determinado estímulo que es analizado a través de mecanismos perceptivos; a continuación, realizan la valoración de las percepciones sensoriales en buenas/malas, atractivas/rechazables, interesantes/neutras; que traen como resultado una reacción neuropsicológica, cognitiva o comportamental, en este último supuesto se genera una predisposición para la acción (Gozalo, et al., 2022).

Para Arteaga de Luna (2022); el estado emocional (desregulación emocional), aparece como uno

de los factores de riesgos psicosociales asociados al comportamiento suicida y al consumo de drogas, tabaco y alcohol, entre estudiantes universitarios. Otros autores como López, et al. (2023); expresan que, por diversas razones, muchos estudiantes abandonan los estudios universitarios, mientras que Gozalo, et al. (2022); establecen una relación entre factores de riesgos psicosociales y rendimiento académico.

En este sentido, se sintetizan algunas de las sintomatologías de los factores de riesgos psicosociales sobre el estado emocional de los estudiantes universitarios:

- Estrés: puede considerarse como un proceso dinámico de interacción entre una persona y el ambiente que la rodea, que comienza en el mismo instante que una persona percibe como una amenaza a determinada circunstancia o evento, lo cual desencadena una reacción en cascada que dimana del sistema nervioso central, hacia los sistemas autónomo, endocrino e inmune, lo cual demanda un esfuerzo excesivo para dar respuestas adaptativas a diferentes estímulos o agentes estresores. En dependencia del estímulo o agente estresor, las respuestas al estrés constituyen una alarma física y mental, preparando al organismo para posibles acciones que, se manifiestan en dos sentidos: positivo cuando los resultados son favorables (motivación, energía, estimulación positiva, etc.), y negativo

cuando afecta de manera perjudicial el estado emocional (apatía, tristeza, ansiedad, irritabilidad, etc.), acompañadas de reacciones fisiológicas (sudoración, tensión muscular, palpitaciones, temblores, malestar gastrointestinal, disnea, dolor de cabeza, mareos, náuseas, etc.).

- Trastornos del estado de **ánimo**: este puede ser normal, alto o bajo. Cuando es alto, la persona manifiesta sentir felicidad, alegría o euforia que, si perdura en el tiempo puede conducir a manías. Cuando es bajo, la persona pierde la impresión de control de su propio ánimo y manifiesta sentir malestar general que, de perdurar en el tiempo, puede sumirla en la depresión y provocar sentimientos de nulidad, concomitantes con la pérdida del interés por el entorno que le rodea y de las esperanzas futuras.
- Desregulación emocional: pérdida de la autorregulación emocional o el control sobre las emociones, sentimientos e impulsos, entorpeciendo la capacidad de modificar el estado emocional o de retornar al estado emocional anterior. Esto se debe al desfasaje entre el centro emocional (localizado en el sistema límbico del cerebro) y el centro ejecutivo (situado en el lóbulo frontal del cerebro).
- Agotamiento emocional, síndrome de “estar quemado” o **burnout**: se manifiesta en condiciones de estrés prolongado, crónico, no resuelto, que demanda atención especializada al cuadro progresivo por efecto del estrés y que se expresa con agotamiento emocional, despersonalización y bajo sentido de logro, junto con alto índice de incapacidad física y psicológica; también se manifiesta en sentirse excesivamente tenso, irritable, ansioso, deprimido, pesimista y agotado física y emocionalmente, lo que influye en la desmotivación y pérdida de interés.

Para evaluar la percepción personal y grupal sobre la influencia de determinados factores de riesgo psicosocial, pueden ser de utilidad los instrumentos, que de una forma u otra impactan en el clima organizacional; y que pueden ser aplicados por medios convencionales o digitales como el **Google Forms**, correo electrónico y las redes sociales.

Estos instrumentos contienen cuestionarios que permiten evaluar la percepción individual y colectiva de diversos factores y variables de carácter psicosocial como: motivación, bienestar psicológico, compromiso, insatisfacción, estrés, depresión, ansiedad, entre otros enfocados en la salud mental de los estudiantes, entre ellos: la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1989); el Modelo General de Salud Mental de Warr; el TMMS-24 (**Trait Meta-Mood Scale**) de Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos (2004); el Cuestionario de Resiliencia de Wagnild y Young (1993), adaptado por Heilemann, Lee, y Kury (2003);

el Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE), de Sandin y Chorot (2003), el Cuestionario de Percepción de enfermedad de Broadbent, Petrie, Main y Weinman (2006).

Construyendo la resiliencia desde la perspectiva pedagógica

Además de su triste saldo de contagiados y víctimas mortales, la pandemia de COVID-19 ha dejado enseñanzas cardinales sobre la colaboración global, el tratamiento a las desigualdades sociales y económicas, entre otros aspectos esenciales para retomar la senda del desarrollo sostenible. En este contexto, se ha destacado la resiliencia como concepto fundamental para entender la capacidad de las personas, grupos y sociedades para afrontar, resistir y prevalecer sobre determinadas circunstancias y riesgos que desafían hasta la propia existencia (Jarrín, et al., 2023).

De lo anterior se deduce que la adaptabilidad y la capacidad de respuesta al cambio son dos componentes esenciales en la definición conceptual de resiliencia, aunque en (López, et al., 2023); se habla de la cantidad de definiciones propuesta, por tratarse de un constructo teórico en proceso de elaboración, dependiente de nuevos resultados investigativos; existe consenso en definir la resiliencia como un proceso dialéctico, que describe la capacidad humana para afrontar, recuperarse e incluso salir vigorizado ante circunstancias y/o eventos adversos o experiencias estresantes.

Los mismos autores informan que en el proceso de construcción de la resiliencia interactúan dialécticamente dos clases de factores: a) factores protectores o amortiguadores del estrés: para referirse a un conjunto de elementos ambientales, así como cualidades y habilidades personales; que crean o modifican la capacidad de respuesta ante determinado riesgo o estrés, reduciendo sus efectos negativos y; b) factores de riesgo: condiciones presentes en el clima organizacional que de manifestarse de forma negativa, pueden afectar el estado emocional y la salud de la persona y aumentar la probabilidad de respuestas negativas que incrementan su vulnerabilidad ante determinadas circunstancias.

Desde el punto de vista de la psicología, la resiliencia era considerada como una respuesta inusual o patológica; con el transcurso de los años se ha reconocido como una respuesta común direccionada hacia la adaptación de la persona ante circunstancias adversas o prácticas estresantes; sin que ello quiera decir que la persona no sienta sus efectos negativos y se crea inmune a ellos, es una capacidad que se aprende y se desarrolla día a día a través del manejo de cinco factores fundamentales: el apoyo social, la autoestima, habilidades prácticas, aptitud para

comprender lo vivido y, sentido del humor (Mérida, et al., 2022).

Siguiendo el trabajo de (Mérida, et al., 2022); se expone sintéticamente en que consiste cada uno de los factores fundamentales para construir la resiliencia:

- Apoyo social: se sustenta en las relaciones interpersonales, la colaboración, el trabajo en equipo, la comprensión, la escucha y otros elementos que alimentan la experiencia personal de sentirse aceptado. Este apoyo se manifiesta en la familia, las amistades, compañeros de estudio o de trabajo, hasta grupos o comunidades con intereses comunes.
- Autoestima: el apoyo social no es suficiente por sí solo, es necesario complementarlo con la autoestima o capacidad de auto- amarse y auto-cuidarte, además del criterio favorable propio acerca de la inteligencia, el conocimiento, las habilidades, y otras cualidades personales.
- Habilidades prácticas: se trata de destrezas que faciliten la aprehensión de saberes y acciones que tengan un reflejo en la vida práctica. Además de habilidades generales para relacionarse en el contexto social (comunicación, escucha, agradecimiento, crítica y auto crítica constructiva, etc.).
- Aptitud para comprender lo vivido: se refiere a la habilidad para entender características, causas, condiciones, consecuencias y otros elementos de las circunstancias adversas o prácticas estresantes, lo cual ayuda a su asimilación y refuerza el sentimiento de resistencia.
- Sentido del humor: facilita la aceptación de las circunstancias adversas o prácticas estresantes y la fragilidad del ser humano. Este factor tiende a ser demostrativo de inteligencia y de capacidad para diferenciar entre lo fundamental y lo colateral.

La conjugación armónica de los cinco factores contribuye a desarrollar la resiliencia como capacidad y habilidad emocional y como tales, requieren educación y entrenamiento constantes (López, et al., 2023); de lo cual se deduce que la construcción de un estado emocional resiliente es un proceso continuo encaminado a neutralizar el deterioro de la autoestima y sortear complicaciones u obstáculos, como los vividos durante la pandemia y después de ella, en la llamada nueva normalidad que implicó el retorno de los estudiantes de la carrera de Psicología de la Facultad de Ciencias Jurídicas Sociales y de la Educación, de la Universidad Técnica de Bahahoyo a sus actividades docentes en la modalidad presencial.

Precisamente para gestionar este tipo de circunstancias, aparecen los tipos de resiliencia psicológica y resiliencia emocional, que en su conjunto significan la creación y el desarrollo de capacidades y habilidades para la mejor comprensión y el afrontamiento de psicopatologías como: insatisfacción, estrés, depresión, ansiedad, *burnout*, etc., que no solo influyen en la salud y el bienestar de los estudiantes (Arteaga de Luna, 2022); sino que pueden incidir en su rendimiento académico Gozalo, et al. (2022); abandono de los estudios (López, et al., 2023); etc.

Al decir de (López, et al., 2023); en el campo de la Educación Superior es habitual utilizar el término de resiliencia académica, para describir la capacidad de los estudiantes para superar circunstancias adversas o prácticas estresantes que atentan contra su normal desarrollo educativo.

La resiliencia académica, asumida como capacidad de los estudiantes para hacer frente por sí mismos a realidades complejas en el contexto de las instituciones educativas, abre amplias posibilidades desde la perspectiva pedagógica, especialmente en el modelo formativo que se ha generalizado actualmente en la Educación Superior focalizado en el alumnado (Modelo de Enseñanza Centrado en el Alumnado), donde los estudiantes deben ser más activos y autónomos, además de formar habilidades para “gestionar la búsqueda de información y construir su propio aprendizaje” (López, et al., 2023, p. 94).

Entre esas posibilidades, el Modelo de Enseñanza Centrado en el Alumnado debe considerar la resiliencia como factor clave y consecuentemente, centrar su atención en los estudiantes que no posean capacidades de resiliencia psicológica y/o emocional, para contrarrestar estados emocionales negativos y reacciones psicofisiológicas como la desmotivación, el aislamiento, y la inadaptación a factores de riesgos psicosociales, que influyen en su integración social y académica e interrumpen el proceso de enseñanza – aprendizaje.

Desde la misma perspectiva pedagógica, resulta interesante la propuesta de (Arteaga de Luna, 2022); referente a la promoción de modelos que incluyan la formación de habilidades socio-emocionales y la gestión de riesgos psicosociales, particularmente la autora menciona la Intervenciones Basadas en *Mindfulness* (IBM) y los entrenamientos en Terapia Dialéctica Conductual (DBT), que para lograr máxima eficacia pudieran hacer parte de estrategias generales enfocadas en la prevención para la salud mental.

En su estudio, la autora concluye que ambas herramientas direccionadas a prevención de riesgos psicosociales con estudiantes universitarios, han demostrado ser eficaces

para disminuir la influencia de factores de riesgos psicosociales relacionados con el comportamiento suicida y el consumo de drogas, tabaco y alcohol, así como en el tratamiento de estados emocionales negativos y reacciones psicofisiológicas como la ansiedad, la depresión y la desregulación emocional. Colateralmente, se observó un significativo incremento de las capacidades de resiliencia de los estudiantes universitarios sometidos al estudio.

En esta misma línea de pensamiento, llama la atención el trabajo de (Jarrín, et al., 2023); quienes partiendo de estudiar un caso de la industria automotriz ecuatoriana, proponen la utilización de programas de educación continua, a través de procesos de enseñanza - aprendizaje que se desarrollan en todas las etapas de la vida de las personas, a fin de actualizar y mejorar los conocimientos, las capacidades y habilidades adquiridas.

Los procesos de enseñanza - aprendizaje de educación continua se consideran cardinales para incorporar los más novedosos conocimientos y buenas prácticas dentro de un área determinada, a través de programas y acciones de capacitación como: seminarios, talleres, conferencias y otras, que pueden realizarse de manera formal o informal, por medios convencionales o digitales y que deberán estar enfocadas en perfeccionar las capacidades y habilidades adquiridas de antemano; especialmente aquellas relacionadas con la adaptación, la resiliencia psicológica y/o emocional, el trabajo en equipo, la gestión de factores de riesgos psicosociales, entre otras (Jarrín, et al., 2023).

Sugerente resulta la propuesta de (Murillo, et. al., 2023); quienes hablando de temas relacionados con la educación, la pedagogía y la didáctica, sostienen que durante la pandemia de COVID-19, los modelos educativos basados en las TIC, demostraron ser eficaces en asegurar la continuidad de los procesos de enseñanza – aprendizaje, debido a que básicamente facilitan la transición de los tradicionales modelos educativos presenciales, hacia a modelos basados en las TIC, como el e-learning, el blended learning, el flipped classroom, y el mobile learning, que al decir de (Valencia, 2021); otorgan protagonismo a los estudiantes, son innovadores e interactivos y potencian las capacidades y habilidades adaptativas y resilientes.

Tomando en cuenta los planteamientos anteriores, la llamada educación híbrida, basada en modelos pedagógicos que combinen el uso de las TIC y métodos tradicionales fundamentados en “principios, conceptos y teorías ya construidas acerca de la educación, la pedagogía y la didáctica” (Murillo, et. al., 2023, p. 430); pudiera aportar a construcción de habilidades y capacidades de resiliencia psicológica y/o emocional, para contrarrestar estados

emocionales influenciados por factores de riesgos psicosociales presentes en el clima organizacional o social y evitar reacciones psicofisiológicas como la desmotivación, el aislamiento, la inadaptación, el consumo de drogas, tabaco y alcohol y el comportamiento suicida entre estudiantes universitarios.

Con estos planteamientos parece coincidir Morillo (2023); quien plantea un enfoque holístico de la educación general por medio del cual el desarrollo de los estudiantes sobrepasa la aprehensión de conocimientos, para formar y desarrollar capacidades y habilidades psicológicas y/o emocionales como la adaptabilidad, la autoestima, la resiliencia y otras que contribuyan a mejorar la autogestión de factores de riesgos psicosociales.

Para cumplir tales propósitos, la autora plantea la necesidad de elegir un enfoque pedagógico adecuado, pues de este dependerá la calidad de la educación y su efectividad en el desarrollo de los estudiantes desde una perspectiva integral; lo cual conlleva a considerar sus necesidades individuales, reconociendo que cada persona posee cualidades, intereses y ritmos de aprendizaje propios.

Continua diciendo que bajo un enfoque pedagógico integral, se puede personalizar el proceso de enseñanza - aprendizaje, adaptando estrategias y recursos educativos en función de satisfacer las necesidades individuales de los estudiantes, lo cual tiende a fomentar un clima organizacional inclusivo que motive a los estudiantes a sentirse apoyados, valorados y empoderados. De este modo, “la educación equilibrada y completa, prepara a los estudiantes para enfrentar los desafíos del mundo actual y convertirse en individuos comprometidos, conscientes y exitosos en todos los aspectos de su vida” (Morillo, 2023, p. 204).

CONCLUSIONES

Los estudiantes incrementan su protagonismo en los procesos de enseñanza – aprendizaje direccionados al desarrollo de la sociedad y la formación de valores, principios y conocimientos en las nuevas generaciones; sin embargo durante la pandemia de COVID-19 y al retornar a la nueva normalidad, enfrentan la influencia de factores de riesgo psicosocial presentes en el clima organizacional de las instituciones educativas y la posibilidad de sufrir afectaciones en su estado emocional, salud y bienestar.

La construcción teórico-conceptual sobre el clima organizacional y los riesgos psicosociales tratan de responder a causas, consecuencias y efectos de psicopatologías como: insatisfacción, estrés, depresión, ansiedad,

burnout, etc., que no solo influyen en el estado emocional, la salud y el bienestar de los estudiantes; sino que pueden incidir en su rendimiento académico, inadaptación a los procesos de enseñanza – aprendizaje, el abandono de los estudios y en casos extremos el consumo de drogas, tabaco y alcohol y el comportamiento suicida entre estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo y de otras instituciones de Educación Superior.

Desde la perspectiva pedagógica existen propuestas de estrategias, modelos y métodos educativos que pueden disminuir la influencia de factores de riesgos psicosociales, así como en el tratamiento de estados emocionales negativos y reacciones psicofisiológicas como la ansiedad, la depresión, la desregulación emocional y contribuir a la construcción de habilidades y capacidades de resiliencia de los estudiantes universitarios.

Estas propuestas (incluido el presente trabajo), pueden ser utilizadas en investigaciones a futuro, tanto en estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo, como en otras organizaciones educativas en el territorio nacional.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arteaga de Luna, S.M. (2022). Ensayo clínico para evaluar la eficacia de la DTB-A-MX e IBM en la prevención de riesgos psicosociales con estudiantes universitarios. (*Tesis de Maestría en Psicología*). Universidad Autónoma de Aguascalientes. <http://bdigital.dgse.uaa.mx:8080/xmlui/handle/11317/2468>
- Broadbent, E., Petrie, K.J., Main, J. & Weinman, J. (2006). The Brief Illness Perception Questionnaire. *Journal of Psychosomatic Research* 60, 631- 637. https://www.fmhs.auckland.ac.nz/assets/fmhs/som/psychmed/petrie/docs/2006_BIPQ.pdf
- Fernández-Berrocal, P., Extremera-Pacheco, N., & Ramos, N. (2004). Validity and reliability of the Spanish modified version of the Trait Meta-Mood Scale. *Psychological Reports*, 94(3), 751-755. <https://journals.sagepub.com/home/prx>
- Gálvez, J.L., García, J., Vera-Bachman, D., Triziano, I., y Polanco, K. (2020). Análisis de clases latentes multi-nivel del clima escolar: factores individuales, familiares y comunitarios. *Revista de Psicodidáctica*, 25(2), 85-92. <https://ojs.ehu.eus/index.php/psicodidactica/article/download/23330/20681/91981>
- García, M. del C. (2021). Análisis, evaluación y prevención de riesgos psicosociales en centros educativos. (*Tesis de Maestría en Gestión de Prevención de Riesgos Laborales*). Universidad de León <https://buleria.unileon.es/handle/10612/13756>
- Gozalo, M., León del Barco, B., y Romero, M. (2022). Buenas prácticas del estudiante universitario que predicen su rendimiento académico. *Educación XX1*, 25(1), 171-195. <https://revistas.uned.es/index.php/educacionXX1/article/view/30565>
- Hurtado, M., López, L., Santín, D., Sicilia, G. y Simancas, R. (2023). The impact of COVID-19 on the learning during the lockdown. *Educación XX1*, 26(1), 185-205. <https://pesquisa.bvsalud.org/global-literature-on-novel-coronavirus-2019-ncov/resource/pt/covid-who-2202974>
- Jarrín, M.A., Narváez, C.I., Tinto, J., y Cordero, D.M. (2023). La Educación Continua y el aprendizaje de ventas en la industria automotriz de vehículos pesados en la era post covid-19. *Revista Conrado*, 19(93), 42-50. <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/3158>
- López, D., Álvarez, P.R., González, J.A., y Garcés, Y. (2023). El desarrollo de conductas resilientes en la lucha contra el abandono académico universitario. *Educación XX1*, 26(2), 91-116. <https://revistas.uned.es/index.php/educacionXX1/article/download/35891/27734/104586>
- Mérida, S., Quintana, C., Hintsá, T., y Extremera, N. (2022). Inteligencia emocional y apoyo social de los docentes: explorando cómo los recursos personales y sociales se asocian con la satisfacción laboral y las intenciones de dejar el trabajo. *Revista de Psicodidáctica*. 27(2), 168-175. <https://ojs.ehu.eus/index.php/psicodidactica/article/download/25013/22311>
- Mengistie, T.A. (2021). Higher Education Students' Learning in COVID-19 Pandemic Period: The Ethiopian Context. *Research in Globalization*, 3, 10-59. <https://doi.org/10.1016/j.resglo.2021.100059>
- Morillo, P.A. (2023). El abordaje pedagógico en la educación general: una perspectiva integral para el desarrollo estudiantil. *Revista Conrado*. 19(93), 203-211. <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/3178>
- Murillo, L.N de J., Vintimilla, N.P., y Murillo, I.M. (2023). La educación virtual e híbrida. Consideraciones desde la Universidad de Guayaquil. *Revista Conrado*, 19(90), 429-438. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_ar_text&pid=S1990-86442023000100429
- Ocampo, D., y Correa, A.M. (2023). Situación emocional y resiliencia de estudiantes universitarios, pos-pandemia de la COVID-19. Norte de Potosí, Bolivia. *Revista Sociedad y Tecnología*, 6(1), 17-32. <https://institutojubones.edu.ec/ojs/index.php/societec/article/download/322/610/1153>
- Pérez, D.J., y Puentes, A.I. (2022). Clima escolar: conceptualización y variables. *Revista Pensamiento y Acción*, (32), 51-71. https://revistas.uptc.edu.co/index.php/pensamiento_accion/article/download/13933/11448/55631

- Ryff, C. D. (1989). Beyond ponce de leon and life satisfaction: New directions in quest of successful aging. *International Journal of Behavioral Development*, 12, 35-55. <https://psycnet.apa.org/record/1989-25405-001>
- Sandín, B., & Chorot, P. (2003). Cuestionario de afrontamiento del estrés (CAE) : desarrollo y validación preliminar. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 8(1), 39-53. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.8.num.1.2003.3941>
- Sánchez, A.M. (2021). Efectos del teletrabajo sobre el bienestar de los trabajadores. *Revista Asociación Especialistas Medicina del Trabajo*, 30(2), 244-264. <https://scielo.isciii.es/pdf/medtra/v30n2/1132-6255-medtra-30-02-234.pdf>
- Vithayaporn, S., Rungkaew, K., Chantarat, V., y Sutha, S. (2022). Antecedents and Consequences of Organizational Learning Climates: A Meta-Analysis Using Maslow's Hierarchy of Needs Theory. *ABAC ODI Journal. Vision. Action. Outcome*, 9(2), 38-58. <http://www.assumptionjournal.au.edu/index.php/odijournal/article/view/6004>
- Valencia, J.C. (2021). Educación + TIC: ¿Un cambio de época? Editorial Universo Sur. <https://universosur.ucf.edu.cu/?p=2347>
- Wagnild, G.M. & Young, H.M. (1993) Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*. 1(2). 165 – 177. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7850498/>