



Universidad Abierta Interamericana

Facultad de Ciencias de la Educación y Psicopedagogía

**Trabajo Final de carrera de Profesorado Universitario de Educación Secundaria
y Superior**

Estrés universitario en alumnos de primer año
en contexto de pandemia por Covid-19

Alumno: Almara, Natalia Gisele

Docente: Ozan, Natalia

Sede Berazategui

Diciembre 2021

Índice

Resumen	1
Introducción	3
1. Antecedentes de investigación	5
1.1. Educación remota	5
1.2. Estrés académico	5
1.3. Deserción	5
1.4. Factores intervinientes en la deserción conocidos en la actualidad	6
1.5. Programas para disminuir la deserción universitaria	6
1.6. Características del docente	7
1.7. Competencias del rol docente	7
2. Marco conceptual	9
2.1. Contexto actual	9
2.2. Educación a distancia y virtual	9
2.3. Estrés	10
2.4. Estrés académico	10
2.5. Deserción	11
3. Encuadre metodológico	13
4. Resultados	16
5. Análisis de los resultados	25
Bibliografía	32
Anexos	36

Resumen

Luego de que la OMS declaró pandemia por COVID-19 (PAHO, 2020), las instituciones educativas comenzaron a ejecutar planes de contingencia como lo son las plataformas virtuales, con el objetivo de reducir las interacciones sociales que eviten la propagación del virus. Dado este contexto surgió una pregunta. ¿Cuáles son los factores de estrés que afectan a los alumnos de primer año de la carrera de Psicología? En el siguiente trabajo se realizó una investigación de tipo cualitativa exploratoria, donde se buscó conocer y clasificar los factores de estrés que afectan a los alumnos, con el objetivo de promover intervenciones didácticas, así como también, proponer intervenciones aplicables en el ámbito pedagógico. Se halló que los factores intervinientes en el estrés de los alumnos de primer año de la carrera de psicología se relacionan a dificultades con la virtualidad , el contexto social, el contenido, factores personales, factores laborales, factores familiares y dificultades económicas. Se confirma la hipótesis, los alumnos se estresan por el contexto social, se confirma también que los alumnos se estresan por la educación remota.

Palabras clave: educación remota, educación en pandemia, estrés universitario.

Introducción

En marzo del año 2020, la OMS declara pandemia por COVID-19 (PAHO, 2020), las instituciones educativas se manifiestan en alerta poniendo en acción planes de contingencia como lo son las plataformas virtuales, con el objeto de reducir las interacciones sociales que eviten la propagación del virus. El nuevo contexto socioambiental, requirió que las universidades ofrecieran sus cátedras a través de videoconferencias y el uso de nuevas estrategias pedagógicas, como la incorporación de espacios lúdicos y de reflexión. Surgieron modificaciones incluso desde el ámbito interaccional, dado que la comunicación se tradujo a llamados, videollamados y mensajería a través de redes sociales.

En el ámbito universitario, existe deserción por parte de los alumnos de los primeros años. Dado este hecho surge una pregunta. ¿Cuáles son los factores de estrés que afectan a los alumnos de primer año de la carrera de Psicología? En el siguiente trabajo se realizó una investigación de tipo cualitativa exploratoria, donde se buscó conocer los factores estresantes que podrían incidir en los alumnos, ya sea de índole económico, ambiental, educativo, familiar, etc. Para ello se llevará a cabo una encuesta de carácter exploratorio con el fin de conocer los estresores principales. El objetivo general es conocer los factores estresantes que afectan a los alumnos de primer año en contexto pandémico. Los objetivos específicos son explorar los factores de estrés que afectan a los alumnos de primer año, promover intervenciones didácticas que alienten la continuidad pedagógica de los alumnos de primer año de la carrera de Licenciatura en psicología, proponer intervenciones aplicables en el ámbito pedagógico para la prevención de deserción en alumnos de primer año de la carrera de Licenciatura en psicología. Las participantes contestaran los formularios de manera voluntaria y de carácter confidencial, los mismos son estudiantes de primer año de la carrera de Licenciatura de Psicología en contexto de pandemia de COVID-19.

Los resultados brindarán un aporte teórico dado que en este estudio se presentan datos específicos sobre las características de los estresores más comunes dentro del ámbito pedagógico que vivencian los alumnos de primer año de la carrera de licenciatura en Psicología. Además, aportará información relevante para el armado de nuevas estrategias pedagógicas y didácticas. Los resultados y la información obtenida en este estudio contribuirían a los docentes, quienes podrán elaborar nuevos abordajes de trabajo, así como

también conocer en profundidad este tipo de problemática, en la que se generan conocimientos relevantes para brindar a los alumnos la respuesta más acorde a sus necesidades pedagógicas.

1. Antecedentes de investigación

1.1. Educación remota

García Aretio (2017) realizó una investigación que contrastó la enseñanza presencial, en comparación con los resultados de aprendizaje en la educación virtual. Como promedio, los estudiantes en el aprendizaje en línea lograron demostrar mejores resultados que los que recibieron programas presenciales; este autor en 2015, sugirió que al parecer la educación a distancia en todos sus formatos (aprendizaje digital) en los niveles universitarios y de formación profesional comienzan a superar los sistemas convencionales educación y la forma de presentación a los alumnos.

Algunos autores consideran que la educación a distancia implica un aprendizaje más autónomo y colaborativo (García Aretio, 2011).

Para llevar a cabo la continuidad de los educandos, las universidades se vieron en la necesidad de reformular la manera en la que piensan el proceso de enseñanza con el fin de mejorar la práctica educativa hasta el retorno a la modalidad presencial.

Para ello fué necesario crear una estabilidad dentro del aula virtual como una estrategia importante para que los profesores hicieran foco en la manera de enseñar; la misma requirió de un proceso en el que los docentes debieron reaprender a realizar las planificaciones y gestiones del proceso de enseñanza. En un nivel institucional, se tuvo que definir los nuevos criterios de calidad en la práctica de los docentes.

En cuanto a la modalidad pedagógica utilizada fué el aula invertida, la gestión y planificación requiere de una secuencia didáctica que considera el resultado del aprendizaje que se pretende alcanzar en cada clase, el tipo de actividades que debe resolver el educando de manera autónoma, la definición de actividades sincrónicas y el tipo de actividades que se proponen de evaluación o de cierre de la clase, dentro de esta modalidad los alumnos deben realizar una autoevaluación en función de la apropiación del aprendizaje esperado en cada clase. Es entonces que se pone el acento en la experiencia del alumno, considerando que el objeto o proceso educativo es el resultado del aprendizaje. Los docentes en esta modalidad, deben dedicar tiempo a la escucha de los alumnos y promover el intercambio entre ellos dentro del diseño de las planificaciones sincrónicas (De Vincenzi, 2019).

1.2. Estrés académico

En 2019 se realizó una investigación que tuvo como objetivo determinar si el estrés universitario genera efectos a nivel de salud y bienestar en los estudiantes de la Universidad Católica Boliviana “San Pablo” en la ciudad de Cochabamba (Cox Mayorga & Bailey Lazcano, 2020) quienes pudieron concluir que el estrés universitario tiene causas y consecuencias influyentes en la salud y bienestar de los estudiantes.

Algunos autores en 2010, investigaron en poblaciones de alumnos universitarios, estos consideraron que el estrés es un factor que está relacionado con la presencia de depresión, alcanzando un 47.2%. Encontraron que guarda una relación significativa con diversos estresores académicos. Estos autores concluyeron que con estos datos se “podrán orientar programas de intervención dirigidos a disminuir los niveles de estrés y por ende la frecuencia de depresión, generados por las diferentes situaciones de la vida universitaria” (Montoya Vélez, Gutiérrez & Toro Isaza, 2010).

1.3. Deserción

En Argentina, la problemática de mayor relevancia se relaciona con la permanencia y la graduación de los alumnos de los sistemas universitarios, en función de los niveles alcanzados, constituye en el caso de las universidades privadas, una condición de existencia o desaparición debido a que dependen exclusivamente de su matrícula o en el caso de las universidades estatales como condicionamiento presupuestario (Lattuada, 2017).

Este fenómeno se da desde hace bastante tiempo debido al acceso universal que se ofrece a la educación universitaria de ingreso libre y gratuito donde la tasa bruta para el año 2015 respecto de la escolarización universitaria refiere una población de entre 20 y 24 años que abarca el 54,7%. Se requiere de políticas públicas adecuadas, estrategias por parte de las organizaciones para el ingreso, desarrollo y graduación en pos de abordar los grandes niveles de deserción universitaria y la baja cantidad de graduados. La gran expansión de matrículas no fue acompañada por políticas de retención que brinden a los estudiantes la posibilidad de garantizar la continuidad y la culminación de sus estudios principalmente en sectores sociales con menores recursos socioeconómicos y culturales.

Este autor afirma que en el territorio argentino entre los años 2003 y 2013, la cantidad de graduados se duplicó en las universidades privadas, mientras que en las universidades estatales alcanzó una expansión de un 34,4%. Es necesario considerar, que no se debe confundir con los índices de deserción, debido a que existen estudiantes que tardan más tiempo para graduarse que el tiempo promedio entre la inscripción y la graduación utilizado para la medición.

1.4. Factores intervinientes en la deserción conocidos en la actualidad

Un factor que debe ser considerado, al momento de incurrir en el ámbito universitario, es que éste se ve atravesado por la escritura y la lectura, en específico textos académicos, dado que las actividades que han de ser realizadas en el ámbito académico como la elaboración de informes, la creación de ensayos, la preparación de lecturas para cada clase; otro de los hábitos observados consideran estar acostumbrados a textos de menor elaboración o más “fáciles”, que implican procesos de menor elaboración inferencial y argumentativa con sustento empírico (Olave Arias, Cisneros Estupiñán, & Rojas García, 2013) estos autores sugieren que el reconocimiento de las dificultades que se dan en la lectura y escritura de los alumnos ingresantes a la universidad mejoran el aprendizaje de las asignaturas específicas elevando el rendimiento académico y minimizando la deserción total o parcial.

1.5. Programas para disminuir la deserción universitaria

Algunos autores afirman, que el modo en el que se puede trabajar el problema de la deserción universitaria, implica alfabetización universitaria de manera continuada desde el inicio de la carrera, apoyando las estrategias en pos de mejoras del rendimiento estudiantil al finalizar la etapa donde estos concluyen con la educación media (Olave Arias, Cisneros Estupiñán, & Rojas García, 2013).

Además estos autores sugieren que el traspaso de la educación básica y media a la universidad requiere de cambios para lo que será necesario tanto para los docentes como para los estudiantes, prepararse y para poder evitar que dichos cambios no influyan en la calidad de la formación académica, siendo a posteriori motivo de abandono de las carreras elegidas; los procesos lectores y de escritura, pueden desarrollarse de acuerdo con las exigencias que poseen los diferentes niveles académicos, siendo un motivo de deserción académica cuando esto no sucede.

Por su parte, Delgrosso (2015) en un libro de edición realizado por la UAI, referido a la alfabetización universitaria, utilizó el humor como recurso didáctico, a través de la realización de tres investigaciones en la cátedra donde se encontraba desempeñándose como docente, tratando la importancia de la comunicación lúdica y la utilización de chistes como aporte de información lingüística en diferentes niveles como el pragmático, léxico, morfosintáctico y fónico. Esta autora sugiere que la posibilidad de reír conforma una función pedagógica, imponiendo una carga afectiva a los contenidos, propiciando el recuerdo de los mismos.

1.6. Características del docente

Según Ibarrola (2008) es imprescindible poder colaborar con los alumnos, en tanto que estos se ven recompensados por sus esfuerzos a través de la valoración del docente, con el que se genera un efecto de recompensa por parte del alumno. Es decir, que cuando el profesor logra que el educando sabe que valora su trabajo, éste es percibido como reforzador positivo (feedback) y en consecuencia aumenta su motivación.

1.7. Competencias del rol docente

A continuación será presentada una serie de competencias que no necesariamente coinciden, debido a que posiblemente existen diferentes tipos de profesionales según contexto social (los referentes sociales) el nivel del sistema educativo, dentro de un territorio específico. Perrenoud (2004:15-16) para la formación continua de dichos profesionales sugiere:

- La organización y animación de situaciones de aprendizaje.
- La gestión respecto de la progresión de los aprendizajes.
- La elaboración y ejecución de dispositivos de diferenciación.
- Promover la implicación de los alumnos en su aprendizaje y en su trabajo.
- Trabajo en equipo.
- Participación en la gestión de la escuela.

- Informar a los padres y promover su implicación.
- Actualización tecnológica.
- El afrontamiento de los deberes y los dilemas éticos de la profesión.
- Formación continua.

De una manera general, el docente se ve en la función de planificar, comunicar, tutorizar y llevar a cabo evaluaciones con una intencionalidad formativa, elaborando a través de medios y recursos didácticos, generando promoción de la calidad de la formación y actualización didáctica (Perrenoud, 2004).

Las competencias docentes serán de relevancia al momento de pensar la permanencia y calidad ética y profesional por parte de los profesores que se puedan brindar a los educandos antes situaciones de estrés. En la actualidad, para la formación de los alumnos, la educación universitaria ha sido orientada a la formación en competencias, las mismas son combinaciones complejas de conocimientos, habilidades, disposiciones y autopercepciones, donde se pone en juego el ser, el saber y el hacer (Pais, s/a).

2. Marco conceptual

2.1. Contexto actual

Para conocer la muestra analizada, es necesario conocer el contexto particular de la misma, para ello se deberá saber que en el mes de enero del año 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró emergencia de salud pública de incumbencia internacional el brote de la enfermedad por COVID - 19. En el mes de marzo del año 2020, la OMS caracteriza a esta emergencia pública como una pandemia, razón por la cual, no solo esta entidad trabaja en la manera de contener esta enfermedad, sino que también las autoridades de salud pública.

Esto trajo como consecuencia, que el Departamento de la OMS de Salud Mental y Uso de Sustancias, emitiera un mensaje a diversos grupos para dar apoyo y trabajar en pos del bienestar psicosocial, así como también la salud mental, debido al estrés que se genera en la población debido a este momento de crisis (PAHO, 2020), la información de la muestra analizada se dió en el mes de mayo de 2021, se deberá considerar esta información al momento del análisis de la misma, debido a que esta investigación sucedió tras catorce meses de aislamiento preventivo.

2.2. Educación a distancia y virtual

Ante la emergencia educativa, las universidades tanto de ámbito público como privado, recurrieron a medios informáticos, dando comienzo a una brecha en la educación, se delimitó por primera vez, la necesidad de la tecnología informática y el acceso a internet como recurso indispensable para una continuidad pedagógica, cuando antes era una opción y un campo a explorar. Dada esta contingencia el contenido académico conocido puede ser escaso. Con una mirada optimista desde el proyecto investigativo se podría pensar que la eficacia de un proyecto educativo, se encuentra no solo en la modalidad, sino en la versatilidad de los planteamientos pedagógicos que sustentan el diseño y desarrollo del proyecto (García Aretio, 1985).

La educación remota ha reducido eficazmente los obstáculos que se han ido presentando a lo largo del tiempo. Se utilizan métodos, técnicas y recursos que potencian la flexibilidad y la productividad del proceso de enseñanza-aprendizaje. Además se utilizan recursos alternativos

como recursos audiovisuales (radio, televisión, video, audio). Permitiendo materializar de una manera concreta y más efectiva, una educación permanente (Sánchez, 2003).

En las palabras de este autor, será relevante considerar que las principales fuerzas de producción tienen relación con la ciencia y la tecnología, resultando vital para el quehacer científico, el aprendizaje y la actualización permanente. Esto permitirá garantizar mayores y mejores respuestas a los contingentes problemas relacionados a la economía, la producción y la sociedad.

La educación a distancia es entonces, una alternativa que permite capacitación y aprendizaje de una manera más autónoma, sin la necesidad de la intervención permanente de un docente o incluso asistir a un curso presencial.

2.3. Estrés

Cuando se habla de estrés, se hace referencia a una reacción que posee una función adaptativa que presenta el organismo frente a las demandas del medio (Selye, 1956). Se considera estrés a los estímulos que generan reacciones y a las reacciones mismas que se generan en dicha interacción. Es decir que desde una concepción interaccionista, las respuestas fisiológicas que se generan en el organismo, los acontecimientos del ciclo vital y las características que se presentan en el ambiente social, así como también diversas valoraciones personales de los individuos conforman una respuesta de estrés (Monzón, 2007). Estas respuestas presentan un considerable aumento de la activación fisiológica y cognitiva, razón por la cual influye en la percepción de las situaciones y sus respectivas demandas, para ello es necesario un procesamiento más rápido de la información recibida y en consecuencia, resulta necesario la búsqueda de soluciones donde se recurrirá a un repertorio de respuestas aprendidas (Castrillón et. al 2015).

Según el autor, esto generará una activación elevada (sobreactivación) en los niveles fisiológico, cognitivo y conductual, siendo efectivo para el sujeto en principio. Luego generará consecuencias negativas, las mismas dependen de la intensidad, frecuencia y duración de la respuesta, también son de relevancia, los órganos que se ven involucrados, las características particulares del sujeto, los hábitos de salud (ejercicio, descanso, sueño, modos de alimentación, factores intervinientes del entorno social/familiar, creencias negativas respecto de la salud y edad).

2.4. Estrés académico

El estrés psicológico es considerado un factor de riesgo en el desarrollo de enfermedades crónicas. En un campo académico, cuando esto se produce normalmente se utiliza el término estrés académico. Es esperable que los individuos experimenten reacciones de estrés a lo largo de su vida. Cuando estas reacciones se prolongan a lo largo del tiempo, se puede traducir en una serie de problemas de salud.

Las instituciones educativas se interesan en conocer los niveles de estrés académico en los estudiantes, debido a que el estrés ha sido asociado a enfermedades tales como depresión, fallas en el sistema inmune e incluso patologías crónicas así como también cardíacas. Estas razones se ven asociadas al fracaso escolar y a un empobrecimiento en el desempeño académico (Pulido Rull et al., 2011) otros autores afirman que el estrés académico aumenta sus niveles a partir del progreso del estudiante (Putwain, 2007) y se eleva gradualmente en aquellos que cursan sus estudios universitarios (Dyson y Renk, 2006) respecto de los estudios superiores podrían ser considerados, debido a sus grandes cargas de trabajo el punto más alto de estrés académico, así como también, debido a cuestiones que se relacionan con el ciclo vital del sujeto (Arnett, 2000).

Además, el periodo en el que se ingresa a la universidad coincide con un proceso de separación de la familia, el ingreso al mundo laboral y la adaptación a un nuevo ámbito (Beck, Taylor y Robbins, 2003).

2.5. Deserción

Considerando que el estrés genera consecuencias en las personas, y que el exceso de ello, genera problemas en la salud de los alumnos. En algunas ocasiones los alumnos extienden su período de aprendizaje, en otros casos llegan a la deserción. A continuación se analizarán posibles factores que favorecen la deserción mayormente reconocidos hasta el momento.

En el ámbito académico, existen dos problemas de mayor relevancia estos son la repetición y la deserción. Los estudiantes que ingresan al sistema educativo tienen las opciones de aprobar, repetir o abandonar sus estudios (Moreno L., D. & Moreno González, A., 2005) estos autores sugieren que tanto la repetición como la deserción, representan un desperdicio de los recursos humanos y económicos afectando los niveles de eficiencia del sistema educativo, siendo así, la deserción la instancia académica final en la que se alcanza el fracaso escolar.

Según Olave Arias, Cisneros Estupiñán, & Rojas García (2013) existe la necesidad de alfabetizar académicamente con el objetivo de obtener en el alumno un nivel de lectura comprensiva, una escritura argumentativa y expositiva, donde el alumno desarrolle habilidades para elaborar informes, realizar ensayos o inclusive poder responder en una evaluación con el fin de obtener mejores resultados, así como también garantizar la permanencia en la educación terciaria y superior.

La deserción universitaria es un problema de alcance internacional, en el caso de América Latina, el problema de la deserción debe ser analizado según el contexto socioeconómico de un territorio en particular, en función del sistema educativo circundante (Ramírez & Corvo, 2007).

Estos autores afirman que tanto la deserción escolar como el retraso en los estudios son problemas de una magnitud internacional. Por ejemplo, en España existe bajo rendimiento académico y es baja la cantidad de alumnos que alcanzan aprobar las asignaturas en los tiempos esperados. En el caso de Latinoamérica, estos autores afirman que la deserción debe ser contextualizada socioculturalmente y en particular considerando una visión general de los sistemas educativos vigentes en cada país. Así mismo, concluyeron que “cuando el alumno no tiene claro su objetivo, meta, plan de vida, es más costoso que permanezca y concluya sus estudios universitarios.” (Ramírez & Corvo, 2007).

Algunos autores insisten en el carácter relevante de la alfabetización académica que poseen como fin la mejora de las habilidades de lectoescritura en los estudiantes universitarios y evitar sus consecuencias como lo es en este caso la deserción (Olave Arias, Cisneros Estupiñán, & Rojas García, 2013).

La deserción académica en el ámbito universitario, se observa en diversos países del mundo y se da en todas las carreras. La causalidad es variada, abarca desde la escasez de los recursos económicos, la falta de orientación vocacional, factores económicos, una baja calidad educativa y dificultades en el rendimiento académico en función de las circunstancias que se dan en el entorno sociocultural de cada sujeto (Vélez y López, 2004).

3. Encuadre metodológico

3.1. Tipo de Diseño

El siguiente estudio es exploratorio, de acuerdo con Hernández y Sampieri (2014), los estudios exploratorios permiten examinar un tema de investigación poco estudiado, el cual no ha sido abordado con anterioridad o acerca del cual se tienen muchas dudas, e indagar nuevas perspectivas de la problemática.

El desarrollo del mismo, permite a los investigadores analizar fenómenos desconocidos o novedosos, como los factores de estrés que presentan los alumnos con la pretensión de indagar respecto de una perspectiva innovadora en el contexto de pandemia por COVID-19; información que permite, además, conocer el estado afectivo de los alumnos y así ajustar las expectativas de logro en función de las estrategias didácticas utilizadas.

Esta es una investigación que tiene como premisa, recabar información relevante para obtener mayor repertorio de alternativas pedagógicas y didácticas que se encuentran en el ámbito académico universitario en el abordaje de nuevas estrategias para la emergencia educativa que pone como desafío la pandemia de COVID-19 y la educación en la virtualidad en alumnos de la Universidad Abierta Interamericana en el primer año de la carrera de Licenciatura en Psicología.

3.2. Planteamiento del problema en forma de interrogante

¿Cuáles son los factores de estrés que afectan a los alumnos de primer año de la carrera de Psicología?

3.3. Hipótesis

H1: Los alumnos de primer año de psicología se estresan debido a factores del contexto de pandemia por COVID -19.

H2: Los alumnos de primer año de psicología se estresan debido a factores relacionados a la educación remota.

3.4. Objetivo general

- Conocer los factores de estrés que afectan a los alumnos de primer año en contexto de pandemia de COVID-19.

3.5. Objetivos específicos

- Clasificar los factores de estrés que afectan a los alumnos de primer año de la carrera de Licenciatura en Psicología.
- Promover intervenciones didácticas que alienten la continuidad pedagógica de los alumnos de primer año de la carrera de Licenciatura en Psicología.
- Proponer intervenciones aplicables en el ámbito pedagógico para la prevención de deserción en alumnos de primer año de la carrera de Licenciatura en Psicología.

3.6. Muestra y muestreo

Las participantes contestaran los formularios de manera voluntaria y de carácter confidencial, los mismos son estudiantes de primer año de la carrera de Licenciatura de Psicología en contexto de pandemia de COVID-19.

3.7. Relevancia y justificación

3.7.1. Teórica. Los conocimientos obtenidos colaborarán con futuras investigaciones basadas en estudios relacionados a la educación en la virtualidad en contexto de la pandemia de COVID-19. Propuestas educativas a partir de los estresores y la educación a distancia.

3.7.2. Pedagógica. Con la siguiente investigación, se pretende ofrecer propuestas innovadoras para intervenir en alumnos de los primeros años de las carreras universitarias.

3.7.3. Didáctica. Con la información obtenida en el presente trabajo, se brindarán conocimientos que colaboren en futuras elaboraciones de propuestas de intervenciones para los desafíos de la virtualidad en la pandemia por COVID-19.

3.8. Instrumentos

Para llevar esta investigación a cabo, se recopiló información a través de formularios electrónicos de difusión masiva.

Teniendo en cuenta que el estrés es un sentimiento de tensión física o emocional, que puede provenir de cualquier situación o pensamiento que lo haga sentir a uno frustrado, furioso o nervioso. Constituye una reacción del cuerpo a un desafío o demanda del exterior. Responda la siguientes preguntas:

- ¿Qué factores o circunstancias te estresan de la Universidad?
- ¿Hay factores externos a la universidad que te generan estrés? ¿Familiares, laborales, sociales?
- ¿Alguna vez pensaste en dejar la Universidad? En caso afirmativo. ¿Cuáles fueron tus razones? (ver en anexo formulario de preguntas de carácter exploratorio).

4. Resultados

La encuesta realizada Ad Hoc permite un acercamiento a las dimensiones iniciales. Fueron respondidos 73 cuestionarios. A continuación se presentan los tópicos más relevantes detallados por los alumnos de primer año de la carrera de Psicología.

Tabla 1

¿Qué factores o circunstancias te estresan de la Universidad?

	“No lograr entender algo por perder una clase por la falta de luz o internet”.
	“El contacto estrecho con la persona, es difícil ser claros en la virtualidad”.
	“Que sea todo digital, la plataforma y no tener el trato que se genera en lo presencial”.
	“No conocer a mis compañeros por la virtualidad, no tener ese contacto en la clase con el profesor y los demás compañeros, las exposiciones orales, leer textos y autores y no entender ciertos conceptos que expresan”.
	“A mí, por mi edad, 55, la plataforma, la adaptación al sistema virtual”.
	“La virtualidad”.
	“La cursada online, los exámenes orales”.
	“Me estresa la modalidad e incomunicación que tiene con ella”.
Virtualidad	“El aprendizaje con modalidad virtual y no presencial, ya que siento que limita a los alumnos”.

Virtualidad y contenidos

“Me estresa un poco el enfoque de algunas materias a trabajar en equipo, no por el hecho de que no me guste hacerlo, al contrario, sino por el contexto en el cual se aborda. Creo que es muy difícil interactuar, interpelar y hacer puestas en común cuando ni siquiera se conoce la voz o la cara de la otra persona, y por más que esto suceda los medios actuales (zoom, blackboard) no enriquecen la diversidad de opiniones sino que exaltan la exposición y el posterior miedo que veo en muchos/as en hacer el ridículo, por lo que es más conveniente llamarse a silencio, apagar la cámara y pasar lo más desapercibido que se pueda, además esta modalidad llevó a que se divida el contenido de un tema en particular entre los integrantes provocando que cada uno conozca una parte del mismo y no el todo”.

“La virtualidad principalmente, si bien tiene su lado bueno, como el hecho de que estás en tu hogar, ahorras en tiempo de viaje ida/vuelta, tienes todo al alcance tuyo, además de la disponibilidad y el acceso eficiente a internet. Sin embargo, leer y estudiar muchos pdfs o distintos textos, estar encerrado, sentado frente a la computadora, no llegar a completar o hacer actividades con algunas materias porque no te alcanza el tiempo u otros motivos, son cuestiones que me terminan estresando y poniendo mal, me frustran”.

“No es la primera carrera universitaria que arrancó, y en esta es particularmente excesiva la cantidad de material dado semana a semana para leer, sobre todo en algunas materias puntuales. Los zooms a veces son brindados de manera muy apurada, no dando lugar en muchas oportunidades a aportar mucho”.

“La virtualidad, los temas son muy extensos para ser explicados en 1 o 2 clases virtuales. Además a veces la conexión es inestable”.

Contenidos

“La cantidad de textos para estudiar”.

“Tendría que ser más didáctico”.

“Me estresa el hecho de no entender muchos conceptos, la ausencia de una base que me permita sentirme más cómoda con el vocabulario técnico o la intensidad de las materias”. “El no poder rendir como se espera es mi estrés.

“Tenés que leer mucho texto y/o tener exámenes orales”.

“Me estresa el hecho de no entender muchos conceptos, la ausencia de una base que me permita sentirme más cómoda con el vocabulario técnico o la intensidad de las materias”.

“La entrega de trabajos, y la carga horaria”.

“El tener que resumir constantemente y que las fechas de cada materia sean muy cercanas entre sí”.

“La cantidad excesiva de material en muy poco tiempo para procesarlo o siquiera leerlo”

“La cantidad que tenemos que ver, para todas las materias, igual en parte es por mala organización del estudiante, no hay algo concreto que sienta que es de la institución”

“Tener mucho contenido para leer”.

“Demasiada información y conceptos nuevos para adquirir”.

“Sentir que no llego con los horarios, que son pocas horas del día para todo lo que hay que estudiar y leer. A veces siento que no hice mucho en el día y me estresa”.

“Simplemente que no es mi zona de confort. Acostumbrado al conocimiento técnico, estudiar esto es muy diferente pero el tema de la dificultad es muy subjetivo”.

“Sentir que nunca llego a estar al día con las clases, todo se me junta y no tengo tiempo para realizar actividades que me gustarían”.

“Actividades de entrega extensas que se juntan con otras actividades de otras materias”.

“Los parciales tan cerca, la falta de conocimiento.

conflicto en las entregas de varias cursadas al mismo tiempo”.

“El medir a través del tiempo, los exámenes (parciales, finales) el condicionamiento que otorga este método es muy intenso en el momento de evaluar, se entiende que debemos tener una organización, pero también se debería tener en cuenta los factores externos que pueden dificultar la entrega”.

	<p>“Las notas, las fechas de entrega, no llegar con las bibliografías”</p> <p>“la superposición de tareas, o no poder entender con claridad una clase tensa en la que los profesores se van mucho por las ramas”</p> <p>“En este momento les cuento que comencé con muchas ganas e ilusiones , pero me encontré que es muy exigente por ser q nunca curse en facultad , piden lenguaje académico cuando no tengo idea y te ponen baja nota por no poder expresarlo eso me tiro un poco abajo”</p> <p>“Los temas de organización y contenido. Y también la legibilidad de las fotocopias”.</p>
<p>Contenido/Personales</p>	<p>“El no sentir que tengo tantos conocimientos previos, que los profesores los dan por sabido al momento de dar las clases”.</p> <p>“Compaginar las clases, el trabajo, la familia y la cantidad de textos para llevar adelante las materias”.</p> <p>“Me estresa que algunos profesores den muchos trabajos prácticos, y que las clases no sean dinámicas. Explican a más no poder y a veces no se les puede seguir el ritmo, considero que explicar muchos temas en una sola clase a veces se torna complicado”.</p>
<p>Contenido/ Administrativos</p>	<p>“Son muchos contenidos con términos que no estamos acostumbrados a emplear y desconocemos.</p> <p>Al ingresar tarde ya que el instituto me acepto en la carrera pero no mencionó que había iniciado la misma y al no habérmelo comunicado, no logro ponerme al día”.</p>
<p>Personales</p>	<p>“En realidad no se si es estrés, pero me repregunto y sigo observando si es realmente en donde debo estar”.</p> <p>“Que a veces algunos profesores se extienden mucho en lo que hablan y se pierde el hilo de comprensión”</p> <p>“Sentir que es mucho para mí”.</p> <p>“No lograr los objetivos”.</p> <p>“Todas las que tenga que expresarse de forma oral”.</p> <p>“Las exposiciones orales”.</p> <p>“Por ahí el ritmo de estudio es mucho y me exijo como para poder cumplir con todo”.</p> <p>“Los anuncios de materias en días que no corresponden , lo impersonal de lo virtual, el tiempo que conlleva”.</p>

	<p>“Me agobia la acumulación de trabajos y que los docentes no sean comprensivos en ciertas situaciones”.</p> <p>“Compañeros y compañeras que no dejan participar acaparando la palabra en las clases. Docentes que subestiman al estudiante. Poca claridad en las consignas y poca didáctica en las clases”.</p>
Laborales/personales	<p>“No tengo claridad de días y horarios para cursar, es decir si no puedo concurrir hoy en ese horario, voy a otro. Pero es obligatorio todos los días cumplir si o si con el turno. Para alguien que trabaja lo parte al medio en el turno que esté. Ej yo trabajo día por medio de 7.30 a 20.30 qué horario me conviene? ¡Ninguno! Pero si yo pudiera cursar 1 o 2 materias los días que no trabajo sería feliz”.</p>

Tabla 2

¿Hay factores externos a la universidad que te generan estrés? ¿Familiares, laborales, sociales?

Familiares	<p>“Mi hermana murió hace unos meses luego de una larga batalla con un cáncer terminal. Vivo con trastorno de ansiedad generalizado, familia disfuncional”.</p> <p>“Obviamente, la presión y la idealización que se tiene sobre mí por parte de mi familia me lleva a esforzarme más, incluso dejando de lado aprender y tan solo aprobar”.</p> <p>“En este último tiempo mi familia familiares, que no entienden que la facu me estresa y eso hace que me estresa más, pienso que soy una exagerada”.</p> <p>“Si, obvio. Familiar. Estoy atravesando una separación de una relación de 10 años con un hijo de 5 años, siendo ama de casa. Si bien tenemos muy buen trato, no fue una decisión tomada por mi”</p> <p>“Mi familia, me agobia, me estresa el constante ruido, bullicios, es lo que más actualmente me tiene mal”.</p> <p>“Mi padre enfermó las últimas dos semanas, y falleció hace unos días. Vivía conmigo, no pude verlo más desde que lo internaron”.</p> <p>“A veces algunas cuestiones familiares pero poco relevantes creo para esta encuesta”.</p> <p>“Si, mi familia en general”.</p> <p>“Tengo una nena chiquita y cuando curso estoy con</p>
------------	---

	<p>ella. Entonces mi cabeza se divide en 2: la clase y mi hija”.</p> <p>“Mis papás, a veces están en otra sintonía que la mía y no me permite concentrarme como se debe”.</p> <p>“En mi caso la familia, dejar de lado a mi hija pequeña muchas horas, por día aunque por suerte mi esposa me ayuda cuidándola”.</p> <p>“En mi casa viven muchas personas y hay mucho ruido constante, hablan alto, puertas que se cierran, personas caminando. Ya de por si, me cuesta concentrarme, pero con todos estos factores externos me cuesta más”.</p>
Sociales/Familiar	<p>“Si. Los factores que me influyen mucho en mi caso, son los temas respecto a lo familiar y lo social. A veces se siente mucha presión en cuanto tener que rendir bien todas las materias, en mi caso ser la única que estudia de mi familia, que se pongan todas las expectativas en uno a veces cuesta sostenerlo”.</p>
Sociales	<p>“Si, principalmente sociales frente a esta situación actual de pandemia”.</p> <p>“El aumento de la cuota, la situación de actual, la conciencia de la gente, politización de la salud, la hipocresía, el desempleo”</p> <p>“Mi país me genera estrés e incertidumbre, y esto ya pasaba sin pandemia. Laboralmente estoy a punto de perder el trabajo y por consiguiente esta en riesgo mi continuidad en la facultad”.</p>
Sociales/Laborales	<p>“En este momento trabajar en la pandemia”.</p>
Laborales	<p>“Combinar lo laboral con la universidad es intrincado y muchas veces para poder equilibrar mis tareas en uno, me veo en la situación de estar en falta con el otro”.</p> <p>“Lo laboral sin duda”.</p> <p>“Laborales si, trabajo en una obra social y la situación actual de la sociedad, el mundo y la pandemia influyen mucho en el trato del día a día”.</p> <p>“Muchas horas de trabajo no me permiten abordar la bibliografía como quisiera. Habitar con mis padres actualmente complica mi espacio de concentración y estudio”.</p> <p>“Si, factores laborales”.</p>
Económicos	<p>“El factor economía me estresa bastante, estoy pagando mi carrera con mucho esfuerzo”.</p> <p>“Si la parte económica”.</p> <p>“Problemas económicos”.</p>

Tabla 3

¿Alguna vez pensaste en dejar la Universidad? En caso afirmativo. ¿Cuáles fueron tus razones?

Respuesta:

El 54% de los alumnos respondieron afirmativamente.

Personales	<p>“Tener miedo de no poder lograr entender las materias o la carrera y fracasar”.</p> <p>“El pensar si es realmente lo que pensaba la carrera”.</p> <p>“Sentir que no voy a poder”.</p> <p>“Tener miedo a no poder terminar, sentir que tal vez no puedo alcanzar los procesos mentales suficientes como para poder rendir de manera correcta, que la carrera no sea lo que espero en el futuro, etc”.</p> <p>“Económicas y el temor a no ser lo suficientemente inteligente para poder seguir”.</p> <p>“No sentirme capaz de abarcar tanto conocimiento, creer que voy más lento que el resto de mis compañeros, sentir que no puedo comprender o relacionar conceptos fundamentales de las asignaturas”.</p> <p>“La presión que me generó el tener que hacer todo perfecto”.</p> <p>“Estrés, ya que me sobre exigía mucho para comprender materias que me costaban”.</p> <p>“Dejé muchas veces y volví a empezar esperando mejores resultados . La virtualidad me ayudó. Ojala esta vez lo logre”.</p> <p>“Tener miedo a no poder terminar, sentir que tal vez no puedo alcanzar los procesos mentales suficientes como para poder rendir de manera correcta, que la carrera no sea lo que espero en el futuro, etc”.</p> <p>“La interacción. Considero que deberíamos tener todos los alumnos la cámara y micrófonos encendidos e interactuar con el docente. Es decir, que el profesor vaya dando la clase y nombrando a los alumnos esperando respuesta de la consulta, así podemos estar todos atentos a las clases (no generar retrasos en los contenidos). Por</p>
------------	---

otro lado nos ayudaría a razonar e ir a la par con el docente. Creo que así sería más productivo para el docente ya que obtiene respuesta de todos los alumnos y al no ser todos iguales podemos ver en otros muchas cosas para aprender”.

“Me resulta difícil cumplir adecuadamente, ya que tengo demasiadas exigencias desde lo laboral y familiar”.

“Mis razones fueron pensar que no soy lo suficientemente capaz para estudiar una carrera, sentirme inútil al momento de no entender un concepto, el miedo de desaprobado”.

“El tiempo, actualmente al ser persona de riesgo no estoy yendo físicamente a trabajar y eso me da más tiempo para la facultad y mi casa”.

“El sentir que no puedo con tanto, que no estoy lista para lidiar con el estrés de la cursada, los exámenes. Sentir que voy a fallar básicamente”.

“El tiempo para dedicarle”.

“Mis razones fueron pensar que no soy lo suficientemente capaz para estudiar una carrera, sentirme inútil al momento de no entender un concepto, el miedo de desaprobado”.

“La no empatía de un profesor/a”.

“No sentirme preparada para el ritmo de vida universitario, decepcionar a mis papás sacando notas bajas con lo mucho que se esfuerzan para pagar la universidad, sentir que no me encuentro en los temas que estoy estudiando y no me generan entusiasmo ni interés”.

“No llego con la lectura ni tengo tanto tiempo para estudiar”.

“Bueno, es mi primer año y mi primera vez en la Universidad, por lo cual es más que lógico que al principio todo cuesta, pero se que nada es fácil. Y los motivos digamos que tienen que ver con que no llego a estudiar o hacer todo para las 5 materias que estoy anotada, a veces la dificultad o la exigencia de alguna materia, demanda mucho de tu tiempo, atención y disponibilidad. Otro motivo que me surgió fue pensar, si seguir porque quiero seguir, o si esto es para mi, si me esta gustando la carrera y es lo que quiero para mi futuro”.

	<p>“La he dejado, tengo 31 años y por motivos de estrés, y no dar a basto entre trabajo y facultad, debí dejar el estudio. En este caso me propuse no hacerlo, pero a veces el cansancio físico y mental te pueden”.</p> <p>“La falta de tiempo para leer, o la mala organización”.</p> <p>“Sentirme que no estoy preparada”.</p> <p>“No poder contar con el tiempo suficiente para poder cumplir con las expectativas”.</p> <p>“Pensé y pienso que no voy a poder llegar con tantos contenidos 5 materias y bastante complejas al no estar acostumbrada, del sistema vaneduc del que me mostraron se cumple muy poco”.</p> <p>“El pensar que no puedo con todo, con todas las materias y no poder dar mi 100 me estresa muchísimo”.</p> <p>“Entre el trabajo y las clases sincrónicas me cuesta tener energía y motivación para la lectura o realizar actividades pendientes”.</p>
Económicos	<p>“En lo que respecta al ámbito económico, también, he dudado, ya que al comenzar la carrera era un monto a abonar y en menos de cuatro meses, ese monto ya no es el mismo, el pensar que a lo mejor no pueda concluir, por inconvenientes en el pago”.</p> <p>“Problemas económicos”.</p> <p>“La cuota”.</p> <p>“Falta de tiempo, economía”.</p> <p>“Económicas”.</p> <p>“Económicas y disponibilidad de tiempo”.</p>
Virtualidad y contexto	<p>“Mi motivo fue en el contexto covid 19 en el año 2020, la modalidad virtual en mi caso me afectó mucho ya que tenía varios problemas personales y familiares, también el estar en cuarentena y no poder salir y que todos los días sean lo mismo, me generó muchas dudas respecto a mi misma”.</p>

El 46% de los alumnos afirman no haber considerado la deserción como una opción.

5. Análisis de los resultados

Los estresores que se ven vinculados con la virtualidad, se asocian a posibles pérdidas de suministros eléctricos o de internet (“No lograr entender algo por perder una clase por la falta de luz o internet”), esto se debe a la imposibilidad de acceso en las ocasiones en las que esto sucede.

También, en consideración de nuestra naturaleza social, la virtualidad impuso una distancia imposible de romper, razón por la cual, en algunos casos resultó más dificultoso entablar vínculos con compañeros de clase (“Que sea todo digital, la plataforma y no tener el trato que se genera en lo presencial”. “No conocer a mis compañeros por la virtualidad, no tener ese contacto en la clase con el profesor y los demás compañeros, las exposiciones orales, leer textos y autores y no entender ciertos conceptos que expresan”. “Me estresa la modalidad e incomunicación que tiene con ella”).

Otro aspecto importante de la virtualidad es la dificultad que representó en aquellos que no tenían formación en tecnología (“A mí, por mi edad, 55, la plataforma, la adaptación al sistema virtual”), en aquellos casos la alfabetización tecnológica es fundamental para llevar a cabo la cursada a distancia.

Los estresores que se relacionan con los contenidos implican dificultad de comprensión, dificultad para organizarse (“Los parciales tan cerca, la falta de conocimiento, conflicto en las entregas de varias cursadas al mismo tiempo”. “El medir a través del tiempo, los exámenes (parciales, finales) el condicionamiento que otorga este método es muy intenso en el momento de evaluar, se entiende que debemos tener una organización, pero también se debería tener en cuenta los factores externos que pueden dificultar la entrega”), déficit en el hábito de lectura (“La cantidad excesiva de material en muy poco tiempo para procesarlo o siquiera leerlo”), déficit en lenguaje académico (“Me estresa el hecho de no entender muchos conceptos, la ausencia de una base que me permita sentirme más cómoda con el vocabulario técnico o la intensidad de las materias”).

Los estresores que se suman, además tienen relación con variables propias de los alumnos desde su propia individualidad y subjetividad, en ocasiones los niveles de estrés se elevan y al educando le resulta difícil discernir entre las variables verdaderas de estrés (“Compañeros y

compañeras que no dejan participar acaparando la palabra en las clases. Docentes que subestiman al estudiante. Poca claridad en las consignas y poca didáctica en las clases”. “Me agobia la acumulación de trabajos y que los docentes no sean comprensivos en ciertas situaciones”. “Por ahí el ritmo de estudio es mucho y me exijo como para poder cumplir con todo”. “Que a veces algunos profesores se extienden mucho en lo que hablan y se pierde el hilo de comprensión”. “Sentir que es mucho para mí”. “No lograr los objetivos”).

Se encontraron factores externos a la universidad que generan estrés en los alumnos, los mismos se relacionan con variables familiares, sociales, laborales y económicas.

La familia cumple un rol de apoyo importante en la vida de los educando, razón por la cual, cuando esto no sucede provoca niveles de estrés que intervienen en la vida de los alumnos (“Obviamente, la presión y la idealización que se tiene sobre mí por parte de mi familia me lleva a esforzarme más, incluso dejando de lado aprender y tan solo aprobar”. “En este último tiempo mi familia familiares, que no entienden que la facu me estresa y eso hace que me estresa más, pienso que soy una exagerada”) en otras situaciones, las preocupaciones por la salud y tener a un miembro de la familia con ciertas condiciones físicas también influyen en el estrés de los alumnos (“Mi hermana murió hace unos meses luego de una larga batalla con un cáncer terminal. Vivo con trastorno de ansiedad generalizado, familia disfuncional”).

Además, la familia en la educación a distancia, formó parte de este estrés (“Tengo una nena chiquita y cuando curso estoy con ella. Entonces mi cabeza se divide en 2: la clase y mi hija”. “En mi casa viven muchas personas y hay mucho ruido constante, hablan alto, puertas que se cierran, personas caminando. Ya de por si, me cuesta concentrarme, pero con todos estos factores externos me cuesta más”).

El contexto social, también dejó su aporte como parte de los estresores (“Si, principalmente sociales frente a esta situación actual de pandemia”. “El aumento de la cuota, la situación actual, la conciencia de la gente, politización de la salud, la hipocresía, el desempleo”. “Mi país me genera estrés e incertidumbre, y esto ya pasaba sin pandemia. Laboralmente estoy a punto de perder el trabajo y por consiguiente está en riesgo mi continuidad en la facultad”).

Debido a que la muestra representa una población de primer año de una carrera universitaria, muchos alumnos trabajan y estudian, es esos casos, diversas razones laborales influyen en el estrés académico (“Muchas horas de trabajo no me permiten abordar la bibliografía como quisiera. Habitar con mis padres actualmente complica mi espacio de concentración y estudio”. “Laborales si, trabajo en una obra social y la situación actual de la sociedad, el mundo y la pandemia influyen mucho en el trato del día a día”. “Combinar lo laboral con la universidad es intrincado y muchas veces para poder equilibrar mis tareas en uno, me veo en la situación de estar en falta con el otro”).

A considerar que siendo la muestra analizada parte de una universidad privada, en ocasiones factores económicos influyen en el estrés de los educandos (“El factor economía me estresa bastante, estoy pagando mi carrera con mucho esfuerzo”).

Se encontró en la muestra analizada que el 54% de los alumnos pensó en desertar de la carrera, los factores reconocidos por los alumnos se relacionan con estresores personales (La falta de tiempo para leer, o la mala organización”. “Sentirme que no estoy preparada”. “No poder contar con el tiempo suficiente para poder cumplir con las expectativas”. “Pensé y pienso que no voy a poder llegar con tantos contenidos 5 materias y bastante complejas al no estar acostumbrada, del sistema vaneduc del que me mostraron se cumple muy poco”. “El pensar que no puedo con todo, con todas las materias y no poder dar mi 100 me estresa muchísimo”. “Entre el trabajo y las clases sincrónicas me cuesta tener energía y motivación para la lectura o realizar actividades pendientes”), económicos (“En lo que respecta al ámbito económico, también, he dudado, ya que al comenzar la carrera era un monto a abonar y en menos de cuatro meses, ese monto ya no es el mismo, el pensar que a lo mejor no pueda concluir, por inconvenientes en el pago”. “Problemas económicos”. “La cuota”) y además variables relacionadas con la virtualidad y el contexto (“Mi motivo fue en el contexto covid 19 en el año 2020, la modalidad virtual en mi caso me afectó mucho ya que tenía varios problemas personales y familiares, también el estar en cuarentena y no poder salir y que todos los días sean lo mismo, me generó muchas dudas respecto a mi misma”).

En respuesta a las hipótesis sugeridas en la investigación;

Se confirma la hipótesis 1, los alumnos de primer año de psicología se estresan debido a factores del contexto de pandemia por COVID -19.

Se confirma la hipótesis 2, los alumnos de primer año de psicología se estresan debido a factores relacionados a la educación remota.

3. Conclusiones

En resumidas palabras, los estresores hallados en la muestra de alumnos de primer año de la carrera de psicología dentro de un contexto de pandemia, se relacionan con la virtualidad, los contenidos presentados, estresores personales y laborales.

Luego de la realización de este trabajo de investigación exploratoria, se puede afirmar que son diversos los factores por los cuales los alumnos se estresan, es importante pensar al alumno como un individuo particular, que viene cargado de una historia, un contexto social, una familia, que atraviesa diferentes circunstancias para alcanzar sus objetivos, razón por la cual, los docentes no pueden resolver o interceder en las dificultades particulares de cada educando, pero sí puede favorecer el desarrollo académico del mismo, siempre que se pueda comprender la complejidad de cada uno, brindando un espacio de escucha y empatía, desde las dimensiones posibles, intercediendo además en la propia superación de encontrar nuevas herramientas para desarrollar su rol docente a través de la reflexión de la propia práctica.

En respuesta al objetivo general, los factores de estrés que afectan a los alumnos de primer año en contexto de pandemia de COVID-19 encontrados en la muestra de alumnos que participaron de las encuestas, alude a estresores que se relacionan no solo con el ámbito académico sino que además se relacionan con variables de contexto específico como la educación en la virtualidad, dificultades administrativas propias de la institución, la dificultad de los contenidos y los modos de organización para adquirir los mismos, incluidos preceptos personales auto percibidos, conflictivas familiares de diversas índoles, así como también estresores laborales.

En respuesta a los objetivos específicos, los factores de estrés en alumnos universitarios de primer año en contexto de pandemia por Covid - 19 pueden ser clasificados en:

- Dificultades con la virtualidad; problemas con la conexión a internet, luz, dispositivos electrónicos, problemas de adaptación a la plataforma.
- Contexto; estar encerrado, pérdida de intimidad (ruidos).
- Contenido; dificultad de comprensión, dificultad para organizarse, déficit en el hábito de lectura, déficit en lenguaje académico.

- Personales; pensamientos acerca de sí mismo, proyecciones en los otros.
- Laborales; horarios rotativos, cargas horarias extensas, presión/tensión.
- Familiares; tensión/problemas familiares, desequilibrio entre trabajo/estudio/crianza de hijos, convivencia.
- Económicos; economía actual, pago de cuotas.

Promoción de intervenciones didácticas adaptado al contexto de educación a distancia

- Referido a las intervenciones que alienten la continuidad pedagógica respondiendo a los objetivos específicos, es importante considerar que el docente se permita la incorporación del humor a sus clases, debido a que las emociones desarrollan un papel fundamental, incidiendo en la selección de los estímulos que captan la atención, la codificación y la recuperación de recuerdos, generando así que los estados emocionales influyan en la retención de la memoria a largo plazo, contribuyendo a la mejora del proceso de aprendizaje. (Tyng et al., 2017). De esta manera se pueden implementar materiales audiovisuales como recursos complementarios, así como también historietas, videos, posteos de redes sociales (reels, videos de TikTok, memes, etc). Estos recursos dependerán de las habilidades y competencias del docente, quien tendrá que adaptar los contenidos a su estilo personal.
- Además será fundamental la alfabetización tecnológica para los profesionales, quienes podrán desarrollar su labor con mayores alternativas didácticas.
- Sería interesante la consideración de problematizaciones a través de estos materiales con la utilización de diapositivas y trabajo asincrónico, considerando la importancia de generar un aprendizaje significativo (Ausubel, 2002), siendo este un proceso cognitivo que desarrolla nuevos conocimientos, para que, sean incorporados a la estructura cognitiva del estudiante, conocimientos que solo pueden surgir si los contenidos tienen un significado, que los relacione con los anteriores, facilitando la memorización.
- Respecto de las dificultades halladas con el lenguaje académico, será necesario realizar alfabetización académica dentro del espacio áulico, para lograr un clima de confianza donde los educandos se sientan cómodos para realizar preguntas. Es importante que el perfil del docente posea competencias de escucha activa y respetuosa, esto le permitirá llegar de manera más eficaz a sus alumnos, para que estos puedan sentirse aptos y capaces de realizar preguntas, manifestar los temas de mayor dificultad y se permitan verbalizar las dudas más importantes respecto de los temas abordados en la cátedra . Considerando que esta habilidad implica comprensión y cuidado, para el alcanzar el desarrollo de la comunicación, especialmente en el ámbito de enseñanza-aprendizaje. (Gómez et al., 2011).

Intervenciones aplicables en el ámbito pedagógico para la prevención de deserción en alumnos de primer año de la carrera de Licenciatura en Psicología

- La incorporación de un auxiliar docente quien colaboraría con el docente. La constitución de esta pareja pedagógica implica un aporte en dos direcciones, dado que el contexto de pandemia afecta a los alumnos y docentes.
- Utilización de estrategias para intervenciones grupales, con el fin de integrar el grupo y generar sentido de pertenencia en el que podrán hallar un espacio de comprensión y empatía, dado que siendo alumnos ingresantes, muchos comienzan por primera vez una carrera de grado, en algunos casos como se halló en las respuestas de los propios alumnos, no encuentran apoyo en sus hogares o con familiares y amigos.
- Es interesante considerar, que el docente deberá trabajar dentro de un encuadre motivacional, donde la utilización de reforzadores sociales como el feedback positivo, brindarán de manera explícita el apoyo por parte del docente hacia sus alumnos.
- Utilización de material de soporte alternativo al texto. (La importancia de volver a lo concreto)
- Apertura de espacio de comentarios y consultas a la cátedra.
- Alfabetización tecnológica a los alumnos.
- Seminario/Taller respecto de los hábitos saludables para tener una salud física y mental equilibrada desde las posibilidades reales de los alumnos (incluyendo aprendizaje de habilidades emocionales).

Bibliografía

- Arnett, J.J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teen through the twenties. *American Psychologist*, 55, 469-480.
- Beck, R., Taylor, C. y Robbins, M. (2003). *Missing home: Sociotropy and autonomy and their relationship to psychological distress and homesickness in college freshmen*. *Anxiety, Stress and Coping*, 16, 155-162.
- Capomagi, D. (2015). La escritura académica en el aula universitaria. En Rotstein de Gueller, B. & Soláns, A. (1a ed.) *Alfabetización Académica: Contribuciones de una década de jornadas de intercambio en investigación*. (pp. 55-72) Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Teseo; Universidad Abierta Interamericana.
- Castrillón, E., Sarsosa, K., Moreno, F., & Moreno, S. (2015). Estrés académico y sus manifestaciones inmunológicas: La evidencia de la psico-neuro-endocrino-inmunología. *Salutem Scientia Spiritus*, 1(1). Recuperado a partir de <https://revistas.javerianacali.edu.co/index.php/salutemscientiaspiritus/article/view/1358>
- Consideraciones psicosociales y de salud mental durante el brote de COVID-19. Publicado 2020-08-11. Pan American Health Organization. Recuperado de: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/52571>

Cox Mayorga, V. ., & Bailey Lazcano, R. (2020). Efectos del estrés universitario en la salud y bienestar de los estudiantes, 2019 . *Revista Con-Sciencias Sociales*, 12(23), 46–57.
<https://doi.org/10.35319/consciencias.2020238>

De Vincenzi, A (2019). *Del aula presencial al aula virtual universitaria en contexto de pandemia de Covid-19. Avances de una experiencia universitaria en carreras presenciales adaptadas a la modalidad virtual*. Universidad Abierta Interamericana.
<https://www.uai.edu.ar/docencia/orientaciones-pedag%C3%B3gicas/>

Dyson, R. y Renk, K. (2006). Freshmen adaptation to university life: Depressive symptoms, stress and doping. *Journal of Clinical Psychology*, 62, 1231-1244.

García Aretio, L. (1985). *Licenciados extremeños de la UNED*. Mérida: UNEDMérida.

García Aretio, L. (2011). Perspectivas teóricas de la educación a distancia y virtual. *Revista Española De Pedagogía*, 69(249), 255-271. Retrieved May 29, 2021, from <http://www.jstor.org/stable/23766395>

García Aretio, L. (2017). Educación a distancia y virtual: calidad, disrupción, aprendizajes adaptativo y móvil. *Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*. 20(2), pp. 09-25.

Gómez, A., Gómez, I., Perez Rodriguez, A. (2011). Técnicas de comunicación creativas en el aula: escucha activa, el arte de la pregunta, la gestión de los silencios. *Educación y Futuro*, 24, pp. 153-177

Hernández Sampieri, R. (2014). *Metodología de la investigación sexta edición*. McGraw Hill/ Interamericana Editores, S.A. de C.V.

IBARROLA, M. (2008). Formación escolar por competencias. Mexico, *Gaceta Ide@s Concyteg*, n. 39.

Lattuada, M. (2017). Deserción y retención en las unidades académicas de educación superior. una aproximación a las causas, instrumentos y estrategias que contribuyen a conocer y morigerar su impacto. *Debate Universitario*. (pp. 100-113).

López Villafaña, L., Beltrán Solache, A., & Pérez Chávez, M. A. (2014). Deserción escolar en universitarios del centro universitario UAEM Temascaltepec, México: estudio de caso de la licenciatura de Psicología. *Revista Iberoamericana de Evaluación Educativa*, 7(1), 91–104.

Mayán, M. (2001). Introducción a los Métodos Cualitativos: Módulo de entrenamiento para estudiantes y profesionales. Iztapalapa: Universidad Autónoma Metropolitana.

Montoya Vélez, L. P., Gutiérrez, J. A., & Toro Isaza, B. E. (2010). Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. *CES Medicina*, 24(1).

Recuperado a partir de <https://revistas.ces.edu.co/index.php/medicina/article/view/1011>

Montiel, P. & Vera García, F. (2011). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicología y Salud*, Vol. 21, Núm. 1: 31-37.

Monzón, M. (2007) Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de Psicología*. Vol. 25, núm. 1, págs. 87-99

- Moreno L., D. & Moreno González, A. (2005) Deserción escolar. *Revista Internacional de Psicología*. Vol. 06 Núm. 01.
- Olave-Arias, G., Cisneros-Estupiñán, M., & Rojas-García, I. (2013). Deserción universitaria y alfabetización académica. *Educación y Educadores*, 16(3), 455–471.
- Pais, E. (s/a). Competencias a ser desarrolladas por profesionales en formación en el contexto de las prácticas profesionales supervisadas. *P113 49 Práctica Profesional Supervisada*.(pp. 1-3). Universidad Abierta Interamericana.
- Perrenoud, Ph. (2004). Diez nuevas competencias para enseñar. Invitación al viaje. Barcelona : Graó & México, Secretaría de Educación Pública (trad. en español de Dix nouvelles compétences pour enseigner. Invitation au voyage. Paris : ESF, 1999).
- Pulido Rull, M. , Serrano Sánchez, M., Valdés Cano, E. , Chávez Méndez, M. , Hidalgo Putwain, D. (2007). Researching academic stress and anxiety in students: Some methodological considerations. *British Educational Research Journal*, 33, 207-219.
- Ramírez, M. G. E. H., & Corvo, M. B. C. (2007). Causas de Deserción de Alumnos de Primeros Semestres de una Universidad Privada. *Revista Mexicana de Orientación Educativa*, 5(12), 34–39.
- Sánchez, A. (2003). La educación a distancia. *Ileana Regla. ACIMED*, vol. 11, n. 1. [s/n pp.]
- Selye, H. (1956). *The stress of life*. New York: McGraw-Hill.

Vélez, A. y López, D. (2004). Estrategias para vencer la deserción universitaria. Revista Educación y Educadores, 7, 177-203 [on line]. Recuperado el 26 de mayo de 2021 de: <https://educacionyeducadores.unisabana.edu.co/index.php/eye/article/view/555/648>

Anexos

Encuesta Ad Hoc exploratoria estrés universitario

¿Qué factores o circunstancias te estresan de la Universidad?
¿Hay factores externos a la universidad que te generan estrés? ¿Familiares, laborales, sociales?
¿Alguna vez pensaste en dejar la Universidad?
En caso afirmativo. ¿Cuáles fueron tus razones?

Respuestas

¿Qué factores o circunstancias te estresan de la Universidad?
Creo que me estresa el hecho de preocuparme más por la nota que por aprender
No lograr entender algo por perder una clase por la falta de luz o internet
En realidad no se si es estrés, pero me repregunto y sigo observando si es realmente en donde debo estar.
Mucho contenido, poco tiempo, difícil adaptación. El problema soy yo !
Me estresa el hecho de no entender muchos conceptos, la ausencia de una base que me permita sentirme más cómoda con el vocabulario técnico o la intensidad de las materias. El no poder rendir como se espera es mi estrés.
Que a veces algunos profesores se extienden mucho en lo que hablan y se pierde el hilo de comprensión
sentir que es mucho para mí
El pago de los aranceles y el temor a no entender o no llegar con todas las materias al mismo nivel de claridad.
la virtualidad, los tiempos, algunos de los docentes.
La verdad estoy súper conforme con la universidad, lo único que quizá cambiaría es que algunos profesores hagan más interactivas las clases.
Tenes que leer mucho texto y/o tener exámenes orales.
La virtualidad, los temas son muy extensos para ser explicados en 1 o 2 clases virtuales. Además a veces la conexión es inestable.
La cantidad de textos para estudiar Tendria que ser mas didactico
El no sentir que tengo tantos conocimientos previos, que los profesores los dan por sabido al momento de dar las clases,
No tener caridad de días y horarios para cursar, es decir si no puedo concurrir hoy en ente horario, voy a otro. Pero es obligatorio todos los día cumplir si o si con el turno. Para alguien que trabaja lo parte al medio en el turno que este. Ej yo trabajo día por medio de

7.30 a 20.30 qué horario me conviene? ¡Ninguno! Pero si yo pudiera cursar 1 o 2 materias los días que no trabajo sería feliz.
Me estresa el hecho de no entender muchos conceptos, la ausencia de una base que me permita sentirme más cómoda con el vocabulario técnico o la intensidad de las materias. El no poder rendir como se espera es mi estrés.
Son muchos contenidos con términos que no estamos acostumbrados a emplear y desconocemos. Al ingresar tarde ya que el instituto me acepto en la carrera pero no mencionó que había iniciado la misma y al no habérmelo comunicado, no logro ponerme al día.
Me agobia la acumulación de trabajos y que los docentes no sean comprensivos en ciertas situaciones.
La entrega de trabajos, y la carga horaria.
Que sea todo digital, la plataforma y no tener el trato que se genera en lo presencial.
No lograr los objetivos
no conocer a mis compañeros por la virtualidad, no tener ese contacto en la clase con el profesor y los demás compañeros, las exposiciones orales, leer textos y autores y no entender ciertos conceptos que expresan
El tener que resumir constantemente y que las fechas de cada materia sean muy cercanas entre sí
Hasta la fecha no hay circunstancias o situaciones propias de la universidad que me estresen.
Todas las que tenga que expresarme de forma oral.
La cantidad excesiva de material en muy poco tiempo para procesarlo o siquiera leerlo
La cantidad que tenemos que ver, para todas las materias, igual en parte es por mala organización del estudiante, no hay algo concreto que sienta que es de la institución
Hoy, todo el tema administrativo que me sucedió, estoy inscripta atrasada sin saber, estoy gestionando sola materias y no entiendo a veces nada.
A mí, por mi edad, 55, la plataforma, la adaptación al sistema virtual.
Las exposiciones orales
Tener mucho contenido para leer
Por ahí el ritmo de estudio es mucho y me exijo como para poder cumplir con todo.
Demasiada información y conceptos nuevos para adquirir
Me estresa que algunos profesores den muchos trabajos prácticos, y que las clases no sean dinámicas. Explican a más no poder y a veces no se les puede seguir el ritmo, considero que explicar muchos temas en una sola clase a veces se torna complicado.
La cantidad horaria
Ahora ninguno soy grande lo hago por placer
la virtualidad
Sentir que no llego con los horarios, que son pocas horas del día para todo lo que hay que estudiar y leer. A veces siento que no hice mucho en el día y me estresa.
La cantidad de textos en conjunto a la virtualidad

no conocer a mis compañeros por la virtualidad, no tener ese contacto en la clase con el profesor y los demás compañeros, las exposiciones orales, leer textos y autores y no entender ciertos conceptos que expresan
La no empatía de un profesor/a
Los anuncios de materias en días que no corresponden , lo impersonal de lo virtual, el tiempo que conlleva.
Compañeros y compañeras que no dejan participar acaparando la palabra en las clases. Docentes que subestiman al estudiante. Poca claridad en las consignas y poca didáctica en las clases.
la cuota, que no se empiecen desde el principio, que den por sentados temas,
Simplemente que no es mi zona de confort. Acostumbrado al conocimiento técnico, estudiar esto es muy diferente pero el tema de la dificultad es muy subjetivo.
Todo el material para leer, es lógico que así sea porque estoy en la universidad ,pero me voy a ir a acostumbrado al ritmo.
Por ahora no
Sentir que nunca llego a estar al día con las clases, todo se me junta y no tengo tiempo para realizar actividades que me gustarían.
Compaginar las clases, el trabajo, la familia y la cantidad de textos para llevar adelante las materias
Actividades de entrega extensas que se juntan con otras actividades de otras materias.
La cursada online, los exámenes orales
Me estresa la modalidad e incomunicación que tiene con ella
La virtualidad principalmente, si bien tiene su lado bueno, como el hecho de que estás en tu hogar, ahorras en tiempo de viaje ida/vuelta, tenes todo al alcance tuyo, además de la disponibilidad y el acceso eficiente a internet. Sin embargo, leer y estudiar muchos pdfs o distintos textos, estar encerrado, sentado frente a la computadora, no llegar a completar o hacer actividades con algunas materias porque no te alcanza el tiempo u otros motivos, son cuestiones que me terminan estresando y poniendo mal, me frustran.
El medir a través del tiempo, los exámenes (parciales, finales) el condicionamiento que otorga este método es muy intenso en el momento de evaluar, se entiende que debemos tener una organización, pero también se debería tener en cuenta los factores externos que pueden dificultar la entrega.
No es la primera carrera universitaria que arrancó, y en esta es particularmente excesiva la cantidad de material dado semana a semana para leer, sobretodo en algunas materias puntuales. Los zooms a veces son brindados de manera muy apurada, no dando lugar en muchas oportunidades a aportar mucho.
Que los profesores te traten de ignorantes delante de todos por no saber.
Los parciales tan cerca, la falta de conocimiento.
La falta de psicopedagogía, en ocasiones hay profesores que te hacen sentir, que tenés que saberlo todo. En ciertos casos, la falta de empatía.
Contenido y tiempo

Los tiempos. El trabajar y estudiar. Son tiempos muy acotados para dedicarle al estudio pero no imposible..
El trato de algunos profesores.
El trato de algunos profesores.
la superposición de tareas, o no poder entender con claridad una clase tensa en la que los profesores se van mucho por las ramas
En este momento les cuento que comencé con muchas ganas e ilusiones , pero me encontré que es muy exigente por ser q nunca curse en facultad , piden lenguaje académico cuando no tengo idea y te ponen baja nota por no poder expresarlo eso me tiro un poco abajo
Los exámenes. Se pone en juego tu conocimiento
Los finales
El aprendizaje con modalidad virtual y no presencial, ya que siento que limita a los alumnos
conflicto en las entregas de varias cursadas al mismo tiempo
Me estresa un poco el enfoque de algunas materias a trabajar en equipo, no por el hecho de que no me guste hacerlo, al contrario, sino por el contexto en el cual se aborda. Creo que es muy difícil interactuar, interpelar y hacer puestas en común cuando ni siquiera se conoce la voz o la cara de la otra persona, y por más que esto suceda los medios actuales (zoom, blackboard) no enriquecen la diversidad de opiniones sino que exaltan la exposición y el posterior miedo que veo en muchos/as en hacer el ridículo, por lo que es más conveniente llamarse a silencio, apagar la cámara y pasar lo mas desapercibido que se pueda, ademas esta modalidad llevo a que se divida el contenido de un tema en particular entre los integrantes provocando que cada uno conozca una parte del mismo y no el todo,
Las notas, las fechas de entrega, no llegar con las bibliografías
Los temas de organización y contenido. Y también la legibilidad de las fotocopias.
Ninguno
El contacto estrecho con la persona, es difícil ser claros en la virtualidad.

¿Hay factores externos a la universidad que te generan estrés? ¿Familiares, laborales, sociales?
Si, en varios ámbitos me encuentro en una situación de estrés en especial en el familiar y el económico son los que me tienen en un momento de estrés considerable
Si, Todos
el tiempo de administrar las actividades.
Mi hermana murió hace unos meses luego de una larga batalla con un cáncer terminal. Vivo con trastorno de ansiedad generalizado, familia disfuncional.
obviamente, la presión y la idealización que se tiene sobre mí por parte de mi familia me lleva a esforzarme más, incluso dejando de lado aprender y tan solo aprobar.

En este último tiempo mi familia
familiares, que no entienden que la facu me estresa y eso hace que me estrese más, pienso que soy una exagerada
El factor economía me estresa bastante, estoy pagando mi carrera con mucho esfuerzo.
familiares
Me genera estrés en el contexto en el que curso, con una computadora muy muy vieja y un wifi no tan bueno.
No.
Sociales
Familiares laborales
si.
Trabajo. No poder ordenar ambos horarios
obviamente, la presión y la idealización que se tiene sobre mí por parte de mi familia me lleva a esforzarme más, incluso dejando de lado aprender y tan solo aprobar.
Si, obvio. Familiar. Estoy atravesando una separación de una relación de 10 años con un hijo de 5 años, siendo ama de casa. Si bien tenemos muy buen trato, no fue una decisión tomada por mi
Para alguien que trabaja y estudia, apartando los vínculos sociales, a veces se me hace complicado poder cumplir en ambos sectores.
Si, laborales y familiares
Si, laboralmente, cuando hay muchas exigencias.
Sociales
si, familiares y sociales
Si claro, el trabajo y el tener que mantener una casa
Si, principalmente sociales frente a esta situación actual de pandemia.
Ninguno
combinar lo laboral con la universidad es intrincado y muchas veces para poder equilibrar mis tareas en uno, me veo en la situación de estar en falta con el otro
Mi familia, me agobia, me estresa el constante ruido, bullicios, es lo que más actualmente me tiene mal
Mi padre enfermo las últimas dos semanas, y falleció hace unos días. Vivía conmigo, no pude verlo más desde que lo internaron.
A veces algunas cuestiones familiares pero poco relevantes creo para esta encuesta.
Laboral si
Si, mi familia en general
Tengo una nena chiquita y cuando curso estoy con ella. Entonces mi cabeza se divide en 2: la clase y mi hija
Si, laboral.
Si. Los factores que me influyen mucho en mi caso, son los temas respecto a lo familiar y lo social. A veces se siente mucha presión en cuanto tener que rendir bien todas las

materias, en mi caso ser la única que estudia de mi familia, que se pongan todas las expectativas en uno a veces cuesta sostenerlo.
No
Si la parte económica !
familiares
Mis papás, a veces están en otra sintonía que la mía y no me permite concentrarme como se debe.
No
si, familiares y sociales
Lo laboral sin duda
Laborales si, trabajo en una obra social y la situación actual de la sociedad, el mundo y la pandemia influyen mucho en el trato del día a día.
Muchas horas de trabajo no me permiten abordar la bibliografía como quisiera. Habitar con mis padres actualmente complica mi espacio de concentración y estudio.
el aumento de la cuota, la situación de actual, la conciencia de la gente, politización de la salud, la hipocresía,el desempleo,
En mi caso la familia, dejar de lado a mi hija pequeña muchas horas, por día aunque por suerte mi esposa me ayuda cuidandola.
No...
No
En mi casa viven muchas personas y hay mucho ruido constante, hablan alto, puertas que se cierran, personas caminando. Ya de por si, me cuesta concentrarme, pero con todos estos factores externos me cuesta más.
si.
Trabajo
Problemas económicos
Si, factores laborales
No, por el momento solo el estudio virtual y la Universidad
No, por el momento no me generan estrés.
Laborales y sociales definitivamente
Laborales.
En este momento trabajar en pandemia.
Puede que social, la gente tiene como muy determinado, que tenés que terminar una carrera en cierta cantidad de tiempo. Y también los comentarios hacía las universidades, dónde se escucha un discurso de que tenés que vivir para la facultad.
El trabajo. Queda menos tiempo para dedicar a la carrera
No por lo general no soy de estresarme. Suelo organizar bastante bien los tiempos y eso me da tranquilidad.
Laborales.
Laborales.

no ninguno
Y es un conjunto entre el trabajo y la situación que vivimos hoy en dia claro que se convierte en un todo
Laboralmente.
No tanto
Por ahora no
si, familiares, económicos y emocionales
Mi país me genera estrés e incertidumbre, y esto ya pasaba sin pandemia. Laboralmente estoy a punto de perder el trabajo y por consiguiente está en riesgo mi continuidad en la facultad.
Gracias a dios tengo una vida de familia tranquila y disfruto mi trabajo, pero es muy demandante y me deja poco tiempo para dedicarme a esto que amo
Realizo muchas actividades que no puedo dejar y tengo muy poco tiempo
Economico
No.

¿Alguna vez pensaste en dejar la Universidad?	En caso afirmativo. ¿Cuáles fueron tus razones?
NO	
SI	Tener miedo de no poder lograr entender las materias o la carrera y fracasar
SI	el pensar si es realmente lo que pensaba la carrera
SI	Sentir que no voy a poder
SI	tener miedo a no poder terminar, sentir que tal vez no puedo alcanzar los procesos mentales suficientes como para poder rendir de manera correcta, que la carrera no sea lo que espero en el futuro, etc.
NO	
NO	pensé en darme de bajas en algunas materias pero no en dejar la universidad
SI	Económicas y el temor a no ser lo suficientemente inteligente para poder seguir.
SI	no sentirme capaz de abarcar tanto conocimiento, creer que voy más lento q el resto de mis compañeros, sentir que no puedo comprender o relacionar conceptos fundamentales de las asignaturas.
NO	
SI	La presión que me genero el tener que hacer todo perfecto.
SI	Estrés, ya que me sobre exigía mucho para comprender materias que me costaban
SI	Por no poder cumplir debido a la presión laboral y familiar
NO	

SI	Dejé muchas veces y volví a empezar esperando mejores resultados . La virtualidad me ayudó. Ojala esta vez lo logre.
SI	tener miedo a no poder terminar, sentir que tal vez no puedo alcanzar los procesos mentales suficientes como para poder rendir de manera correcta, que la carrera no sea lo que espero en el futuro, etc.
SI	La interacción. Considero que deberíamos tener todos los alumnos la cámara y micrófonos encendidos e interactuar con el docente. Es decir, que el profesor vaya dando la clase y nombrando a los alumnos esperando respuesta de la consulta, así podemos estar todos atentos a las clases (no generar retrasos en los contenidos). Por otro lado nos ayudaría a razonar e ir a la par con el docente. Creo que así sería hasta más productivo para el docente ya que obtiene respuesta de todos los alumnos y al no ser todos iguales podemos ver en otros muchas cosas para aprender.
NO	
SI	Me resulta difícil cumplir adecuadamente, ya que tengo demasiadas exigencias desde lo laboral y familiar.
NO	
SI	Económicas y disponibilidad de tiempo.
SI	mis razones fueron pensar que no soy lo suficientemente capaz para estudiar una carrera, sentirme inútil al momento de no entender un concepto, el miedo de desaprobado
SI	El tiempo, actualmente al ser persona de riesgo no estoy yendo físicamente a trabajar y eso me da más tiempo para la facultad y mi casa.
NO	
NO	
SI	el sentir que no puedo con tanto, que no estoy lista para lidiar con el estrés de la cursada, los exámenes. Sentir que voy a fallar básicamente
NO	
NO	
NO	
SI	El tiempo para dedicarle
NO	
NO	
NO	
SI	Mi motivo fue en el contexto covid 19 en el año 2020, la modalidad virtual en mi caso me afectó mucho ya que tenía varios problemas personales y familiares, también el estar en cuarentena y no poder salir y que todos los días sean lo mismo, me generó muchas dudas respecto a mi misma.
NO	

SI	Económicas
NO	
NO	
NO	
SI	mis razones fueron pensar que no soy lo suficientemente capaz para estudiar una carrera, sentirme inútil al momento de no entender un concepto, el miedo de desaprobado
SI	La no empatía de un profesor/a
SI	Falta de tiempo, economía.
NO	
SI	La cuota,
NO	
NO	
NO	
SI	No sentirme preparada para el ritmo de vida universitario, decepcionar a mis papás sacando notas bajas con lo mucho que se esfuerzan para pagar la universidad, sentir que no me encuentro en los temas que estoy estudiando y no me generan entusiasmo ni interés.
SI	No llego con la lectura ni tengo tanto tiempo para estudiar
SI	Entre el trabajo y las clases sincrónicas me cuesta tener energía y motivación para la lectura o realizar actividades pendientes
SI	Problemas económicos
NO	
SI	Bueno, es mi primer año y mi primera vez en la Universidad, por lo cual es más que lógico que al principio todo cuesta, pero se que nada es fácil. Y los motivos digamos que tienen que ver con que no llego a estudiar o hacer todo para las 5 materias que estoy anotada, a veces la dificultad o la exigencia de alguna materia, demanda mucho de tu tiempo, atención y disponibilidad. Otro motivo que me surgió fue pensar, si seguir porque quiero seguir, o si esto es para mí, si me está gustando la carrera y es lo que quiero para mi futuro.
SI	El momento difícil que pasa mi mamá (secuelas de un accidente cerebro vascular) En lo que respecta al ámbito económico, también, he dudado, ya que al comenzar la carrera era un monto a abonar y en menos de cuatro meses, ese monto ya no es el mismo, el pensar que a lo mejor no pueda concluir, por inconvenientes en el pago.
SI	La he dejado, tengo 31 años y por motivos de estrés, y no dar a basto entre trabajo y facultad, debí dejar el estudio. En este caso me propuse no hacerlo, pero a veces el cansancio físico y mental te pueden.
NO	

SI	La falta de tiempo para leer, o la mala organización.
SI	Sentirme que no estoy preparada.
SI	No poder contar con el tiempo suficiente para poder cumplir con las expectativas
NO	
SI	Económica.
SI	Económica.
NO	.
SI	Pensé y pienso que no voy a poder llegar con tantos contenidos 5 materias y bastante complejas al no estar acostumbrada, del sistema vaneduc del que me mostraron se cumple muy poco
SI	El pensar que no puedo con todo, con todas las materias y no poder dar mi 100 me estresa muchísimo.
NO	
NO	
NO	
NO	
NO	Aunque desaprobe o tenga que dejar materias que todavía no me pasó le voy a meter porque sueño con ser psicóloga
SI	Falta de tiempo
NO	
SI	La carrera es extensa. Además yo tenía como una idea de cómo era facultad, expectativas que por experiencia es distinta para cada persona. La comunicación en la virtualidad y también tomar otro rubro de estudio diferente.