

## **Educación emocional universitaria en tiempos de covid-19: desafío para el profesorado de la carrera Enfermería**

### **University emotional education in times of covid-19: a challenge for teachers of the Ephermary career**

Mónica Patricia Acosta Gaibor<sup>1</sup> ([macosta@utb.gob.ec](mailto:macosta@utb.gob.ec)) (<https://orcid.org/0000-0003-3448-3875>)

María Eugenia Rojas Machado<sup>2</sup> ([mrojas@utb.edu.ec](mailto:mrojas@utb.edu.ec)) (<https://orcid.org/0000-0002-8627-2319>)

Marilu Mercedes Hinojosa Guerrero<sup>3</sup> ([mhinojosa@utb.edu.ec](mailto:mhinojosa@utb.edu.ec)) (<https://orcid.org/0000-0002-2289-2658>)

### **Resumen**

La formación de los futuros profesionales implica no solo la adquisición de conocimientos y el desarrollo de habilidades y capacidades cognitivas. En épocas de crisis y pandemia se ha hecho más necesaria la educación emocional de los estudiantes universitarios, en especial de la carrera Enfermería. Sin embargo, a este aspecto los profesores universitarios atienden en menor medida durante sus clases. Para atenuar esta problemática en el presente artículo se propuso como objetivo: elevar la preparación de los estudiantes de la carrera Enfermería a través de recomendaciones metodológicas a los profesores para el tratamiento de la educación emocional. En el alcance de tal fin, se emplearon métodos de investigación del nivel teórico: análisis-síntesis, inducción-deducción e histórico-lógico y el de modelación. Estos permitieron el estudio del tema, la caracterización del objeto de investigación y la elaboración de la propuesta. Se propusieron, además, indicadores y criterios para la valoración de la efectividad de esta. A partir de este estudio realizado se cuenta con una guía certera al profesorado para el trabajo de la emocionalidad de los estudiantes de la carrera Enfermería, lo que eleva su preparación para un mejor desempeño profesional.

**Palabras claves:** clase, educación emocional, covid-19.

### **Abstract**

The training of future professionals involves not only the acquisition of knowledge and the development of cognitive abilities and capacities. In times of crisis and pandemic, the emotional education of university students has become more necessary, especially

---

<sup>1</sup> Magister en Enfermería Quirúrgica. Licenciada en Enfermería. Docente de la Universidad Técnica de Babahoyo. Ecuador.

<sup>2</sup> Magister en Nutrición Infantil. Doctora en Medicina y Cirugía. Docente de la Universidad Técnica de Babahoyo. Ecuador.

<sup>3</sup> Magister en Gerencia de Servicios de Salud. Licenciada en Enfermería. Docente de la Universidad Técnica de Babahoyo. Ecuador.

in the Nursing Career. However, university professors pay less attention to this aspect during their classes. In order to mitigate this problem, the present article proposed the following objective: to increase the preparation of the Nursing career students through methodological recommendations to teachers for the treatment of emotional education. In the scope of this end, research methods of the theoretical level were used: analysis-synthesis, induction-deduction and historical-logical and modeling. These allowed the study of the subject, the characterization of the research object and the elaboration of the proposal. In addition, indicators and criteria were proposed for evaluating its effectiveness. From this study carried out, there is an accurate guide for teachers to work on the emotionality of students in the Nursing Career, increasing their preparation for better professional performance.

**Key words:** lesson, emotional education, covid-19

### **Antecedentes del estudio**

El término “educación emocional” aparece por primera vez en el año 1966, con la revista *Journal of Emotional Education*, la cual fue editada solo hasta 1973 por el Instituto de Psicología Aplicada de Nueva York. En esa época era concebida como parte de la terapia racional-emotiva en forma de su aplicación educativa.

En tiempos de pandemia, la educación emocional es un proceso importante a llevar a cabo. Las personas afectadas por el estrés, por la pérdida de familiares y amigos, o por la inseguridad y el temor al contagio, constituyen una razón convincente que sirve como argumento a tal afirmación. Las afectaciones hacen más sensibles a los seres humanos a padecer emociones negativas, las cuales traen consigo innumerables consecuencias a la salud y a la convivencia social. También se evidencian diversos efectos en los ámbitos económico, social, cultural y educativo.

Según informe de la CEPAL-UNESCO (2020), la suspensión de las clases presenciales en todos los niveles educativos para prevenir la enfermedad, conllevó a que se adoptaran medidas ante la crisis, tales como: el despliegue de modalidades de aprendizaje a distancia, mediante el empleo de una diversidad de plataformas y formatos (con o sin uso de la tecnología); el apoyo y la movilización del personal y las comunidades educativas; así como la atención a la salud y el bienestar integral del estudiantado. Esto, sin dudas, ha provocado cambios en el modo de vida de familias, estudiantes y profesores, lo cual ha generado incertidumbre y estados emocionales no siempre positivos cuando se siente resistencia a la nueva realidad y baja tolerancia a las frustraciones.

Otras reflexiones sobre cómo el coronavirus tiene repercusión en el sistema educativo plantean, que esta situación ha despertado la necesidad de la orientación en la organización del tiempo y las tareas. También consideran que es momento de reconocer que la educación emocional y la cohesión social deben estar comprendidas en el currículum y de reconocer que la batalla contra el virus, es a nivel personal a la vez que social (Vila, 2020).

Autores como Ordaz (2020) han hecho referencia al impacto de la pandemia en la educación. En su artículo sobre el tema, esta autora hace alusión tanto a las consecuencias negativas como a las oportunidades de aprendizajes para la vida que genera la escuela en la casa. Para ello, se debe tener una mirada creativa, flexible y abierta hacia las circunstancias actuales que nos rodean.

El impacto del Covid-19 en el proceso docente nos ha demostrado la importancia del desarrollo emocional de la personalidad de los sujetos, en especial los estudiantes universitarios. Sin embargo, a este aspecto los profesores universitarios atienden en menor medida durante sus clases.

En el alcance de este propósito, los profesores de la enseñanza universitaria deberán preparar nuevas vías para lograr el desarrollo de las competencias emocionales en el estudiantado, en especial de enfermería, que le permitan enfrentar de forma positiva los retos que la realidad le impone. Al tomar en consideración que toda enfermedad tiene un componente psicosomático, se hace necesario prestar mayor atención al aspecto psicológico de los pacientes en los futuros profesionales de la salud, sobre todo en tiempos de crisis provocado por una pandemia.

En este sentido, a partir de lo planteado, se propone como objetivo elevar la preparación de los estudiantes de la Carrera de Enfermería a través de recomendaciones metodológicas a los profesores para el tratamiento de la educación emocional.

Un profesional de enfermería mejor preparado emocionalmente podrá desempeñar con mayor calidad su labor. Alcanzará una mejor respuesta emocional en tiempos de Covid-19, lo cual resulta de gran beneficio a su propia salud y a la de los demás.

### **Metodología**

Se emplean métodos de investigación del nivel teórico: análisis-síntesis, inducción-deducción e histórico-lógico y el de modelación. Estos permiten que se realice el estudio del tema que se investiga, que se procesen datos de interés científico y se caracterice el objeto de investigación. También hace posible que se elabore una propuesta de recomendaciones metodológicas a los profesores para la educación emocional a través de la clase y que se arribe a conclusiones que responden al objetivo planteado.

### **La educación emocional una necesidad en tiempos de COVID- 19**

Se entiende la educación emocional como:

un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con el objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida

cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social. (Bisquerra 2006, p. 5)

Esta definición sobre el tema cobra particular vigencia en una etapa en la cual la humanidad vive un momento de crisis en lo social, económico, cultural y educativo. El impacto psicológico como consecuencia no se ha hecho esperar, la pandemia ha provocado diversas afectaciones de esta índole en las personas. ¿De qué se trata la enfermedad y cuándo inicia?

En diciembre de 2019 comienzan a circular noticias alarmantes sobre la presencia de un virus que resulta letal y altamente contagioso. Al principio el mundo no le dio la importancia requerida, pero el número de personas contagiadas y las altas tasas de mortalidad por su causa obligaron a los gobiernos de todos los países a adoptar medidas para la prevención del denominado Covid-19. Esta es una enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto recientemente. Se contagia de persona infectada a otra al toser, estornudar o hablar.

Las medidas de confinamiento significan, para gran parte de la sociedad, vivir en condiciones de hacinamiento por un período prolongado, lo que tiene graves implicancias para la salud mental de la población y lleva al aumento de la exposición a situaciones de violencia hacia niños, niñas, adolescentes y jóvenes. De acuerdo con CEPAL/UNICEF,

el 51,2% de este sector poblacional que vive en zonas urbanas en América Latina reside en hogares con algún tipo de precariedad habitacional. El hacinamiento impide contar con un espacio adecuado para estudiar y descansar, lo que repercute en el desarrollo cognitivo en los estudiantes y las trayectorias laborales y de bienestar en la adultez, a la vez que favorece una mayor propensión a situaciones de abuso. (2020, p.11)

En situaciones de emergencia, las instituciones educativas son un espacio fundamental para el apoyo emocional, el monitoreo de riesgos, la continuidad de los aprendizajes y el apoyo social y material para las y los estudiantes. Mantener el bienestar psicológico, social y emocional es un desafío para todos los miembros de las comunidades educativas, lo cual se intensifica una vez retornados a clases profesores y alumnos.

El regreso a las escuelas en varios países se ha logrado bajo condiciones especiales: uso de medidas de protección, tales como mascarillas, alfombras con desinfectantes, dispensadores de biogel para desinfección continua de manos, distanciamiento físico, suspensión de actividades masivas, entre otras. Ellas permiten la protección a la salud y disminuyen la posibilidad del contagio del coronavirus. Sin embargo, también generan algunos malestares como: estados de soledad, aislamiento, discriminación e incomodidad.

En ese marco,

el aprendizaje socioemocional es una herramienta valiosa para mitigar los efectos nocivos de la crisis sociosanitaria y una condición para el aprendizaje. Una de las vías

para lograrlo es a partir de la enseñanza emocional que transmiten los profesores en sus clases. Los estudiantes universitarios necesitan desarrollar habilidades vitales de adaptación y resiliencia emocional. Ello requiere acompañamiento, apoyo y recursos especialmente orientados a esta dimensión. (CEPAL/UNICEF, 2020, p. 14)

La clase se mantiene como un espacio ideal que tiene el profesor para incidir en los estados emocionales de sus educandos. A través de ella, este puede prepararlos para enfrentar la vida en medio de situaciones de crisis como la que se está viviendo, en especial si se estudia una carrera tan sensible en la atención al ser humano como es la enfermería.

Poner el aprendizaje socioemocional en el centro de la respuesta educativa brinda la oportunidad para la transformación y el desarrollo de un currículo más integral y humanista. De acuerdo con Escolano (2020) destaca la importante relación entre la educación y las emociones, la representación de las emociones en el interior del universo escolar, la memoria de las emociones, y los climas y dispositivos de las emociones en el contexto específico de la escuela.

Las acciones que suponen el aprendizaje socioemocional no deben entenderse sólo como apoyos individuales y contingentes, sino como partes de un proceso de aprendizaje permanente, tanto en los períodos de confinamiento y educación a distancia como en el plan de retorno escolar. (CEPAL/UNICEF, 2020, p. 14)

La educación emocional debe constituir una dimensión central del proceso educativo que debe ser desarrollada transversalmente en todas las actividades escolares, entre ellas la clase. Constituye una respuesta acertada a las necesidades humanas en tiempos de Covid-19.

Bisquerra (2006, p. 9), considera que los profesores deben incluir en sus programas la enseñanza de cinco grandes competencias: “conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y habilidades de vida para el bienestar. Estas requieren de un mayor tiempo para su formación y desarrollo que las de tipo cognitivas, pero preparan a los estudiantes para su inserción social como futuros profesionales”. El autor llama la atención sobre la sistematicidad en la labor educativa y su durabilidad en el tiempo para lograr resultados.

El objetivo fundamental que persigue es el desarrollo de las competencias emocionales en los sujetos, lo cual se puede potenciar a través de la clase. Ello dependerá de la preparación del profesor para hacer una adecuada planificación de las acciones y actividades a desarrollar, teniendo en cuenta las nuevas condiciones que nos ha impuesto la Covid-19.

Diversos investigadores de reconocido prestigio, como Dirocíe y Javier (2009), concluyen que los beneficios de la educación emocional se manifiestan principalmente en progresos significativos en el estudiantado en cuanto a:

- Competencias sociales y emocionales.

- Mejora de actitudes hacia sí mismo, hacia los demás y hacia la escuela.
- Comportamiento positivo en clase.
- Mejora del clima de clase.
- Reducción del comportamiento disruptivo.
- Mejora del rendimiento académico.

Por otra parte, hay una disminución en:

- Problemas y conflictos.
- Problemas de comportamiento.
- Agresividad y violencia.
- Ansiedad y estrés.

### **La clase en la enseñanza universitaria**

La clase es una de las formas organizativas del proceso docente educativo que permite al estudiantado universitario la formación integral de su personalidad como futuros profesionales. Ella constituye un espacio educativo muy importante pues los participantes adquieren conocimientos y desarrollan habilidades. Mediante la realización de actividades de carácter esencialmente académico, los estudiantes logran formar competencias, entre ellas las emocionales que le sirven para su desempeño en la profesión que van a ejercer.

Para contribuir con este propósito el docente selecciona el tipo de clase que va a desarrollar y los objetivos que deben ser cumplidos en el programa que imparte a partir del diagnóstico pedagógico integral. Tiene en cuenta también otros elementos como: las particularidades del contenido a impartir y los contenidos de otras asignaturas que, de modo sincrónico, se estén desarrollando, pues tienen nodos cognitivos comunes.

Atendiendo a los criterios de los autores Rodríguez, Chércoles, Santisteban, Ricardo y Uriarte (2017, p. 5), con los cuales se coincide, los tipos de clases se caracterizan de la siguiente manera:

La conferencia: su objetivo principal es la transmisión a los estudiantes de los fundamentos científico-técnicos más actualizados de una rama del saber, mediante el uso adecuado de métodos científicos y pedagógicos, de modo que les ayude en la integración de los conocimientos adquiridos y en el desarrollo de las habilidades y los valores que deberán aplicar en su vida profesional.

El profesor deberá brindar un modelo adecuado de comunicación y de educación emocional durante su exposición, con ellos contribuirá al aprendizaje vicario de sus estudiantes, quienes reproducirán esos modos de actuación profesional en este y otros contextos. Aunque en este tipo de clase el profesor es el orador principal debe dejar espacio al intercambio vivencial con el estudiante.

El seminario: tiene como objetivos fundamentales que los estudiantes consoliden, amplíen, profundicen, discutan, integren y generalicen los contenidos orientados; que aborden la resolución de tareas docentes mediante la utilización de los métodos propios de la rama del saber y de la investigación científica. Se potencian las habilidades en la utilización de las diferentes fuentes del conocimiento.

En este tipo de clase se contribuye al desarrollo de la comunicación verbal y no verbal del estudiantado, a la asertividad, que son necesarias en las competencias emocionales: social y habilidades de vida para el bienestar. Para ello los estudiantes expondrán ante el auditorio los contenidos aprendidos, sus opiniones y vivencias emocionales sobre el tema estudiado.

La clase práctica: los objetivos fundamentales son que los estudiantes ejecuten, amplíen, profundicen, integren y generalicen métodos de trabajo característicos de las asignaturas y disciplinas, que les permitan desarrollar habilidades para utilizar y aplicar, de modo independiente, los conocimientos. También puede realizarse el intercambio en equipo, la realización de tareas de aprendizajes entre varios estudiantes, lo cual favorece las relaciones interpersonales, el intercambio comunicativo y emocional entre los estudiantes.

La clase encuentro: sus objetivos son aclarar las dudas correspondientes a los contenidos y las actividades previamente estudiados por los alumnos; debatir y ejercitar dichos contenidos y evaluar su cumplimiento, así como explicar los aspectos esenciales del nuevo contenido y orientar con claridad y precisión el trabajo independiente que el estudiante debe realizar para alcanzar un adecuado dominio de los estos. Debe hacerse de forma amena, novedosa, contextualizar el debate del tema a los sucesos que acontecen con el Covid-19 en la actualidad.

La misión instructiva más importante del profesor en la clase encuentro es contribuir al desarrollo de la independencia cognoscitiva y la autogestión del conocimiento, así como la elaboración personal de los estudiantes, lo cual resulta esencial para potenciar las competencias emocionales. Constituye la actividad presencial fundamental en la modalidad semipresencial, aunque puede utilizarse también en la presencial.

El taller: su objetivo específico es que los estudiantes apliquen los conocimientos adquiridos en las diferentes disciplinas para la resolución de problemas propios de la profesión, a partir del vínculo entre los componentes académico, investigativo y laboral. En este caso también recomendamos la solución a problemas que en el orden psicológico y en especial emocional se presentan en las personas como consecuencia de la pandemia y de las medidas adoptadas para su prevención: cuarentenas, aislamiento, entre otras. Esta modalidad contribuye al desarrollo de habilidades para la solución integral de problemas profesionales en grupo, para el grupo y con la ayuda del grupo, donde primen las relaciones interdisciplinarias.

La práctica de laboratorio: Tiene como objetivos que los estudiantes adquieran las habilidades propias de los métodos y las técnicas de trabajo y de la investigación

científica; amplíen, profundicen, consoliden, generalicen y comprueben los fundamentos teóricos de la disciplina mediante la experimentación, empleando para ello los medios necesarios. Estas se realizan en instalaciones propias de las universidades o en las que existen en las unidades docentes u otras entidades laborales. Como norma, en este tipo de clase se deberá garantizar el trabajo individual de los estudiantes en la ejecución de las tareas previstas, en las cuales adaptarán las medidas de higiene necesarias para la prevención al contagio del Covid-19.

En cada modalidad de estudio, el profesor debe utilizar adecuadamente las posibilidades que brinda cada tipo de clase para contribuir al logro de los objetivos educativos formulados en el programa analítico de la asignatura y del año académico en que se desarrolla. Una buena clase comienza cuando el profesor genera un adecuado clima sociopsicológico, ya que los ambientes de aprendizaje cuando son positivos en cuanto al respeto y relaciones afectivas adecuadas favorecen la motivación de los estudiantes por la asignatura, el contenido que se está abordando y la educación emocional del estudiantado.

Durante el desarrollo del proceso se requiere emplear diversas, novedosas y actualizadas fuentes de información, las cuales permiten que el docente oriente al estudiantado sobre el tema a profundizar mediante el uso de métodos de investigación. En este sentido favorece el rigor científico con que se aborde la temática estudiada.

Al concluir, el profesor busca la retroalimentación, mediante preguntas, para conocer cómo ha sido percibida la clase, qué saberes se alcanzaron y cuáles no fueron comprendidos. Se realiza un resumen del contenido tratado en clase, y se motiva al estudio del asunto que continúa en el siguiente encuentro docente.

Es importante que el profesor también explore las emociones vivenciadas por sus discípulos al inicio, durante y al final de la clase. ¿Cómo se sintieron respecto al contenido, a la asignatura, al profesor, y a sus compañeros? Cuestión a la que en muchos casos se le resta significación, y queda relegada con respecto a lo cognitivo.

### **Recomendaciones metodológicas para la educación emocional de los estudiantes de la carrera Enfermería en tiempos de Covid-19 durante la clase**

“El adecuado desarrollo de una clase ya sea teórica, práctica o de taller o seminario requiere cumplir con su estructura metodológica (introducción, desarrollo y conclusiones), lo que incide favorablemente en el logro de sus objetivos” (Hernández e Infante, 2017, p. 29).

Al entrar al aula o salón de clases el profesor deberá cerciorarse de que se estén cumpliendo las medidas higiénicas sanitarias correspondientes. El será ejemplo ante los estudiantes de enfermería en cuanto al uso correcto de la mascarilla, la desinfección de las manos y el calzado, el distanciamiento físico y otras acciones que sean necesarias para evitar el contagio del coronavirus. Siempre mostrando una actitud positiva, dispuesta al cumplimiento de estas importantes medidas.



Una condición esencial para la educación emocional de los estudiantes universitarios, especialmente los de la Carrera de Enfermería, es que el profesor se sienta emocionalmente bien, feliz del rol que va a desempeñar, contento con su clase, con el grupo al cual va a impartirla. Será primordial el saludo afectuoso al auditorio y la sonrisa para que el “contagio emocional” sea positivo. En este momento las neuronas espejo se activan y los estudiantes comienzan a sonreír a la par del profesor y a contagiarse con su alegría. A partir de entonces surge un clima sociopsicológico agradable que favorece el aprendizaje y la comunicación.

El profesor indaga sobre el estado emocional de sus estudiantes, también el de sus familiares, sobre todo por si hubiera una persona allegada enferma de Covid-19. En caso de obtener una respuesta afirmativa, deberá solidarizarse y brindar apoyo emocional. Si el estudiante tuviera manifestaciones de ansiedad como consecuencia, pues se recomienda que el docente realice un ejercicio de relajación al grupo para lograr la autorregulación emocional no solo del estudiante afectado sino de todos, debido a que se pudo haber producido un contagio emocional entre los compañeros. De esta manera se contribuye a la autorregulación emocional del estudiantado y los prepara psicológicamente para el inicio de la clase.

Este ejercicio puede basarse en la respiración. Se practicará sin prisa, estando los sujetos sentados cómodamente en sus sillas, inspirando aire y espirando suavemente. Hay que tener en cuenta que esta actividad debe hacerse de forma relajada, y controlar que los estudiantes no respiren demasiado deprisa para no hiperventilar. Puede acompañarse de música relajante. Puede durar de 10 a 15 minutos.

A continuación, debe retomarse lo aprendido en la clase anterior, las emociones ligadas a este conocimiento que dará continuidad al nuevo contenido. Una vez resueltas las dudas e inquietudes de los estudiantes, se orienta el objetivo de la nueva clase. Es preciso que desde la función didáctica del objetivo ya esté intencionada la formación de la educación emocional de los estudiantes de la carrera Enfermería.

Si la clase es de tipo práctica, el docente deberá revisar el cumplimiento de la guía de aprendizaje orientada en la clase anterior. Realizará una evaluación a los estudiantes a partir de su cumplimiento. Es necesario preguntarles sobre las tareas de aprendizaje que no fueron entendidas, y las que no se cumplieron.

Entre las tareas de aprendizaje orientadas en la guía deben contemplarse preguntas relacionadas con la emocionalidad respecto al contenido y la solución de la tarea. Ejemplo: ¿Cómo te sientes al estudiar este contenido? ¿Cómo reaccionaste cuando se hizo difícil resolver la tarea de aprendizaje? ¿Cuáles fueron las emociones sentidas al no poder contestar la pregunta?

Para ello se sugiere un autorreporte por cuanto una de las primeras competencias emocionales a desarrollar en los estudiantes es la conciencia emocional. En este el estudiante puede referir:

- ¿Qué emoción o emociones vivenció?
- ¿Qué provocó la emoción?
- ¿Qué ideas propician que me sienta de este modo?
- ¿Cómo podía lograr que fuera diferente?

Se invita a los estudiantes a revisar su autorreporte y reflexionar sobre él, analizar las reacciones que tienen y descubrir qué los pone de mal humor, ansiosos, con miedo, deprimidos, qué los agota, encontrar la verdadera causa. Una vez que se sepa cuál es el origen del estrés o cualquier emoción negativa, evaluar qué es lo que no está funcionando y ver qué se puede hacer. De esta manera, también se trabaja en función de la percepción emocional: las emociones son percibidas, identificadas, valoradas y expresadas. Incluye la capacidad para expresar las emociones adecuadamente (Mayer, Salovey y Caruso, 2000).

La información obtenida sirve como retroalimentación al profesor, que deberá encontrar vías novedosas para resolver las inquietudes de los estudiantes y encontrar modo de satisfacer sus necesidades emocionales y de aprendizajes. En caso requerido, brindar orientación personal al estudiante de la Carrera de Enfermería más afectado en un espacio más privado, ya fuera de clases.

En la introducción, luego del objetivo de la clase, se orienta la bibliografía que se deberá consultar, haciéndose un análisis de ella. Hernández e Infante (2017) recomiendan que se destaquen las referencias bibliográficas que son básicas para profundizar en el tema y las complementarias, las que están al alcance de los estudiantes, el enfoque del tema que aporta cada una, que les permitirá ampliar y consolidar los conocimientos que exige este. También el profesor deberá referir sus vivencias emocionales acerca de la obra de cada autor. En esta bibliografía debe incluir obras que aborden la educación emocional en vínculo con el tema que se trate.

Una vez motivado al estudiante por el contenido de la clase de su especialidad comienza el desarrollo de la misma. En conferencias, el profesor debe realizar una exposición amena haciendo uso de argumentos fundamentados por la ciencia. Se recomienda una comunicación empática, mediante la cual el profesor se ponga en el lugar del estudiante y pueda percatarse si su exposición está siendo aceptada por su auditorio, si ha logrado despertar el interés o por el contrario la apatía.

Tanto en clases prácticas como conferencias, el profesor hace uso de medios de enseñanza que van desde los más tradicionales a los más modernos. En su elección debe cuidar la relación con el contenido de la clase y las emociones que los mismos puedan despertar en los estudiantes. “El empleo de las tecnologías de la información y la comunicación (TICs) constituye un aliado estratégico para la educación”, según plantean Hidalgo, Salazar y Chile (2018, p. 297). El uso adecuado de ellos provoca

vivencias positivas en los estudiantes que despierta la motivación por el aprendizaje, lo estimula y facilita.

Durante el desarrollo de la clase se produce un denso intercambio de conocimientos que puede ser extenso en las conferencias. Se debe contextualizar el contenido a la situación actual que vive la humanidad en tiempos de Covid-19 y las consecuencias emocionales que deben ser atendidas por los profesionales de la enfermería. Escuchar las inquietudes de los estudiantes al respecto y sus vivencias en las prácticas. De esta manera, se contribuye al desarrollo de la comunicación efectiva o asertiva del estudiantado como una de las habilidades para la vida, es decir, para expresarse de manera apropiada al contexto relacional y social en el que se vive.

Dirigir el intercambio vivencial hacia el desarrollo de la capacidad de los estudiantes de la carrera Enfermería para ponerse en el lugar de otra persona y desde esa posición captar sus sentimientos, lograr el desarrollo de la empatía, necesaria para la educación emocional en las relaciones con las demás personas. El ser empático permite a este profesional de la salud la comprensión del estado emocional del otro y de sí mismo con respecto a él, con lo cual se logra un mejor resultado en su desempeño profesional.

En las clases prácticas se usa con frecuencia el método de trabajo por equipo, muy importante para el aprendizaje colaborativo del futuro enfermero que trabaja de conjunto con otros profesionales. Esto favorece, además, la habilidad en las relaciones interpersonales como una competencia para interactuar positivamente con otros sujetos. También la toma de decisiones ante situaciones pedagógicas y dilemas profesionales que deban debatir en el equipo permite el desarrollo de las habilidades de la vida para el bienestar, que es otra de las competencias emocionales planteadas por Bisquerra (2006).

Los equipos formados deben mantener el distanciamiento físico y el uso de mascarillas para cumplir con las medidas higiénicas sanitarias pertinentes en la actual situación epidemiológica. Si el profesor entrega hojas didácticas, se sugiere hacerlo de forma individual, aunque el tema sea común para los integrantes del equipo. Si la práctica exigiera el uso de maquetas, maniqués u otros medios, al manipularlos sería conveniente el uso de guantes.

El docente puede asignar los roles a cumplir en el equipo a partir de las características individuales de los estudiantes de la carrera Enfermería. Este momento de aprendizaje es una oportunidad que se tiene para la educación emocional del estudiantado: desarrollar habilidades sociales, la comunicación asertiva, la capacidad de resiliencia ante las tareas más complejas, la regulación emocional. Luego se observa el trabajo realizado y el cumplimiento de los roles asignados a cada estudiante, así como los estados emocionales que manifiestan.

Cuando se realice el intercambio en plenaria, se pregunta a los estudiantes: ¿Cómo se sintieron en el cumplimiento de los roles? ¿Cuál resultó más fácil? ¿Por qué? ¿Qué tareas fueron más complejas realizar y cuáles requirieron niveles de ayuda? Estas y

otras serán interrogantes de interés para la retroalimentación del profesor sobre las emociones vivenciadas por los futuros enfermeros/as. A partir de esta actualización del diagnóstico pedagógico, el docente puede trazar estrategias para el desarrollo de los conocimientos y de las competencias emocionales en las próximas clases.

El proceso de evaluación sistemática debe desarrollarse en un ambiente de cooperación y crecimiento personal. Para ello se usa la autoevaluación, coevaluación y heteroevaluación. Este momento es esencial para potenciar la motivación a la superación, la tolerancia a las frustraciones, la capacidad de resiliencia. Se pueden realizar observaciones o preguntas a los estudiantes que conlleven a la autoconciencia y autonomía emocional, así como la autorregulación. tales como: ¿qué lograste?, ¿qué faltó?, ¿cómo llegar al estado deseado?, ¿qué emociones vivenciaste durante las respuestas dadas?, ¿cómo fue tu reacción emocional ante la evaluación?

Las conclusiones de la clase deben ser utilizadas para realizar generalizaciones de carácter teórico y metodológico, a partir del objetivo establecido. El docente puede precisar los fundamentos teóricos aplicados en las tareas desarrolladas, en dependencia de los resultados obtenidos. De igual modo, debe valorar el cumplimiento de la metodología planificada, enfatizando en el desarrollo de las habilidades propuestas. Se reflexionará sobre los estados emocionales que se manifestaron durante la clase, el intercambio realizado sobre ello y los recursos aprendidos para ser más competentes emocionalmente.

Este momento servirá también para entusiasmar a los estudiantes en el estudio del contenido de la próxima clase. Se pueden emplear técnicas de cierre como el PNI (positivo, negativo e interesante), despedir con una palabra, una reflexión o emoción vivenciada que resuma lo sentido durante el proceso de enseñanza- aprendizaje.

Toda la clase debe contribuir a la orientación profesional, no desde lo académico, sino también desde lo emocional. Para ello se recomienda despertar vivencias positivas en relación con la profesión y entusiasmar a los estudiantes en el desarrollo de las habilidades profesionales.

### **Indicadores y criterios para la valoración de la propuesta**

Para valorar en qué medida las recomendaciones metodológicas para el desarrollo de la educación emocional, durante la clase en la carrera Enfermería han favorecido la preparación de los estudiantes universitarios, en función de una mejor respuesta emocional en tiempos de Covid-19, se proponen indicadores y criterios a tener en cuenta. La elaboración de los mismos resulta del estudio del estado del arte del tema que en este artículo se presenta. Se tiene en cuenta, además, de acuerdo con los autores, la propuesta que realizan Mendoza, Leyva y Ferreiro (2020). Estos indicadores tienen un carácter cualitativo, lo que no excluye una posible valoración cuantitativa, y son los que a continuación se relacionan:

1. Características personalógicas del estudiante de Enfermería

El significado de este indicador está dado por la actitud que asuma el estudiante ante su crecimiento como futuro profesional en función de lograr un adecuado desempeño atemperado a la satisfacción de necesidades que los tiempos de Covid-19 requieren. Para ello deberá mostrarse flexible, creativo, dinámico y con un estado emocional positivo.

Criterios para su valoración:

- **Conciencia emocional:** consiste en que los estudiantes de esta carrera puedan reconocer las propias emociones y las de los demás ante diversos sucesos durante la clase y en el ejercicio profesional. Conviene distinguir entre pensamientos, acciones y emociones; comprender las causas y consecuencias de las últimas; evaluar su intensidad; así como reconocer y utilizar el lenguaje emocional de forma apropiada, tanto en comunicación verbal como no verbal.
- **Regulación emocional:** significa que los estudiantes de Enfermería puedan ofrecer una respuesta apropiada a las emociones que experimentan dentro y fuera de la clase. Son componentes importantes de la habilidad de autorregulación: la tolerancia a la frustración cuando no se cumplen sus expectativas en la evaluación, el manejo de la ira, la capacidad para retrasar gratificaciones, las habilidades de afrontamiento en situaciones de riesgo, el desarrollo de la empatía, etc.
- **Autonomía emocional:** es la capacidad que desarrolla el estudiante de dicha carrera al no sentirse seriamente afectado por los estímulos del entorno. Cuestión muy importante porque para poder brindar ayuda a los pacientes en el futuro no debe estar afectado emocionalmente por el ambiente que le rodee. Esto requiere de una sana autoestima, autoconfianza, percepción de autoeficacia, automotivación y responsabilidad.
- **Competencia social:** el estudiante de Enfermería se relaciona fácilmente con sus compañeros de aula y profesores, sabiendo que estos vínculos están entretejidos de emociones. El desarrollo de la capacidad de escucha y la capacidad de empatía abren la puerta a actitudes prosociales.
- **Habilidades de vida para el bienestar:** el estudiante de esta carrera construye de manera activa su propia felicidad, de manera consciente y con actitud activa.

## 2. Expresión emocional en la conducta de los estudiantes la carrera Enfermería

Contribuye a la valoración de la calidad de la formación integral del estudiantado para enfrentar los diversos problemas profesionales que se presenten en tiempos de pandemias y solucionarlos con una actitud emocional positiva.

Criterios para su valoración:

- **Relación entre el sujeto y el entorno social.**

- Forma de interacción con las demás personas en especial las que necesiten su ayuda.
- Reacciones emocionales ante la frustración y la adversidad.
- Adecuación del sistema de habilidades sociales ante los problemas profesionales que se presenten en su accionar como enfermeros/as.
- Nivel de desempeño emocional en relación con el contexto.
- Emociones expresadas mediante la comunicación no verbal.

### Consideraciones finales

La educación emocional de estudiantes de la Carrera de Enfermería en tiempos de Covid-19 resulta una tarea compleja, pero a la vez necesaria, para lo cual el profesor debe estar preparado y planificar adecuadamente cada momento de la clase con anterioridad. Ello implicaría el desarrollo de competencias emocionales que favorecen el desarrollo integral de la personalidad del estudiantado y los prepara para responder de forma saludable a los desafíos que se presentan al vivir en tiempos de crisis y pandemia.

Las recomendaciones metodológicas elaboradas para el desarrollo de clases teóricas y prácticas son propuestas que, de forma creativa, y atemperadas a su contexto educativo, pueden seguir los profesionales de la educación. Preparar a los estudiantes de la Carrera de Enfermería para un mejor desempeño como futuros profesionales es un reto que implica la actualización constante y el perfeccionamiento del proceso educativo.

### Referencias

- Bisquerra, R. (2006). Orientación psicopedagógica y educación emocional. *Estudios sobre educación*, 11, 1-25. Recuperado de <http://www.ub.edu/grop/catala/wpcontent/uploads/2014/03/Orientaci%C3%B3n-psicopedag%C3%B3gica-y-educaci%C3%B3n-emocional.pdf>
- CEPAL- UNESCO (2020). *La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19. Informe Covid-19*. Recuperado de <http://repositorio.cepal.org/bistream/handle/11362/45904/s2000510-es.pdf>.
- Dirocié, L. y Javier, M. (2009). *Competencias de los orientadores en el uso de modelos de intervención psicopedagógica en las escuelas urbanas de los distritos educativos 05 y 06 de la regional 02 de educación del municipio de San Juan de la Maguana*. República Dominicana: Biblioteca virtual de Derecho, Economía y Ciencias Sociales. Recuperado de <http://biblioteca.utec.edu.sv>
- Escolano, A. (2020). Emociones & educación. La construcción histórica de la educación emocional. *Historia y Memoria de la Educación*, 11, 701-706. Sociedad Española

de Historia de la Educación. Recuperado de  
<http://doi.org/10.5944/hme.11.2020.24688>

Hernández, R. e Infante, M. (2017). La clase en la educación superior, forma organizativa esencial en el proceso de enseñanza-aprendizaje. *Revista Pedagogía Universitaria. Educación y Educadores*, 20(1), 27-40. Recuperado de <http://doi.org/10.5294/edu.2017.20.1.2>

Hidalgo, F., Salazar, M. y Chile, S. (2018). El uso de las tecnologías educativas y su impacto en la formación de los profesionales de la Educación Superior. *Opuntia Brava*, 10(1), 296-302. Recuperado de <http://opuntiabrava.ult.edu.cu/index.php/opuntiabrava/article/view/76/73>

Mayer, J. D., Salovey, P. y Caruso, D. (2000). Models of emotional intelligence. En R. J. Sternberg (Ed.), *Handbook of Intelligence* (2nd ed), 396-420. New York: Cambridge.

Mendoza, L. L., Leyva, P. A. y Ferreiro, Y. L. (2020). Desarrollar la motivación en el proceso de formación de los profesionales: experiencia educativa. *Opuntia Brava*, 12(3), 123-134. Recuperado de <http://opuntiabrava.ult.edu.cu/index.php/opuntiabrava/article/view/1055/1261>

Ordaz, M. (2020). A causa de la Covid-19... ¿perdimos el curso escolar? *Revista Mendive*, 18(3) 452-456, (julio-septiembre). Recuperado de <http://mendive.upr.edu.cu/index.php/MendiveUPR/article/view/2053 p. 452-456>.

Rodríguez, Z. Chércoles, L. E., Santisteban, F., Ricardo, J. M. y Uriarte, M. E. (2017). La clase según lo establecido en reglamentos ministeriales cubanos. *MEDISAN*, 21(9), 1-10. Recuperado de <https://www.medisan.sld.cu/index.php/san/article/view/1590>

Vila, J. J. (2020). *Un virus antipedagógico*. Tenerife, España: Ined 21. Recuperado de <https://ined21.com/un-virus-antipedagogico/>