STRESS IN FIFTH-GRADE CHILDREN: INTERACTIVE WORKSHOP PROPOSAL

Angie Lisbeth Patiño Benites Usat
Silvia Georgina Aguinaga Doig Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo

The increase in stress in the population is present in the classroom and notoriously compromises school learning. The purpose of the quantitative study was to design interactive workshops to reduce stress in children aged 10 and 11, using a non probabilistic sample of 30 students. A questionnaire of 19 items, valid (99%) and reliable (94%) was used. Among the main results, 80% were found to have health problems at medium and high levels. Regarding the school environment, 100% were located in the extreme levels of stress, where more than 60% border worrying ranges. Finally, acquired through family routines, 100% reach medium and high categories. Meanwhile, strategies such as relaxation exercises, painting techniques, self-identification of emotions, organization of healthy routines, joint meditation were proposed on a projective basis. It stands out as benefits of the contribution, the integration of the elementary student, teachers and family members in beneficial activities. It was concluded that programs in early attention to social and emotional needs should be incorporated into the curriculum, given the constant change in education in light of conjunctural aspects that affect these processes.

Introducción

La vida de las personas ha sufrido diversos cambios con la presencia de la COVID-19. Ciertos mecanismos inusuales y de incertidumbre abrumaron la cotidianidad, provocando ansiedad en las personas por un retorno a la normalidad. Ciertamente, la etapa de pandemia propicio escenarios de inestabilidad, crisis, inseguridad e inexperiencia al verse restringidas de manera imprevista toda clase de actividades sociales, familiares, deportivas, etc.; generando como respuesta orgánica el estrés en la población en general. Así lo afirman las investigaciones de Di Napoli (2022) y Huarcaya-Victoria (2020).

El ámbito educativo no es ajeno y aproximadamente 1 380 millones de estudiantes no asistieron al colegio de forma presencial, es decir, un 91,3 % de la población infantil ha sido perjudicada a nivel mundial según la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2020). En esas circunstancias, los estudiantes asumían retos acordes a su nivel socioeconómico, que demandaban un trabajo conjunto de los agentes educativos a fin de lograr aprendizajes significativos y estabilidad en el aspecto cognitivo y emocional. Sin duda, es aquí donde fluye el estrés en los escolares y sus familias, ocasionado, incluso, por elementos sociodemográficos y por la perspectiva que se pueda tener de la situación, como afirman Bernedo et al. (2022). Una de las manifestaciones más comunes del estrés, según Díaz (2021), es la presencia de signos de irritabilidad e inquietudes tanto en niños como en padres durante el desarrollo de las clases en modalidad remota, puesto que debían compartir un solo dispositivo de gama baja o media con otros integrantes de su familia, hacer uso de señal limitada en tiempo y velocidad del servicio de Internet, depender del acompañamiento de un adulto-familiar o realizar aprendizaje autónomo sin mayores orientaciones didácticas. Todo lo anterior encaja en el concepto de tecnoestrés al que hacen alusión Sánchez-Macías et al. (2021).

A nivel internacional, se puede afirmar que España ha liderado desde el año 2012 el abordaje del estrés en niños cuando propone el Inventario de Estrés Cotidiano Infantil (IECI). Desde aquel tiempo es usado a fin de dar a conocer, en diversos contextos, una variedad de resultados. Se

promueven de esta forma estrategias de afrontamiento eficaces ante situaciones de estrés (Fernández-Martín et al., 2015). Cabe precisar que el IECI está direccionado al ámbito de la salud con perspectiva clínica. A propósito, este aspecto constituye una limitante que, en el estudio, se supera al adaptarse el instrumento al contexto educativo, como respuesta a un vacío presente y escasa producción científica con estrategias pedagógicas para abordar el estrés en la escuela.

Un estudio reciente en el mismo país es el de Martínez-Vicente et al. (2019), quienes listan los factores intervinientes en el aprendizaje y cómo afecta de manera negativa al desenvolvimiento escolar, y obtienen como resultado el estrés cotidiano influenciado por la metodología empleada y la motivación. El trabajo corrobora la necesidad de una intervención mediante tácticas, estrategias, metodologías para la prevención, así como intervenir frente al estrés, el cual puede generarse en un ambiente áulico o fuera de este. También Suárez-Riveiro et al. (2020) analizaron la relación existente entre las estrategias, motivación, quehacer educativo, desenvolvimiento escolar y el estrés en grupos cuyas edades oscilan entre los 10 y 12 años. Los autores alegan la presencia de un fuerte vínculo y plantean un bagaje de estrategias en el marco de la intervención psicoeducativa con el fin de prevenir, mitigar el estrés y brindar habilidades de resistencia en los agentes educativos. Este trabajo constituye, por tanto, el referente más cercano, útil en el planteamiento de las acciones en torno a los talleres interactivos.

En Latinoamérica, Chile, Schonhaut et al. (2021) afirmaron que la pandemia mundial ha manifestado diversos problemas sociodemográficos del hogar, el maltrato en sus dos modalidades: físico y psicológico, lo que provoca entre sus integrantes la presencia de estrés y ansiedad sin saber cómo atenuar esa situación. Por consiguiente, es relevante mencionar el rol del adulto, quien es el llamado a garantizar ambientes seguros para el desarrollo de los menores y que puedan asumir de forma llevadera situaciones desconocidas. Al mismo tiempo, en Argentina, Román et al. (2021) testifican que la salud mental y social ha sido afectada por el contexto vivido y ha generado depresión, ansiedad, estrés y un porcentaje alto de sintomatología emocional. Así pues, se considera necesaria la presencia de un soporte externo que desarrolle la capacidad de resiliencia en cada individuo. A su vez, Hernández y Gutiérrez (2012), en México, ya habían determinado diversos estilos de resistencia en donde se involucraron a niños con altos niveles de estrés cuyo rango de edad está entre los 10 y 13 años. Sin duda, los estudios previos inducen la temática en el campo educativo con propuestas viables que puedan ser incluidas en planificaciones curriculares y el actuar pedagógico contemple como una amenaza la presencia del estrés en niños, que implique, en consecuencia, la oportunidad de fortalecer el componente emocional desde las aulas.

En el ámbito nacional, resaltan algunas investigaciones. Por un lado, Chávez (2020) propuso un modelo socioemocional para afrontar la COVID-19, el cual tenía como muestra a estudiantes del último nivel primario, a quienes se les aplicó un cuestionario que permitió diagnosticar que más del 60% de los evaluados presentan un bajo nivel emocional y solo un 3% un nivel emocional alto. Se concluye, por lo tanto, que es pertinente la presencia de un modelo socioemocional para hacer frente a la pandemia. Por otro lado, Lovón y Cisneros (2020) trabajaron con una muestra de universitarios en los que midieron los estragos de la presencia del virus en la educación virtual; el estrés fue un hallazgo notorio. Entonces, se pudo inferir que la presencia del estrés en el rubro académico genera, en la vida de los discentes, desniveles perjudiciales para su desempeño en general. Los estudios mencionados muestran las inquietudes que surgen en la pandemia mundial del SARCS- CoV2. Sin embargo, carecen de un nivel experimental o análisis del actual estado que afectan a los escolares y constituyen fundamento suficiente para el aporte en este estudio, por ser relevante y atender la brecha de conocimiento existente.

Ahora bien, en el análisis específico del problema, otros diagnósticos dan cuenta de ciertos detalles. Los estudiantes presentaban altos niveles de estrés suscitando tensión para conciliar el sueño, desmotivación, aislamiento y desnivel en sus emociones; afirma Vásquez (2020). Por su lado, Llamocuro-Mamani et al. (2021) muestran cifras alarmantes; el 30% y el 42% de adultos, jóvenes y niños, presentan algún problema relacionado con la salud mental, situación generada por la pandemia. Así mismo, en el trabajo de Orrego (2022), el 68% de los docentes manifiestan altos

niveles de estrés a causa del desbalance vida-trabajo; abundante carga laboral, temor al contagio y la preocupación por el bienestar de los estudiantes. Cortés (2021) menciona que el retante y habitual uso de la tecnología suma al proceso difícil de adaptación que atravesaron, que desencadenó en cuadros de ansiedad y depresión.

En este contexto, se ubican los educandos de quinto año de primaria de una institución educativa y es probable que el problema esté relacionado con las exigencias de un intempestivo cambio en el sistema de enseñanza y constituya un desafío para los estudiantes. Otros factores influyentes son el apoyo familiar, la capacidad instalada y recursos tecnológicos necesarios, así como la situación misma del estado de emergencia que mantuvo en zozobra a la población. Se ha observado, entonces, escasa participación en clase, desánimo para realizar las tareas y falta de cumplimiento de las mismas, irritabilidad y manifestaciones fisiológicas de cansancio (dolor de cabeza, ardor en las vistas), bajos niveles de control de las emociones, disminución en las calificaciones que solían obtener y deserción escolar. Todo lo anterior motivó el planteamiento de la pregunta ¿cómo contribuir al manejo del estrés en aulas del nivel primario? Se optó de esa manera por diseñar talleres interactivos dirigidos en niños de entre 10 y 11 años.

A propósito, ciertos fundamentos teóricos mantienen la perspectiva de hacer posible la atención de estas necesidades en escolares. Por un lado, la teoría de Vygotsky afirma que el crecimiento del ser humano y el proceso cognitivo se relaciona con el proceso de socialización en el que están involucradas, las creencias culturales del individuo (Ruiz-Campo et al., 2022). En ese propósito, la zona de desarrollo próximo facilita el aprendizaje teniendo como involucrados tanto a los docentes como a los padres, para generar el aprendizaje desde su experiencia. Por otro lado, Escallón et al. (2019) determinan que el trabajo unipersonal no es más eficaz que el trabajo conjunto, dado que se realizaría una articulación entre los involucrados. Todo lo antes mencionado se relaciona estrechamente con los talleres interactivos planteados en la investigación en donde se integran estrategias dinámicas entre los actores educativos. Además, se tiene en cuenta la teoría de afrontamiento, estrés y procesos cognitivos de Lazarus, con la cual se considera el estrés como un desbalance que afecta de manera interna y externa la vida de las personas, pues lleva a peligrosos extremos de riesgo para la integridad emocional y física. Este postulado coincide en lo fundamental del vínculo persona-entorno, idea resaltada en la revisión de Ferreira y Calderón (2022). De este modo, las coincidencias argumentadas fortalecen la base para la propuesta en cuestión.

Entre otros aspectos de la teoría, cabe definir la tecnoeducación, un elemento presente como factor exógeno y con influencia en la adquisición del estrés. Según Méndez (2022), el concepto se refiere a la innovación pedagógica vinculada a lo tecnológico que hace uso de metodologías activas y donde el docente es un facilitador del aprendizaje; por ende, los alumnos se encargan de ejecutar las actividades de forma grupal con el fin de lograr los objetivos y metas planteadas, bajo el enfoque colaborativo que demanda. La incorporación del término involucra entonces cercanía con posibles causas, sobre todo constituye el nuevo escenario para actuar concordante con los planteamientos de Vygotsky y Lazarus.

De otro lado, de manera empírica, los diagnósticos de la realidad son el respaldo a la elaboración de la propuesta, puesto que confirman los niveles de estrés en el grupo selecto. Con ello se justifica el aporte al ser desarrollado con criterios suficientes como poseer alta implicancia práctica; porque brinda estrategias didácticas pertinentes y realizables y hace uso del escenario áulico y del recurso humano, es decir, no demanda de costos para invertir bajo cualquier modalidad educativa. Así mismo, es una contribución teórico-metodológica, puesto que consensua lo pedagógico con el campo psicológico dando un soporte a la formación holística del estudiante; organizado con variados mecanismos versátiles, en línea con las competencias del currículo nacional con enfoque de atención para todos y promoción de la calidad y el objetivo 4 de desarrollo sostenible (UNESCO, 2021). Además, contribuye a sostener, cuidar y aprender según lo establecido por el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2021), dado que el programa de talleres brinda apoyo socioemocional en contextos escolares y de la vida cotidiana, sirviendo flexiblemente, en contribución a la buena convivencia y mejora de la salud en sociedad. Por ello, finalmente, se

afirma poseer alto impacto social y económico, en respuesta a las demandas para el desarrollo regional de la educación y la salud.

Materiales y Método

El estudio no experimental con propuesta se vale de procedimientos cuantitativos y, a partir de la descripción y teorización minuciosa, modela un aporte, tal como sugiere metodológicamente el diseño de Estela (2020).

Acerca de la población, y basados en las orientaciones de Hernández-Sampieri y Mendoza (2018), estuvo constituida por 91 estudiantes del quinto grado de primaria de una institución educativa de Chiclayo, organizados en las aulas de clase A, B y C. En la selección de la muestra, con criterios no probabilísticos y carácter intencionado, se contó con la sección A, constituida por 30 estudiantes; en el muestreo prevalecieron los criterios sugeridos por Arias-Gómez et al. (2016): accesibilidad, homogeneidad y representatividad.

En el recojo de información, se utilizó el inventario de estrés cotidiano infantil (IECI), una herramienta que, según Trianes et al. (2012), posee elementos psicométricos suficientes y consta de 19 ítems de respuestas basadas en «nunca», «a veces» y «siempre», planteamientos que desarrollan hechos, acontecimientos, problemas de la vida diaria y pueden causar conmoción negativa en los infantes. Cabe mencionar que el IECI se organiza bajo tres dimensiones: problemas de salud, ámbito escolar y familiar; se sometió a validación por juicio de expertos. Así, ocho expertos evaluaron la claridad, coherencia y relevancia de los ítems. Para el cálculo final se empleó el coeficiente V Aiken, que dio como resultado el 99%. De la misma manera, las cualidades de precisión se obtuvieron a través del Alfa de Cronbach, tras la aplicación de la prueba piloto (94%). Ambos criterios prestan rigor científico. Entre otros procedimientos están los cálculos matemáticos mediante las hojas EXCEL, para la sistematización de los resultados.

Referente a los aspectos éticos, la investigación se alinea a los procedimientos de la integridad científica y la conducta responsable; se han tenido en cuenta los valores y principios que mencionan Salazar et al. (2018). Respecto a lo primero se encuentra la honestidad, objetividad y transparencia; lo segundo considera la justicia. En este estudio se respeta a los involucrados y se vela por sus beneficios. Así mismo, se lleva a cabo un protocolo relativo para la obtención del consentimiento y asentimiento informado; una consideración indispensable, dado que la muestra está representada por menores de edad. También se informó a los participantes la finalidad del estudio y se actuó bajo el criterio y conducta responsable. Los resultados obtenidos se divulgaron de manera anónima protegiendo de esa manera la identidad de los involucrados.

Resultados

El estudio evalúa, en primera instancia, los niveles de estrés en los niños. De este diagnóstico se pudo evidenciar la importancia de fortalecer las interacciones en el ámbito familiar, sobre todo bajo la realidad coyuntural del momento; sin embargo, la actuación de los padres y demás miembros pueden contribuir al buen estado emocional y a los logros de aprendizajes escolares.

Tabla 1. Evaluación diagnóstica

Valoración cualitativa	Rango	Problemas de salud		Ámbito escolar		Ámbito familiar	
		F	%	F	%	F	%
Muy alto	81-100	4	13%	3	10%	0	0%
Alto	61-80	14	47%	16	53%	20	67%
Medio	41-60	10	33%	11	37%	10	33%
Bajo	21-40	2	7%	0	0%	0	0%
Muy bajo	1-20	0	0%	0	0%	0	0%
TOTAL		30	100%	30	100%		100%

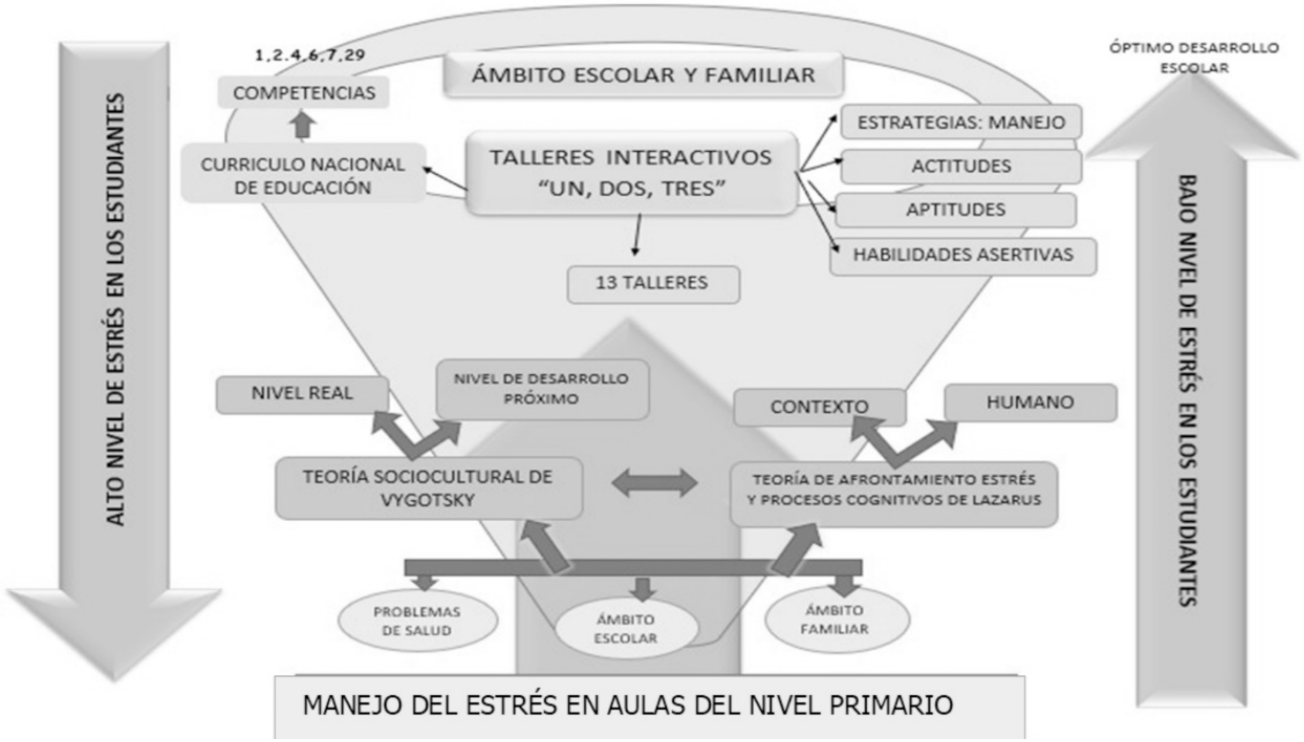
Nota de tabla. Media aritmética: 36 / Mediana: 36 / Moda: 38 / Coeficiente de variabilidad: 12,09 / Puntaje máximo: 45 / Puntaje mínimo: 26 / Resultante de la aplicación de adaptación del inventario de estrés cotidiano infantil. Octubre, 2021.

En la Tabla 1 se muestra al 80% de los evaluados, que manifiestan estrés medio y alto (ámbito de la salud). También el 100% se ubicó en nivel igual y superiores al medio (ámbito escolar) y por último la totalidad de los estudiantes presentan niveles medio y alto respecto al ámbito familiar.

Características de los talleres interactivos

A fin de contribuir con algunas soluciones al problema, en la Figura 1 se muestra el resultado de una profunda integración entre la teoría y la práctica. Esta última alimentada por la información que recopiló el inventario de estrés.

Figura 1. Aportes solución que ofrece el estudio



El diseño corresponde a la organización de eventos didácticos y suficiente fundamento teórico que sea útil a la práctica pedagógica; puede ser adaptado y diversificado con la finalidad única de mitigar el estrés en los educandos. La caracterización de los talleres fue garantizada bajo el discernimiento de tres expertos y se obtuvo el 99% de validez. Se afirma, entonces, que el aporte es viable por su contenido, estrategias, dinámicas y recursos, los que fueron planificados bajo los criterios curriculares del Ministerio de Educación (MINEDU, 2017). Asimismo, estuvo acorde con las necesidades observadas en la muestra. Los 13 talleres se ajustan contribuyendo a la planificación curricular y didáctica con el abordaje de estrategias y mecanismos prácticos para la autorregulación del estrés infantil. Se sugiere que sean desarrollados dos veces semanales de manera sostenida durante un mínimo de tres meses y con duración de 90 minutos aproximadamente cada evento.

Los talleres emplean diversas herramientas web 2.0, las cuales sin duda alguna ayudarán a explorar las capacidades, para el logro de habilidades socioemocionales. Además, son actividades integradoras por la incorporación de los principales agentes educativos; alumnos-familia-docentes. Se propicia también, una relación directa con el contexto, la cultura y los posibles estresores presentes en ella, a fin de brindarle oportunidades de fortalecer el sentido de adaptabilidad y desarrollar resiliencia. En la tabla siguiente se muestra la organización de la temática.

Tabla 2. Caracterización del programa

Talleres (actividades integradas)	Capacidades para mejorar
1. La familia, mi lugar seguro y confiable.	Identificar las señales que nos brinda nuestro cuerpo ante una situación de estrés.
2. La influencia e importancia de la familia en nuestro segundo hogar.	
3. Prestamos atención a lo que nos dice nuestro cuerpo.	Identificar acciones que ayuden a disminuir el estrés escolar involucrando a los estresores
4. Estrategia de enseñanza-aprendizaje basada en la lúdica.	
5. Convivencia escolar sana.	
6. Pensamiento positivos para aprender.	Promover el uso de estrategias por parte de la comunidad educativa.
7. Enseñando con amor todo es mejor.	
8. Nos entendemos conversando.	
9. Identifico y controlo mis emociones para manejar el estrés.	Proporcionar estrategías para lograr una buena convivencia escolar, familiar y personal.
10. Me organizo para no estresarme.	
11. Estrategias para una convivencia familiar sana.	
12. Estrategias para manejar el estrés.	
13. Compartimos momentos con mis dos hogares.	

Discusión

Se precisa que el estrés en niños está presente en el proceso de socialización y este a su vez es producto de una interconexión constante del individuo con su contexto promoviendo el apropiamiento de conocimientos y aprendizajes. Al asumir esta relación las ideas giran en las explicaciones que brinda el constructivismo, especialmente la teoría de Vygotsky explicada desde la perspectiva de Ruiz-Campo et al. (2022). De acuerdo con lo anterior se declara que los talleres propuestos están amplia y teóricamente vinculados al fomentar el protagonismo compartido entre niños, sus docentes y la familia. Se comprende también que el estrés puede originarse desde las interacciones del individuo con el medio y este a su vez sostiene, incrementa o disminuye los niveles, según exista un propósito compartido; en este caso, actuar de manera pedagógica para atenuar los efectos de situaciones difíciles con la dinámica participativa, una suerte de interconexión para la construcción de estructuras cognoscitivas duraderas y estables en beneficio de los estudiantes, en vista de que el estrés perjudica el desempeño escolar.

Algunas investigaciones previas revelan indicios de posibles soluciones abordadas en su mayoría por profesionales del campo psicológico. En sintonía con la preocupación de la presencia de estrés en niños de quinto y sexto grado de primaria, Hernández y Gutiérrez (2012) describen cómo los niños en esta edad son capaces de afrontar el estrés y prevalece el abandono de control como categoría más notable. De la misma, en el estudio local, resaltaron las observaciones denotando pérdida de control de emociones entre los estudiantes (irritabilidad, aburrimiento o rechazo a las clases remotas). Se confirma entonces, que el estrés es posible en la etapa de la niñez y que abordarlo, es una necesidad imperiosa, implicando unificar esfuerzos entre profesionales del campo educativo y psicológico.

Otra investigación cercana es la de Suárez-Riveiro et al. (2020), en la que bajo métodos correlacionales analizan cómo el estrés perjudica el aprendizaje y sugieren estrategias de intervención psicoeducativa. Los especialistas en psicología y su estudio suman contundentemente a la decisión de establecer propuestas confirmando que el estrés está presente en menores de 12 años y las actividades pedagógicas deberían considerar esta problemática prioritaria de atender.

Con base en los antecedentes mencionados, el trabajo regula los intercambios y reciprocidad de un bagaje de estrategias dirigidas a que el estudiante pueda primero imitar y luego aplicar. Una de las características importantes de los talleres interactivos es que se busca el crecimiento de la persona considerando etapas reflexivas mediante el proceso social en donde se hace uso de instrumentos relacionados con ello; sin embargo hace falta llenar el vacío existente respecto a más estudios en el ámbito educativo, en vista de presentarse el estrés como un elemento presente y persistente frente a la mirada con indiferencia para dar tratamiento, probablemente porque priman para el educador los avances en áreas de letras, ciencias y números de un tradicional currículo difícil de transformar.

Más todavía, la teoría expresa la relevancia que existe entre la relación del individuo con la sociedad respondiendo a una construcción social, como lo hiciera Iglesias et al. (2018), quienes, pese a trabajar en otro nivel educativo, desarrollaron un programa para el manejo de estrés con sesiones donde se incluyeron técnicas de relajación, uso de herramientas virtuales, organización de tiempo, priorización, entre otras. Sin duda, el aporte otorga el precedente de la efectividad de estas actividades en el mejoramiento de la salud y diferentes aspectos de la vida y es importante replicarlas en diferentes grupos de individuos, como afirma Daniilidou (2020), con el fin de estar listos para afrontar cualquier situación estresora y retante, incluso desde la etapa escolar.

Resulta alentadora, sin embargo, la recientemente propuesta de la Dirección Regional de Educación de Lima Metropolitana (DRELM, 2020, 28 octubre). En esta propuesta se aplican estrategias para disminuir el estrés, mediante dinámicas lúdicas y didácticas, y se trata de fortalecer las habilidades socioemocionales, que permiten mantener un vínculo favorable entre niños y padres de familia. Una debilidad observada sería el haber dejado de lado a los docentes y estar diseñada solo para la modalidad virtual. En contraste con los talleres interactivos, esta idea es desarrollada contrariamente y cobrando valor al considerar a la triada escolar con el fin de generar un ambiente óptimo para el aprendizaje; a su vez cuenta con la capacidad de adaptabilidad de los talleres para desarrollarse en cualquiera de las modalidades.

También una de las potencialidades de la propuesta es integrar el uso de las herramientas virtuales, las cuales, de acuerdo con Alsuwaida (2022), impactan de manera positiva en la adquisición de conocimientos. Así mismo se asume lo sugerido por Fusté (2021) respecto del uso de videollamadas, las que generan ventajas entre las personas que las usan. De la misma manera, el programa incluye estrategias lúdicas, técnicas de relajación, organización de hábitos saludables, meditación en equipo, deporte, danzas; opciones presentadas en el trabajo de Pérez & Cernuda (2020), así como técnicas de yoga para realizarlas a corto-mediano-largo plazo, entre otros planteados por Escobar-Domingo et al. (2021). Se cree, entonces, que estas estrategias desarrollan la capacidad de adaptación y mejoran el clima escolar, por lo que se deben incorporar en el currículo y en las planificaciones diarias.

En suma, el estrés infantil como categoría de estudio, en el ámbito educativo nacional, ha sido iniciativa de pocos docentes, por lo que es escaso el material referente. Sin embargo, la contribución es comparable con el programa para el desarrollo emocional que logró mejorar habilidades de este componente en 26 estudiantes del nivel primario (Sulca, 2021). Se destaca el vínculo directo y significativo del aporte porque en una de sus dimensiones considera el control de estrés. De lo anterior se deduce la importancia de incorporar a los programas educativos aquello relativo a las capacidades emocionales para la formación integral.

Sin duda, el presente estudio atiende un vacío que impactaría de manera favorable en la salud mental y física del estudiante, puesto que promueve un aprendizaje de mecanismos sostenibles y

reguladores que pueden ser empleados en diferentes contextos de la vida y sobre todo benefician el logro de aprendizajes y la formación resiliente de personas. Impera, entonces, propiciar un clima escolar armonioso, seguro afectivamente, que les permita superar sus propias barreras, retos. Lo anterior, en consonancia con las expresiones de Vallejos y Guevara (2021), quienes refieren la importancia de la convivencia armónica para favorecer el desarrollo del niño. Por último, el aporte es uno de los primeros a nivel local y nacional que contempla el abordaje pedagógico del estrés, amenaza para el desarrollo socioemocional, a su vez, componente básico en la integralidad de los educandos.

Conclusiones

Los aspectos coyunturales influyen contundentemente elevando los niveles de estrés tanto en adultos como en niños, ya sea en el ámbito escolar o familiar. Así pues, la etapa de la escuela y los nuevos eventos incrementan las necesidades sociales y emocionales. Asimismo, constituyen un reto que significa, para todos los involucrados en el proceso educativo, asimilar que la tecnología permanecerá de forma creciente, por lo que es necesario crear las condiciones para que esta permanezca al servicio del hombre y el progreso de las sociedades.

A fin de acompañar el logro de los aprendizajes y mejoras en el desempeño escolar en el marco de una tecnoeducación, y considerando que aspectos emocionales y afectivos prevalecen condicionando etapas de preparación para la vida en sociedad, impera, en la actualidad, el desarrollo de programas y estrategias donde el cuidado de la salud emocional sea abordado desde las aulas. Es importante, además, sugerir la incorporación de este tipo de contribuciones en la planificación curricular. Deben cobrar preponderancia los espacios en los que los actores educativos puedan fortalecer el clima escolar positivo y propicio para la formación integral.

Referencias

Referencias

Arias-Gómez, J., Villasís-Keever, M. & Novales, M. (2016). El protocolo de investigación III: la población de estudio. Revista Alergia México, 63(2), 201-206. https://www.redalyc.org/pdf/4867/486755023011.pdf

Alsuwaida, N. (2022). Designing and evaluating the impact of using a blended art course and web 2.0 tools in Saudi Arabia. Journal of Information Technology Education: Research, 21, 25-52. https://doi.org/10.28945/4923

Bernedo, I. M., Oliver, J., Urbano-Contreras, A. & González-Pasarín, L. (2022). Perceived stress, resources and adaptation in relation to the COVID-19 lockdown in Spanish foster and non-foster families. Child & family social work, 27(1), 55-66. https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/cfs.12871

Chávez, H. (2020). El Modelo socioemocional frente a la COVID-19 para estudiantes de Educación Primaria. EDUCARE ET COMUNICARE: Revista científica De La Facultad De Humanidades, 8(2), 4-9. https://doi.org/10.35383/educare.v8i2.484

Cortés, J. (2021). El estrés docente en tiempos de pandemia. Dilemas contemporáneos: educación, política y valores, 8(spe1), 00006. Epub. https://doi.org/10.46377/dilemas.v8i.2560

Daniilidou, A., Platsidou, M. & Gonida, S. (2020). Primary school teachers'resilience: Association with teacher self-efficacy, burnout and stress. Electronic Journal of Research in Educational Psychology, 18(52), 549-582. https://doi.org/10.25115/ejrep.v18i52.3487

Díaz, D. (2021). Efectos psicosociales de la pandemia COVID-19 en la familia. Revista San Gregorio, 1(48), 149-168.
http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2528-79072021000500149

Di Napoli, P. (2022). Extrañar la presencialidad y acostumbrarse a la virtualidad de la escuela secundaria en Argentina. Sentires de jóvenes estudiantes en contexto de pandemia. Praxis educativa, 26(1), 239.https://doi.org/10.19137/praxiseducativa-2022-260112

DRELM. (2020, 28 octubre). Maestra crea atractiva estrategia para reducir el estrés en las familias y favorecer el aprendizaje de los estudiantes. MINEDU. https://www.drelm.gob.pe/drelm/noticias/maestra-crea-atractiva-estrategia-para-reducir-el-estres-en-las-familias-y-favorecer-el-aprendizaje-de-los-estudiantes/

Escallón, E., González, B., Peña, P. & Rozo-Parrado, L., (2019). Implicaciones Educativas de la Teoría Sociocultural: el Desarrollo de Conceptos Científicos en Estudiantes Bogotanos. Revista Colombiana de Psicología, 28(1), 81- 98. https://doi.org/10.15446/rcp.v28n1.68020

Escobar-Domingo, M., Piedrahíta-Yusti, I., Becerra, L., Moreno, F., Ortega, J. & Moreno, S. (2021). Relación entre la disminución del estrés académico y la práctica de yoga en estudiantes de las áreas de la salud. Revisión de la literatura. Universitas Medica, 62 (4), 60-77. Epub 30 de septiembre de 2021. https://doi.org/10.11144/Javeriana.umed62-4.yoga

Estela, R. (2020). Investigación Propositiva. Instituto de Educación superior Pedagógico Público Indoamérica. https://es.calameo.com/read/006239239f8a941bec906

Fernández-Martín, E., Trianes-Torres, M., Maldonado-Montero, E., Miranda-Páez, J., Ortíz, C. & Engüix, A. (2015). Psychological and psychobiological stress in the relationship between basic cognitive function and school performance. Anales de Psicología, 31(1), 120-126. https://doi.org/10.6018/analesps.31.1.151 451

Ferreira, E. & Calderón, C. (2022). Evaluación de Adultos: CRI-A. Evaluación del afrontamiento del estrés. Facultad de Psicología, Universidad de Barcelona. http://hdl.handle.net/2445/182806

Fusté, M. (2021). Encuentros online en educación infantil: Una experiencia vincular y educativa en tiempos de COVID-19. Páginas de Educación, 14(1), 52-72. https://doi.org/10.22235/pe.v14i1.2204

Hernández, S. & Gutiérrez, M. (2012). Estilos de afrontamiento ante eventos estresantes en la infancia. Acta de investigación psicológica, 2(2), 687-698.
https://www.redalyc.org/pdf/3589/358933341007.pdf

Hernández-Sampieri, R. & Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. McGRAW-HILL Interamericana editores, S.A. de C. V.
https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612

Huarcaya-Victoria, J. (2020). Mental health considerations about the COVID-19 pandemic. [Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19] Revista Peruana De Medicina Experimental y Salud Publica, 37(2), 327-334.
https://www.scielosp.org/article/rpmesp/2020.v37n2/327-334/es/

Iglesias, S., Azzara, S., Gonzalez, D., Ibar, C., Jamardo, J., Berg, G. A. & Fabre, B. (2018). Stressmanagement program for students, teachers and non-teachers of the faculty of pharmacy andbiochemistry of the university of Buenos Aires. [Programa para mejorar el afrontamiento del estrés de los estudiantes, los docentes y los no docentes de la Facultad de Farmacia y Bioquímica de la Universidad de Buenos Aires] Ansiedad y Estrés, 24 (2-3), 105-111.
https://doi.org/10.1016/j.anyes.2018.07.003

Lovón, M. & Cisneros, S. (2020). Repercusiones de las clases virtuales en los estudiantes universitarios en el contexto de la cuarentena por COVID-19: El caso de la PUCP. Propósitos y Representaciones, 8 (SPE3), e588. http://dx.doi.org/10.20511/pyr2020.v8nSPE3.588

Llamocuro-Mamani, P., Medrano-Espinoza, F. & Montealegre-Soto, D. (2021). Mental health in the peruvian population during COVID-19. [Salud mental en la población peruana durante la COVID-19] Cirugia y Cirujanos (English Edition), 89(3), 416-417. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34037608/

Martínez-Vicente, M., Suárez-Riveiro, J. M. & Valiente-Barroso, C. (2019). Daily childhood stress and factors related to academic learning as predictors of academic achievement. [Estrés cotidiano infantil y factores ligados al aprendizaje escolar como predictores del rendimiento académico] Ansiedad y Estrés, 25(2), 111-117. https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.08.002

Méndez, C. (2022). La tecno educación en el contexto de las metodologías activas. Revista Scientific, 7(23). https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2022.7.23.0.10-20

Ministerio de Educación (MINEDU) (2017). Taller de Psicomotricidad: aulas de 3, 4 y 5 años y multiedad de educación inicial. https://repositorio.minedu.gob.pe/handle/20.500.12799/5423

Orrego, V. (2022). Educación remota y salud mental docente en tiempos de COVID-19. Revista de estudios y experiencias en educación, 21(45), 12-29. https://revistas.ucsc.cl/index.php/rexe/article/view/1094/881

Pérez, M. & Cernuda, A. (2020). La actividad artística como regulador de los procesos de ansiedad y agresividad en niños. Revista Portuguesa de Educação, 33(2), 226-239. https://doi.org/10.21814/rpe.17739

Román, C., Eymann, A. & Ferraris, J. (2021). Current impact and future consequences of the pandemic on children's and adolescents' health. [Impacto presente y consecuencias futuras de la pandemia en la salud de niños, niñas y adolescentes] Archivos Argentinos De Pediatria, 119(6), E594-E599. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34813239/

Ruiz-Campo, S., Zuniga-Jara, S. & Cruz-Chust, A. (2022). Percepción del aprendizaje con técnicas de trabajo en equipo por estudiantes universitarios. Formación universitaria, 15 (1), 73-82. http://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062022000100073

Salazar, M., Icaza, M. & Alejo, O. (2018). La importancia de la ética en la investigación. Revista universidad y s o c i e d a d, 1 0 (1), 3 0 5 - 3 1 1 . h tt p :// s c i e l o . s l d . c u / s c i e l o . p h p ? p i d = S 2 2 1 8 -36202018000100305&script= sci_arttext&tlng=en

Sánchez-Macías, A., Flores-Rueda, I., Veytia-Bucheli, Ma. & Azuara-Pugliese, V. (2021). Tecnoestrés y adicción a las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) en universitarios mexicanos: diagnóstico y validación del instrumento. Formación universitaria, 14 (4), 123-132. http://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062021000400123

Schonhaut, L., Aguirre, R. & Lara, C. (2021). Estrés y aislamiento: Desafíos para la protección de la salud infantil en tiempos de pandemia. Andes pediátrica, 92(2), 169-171. Epub 07 de abril de 2021. https://dx.doi.org/10.32641/andespediatr.v92i2.3594

Suárez-Riveiro, J. M., Martínez-Vicente, M. & Valiente-Barroso, C. (2020). Academic performance in relation to different levels of executive functioning and perceived childhood stress. [Rendimiento académico según distintos niveles de funcionalidad ejecutiva y de estrés infantil percibido] Psicología Educativa, 26(1), 77-86. https://journals.copmadrid.org/psed/art/psed2019a17

Sulca, R. (2021). Eficacia de un programa educativo en el incremento de competencias emocionales

y rendimiento académico. EDUCARE ET COMUNICARE: Revista científica De La Facultad De Humanidades, 9(1), 78-82. https://doi.org/10.35383/educare.v9i1.478

Trianes, V. (2012). Evaluación del cuestionario IECI. Consejo General de la Psicología. https://www.cop.es/uploads/PDF/2014/IECI.pdf

UNESCO (2020). “La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19 https://www.iesalc.unesco.org/2020/08/25/informe-cepal-y-unesco-la-educacion-en-tiempos-de-la-pandemia-de-covid-19/

UNESCO (2021). La UNESCO y los Objetivos de Desarrollo Sostenible. https://es.unesco.org/sdgs

UNICEF (2021). Lineamientos para el Apoyo Socioemocional en las Comunidades Educativas. https://www.unicef.org/chile/media/5701/file/Sostener%20cuidar%20.pdf

Vallejos, G. & Guevara, C. (2021). Educación en tiempos de pandemia: una revisión bibliográfica. Conrado, 17(80), 166-171. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442021000300166

Vásquez, P. (2020). Escolares sienten frustración por no contar con tablet y conectividad para acceder a educación a distancia. RCR Perú. https://www.rcrperu.com/escolares-sienten-frustracion-por-no-contar-con-tablet-y-conectividad-para-acceder-a-educacion-a-distancia/Vásquez, P. (2020). Escolares sienten frustración por no contar con tablet y conectividad para acceder a educación a distancia. RCR Perú. https://www.rcrperu.com/escolares-sienten-frustracion-por-no-contar-con-tablet-y-conectividad-para-acceder-a-educacion-a-distancia/

References