

METODOLOGÍAS DIGITALES EN LAS CIENCIAS SOCIALES INNOVACIONES PRÁCTICAS

Elsa de Jesús Hernández Fuentes
Óscar Bernardo Rivera García
Sergio Pacheco González
Marcela Reyes Ruiz
(Coordinadores)

Prólogo

Emmanuel Nájera de León



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA
EDITORIAL ARTIFICIOS

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

Dr. Luis Enrique Palafox Maestre
Rector

Dr. Joaquín Caso Niebla
Secretario general

Dra. Lus Mercedes López Acuña
Vicerrectora Campus Ensenada

Dr. Jesús Adolfo Soto Curiel
Vicerrector Campus Mexicali

Dra. Haydeé Gómez Llanos Juárez
Vicerrectora Campus Tijuana

Dra. Heidy Anhely Zúñiga Amaya
Directora de la Facultad de Ciencias Humanas

Dr. José Francisco Gómez Mc Donough
Director de la Facultad de Ciencias Sociales y Políticas

Esta publicación ha sido arbitrada por pares académicos

© D.R. 2023 Elsa de Jesús Hernández Fuentes, Óscar Bernardo Rivera García, Sergio Pacheco González y Marcela Reyes Ruiz

Primera edición: Agosto de 2023

D.R. ©Universidad Autónoma de Baja California
ISBN: 978-607-607-829-7
D.R. ©Editorial Artificios
ISBN: 978-607-99787-7-8

Edición, formación y diseño editorial: Editorial Artificios

Impreso y hecho en México
Prohibida su reproducción por cualquier medio mecánico
o electrónico sin la autorización escrita del editor.

ÍNDICE

Prólogo.....	5
<i>Emmanuel Nájera de León</i>	
Introducción	9
<i>Yair Candelario Hernández Peña</i>	
Experiencias de investigación social en el tiempo-espacio de la pandemia	15
<i>Sergio Pacheco González, Jesús Alberto Rodríguez Alonso y Servando Pineda Jaimes</i>	
Expresiones religiosas digitales: una aproximación metodológica.....	39
<i>Elsa de Jesús Hernández Fuentes, Irma Alicia González Hernández y Carlos Ignacio Rodríguez Ramos</i>	
Google Trends como herramienta para la investigación..	59
<i>Elsa del Carmen Villegas Morán, Yazmín Vargas Gutiérrez, Estela Salomé Solís Gutiérrez y Graciela Paz Alvarado</i>	
Metodologías digitales en las ciencias jurídicas.....	83
<i>Marina del Pilar Olmeda García</i>	
Reflexión crítica del uso de las técnicas y herramientas digitales en la investigación social	111
<i>Ricardo Carlos Ernesto González, Jaime Olivera Hernández y Adriana Daniela Rivas López</i>	
Estrategias de afrontamiento de estudiantes y docentes en la educación virtual ante la pandemia del COVID-19	135
<i>Óscar Armando Esparza del Villar, Servando Pineda Jaimes y Priscila Montañez Alvarado</i>	

Encuesta Participación Ciudadana de la Juventud: su aplicación en tiempos de COVID-19	165
<i>Elvia Oralia Villegas Olivares, Margarita Barajas Tinoco, María Concepción Castillo Rodríguez, Agustín Sáñez Pérez y José A. Moreno Mena</i>	
Proceso de empoderamiento digital de mujeres ladrilleras en El Colorado Uno, Mexicali, Baja California.....	195
<i>Gabriela Nolasco Pineda y Óscar Bernardo Rivera García</i>	
Etnografía digital: algunos anclajes desde la investigación feminista	227
<i>Ana Valeria Rodríguez Barrientos y Mónica Ayala-Mira</i>	
Semblanza de autores	249

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DE ESTUDIANTES Y DOCENTES EN LA EDUCACIÓN VIRTUAL ANTE LA PANDEMIA DEL COVID-19¹

Óscar Armando Esparza del Villar²

Servando Pineda Jaimes³

Priscila Montañez Alvarado⁴

INTRODUCCIÓN

LA PANDEMIA DEL COVID-19 Y SUS CONSECUENCIAS

A partir de diciembre de 2019 se confirmaron los primeros casos de COVID-19 en la ciudad de Wuhan, en China (Chan *et al.*, 2020), y desde ahí la historia a nivel mundial ha cambiado debido a este suceso. En un principio se conocía muy poco de lo que era este virus y la incertidumbre generó síntomas físicos y mentales a nivel mundial (Suárez *et al.*, 2020). Cuando se tuvieron más datos del virus, el cual se iba esparciendo por todo el mundo, se empezaron a tomar medidas para proteger la vida humana, las cuales trastocaron todos los ámbitos en los que nos desenvolvemos los seres humanos, como el económico, social,

1. El presente texto contó con el apoyo y colaboración de las profesoras de Tiempo Completo del Departamento de Ciencias Sociales, adscritas a la División Multidisciplinaria de Ciudad Universitaria de la UACJ, Dra. Ana Cervantes Herrera y Dra. Marisela Gutiérrez Vega, integrantes del equipo multidisciplinario que trabajó en la presente investigación.

2. Profesor de Tiempo Completo del Departamento de Ciencias Sociales, adscrito al Programa de Psicología de la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez. <https://orcid.org/0000-0003-1557-3170>

3. Profesor de Tiempo Completo del Departamento de Ciencias Sociales, adscrito al Programa de Sociología de la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez. <https://orcid.org/0000-0002-1151-8900>

4. Profesora de Tiempo Completo del Departamento de Ciencias Sociales, adscrita al Programa de Psicología de la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez. <https://orcid.org/0000-0002-4315-0557>

físico, psicológico, académico, entre otros. La Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró al COVID-19 como una emergencia de salud pública internacional, el 30 de enero de 2020, y después de unas semanas se le dio rango de pandemia, el 11 de marzo de 2020 (OMS, 2020), lo que trajo como consecuencia varios cambios propuestos por los tres niveles de gobierno en Juárez, orientados para proteger a sus ciudadanos. Según la OMS (2022) hasta el 10 de julio de 2022 se han registrado 6,345,595 muertes a causa del COVID-19, con un total de 551,226,298 de casos confirmados. A nivel nacional se han registrado 325,928 muertes y 6,152,924 personas contagiadas (OMS, 2022). En Ciudad Juárez, las cifras oficiales reportadas por la Secretaría de Salud del estado de Chihuahua indican un total de 4648 defunciones y 52,813 contagios hasta el día 29 de junio de 2022 (Fundación Paso del Norte, 2022).

LAS MEDIDAS QUE TOMÓ EL GOBIERNO MEXICANO

Los gobiernos federal, estatal y municipal hicieron preparaciones para la ola de contagios que se iban a presentar por primera vez e implementaron y reforzaron una serie de medidas con el objetivo de detener los efectos que pudieran tener las personas debido al COVID-19. Las primeras disposiciones fueron encaminadas a paralizar la mayor parte de la ciudad, con el fin de prevenir el contagio y muertes por parte del virus, lo que originó el cierre de negocios y empresas no esenciales (Villalpando & Estrada, 2020). Como, por ejemplo, gimnasios, restaurantes, bares, maquiladoras, iglesias, juzgados, cines, museos, espectáculos públicos y escuelas, fueron cerrados (Olmos, 2020). A nivel mundial, el sistema educativo, en todos sus niveles, fue afectado por estas clausuras.

LAS MEDIDAS QUE TOMÓ LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CIUDAD JUÁREZ

Todas las instituciones educativas, incluidas las de nivel superior como las universidades, se vieron obligadas a suspender clases presenciales y sustituirlas con clases en línea. La Universidad Autónoma de Ciudad Juárez (UACJ) emitió un comunicado donde anunció la suspensión de clases presenciales a partir del día 20 de marzo de 2020, y desde ese día hasta enero de 2022, todas las clases fueron impartidas de manera virtual a través de plataformas digitales especializadas para este tipo de actividades, principalmente la plataforma Microsoft Teams.

La universidad suspendió todo tipo de actividades presenciales y tanto docentes como personal administrativo comenzaron a trabajar desde casa. Después de unos meses, el personal administrativo regresó de manera presencial a la institución, aunque las clases seguían en modalidad virtual. Los estudiantes dejaron de asistir a clases de manera presencial y continuaron sus estudios a través de plataformas digitales (Microsoft Teams), mediante el Programa de Continuidad Académica Virtual. Desde el semestre de agosto-diciembre de 2020 hasta agosto-diciembre de 2021, las clases se trasladaron a los ambientes digitales, en donde los docentes impartieron sus asignaturas y los alumnos participaron desde sus hogares. En el semestre enero-junio de 2022, varias materias ya se realizaron presenciales, reabriendo de manera paulatina a las aulas, hasta el semestre agosto-diciembre 2022, donde todas las clases ya regresaron a modalidad presencial.

DESAFÍOS DE LA MODALIDAD VIRTUAL Y ESTILOS DE AFRONTAMIENTO

La pandemia del COVID-19 trajo una serie de problemas o desafíos, que incluyeron enfermedad grave, secuelas de la enfermedad grave, muertes, confinamiento, cierre de escuelas y lugares de trabajo, despidos, reducción en sueldos, falta de contacto físico con otras personas, entre otras cosas. Ante la presencia de problemas o desafíos, la psicología ha estudiado cómo el ser humano siempre ha enfrentado estas circunstancias. A estas situaciones se les conoce como estilos de afrontamiento y por lo general se dividen en tres tipos de estrategias generales, que incluyen las centradas en el problema, las centradas en las emociones y las evitativas (Stanislawski, 2019).

Las estrategias centradas en el problema están orientadas a realizar esfuerzos para resolver el problema que se está presentando; las de este tipo son las mejores cuando se presentan problemas que tienen solución, como el tener una discusión con un compañero de trabajo o el haber contraído el virus del resfriado. Las estrategias centradas en la emoción están orientadas a regular las emociones negativas relacionadas con los problemas; éstas son las mejores cuando se presentan problemas que no tienen solución como el despido de un trabajo o la muerte de alguien cercano. Aquí, el objetivo es realizar actividades para disminuir las emociones negativas experimentadas, como por ejemplo el llorar, hablarlo con alguien más, o la aceptación de los hechos. Las estrategias de afrontamiento evitativas consisten en no hacer nada ante el problema, ya sea ignorándolo, olvidándolo, negándolo, etcétera. Este tipo de estilo de afrontamientos se relaciona más con secuelas negativas (Stanislawski, 2019).

El presente estudio analiza las estrategias de afrontamiento que usaron los estudiantes y docentes ante el desafío de

trasladar la enseñanza a la modalidad virtual. Este cambio trajo como consecuencias varios retos que tuvieron que ser afrontados por docentes y estudiantes, y analizaremos específicamente cuáles estrategias específicas se usaron y éstas las asignaremos a una de tres categorías: centradas en el problema, centradas en las emociones, o evitativas.

METODOLOGÍA

LA MUESTRA

El estudio se llevó a cabo con 20 docentes y 44 estudiantes de la UACJ. Los participantes fueron convocados de manera intencional, por conveniencia, a través de invitaciones que se realizaron por medio de correos electrónicos, llamadas por teléfono, mensajes de texto, clases y redes sociales. A todos se les hizo la invitación a participar de manera voluntaria en una entrevista para conocer sus experiencias derivadas de la pandemia del COVID-19 con relación a las clases virtuales. En este estudio se incluyeron a participantes de las divisiones multidisciplinarias de Ciudad Universitaria, Nuevo Casas Grandes y Cuauhtémoc, además del Instituto de Ciencias Sociales y Administración del campus Juárez.

Como condición para ser aceptados a participar en el estudio, los participantes debían de laborar o estudiar en la UACJ, y estar activos durante el semestre en que se llevaron a cabo las entrevistas. Los participantes fueron excluidos si se encontraban en sabático o con permisos especiales y que no estuvieran laborando en la universidad durante este tiempo de pandemia. Quienes no tomaron clases en estos semestres de pandemia fueron excluidos, así como quienes tuvieran menos de un semestre trabajando en la institución.

Se entrevistó a 44 estudiantes durante el semestre agosto-noviembre de 2021. El promedio de edad fue de 24 años (DE=4), con un rango de 18 a 45 años. El 51% de la muestra mencionó trabajar con un promedio de 32 horas por semana. El 71% reportó el género femenino, el 29% masculino, y la mayoría comentaron ser solteros (89%). En promedio pasaban ocho horas al día frente a una pantalla y la media del semestre que cursaban fue del octavo. En el cuadro 1 viene el resto de la información sociodemográfica.

CUADRO 1. DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS DE LOS ESTUDIANTES

CARACTERÍSTICA	VALOR
Tamaño de muestra	44
Media de edad (DE)	24 (4)
Rango de edad	18-45
Trabaja (%)	
Sí	51
No	49
Media de horas por semana de trabajo de personas que trabajan (DE)	32 (15)
Rango de horas por semana de trabajo de personas que trabajan	18-45
Media de horas al día enfrente de una pantalla (DE)	8 (3)
Rango de horas al día enfrente de una pantalla	4-16
Género (%)	
Femenino	71
Masculino	29
Estado civil (%)	
Soltero(a)	89
Casado(a)	4
Unión libre	7
Media de semestre	8 (5)
Rango de semestre	1-12

Fonte: Elaborado con base en las encuestas aplicadas.

El cuadro 2 resume la experiencia con el COVID-19 y la educación virtual en estudiantes. El 23% reportaron haberse contagiado del COVID-19, el 59% tuvo a alguien cercano enfermo y el 21% reportó la muerte de alguien cercano debido a este virus. En caso de que enfermaran, el 89% reportó tener quién los pudiera apoyar durante la enfermedad.

El 55% de los estudiantes reportaron pocos o ningún problema con la plataforma virtual que se usó para el trabajo en línea, MS Teams y el 45% reportó haber tenido problemas con este medio varias veces o seguido. Se les pidió que evaluaran qué tan positiva había sido la experiencia del trabajo virtual del 1 al 10, en donde 10 es la experiencia más positiva, y la media de las calificaciones fue 7 (DE=2).

Se entrevistaron 20 profesores durante el semestre de agosto-noviembre de 2021. La media de edad de la muestra fue de 42 años (DE=11) con un rango de 26 a 70 años. El 79% reportó el género femenino, el 21% masculino; la mayoría de las personas manifestaron estar casadas (58%) y en segundo lugar solteras (32%). En relación con su contrato, 14 fueron profesores de tiempo completo, cinco de asignatura u honorarios y uno de medio tiempo.⁵ En promedio pasan nueve horas frente a una pantalla al día. En el cuadro 3 se reporta el resto de la información sociodemográfica.

5. De acuerdo a las categorías salariales de la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez, un docente de tiempo completo tiene una carga laboral de 40 horas semanales; el de medio tiempo de 20 horas y el de honorarios se le paga de acuerdo al número de horas que se encuentra frente a grupo durante el semestre.

**Cuadro 2. EXPERIENCIA CON EL COVID-19 Y
TRABAJO VIRTUAL DE LOS ESTUDIANTES**

CARACTERÍSTICA	PORCENTAJE
Se ha contagiado de COVID-19	
Si	23
No	77
En caso de enfermar de COVID-19, tiene alguien que lo apoye	
Si	89
No	11
Alguien cercano ha enfermado de COVID-19	
Si	50
No	41
Alguien cercano ha muerto de COVID-19	
Si	21
No	79
Qué tan seguido ha tenido problemas con la plataforma virtual de MS Teams	
Nunca	5
Pocas veces	50
Varias veces	36
Seguido	9
Muy seguido	0
Del 1 al 10 califique que tan positiva ha sido su experiencia de trabajo virtual	
2	2
4	9
5	10
6	12
7	19
8	37
9	9
10	2

Fuente: Resultados con base en los cuestionarios aplicados.

Cuadro 3. DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS DE LOS PROFESORES

CARACTERÍSTICA	VALOR
Tamaño de muestra	20
Media de edad (DE)	42 (11)
Rango de edad	26-70
Media de horas al día enfrente de una pantalla (DE)	9 (4)
Rango de horas al día enfrente de una pantalla	3-18
Género (%)	
Femenino	79
Masculino	21
Estado civil (%)	
Soltero(a)	32
Casado(a)	58
Unión libre	5
Divorciado	5

Fuente: Resultados con base en los cuestionarios aplicados.

En relación con la experiencia con el COVID-19 y la educación virtual (ver el cuadro 4), el 35% se contagió de COVID-19, el 83% reportó a alguien cercano enfermo del virus y el 42% experimentó la muerte de alguien cercano debido a este virus. En caso de que llegaran a enfermar, el 82% reportó tener a alguien que los pudiera apoyar durante la enfermedad.

El 52% de las personas reportaron pocos o ningún problema con la plataforma virtual que se usó para el trabajo en línea, MS Teams, y el 48% reportó haber tenido problemas varias veces, seguido o muy seguido. En relación con qué tan positiva fue la experiencia del trabajo virtual, el promedio de las calificaciones fue 8 (DE=1).

CUADRO 4. EXPERIENCIA CON EL COVID-19
Y TRABAJO VIRTUAL DE LOS PROFESORES

CARACTERÍSTICA	PORCENTAJES
Se ha contagiado de COVID-19	
Si	35
No	55
En caso de enfermar de COVID-19, tiene alguien que lo apoye	
Si	82
No	18
Alguien cercano ha enfermado de COVID-19	
Si	83
No	17
Alguien cercano ha muerto de COVID-19	
Si	42
No	58
Qué tan seguido ha tenido problemas con la plataforma virtual de MS Teams	
Nunca	5
Pocas veces	47
Varias veces	26
Seguido	11
Muy seguido	11
Del 1 al 10 califique que tan positiva ha sido su experiencia de trabajo virtual	
0-5	0
6	5
7	25
8	45
9	10
10	15

Fuente: Elaborado con base en los cuestionarios aplicados.

PROCEDIMIENTO

Se usaron entrevistas estructuradas para el estudio evaluando los diversos temas en relación con la experiencia del COVID-19. La entrevista es una de las técnicas de recolección de datos más utilizada en las ciencias sociales (Echeburúa *et al.*, 2011; Tintaya, 2015). Las entrevistas se pueden diseñar en tres modalidades: no estructurada, semiestructurada o altamente estructurada, permitiendo a quien investiga acercarse a las opiniones, ideas, creencias, percepciones, vivencias, sensaciones somáticas, emociones, estados de ánimo, respuestas motoras, relaciones y sintomatología de las personas a las que se estudia (Carlar, 2016; Cormier & Cormier, 2000; Morrison, 2014).

Las entrevistas altamente estructuradas se caracterizan por tener un formato de preguntas prefijadas, que hace que todos los participantes respondan exactamente a las mismas preguntas en el mismo orden y con la misma redacción, las cuales se codificarán para su análisis. Estas características hacen que sean susceptibles a ser autoadministradas (Perpiñá, 2012), resultando ser funcionales aplicarse a través de medios remotos y asíncronos.

Se escogió la modalidad estructurada para la entrevista de este estudio, debido al carácter exploratorio del tema, ya que esta pandemia es inédita en esta población y es necesario analizar todas las respuestas que den los participantes. Para proteger la salud de participantes y entrevistadores las reuniones se hicieron de manera virtual por medio de videoconferencias en la plataforma de Microsoft Teams, WhatsApp o por llamada telefónica, evitando así el contacto físico y eliminar el riesgo del posible contagio. Las entrevistas realizadas contienen una amplia gama de temas, pero en este texto sólo analizamos las estrategias de adaptación

que siguieron los participantes en las clases de modalidad virtual.

RESULTADOS

En la primera parte se preguntó a los participantes: ¿qué cambios hizo para adaptarse a la situación de pandemia en sus clases? De las respuestas que se obtuvieron se hizo un análisis en donde se agruparon las estrategias en centradas en la emoción y en el problema; en el grupo de estudiantes y docentes por separado. A continuación, reportamos primero los resultados de los estudiantes y después de los docentes.

ESTUDIANTES

ESTRATEGIAS CENTRADAS EN LA EMOCIÓN

Sólo una de las estrategias se incluye en las estrategias centradas en la emoción, que es que los estudiantes se motivaban a ellos mismos para poder llevar a cabo su trabajo en medio de todos los cambios y situaciones que se presentaban.

SE MOTIVABAN A SÍ MISMOS

Los estudiantes afirmaron que, debido a la inactividad y la falta de comunicación con sus compañeros para realizar sus proyectos académicos, se concentraban más en tener buena actitud personal y en motivarse a ellos mismos para terminar sus trabajos (n=5). Desde entonces, estudiaban más para no atrasarse ni perder los trabajos ni las responsabilidades. Por otra parte, tenían una mentalidad positiva de cómo iban las cosas, a pesar de las dificultades, ya que estaban listos para el reto. La empatía hacia los docentes era

indispensable, sobre todo para aquellos quienes batallaron ante la transición educativa.

Encontré un nuevo ritmo de trabajo que no había experimentado antes, como que me puse a prueba en ese sentido de que, pues, no va a haber nadie dándote carrilla. Entonces, tuve que ponerme yo bajo esa presión y fue encontrar un mejor ritmo de trabajo que me funcionó mejor, yo creo que incluso del que llevaba antes de la pandemia. (Estudiante 9)

ESTRATEGIAS CENTRADAS EN EL PROBLEMA

Aquí se incluyen 10 categorías de estrategias centradas en el problema. Todas estas estrategias reflejan la iniciativa y proactividad que tuvieron los estudiantes para poder solucionar los desafíos que se les presentaron al trasladar las clases a la modalidad virtual. Problema que se les presentaba, era problema que resolvían.

1. Adaptación de un espacio en casa para tomar clases

La estrategia más reportada por los estudiantes fue el adaptar un espacio dentro del hogar para poder tomar clases (n=27). Aquellas personas que tenían más recursos económicos y una casa más grande pudieron adaptarse mejor que aquellas que tenían menos recursos. Las adaptaciones incluyeron varios cambios, como comprar o conseguir una mesa, escritorio, silla, muebles, computadora, cables, mejor iluminación, internet inalámbrico, puerta para el cuarto, pintar las paredes para que pudieran trabajar y tomar las clases más a gusto. Según la casa en donde vivían, algunas personas pudieron conseguir un cuarto propio y privado, otras se establecieron en la cocina, comedor, dormitorio o

sala, inclusive en algunos casos tuvieron que instalar puertas en los cuartos para tener menos ruido y más privacidad durante clases.

Me puse adaptar un cuarto donde tengo el escritorio y una silla, en donde entra la luz de afuera, donde puedo abrir la puerta o la ventana, y pues sé que ahí no va a haber nadie, entonces allá tengo mis cuadernos, mi laptop. También compré una laptop para que fuera más sencillo para mí entrar a las clases y adapté el cuarto para poder tener un espacio que solo sea para la escuela y lo demás para lo que normalmente se utiliza. (Estudiante 19)

2. Organización del tiempo

El trabajar desde casa creó cierta confusión en los horarios y roles que se debían seguir, por tal motivo, los estudiantes crearon cronogramas para establecer horarios y así tener sus días organizados (n=19). El objetivo de los cronogramas fue para ayudarlos a establecer una rutina y así cumplir con las obligaciones de la escuela, casa, familia, trabajo y tiempo personal. La función de los cronogramas fue establecer un orden, ya que no estaban bien establecidos los límites del horario de clases, horario de casa, horario de la familia, etcétera, y era muy fácil invertir mucho tiempo en un área descuidando las demás.

El establecer horario y roles de que cierto horario es para hacer ciertas actividades de la casa y cierto horario es para estar en la escuela nada más. Dividí las actividades de mi casa con la escuela, estoy en la casa, pero estoy en la escuela, no me hablen, dejen mi

tiempo y ya en cierto horario me dedico a lo que es de la casa. (Estudiante 16)

3. Cuidar de que no se escucharan ruidos externos en clases

Los micrófonos de las computadoras y celulares eran muy sensibles a los ruidos de la casa, familia, afuera en la calle, por lo que los estudiantes cuidaban mucho de que estos sonidos no se escucharan cuando les tocaba participar o tener el micrófono abierto durante la clase (n=8). Las estrategias que siguieron fue estar solos en los cuartos, pedir a la familia que no hicieran ruidos fuertes durante clase y mantener cerradas las puertas de las habitaciones.

En mi casa decía: "tengo clases a estas horas y no hagan ruido por favor porque es molesto", y pues nos acomodábamos aquí todos. "Esta persona tiene clase, no hagas ruido", para darme un espacio para tener mi clase un poco más a gusto. (Estudiante 22)

4. Compra de equipo de cómputo y planes de internet

Varios estudiantes no tenían el equipo necesario para tomar las clases virtuales, ya sea porque la máquina estaba obsoleta o por la lenta conexión a internet (n=8). Es por esta razón que tuvieron que actualizar o comprar computadoras, contratar o mejorar la conexión del internet, conseguir escritorios, cámaras de video, micrófonos, etcétera.

Uno de los principales retos fue adaptar el internet. Antes no contábamos con él en mi familia, porque cada uno tenía sus datos y no estábamos la mayoría del tiempo en casa. (Estudiante 2)

5. *Uso de nuevas herramientas digitales*

Las clases virtuales requirieron de los estudiantes usar distintos tipos de herramientas aplicadas el mundo digital (n=4). La aplicación principal que tuvieron que aprender y usar fue el Microsoft Teams, que fue la plataforma por la cual se impartían las clases. Otras aplicaciones que usaron realizaban mapas mentales, capturas de pantallas para apuntes, entre otras.

Acondicionar mis aparatos electrónicos, descargar aplicaciones y buscar programas para mis tareas y presentaciones. He mejorado en mis trabajos y recibido buenas críticas por parte de los profesores. (Estudiante 41)

6. *Investigar más información de la clase en otras fuentes*

En este punto surgió la necesidad en los estudiantes de adquirir más información de las clases en otras fuentes más allá de las que daban los profesores en clases. Esta actitud autodidacta los llevaba a buscar información en libros, artículos y videos en páginas de internet (n=4).

Ha sido parte de mí el tomar la iniciativa de "ay, no me está gustando la clase", de tener una iniciativa, una intención para investigar más a fondo, ya sea en enciclopedias, en Redalyc, en Google académico, investigar temas que te llamen la atención. (Estudiante 17)

7. *Tener oportunidades de repasar la clase en tiempo libre*

Había ocasiones que se presentaban situaciones en las que no se entendía bien la clase, ya sea por distracciones, por la

dificultad o por alguna otra razón. Cuando esto pasaba, los estudiantes reportaron repasar los apuntes o clases en sus tiempos libres (n=2).

De un tema que me daba mi profesor no le entendía completamente y lo tenía que repasar, era así como "no le entiendo, o sea... no entiendo lo que me está tratando de decir", lo tenía que repasar como unas dos veces y ya estaba como un noventa por ciento entendible y al día siguiente volver a estudiar y estudiar. (Estudiante 42)

8. *Buscar tomar clases fuera de casa*

Desde que abrieron los comercios como cafés o restaurantes, los estudiantes reportaron buscar otros lugares distintos a la casa para tomar las clases para motivarse (n=2). Cuando no podían salir buscaban distintos lugares en casa para cambiar de ambiente y salir de la monotonía.

Cuando ya se podía empezar a salir era como que, "bueno, voy a ir a un café a hacer tarea, porque ya el espacio en mi casa no me motiva y no me permite hacer tarea, o sea como que en un inicio designar horarios para la tarea y ya cuando nos empezaron a dejar salir, tener que ir a otro lugar a poder hacer la tarea. (Estudiante 33)

9. *Levantarse temprano para preparar lo del día*

El levantarse antes de empezar con las obligaciones del día para organizar y preparar todo lo necesario les ayudaba a que el día pasara sin dificultades (n=1). Esta preparación les daba tranquilidad de tomar clases sin que faltara algo.

Levantarme más temprano de lo normal, preparar todo para las clases los cuadernos la laptop, eso fue lo que hice en este tiempo. (Estudiante 18)

10. Adaptación a los aparatos electrónicos para clase

Por último, tuvieron que adaptarse a interactuar por medio de las cámaras y micrófonos en clases y trabajos en equipo de manera virtual (n=1). En un principio no tenían esta experiencia por lo que tuvieron que asimilarlo y después de un tiempo se acostumbraron a ello.

Adaptarme a un aparato electrónico, hablarle a un aparato electrónico cuando no les hablaba a ellos, o sea, hablaba antes a maestras o a compañeros... También sería trabajar en equipo, en parejas, porque así es difícil, si de por sí es difícil en presencial, pues más en virtual, y pues a todo eso me tuve que adaptar. (Estudiante 1)

PERSONAL DOCENTE

ESTRATEGIAS CENTRADAS EN LA EMOCIÓN

En las estrategias centradas en la emoción sólo se reporta una categoría en la que se sugiere una mayor flexibilidad en la adaptación a las clases virtuales, ya que, aunque es el mismo material que se cubre, la modalidad virtual se presta a diferentes desafíos, los cuales se tienen que atender para tener éxito en la impartición de clases.

1. Mayor flexibilidad

El traslado de las clases presenciales a modalidad virtual trajo como consecuencias algunos cambios en la manera de enseñar, examinar, interactuar, etcétera, por lo tanto, los

docentes reportan haber tenido mayor flexibilidad para poder hacer los cambios (n = 1).

A veces pienso que las cosas impuestas no funcionan mucho, entonces pienso que también hay que ser flexibles en ese sentido. Tuvimos que ser flexibles todos los maestros porque la comunicación, ahorita usted y yo nos estamos viendo las caras, pero a lo mejor si usted no me viera, pues la sensación sería de ¿qué estará haciendo?, ¿me estará viendo?, como una incertidumbre. (Personal docente 11)

ESTRATEGIAS CENTRADAS EN EL PROBLEMA

Al igual que con los estudiantes, los docentes reportaron 10 categorías de estrategias centradas en el problema. Estas estrategias narran cómo era que iban respondiendo a las situaciones y desafíos que se presentaban en la docencia impartida por las plataformas digitales.

1. Diseño y modificación de materiales

Los materiales que se usan en clases presenciales tuvieron que modificarse, o en su caso, diseñarse desde cero para que los estudiantes tuvieran acceso de manera virtual a la información (n=11).

Tuve que hacer muchos cambios porque a mí todavía en clases presenciales me gusta mucho trabajar lluvia de ideas, o ir todavía llenando el pizarrón de cosas, ir desarrollando los temas, entonces muchos de los temas que yo daba en modo muy explicativo los tuve que pasar ahora al programa computacional de Microsoft Office. (Personal docente 10)

2. *Modificación de espacios*

Los docentes contaban con más recursos para modificar sus hogares y así tener espacios privados para impartir clases virtuales (n=8).

Habilitar esta micro oficina para adaptarla a dar clases. (Personal docente 16)

3. *Mejora de equipo de cómputo y servicio de internet*

Los docentes tuvieron que comprar algún tipo de equipo de cómputo o mejorar su conexión de internet para impartir de una mejor manera sus clases virtuales. El equipo que compraron fueron micrófonos, cámaras, muebles, etcétera (n=8).

Compré la computadora con más memoria, una silla más cómoda, algunos equipos para otra cosa, como micros, cámaras, por ejemplo. (Personal docente 1)

4. *Evitar interrupciones en clase*

Los docentes también vivieron el confinamiento junto con otros miembros de la familia, por lo que reportaron que tuvieron que organizarse de tal manera de no tuvieran interrupciones mientras daban clases o para que no hubiera ruido en la clase (n=3).

Pedir apoyo para que los horarios de mis clases no hubiera ruido. (Personal docente 7)

5. *Capacitación y utilización de tecnología*

Debido a las nuevas plataformas y aplicaciones que se tuvieron que usar para impartir las clases, los docentes reportaron haber tenido que capacitarse en estas nuevas

tecnologías, además de utilizarlas de manera regular en su docencia (n=3).

Adquirir nuevas habilidades, recuperar otras obligadas. Informarme sobre, por ejemplo, [...] las noticias tecnológicas. (Personal docente 9)

6. *Tener más medios para comunicarse con estudiante*

Debido a la falta de contacto físico en el salón, los docentes tuvieron que abrir otros canales de comunicación digitales que incluían la plataforma de Microsoft Teams, entre otras, lo cual llevó a una buena comunicación con los estudiantes (n=3).

Incluso tuve que hacer un correo para ellos, un WhatsApp. Les dejo mi correo, les dejo un WhatsApp, les dejo mi teléfono. (Personal docente 5)

7. *Modificar la manera de enseñar*

Enseñar desde una computadora era distinto a enseñar de manera presencial, por lo que los docentes modificaron las maneras de impartir las clases para adecuarlas a los medios virtuales (n=2).

He tenido que modificar la manera de dar la clase, de proyectar mis Power Point, incluso a hacer mis Power Point, porque mis materias son analíticas... también la manera de revisar los trabajos, de retroalimentar, de calificar, incorporar nuevos parámetros de calificar, o sea, tiene uno que adaptarse. (Personal docente 18)

8. *Indicaciones de la universidad*

Durante toda la pandemia la universidad publicó instrucciones e indicaciones acerca de los cambios y las medidas

de protección que se tomaban para salvaguardar a todos los estudiantes, docentes y personal administrativo, por lo que se tenían que seguir estas indicaciones (n=1).

Seguí las indicaciones que nos dieron en las oficinas.
(Personal docente 10)

9. Preguntar a estudiantes durante clase

Durante las clases, casi todos los alumnos tenían el video apagado, por lo que no se les podía ver. Esto se hacía para cuidar la privacidad de sus hogares, para que la conexión no se hiciera lenta y también porque varios estudiantes usaban datos móviles para clases. Una estrategia usada por los docentes fue preguntar frecuentemente y de manera aleatoria a los estudiantes, para asegurarse que estaban presentes y atentos a la clase (n=1).

Mis primeras clases era preguntar que si estaban ahí, que si me estaban escuchando, y quise hacerlo al preguntarles en forma aleatoria, así como para que dijeran "el profe está preguntando constantemente, así que no hay que irnos porque nos puede preguntar". (Personal docente 4)

10. Separar los tiempos de trabajo y hogar

Al igual que los estudiantes, los docentes tuvieron establecer horarios y límites para no dedicar más tiempo a una cosa descuidando las otras. Cuando todo se hace en la casa, los límites entre los distintos roles no son claros y se pueden desbalancear fácilmente (n=1).

Ser muy firme con el hecho de que el tiempo de las clases, que a veces, aunque yo escuchaba a la niña

llorar, sí, yo quería ir corriendo, pues yo decía: "no, tengo que estar aquí en la clase", la está atendiendo su papá. (Personal docente 10)

DISCUSIÓN

Lo más positivo de las personas entrevistadas es que todas reportaron estilos de afrontamientos centrados en los problemas y ninguna reportó estilos de afrontamiento evitativos. Ante la problemática que trajo la pandemia del COVID-19 que afectó principalmente la salud y economía, al cerrar por varios meses lugares de trabajo, instancias de gobierno, escuelas, etcétera, los docentes y estudiantes de la UACJ estuvieron a la altura al hacer todo lo posible por continuar con el proceso educativo. Si la pandemia hubiera sido hace 50 años es muy probable que las clases tendrían que haberse suspendido temporalmente, porque no se tenían las tecnologías con las que hoy contamos, pero gracias a que el internet, equipos de cómputo y *software* están al alcance de la mayoría de las personas, y al esfuerzo que hizo la universidad de buscar los recursos para hacer todo lo posible con no suspender clases, la educación continuó sin tomar pausas en ningún momento. "En un abrir y cerrar de ojos" las clases pasaron de ser presenciales a modalidad virtual,⁶ y docentes, estudiantes y personal administrativo se adaptaron, y reconocieron el esfuerzo de los directivos y personal de sistemas.

6. Las clases presenciales se suspendieron oficialmente el 20 de marzo de 2020, y tres días después inician los cursos vía remota, al ponerse en marcha el Plan de Continuidad Académica Virtual, que hacía de la plataforma Teams la vía para ofrecer las clases. La Dirección General de Tecnologías de Información de la institución abrió un sinnúmero de cursos, tutoriales y diplomados para que toda la planta docente se capacitara en el manejo de la plataforma y así evitar afectar las clases lo menos posible.

Los resultados de este estudio nos indican las estrategias de adaptación que siguieron estudiantes y docentes para hacer frente a los desafíos que se presentaron, y cada uno de estos desafíos lo iban descifrando y solucionando, haciendo posible la educación virtual a distancia. A pesar de que la mayoría de las estrategias usadas por estudiantes y docentes fueron centradas en el problema, en total 20, dos estrategias estuvieron centradas en la emoción, que fueron motivarse a ellos mismos y tener una actitud de flexibilidad ante los cambios requeridos al impartir las clases. Las 22 estrategias reportadas se dividieron en siete categorías más generales, que vamos a describir a continuación.

Preparación de equipo físico para clases. En la primera categoría se incluyen las estrategias de adaptar y modificar espacios para tomar las clases en casa, comprar equipo de cómputo y mejora del internet, cuidar de que no se interrumpan las clases con ruidos externos, adaptar otros aparatos electrónicos y, por último, buscar otros lugares para poder tomar clases. Esta categoría refleja que los estudiantes y docentes prepararon todo lo necesario para poder estar en clase de la mejor manera, de modo que contaran con lo mínimo necesario para estar a gusto. Para tomar las clases era suficiente con tener un celular y datos móviles, pero como la modalidad virtual iba a durar más tiempo de lo planeado, las personas hicieron lo posible para crear un ambiente en el cual pudieran trabajar y estar en clases con cierta comodidad.

Organización del tiempo. En la segunda categoría incluimos las estrategias de organizar el tiempo, separar los tiempos de trabajo y hogar, y levantarse temprano para preparar lo del día. Debido al confinamiento, la casa se convirtió en el

lugar de estudio, de trabajo, de convivencia, de descanso, de ejercicio, de recreación, en pocas palabras: de todo, ya que en los primeros meses no sólo se pedía estar encerrados en el hogar, sino que se cerraron todo tipo de lugares que las personas acostumbraban a frecuentar, como la escuela, restaurantes, cines, tiendas, gimnasios, etcétera. Es por esta razón que, en un principio, tanto estudiantes como docentes reportaron dedicar mucho más tiempo que lo normal a cuestiones de la escuela o del trabajo, descuidando así el tiempo con la familia o tiempo personal. Al tomar conciencia de esta situación, varias personas reportaron realizar horarios, tener rutinas que los ayudaron a cumplir con todas las obligaciones sin descuidar ninguna.

Preparación en uso de software. En la tercera categoría incluimos las estrategias de capacitación y uso de nuevos programas y aplicaciones para la educación virtual. En esta categoría había personas que ya tenían experiencia con algunas o varias herramientas, pero otras, sobre todo los profesores con mayor edad, no tenían experiencia con las plataformas virtuales. Es aquí donde todo mundo, docentes y estudiantes tuvieron que aprender o actualizarse en estos programas y aplicaciones para sacarles provecho y llevar las clases de la mejor manera posible. Plataformas como Microsoft Teams permitían conectarse a todos al mismo tiempo para clases, subir archivos, asignar trabajos y exámenes, y también aplicaciones como Whiteboard, que ayudaba a que los docentes escribieran como si fuera un pizarrón en la clase.

Preparación y estrategias de clase. En la cuarta categoría se incluyeron las estrategias de diseño y modificación de materiales, modificación de la manera de enseñar, tener mayor flexibilidad y preguntar a los estudiantes durante la clase,

Esta categoría sólo tiene estrategias reportadas por docentes. Aunque la información no cambia al trasladarse a la modalidad virtual, las formas y maneras de hacerlo sí pueden cambiar para que el aprendizaje sea mejor aprovechado por los estudiantes. Hay varios desafíos que se presentan en la modalidad virtual, como la falta de comunicación directa en clase, la falta de retroalimentación instantánea que tiene el profesor al ver el rostro de los alumnos, la facilidad con que un estudiante puede distraerse estando desde casa, la forma en que se reciben y califican trabajos, y la manera en que se ponen exámenes a los estudiantes. Por estas razones los docentes tuvieron que modificar las clases para hacerlo de tal manera que pudieran sacar el mejor rendimiento de los alumnos.

Fortalecimiento de estudio y clases. En la quinta categoría se incluyen las estrategias de investigar información de las clases en otras fuentes y repasar la clase en tiempos libres, que fueron reportadas sólo por estudiantes. Varios de ellos reportaron que al estar conectados en clases llegaron a la conclusión de que podían investigar más información en páginas de internet cuando no entendían algún material. En los tiempos libres también veían que podían repasar los apuntes, y cuando los profesores grababan las clases podían repasar alguna información que no se había entendido bien. En esta categoría se vio que algunos estudiantes tomaron la actitud de volverse autodidactas, buscando por iniciativa propia fortalecer más el conocimiento que habían recibido en clase.

Comunicación con estudiantes y universidad. En la sexta categoría se incluyeron las estrategias para tener más medios de comunicación con los estudiantes y las indicaciones de

la universidad. Estas estrategias fueron reportadas sólo por docentes. La comunicación con estudiantes y personal administrativo es muy fácil cuando se va de manera presencial a la universidad, pero una vez que todas las personas se confinaron, la comunicación no siempre fue sencilla con los estudiantes y administrativos. Es por esta razón que fue vital que los docentes fueran accesibles con los estudiantes, brindándoles todos los medios posibles para poder preguntar, recibir asesorías o comunicar cualquier tipo de situación directamente con los docentes. De hecho, algunos estudiantes batallaron con aquellos profesores que no contestaban los mensajes que se les enviaban. Otra de las dificultades fue el recibir las instrucciones por parte de la universidad para saber qué es lo que se tenía que hacer en varias circunstancias y, por este motivo, los comunicados oficiales y el estar al pendiente de ellos resultó vital para concluir todo lo que se les requería. Una buena comunicación de la administración a los docentes da mucha seguridad, claridad y paz, sobre todo si se hace con el mayor tiempo de anticipación posible.

Motivación. La séptima categoría fue la que reportaron los estudiantes de alentarse a ellos mismos. En otras preguntas que se les hicieron a los estudiantes constatamos que la mayoría reportó algún tipo de síntoma psicológico negativo debido al peligro de la pandemia del COVID-19, pero también debido al confinamiento en sus hogares. Sin embargo, la mayoría reportó hacer cosas para poder mejorar su salud mental, como empezar a hacer ejercicio, practicar meditación, leer, entre otras actividades. Esta parte de motivarse a ellos mismos lo aplicaban a sus estudios debido a que los días de confinamiento eran monótonos, ya que a lo largo del día hacían todo en sus casas y no había un

cambio de ambiente físico ni de las personas con las que convivían. El motivarse era recordarse a ellos mismos que tenían que sacar todo lo de la escuela adelante, verlo como un gran compromiso y con el mayor optimismo posible a toda la experiencia virtual, la cual, si bien no era perfecta, era mejor que el no haber tenido esta tecnología y haber suspendido clases para proteger su salud.

REFERENCIAS

- Carlat, D. J. (2016). *La entrevista psiquiátrica y el examen mental*. Philadelphia, PA: Wolters Kluwer.
- Chan, J. F., Yuan, S., Kok, K. H., To, K. K., Chu, H., Yang, J., Xing, F., Liu, J., Yip, C. C., Poon, R. W., Tsui, H. W., Lo, S. K., Chan, K. H., Poon, V. K., Chan, W. M., Ip, J. D., Cai, J. P., Cheng, V. C., Chen, H., Hui, C. K., ... & Yuen, K. Y. (2020). A familial cluster of pneumonia associated with the 2019 novel coronavirus indicating person-to-person transmission: a study of a family cluster. *Lancet*, *395*(10223), 514-523. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30154-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30154-9)
- Cormier, W. H., Cormier, L. S. (2020). *Estrategias de entrevista para terapeutas. Habilidades básicas e intervenciones cognitivo-conductuales*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Echeburúa, E., Muñoz, J. M. & Loinaz, I. (2011). La evaluación psicológica forense frente a la entrevista clínica: propuestas y retos de futuro. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, *11*(1), 141-159.
- Fundación Paso del Norte. (2022). Juárez COVID-19. <https://www.juarezcovid19.com/>
- Morrison, J. (2014). *La entrevista psicológica* (J. Cisneros, trad.). México: Manual Moderno.
- Olmos, J. (2020, 21 de marzo). Inicia Juárez su cuarentena. *El Diario*. <https://diario.mx/juarez/inicia-juarez-su-cuarentena-20200321-1642606.html>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2020). WHO Timeline - COVID-19. <https://www.who.int/news/item/27-04-2020-who-timeline--covid-19>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2022). WHO Coronavirus (COVID-19) dashboard. https://covid19.who.int/?adgroupsurvey={adgroupsurvey}&gclid=Cj0KCQjw4ImE-BhDFARIsAGOTMj9dL85GgC9htcZuTEZxSdEx1hiZL-0ZEQGHhm76HewvYQAAKZ35bX4aAm9UEALw_wcB
- Perpiñá, C. (2012). Definición de aspectos conceptuales de la entrevista. En C. Perpiñá (ed.), *Manual de la entrevista psicológica. Saber escuchar, saber preguntar* (pp. 23-50). Madrid: Ediciones Pirámide.
- Stanislowski, K. (2019, 16 de abril). The Coping Circumplex Model: An integrative model of the structure of coping with stress. *Frontiers in Psychology*, *10*(694). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00694>
- Suárez, V., Suárez-Quezada, M., Oros-Ruiz, S. & Ronquillo-De Jesús, E. (2020). Epidemiología de COVID-19 en México: del 27 de febrero al 30 de abril del 2020. *Revista Clínica Española*, *220*(8), 463-471. <https://doi.org/10.1016/j.rce.2020.05.007>
- Tintaya, C. P. (2015). Operacionalización de las variables psicológicas. Aportes metodológicos, filosóficos y culturales en psicología, *13*(63), 63-78.
- Universidad Autónoma de Ciudad Juárez (UACJ). (2020). La UACJ anuncia suspensión de clases y eventos masivos. <https://comunica.uacj.mx/16-03-2020/9693#:~:text=En%20seguimiento%20a%20las%20acciones,y%20en%20Nuevo%20Casas%20Grandes>.
- Villalpando, R. & Estrada, J. (2020, 18 de abril). Continúan abiertas en Juárez 28 fábricas con labores no esenciales. *La Jornada*. <https://www.jornada.com.mx/2020/04/18/estados/026n1est>