



UTMACH

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

Consecuencias psicológicas de la pandemia Covid-19: Estrés en madres por la educación virtual

**QUISHPI RUEDA STEEVEN PAUL
LICENCIADO EN PSICOLOGIA CLINICA**

**CALLE CHAMORRO ALLISON CATALINA
LICENCIADA EN PSICOLOGIA CLINICA**

**MACHALA
2022**



UTMACH

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

**Consecuencias psicológicas de la pandemia Covid-19: Estrés en
madres por la educación virtual**

**QUISHPI RUEDA STEEVEN PAUL
LICENCIADO EN PSICOLOGIA CLINICA**

**CALLE CHAMORRO ALLISON CATALINA
LICENCIADA EN PSICOLOGIA CLINICA**

**MACHALA
2022**



UTMACH

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

ANÁLISIS DE CASOS

**Consecuencias psicológicas de la pandemia Covid-19: Estrés en
madres por la educación virtual**

**QUISHPI RUEDA STEEVEN PAUL
LICENCIADO EN PSICOLOGIA CLINICA**

**CALLE CHAMORRO ALLISON CATALINA
LICENCIADA EN PSICOLOGIA CLINICA**

SERRANO POLO OSCAR RODOLFO

**MACHALA
2022**

Educación virtual y estrés de madres

por Allison Cale Y Steeven Quisphi

Fecha de entrega: 02-sep-2022 06:12p.m. (UTC-0500)

Identificador de la entrega: 1891621709

Nombre del archivo: CALLE-_QUISHPI_TRABAJO_FINAL_1.docx (70.8K)

Total de palabras: 15002

Total de caracteres: 76490

Educación virtual y estrés de madres

INFORME DE ORIGINALIDAD

3%

INDICE DE SIMILITUD

3%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

1%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Técnica de Machala Trabajo del estudiante	<1 %
2	repositorio.unap.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
3	archive.org Fuente de Internet	<1 %
4	untrm.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
5	repositorio.utmachala.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
6	issuu.com Fuente de Internet	<1 %
7	lucc.org Fuente de Internet	<1 %
8	Martha Frías Armenta, Melanie Itsel Barrios Gaxiola. "Recursos que contribuyen al desarrollo positivo en jóvenes", Escritos de Psicología - Psychological Writings, 2016 Publicación	<1 %

CLÁUSULA DE CESIÓN DE DERECHO DE PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO DIGITAL INSTITUCIONAL

Los que suscriben, QUISHPI RUEDA STEEVEN PAUL y CALLE CHAMORRO ALLISON CATALINA, en calidad de autores del siguiente trabajo escrito titulado Consecuencias psicológicas de la pandemia Covid-19: Estrés en madres por la educación virtual, otorgan a la Universidad Técnica de Machala, de forma gratuita y no exclusiva, los derechos de reproducción, distribución y comunicación pública de la obra, que constituye un trabajo de autoría propia, sobre la cual tienen potestad para otorgar los derechos contenidos en esta licencia.

Los autores declaran que el contenido que se publicará es de carácter académico y se enmarca en las disposiciones definidas por la Universidad Técnica de Machala.

Se autoriza a transformar la obra, únicamente cuando sea necesario, y a realizar las adaptaciones pertinentes para permitir su preservación, distribución y publicación en el Repositorio Digital Institucional de la Universidad Técnica de Machala.

Los autores como garantes de la autoría de la obra y en relación a la misma, declaran que la universidad se encuentra libre de todo tipo de responsabilidad sobre el contenido de la obra y que asumen la responsabilidad frente a cualquier reclamo o demanda por parte de terceros de manera exclusiva.

Aceptando esta licencia, se cede a la Universidad Técnica de Machala el derecho exclusivo de archivar, reproducir, convertir, comunicar y/o distribuir la obra mundialmente en formato electrónico y digital a través de su Repositorio Digital Institucional, siempre y cuando no se lo haga para obtener beneficio económico.



QUISHPI RUEDA STEEVEN PAUL

0706808086



CALLE CHAMORRO ALLISON CATALINA

0705838035

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a Dios por darme la oportunidad de vivir, a mi padre Luis Calle De la Cuesta y a mi madre Catalina Chamorro Valencia por acompañarme, amarme, motivarme y creer en mí, a mis hermanos y sobrino por su apoyo y complicidad, a mis amigos y compañeros, gracias por tomar mi mano y juntos incursionar en el maravilloso mundo de la psicología.

Allison Catalina Calle Chamorro

DEDICATORIA

Este trabajo lo dedico, primero a Dios por permitirme seguir con vida para cumplir con mis objetivos, en segundo lugar a mi familia, en especial a mi padres Gloria Isabel Rueda Jaramillo y Segundo Manuel Quishpi Gómez, quienes con su esfuerzo y amor permitieron que siga adelante en mi carrera profesional; asimismo agradecer a maestros, compañeros y tutores de la carrera por su apoyo y por plasmar conocimientos en mi, para poder desenvolverme como un buen profesional de la psicología.

Steeven Paul Quishpi Rueda

AGRADECIMIENTO

A nuestro tutor, Dr. Oscar Rodolfo Serrano Polo, Mgs, quien ha sido pilar fundamental en la construcción de este trabajo; asimismo, agradecemos a nuestra docente, Dra. Carmita Villavicencio Aguilar, PhD, por su esfuerzo, paciencia y dedicación, quien con su orientación nos apoyó para culminar nuestro proceso de titulación.

CONSECUENCIAS PSICOLÓGICAS DE LA PANDEMIA COVID-19: ESTRÉS EN MADRES POR LA EDUCACIÓN VIRTUAL

RESUMEN

Autores: Allison Catalina Calle Chamorro
CI: 070583803-5
acalle5@utmachala.edu.ec

Steeven Paul Quishpi Rueda
CI: 070680808-6
squishpi1@utmachala.edu.ec

Coautor: Oscar Rodolfo Serrano Polo
070135655-2
oserrano@utmachala.edu.ec

El propósito de esta investigación es analizar el estrés en las madres debido a la educación virtual de sus hijos a causa de la pandemia Covid-19. Este estudio se fundamenta en el enfoque epistemológico de la Psicología Positiva, que se ha destacado de otros modelos por abordar el panorama de la salud mental a través de la visión positiva en la estructura del ser humano, sin dejar de lado las crisis que son resueltas por el desarrollo y fortalecimiento de recursos internos. Se establecieron tres temas de análisis: efectos del estrés en las madres, los recursos personales que poseen, y los recursos externos de afrontamiento de las mismas. La muestra estuvo compuesta por cinco madres de familia que experimentaron estrés durante la escolaridad virtual de sus hijos, residentes en la provincia de El Oro, dos de ellas en la ciudad de Pasaje y tres en el cantón Huaquillas, todas con hijos menores de 12 años que cursaron su educación en línea durante la pandemia. El enfoque de este estudio es cualitativo de diseño fenomenológico-hermenéutico, con una muestra de tipo no probabilístico-homogénea; y acorde al avance de la recolección de datos, se llegó a la saturación de las categorías con cinco participantes. Al inicio de la recolección de datos se tuvo el primer acercamiento con cada una de las participantes, obteniendo una respuesta favorable de su participación a través del consentimiento informado, posteriormente, se utilizó una entrevista semiestructurada que sirvió para recoger información en base a la guía de entrevista elaborada por los investigadores, además de la técnica de Completamiento de Frases que permite explorar la subjetividad de las participantes en relación a las frases planteadas; finalmente, se

utilizó una entrevista abierta a profundidad, en conjunto con la observación cualitativa para ahondar en los detalles, y características personales de las participantes. Acorde a la búsqueda rigurosa de recursos teóricos, fundamentada tanto en autores pioneros como en actuales, se obtuvieron resultados que demuestran que el efecto del estrés en las madres de familia ha hecho que desarrollen síntomas físicos, psicológicos y complicaciones en su rol de docentes en casa; en cuanto a los recursos personales, se identificaron categorías como la resiliencia, inteligencia emocional, apegos, autoeficacia, sentido de coherencia y esperanza en las participantes; también se constató que factores como el apoyo familiar y la solvencia económica alivianaron el impacto del estrés, por otro lado, el uso de tecnologías aplicadas a la educación, ha demandado que las madres se acoplen a estos dispositivos, reflejando aquello como un factor de riesgo para el estrés. Como conclusión del estudio, la escolaridad virtual ha sido un reto para las madres de familia que adoptaron el rol de docentes durante la pandemia, llevándolas a experimentar afecciones en su salud física y mental por el estrés, no obstante, contar con recursos internos y elementos protectores proporcionan una contención frente al estrés.

Palabras claves: Estrés, Madres de familia, Educación virtual, Recursos Personales, Recursos Externos.

PSYCHOLOGICAL CONSEQUENCES OF THE COVID-19 PANDEMIC: MOTHERS' STRESS OVER VIRTUAL EDUCATION

ABSTRACT

Authors: Allison Catalina Calle Chamorro
CI: 070583803-5
acalle5@utmachala.edu.ec

Steeven Paul Quishpi Rueda
CI: 070680808-6
squishpi1@utmachala.edu.ec

Coauthor: Oscar Rodolfo Serrano Polo
070135655-2
oserrano@utmachala.edu.ec

The purpose of this research is to analyze the stress in mothers due to the virtual education of their children because of the Covid-19 pandemic. This study is based on the epistemological approach of Positive Psychology, which has stood out from other models for approaching the mental health panorama through the positive vision in the structure of the human being, without leaving aside the crises that are solved by the development and strengthening of internal resources. Three themes of analysis were established: the effects of stress on mothers, the personal resources they possess, and their external coping resources. The sample was composed of five mothers who experienced stress during their children's virtual schooling, residents of the province of El Oro, two of them in the city of Pasaje and three in the canton of Huaquillas, all with children under 12 years of age who attended their education online during the pandemic. The approach of this study is qualitative with a phenomenological-hermeneutic design, with a non-probabilistic-homogeneous sample; and according to the progress of the data collection, the saturation of the categories was reached with five participants. At the beginning of the data collection, the first approach was made with each of the participants, obtaining a favorable response of their participation through informed consent; subsequently, a semi-structured interview was used to collect information based on the interview guide prepared by the researchers, in addition to the Sentence Completion technique that allows exploring the subjectivity of the participants in relation to the phrases proposed; finally, an in-depth open interview was used, in conjunction with qualitative observation to delve into the

details and personal characteristics of the participants. According to the rigorous search for theoretical resources, based on both pioneering and current authors, results were obtained that show that the effect of stress on mothers has caused them to develop physical and psychological symptoms and complications in their role as teachers at home; As for personal resources, categories such as resilience, emotional intelligence, attachments, self-efficacy, sense of coherence and hope were identified in the participants; it was also found that factors such as family support and economic solvency alleviated the impact of stress; on the other hand, the use of technologies applied to education has demanded that mothers adapt to these devices, reflecting this as a risk factor for stress. As a conclusion of the study, virtual schooling has been a challenge for mothers who adopted the role of teachers during the pandemic, leading them to experience physical and mental health conditions due to stress, however, having internal resources and protective elements provide containment against stress.

Keywords: Stress, Mothers, Virtual Education, Personal Resources, External Resources.

CONTENIDO

INTRODUCCIÓN	9
1. GENERALIDADES DEL OBJETO DE ESTUDIO	11
1.1 Definición y contextualización del objeto de estudio	11
1.2 Hechos de interés	17
1.3 Objetivos de la investigación	20
2. FUNDAMENTO TEÓRICO-EPISTEMOLÓGICO DEL ESTUDIO	21
2.1 Descripción del enfoque epistemológico de referencia	21
2.2 Bases teóricas de la investigación	23
3. PROCESO METODOLÓGICO	26
3.1 Diseño o tradición de investigación seleccionada	26
3.2 Proceso de recolección de datos en la investigación	27
3.3 Sistema de categorización en el análisis de los datos	28
4. RESULTADO DE LA INVESTIGACIÓN	40
4.1 Descripción y argumentación teórica de resultados	40
CONCLUSIONES	51
RECOMENDACIONES	53
BIBLIOGRAFÍA	54
ANEXOS	64

INTRODUCCIÓN

Desde el principio, la humanidad se ha visto implicada en situaciones de riesgo que están fuera de su control. La pandemia Covid-19 ha mostrado ser un escenario devastador, tanto para la salud física, reflejándose en enfermedades respiratorias, complicaciones y muertes provocadas por el virus; como en el impacto psicológico y a la calidad de vida de las personas debido a los cambios drásticos dentro de la economía, la alimentación, el trabajo, y la cotidianidad misma.

Entrar en un contexto de pandemia provocó cambios drásticos en la vida diaria de varias familias. Los padres de familia son una de las poblaciones más afectadas durante la pandemia debido a estresores que surgen a raíz de la crisis sanitaria, factores como las dificultades económicas, conflictos maritales, cierre de centros educativos y el trabajo a distancia (Hiraoka & Tomoda, 2020); generan fatiga emocional constante, que a su vez impulsa el desarrollo de estrés parental.

Dentro de la educación, las clases virtuales se convirtieron en un estresor constante para niños, niñas y padres, debido a que estos últimos, en especial las madres, tomaron el papel de docentes, sumándole un nivel de responsabilidad mayor a su rutina, desencadenando síntomas de estrés que variaban según los recursos personales y externos que poseían estas madres (Moscardino et al., 2021).

Por ello, surge la necesidad de investigar el estrés que las madres de familia han experimentado en su rol de educadoras durante el confinamiento, constatando sus complicaciones y recursos; por lo tanto, el objetivo general de este estudio es analizar el estrés en las madres debido a la educación virtual de sus hijos a causa de la pandemia Covid-19.

En el capítulo I de la presente investigación, se describe el contenido obtenido de recursos teóricos acordes al tema: estrés en madres por la educación virtual durante la pandemia Covid-19, abordando los conceptos teóricos implícitos en los hechos de interés que se han estudiado hasta la actualidad, además se hace referencia a conceptos, causas, efectos, tipos y características ligadas a los objetivos planteados en la investigación.

Respecto al capítulo II, se explican los fundamentos del enfoque teórico-epistemológico de este estudio, partiendo desde los constructos teóricos más influyentes de la Psicología Positiva que han abordado el bienestar subjetivo del ser humano y su relación con el estrés, siendo soporte para analizar el fenómeno estudiado.

En el capítulo III, se ubica el diseño metodológico utilizado en este estudio, describiendo las técnicas e instrumentos de evaluación psicológica que se utilizaron para recabar información y su posterior uso en el análisis y creación de categorías.

Por último, en el capítulo IV, se detallan los resultados de la investigación recopilados a partir de la triangulación de teoría, la información recolectada a través de las técnicas e instrumentos, e interpretación de los investigadores, lo que dio paso al desarrollo de conclusiones y recomendaciones pertinentes al estudio.

CONSECUENCIAS PSICOLÓGICAS DE LA PANDEMIA COVID-19: ESTRÉS EN MADRES POR LA EDUCACIÓN VIRTUAL

1. GENERALIDADES DEL OBJETO DE ESTUDIO

1.1 Definición y contextualización del objeto de estudio

Desde el inicio de la pandemia de la Covid-19, a finales del año 2019, el número de fallecidos se ha elevado a 2 '758.090 en todo el mundo, denotando la gravedad de la situación (Orús, 2022). Dicho suceso llevó a la población mundial a enfrentar una nueva realidad que implica varios cambios en casi todas las áreas de interacción humana, con la finalidad de priorizar la salud.

Dentro del Ecuador, varios sectores de importancia pública fueron impactados, empezando por la economía: los índices de pobreza aumentaron, hubo una baja de ingresos laborales, incluyendo la reducción de salarios, cierre de fronteras e incremento del desempleo, provocando la pérdida de ingresos del 5% en los ciudadanos (Comisión Económica para América Latina y el Caribe, 2020).

En el sistema de salud se presentó la escasez de insumos médicos y de personal capacitado, tomando en consideración que había una media de 247 personas fallecidas al día; en la educación, la suspensión de clases presenciales condujo al inicio de una escolarización a distancia que no garantizaba aprendizaje, además del desafío de obtener dispositivos tecnológicos e internet (Cevallos et al., 2020).

Día a día el aumento de casos produjo que las personas comiencen a experimentar un desgaste psicológico debido a la cantidad de estímulos que acompañaban esta crisis, por ejemplo, las cifras de fallecidos, información no fiable difundida por redes sociales, desabastecimiento de productos de bioseguridad y el uso de recursos tecnológicos como un medio para adaptarse al entorno pandémico.

A raíz de la pandemia surgen consecuencias psicológicas de carácter negativo, como el aumento del estrés, depresión y ansiedad (Qiu et al., 2020). Al enfocarse en el estrés, los agentes que se coronan como estresores en las familias están relacionados a la

preocupación por evitar un contagio que afecte al resto del núcleo familiar, a más de prevenir daños que perjudiquen a la salud propia y del resto de familiares; por otro lado, la economía, el aislamiento físico y la educación virtual también influyen en el aumento del estrés (Rusca-Jordán et al., 2020).

Mencionar al estrés, remonta al año 1976, donde Hans Selye definió al estrés desde una perspectiva psicobiológica, contemplada como una reacción no identificada del cuerpo debido a un estímulo que influye en el mismo (Barrio et al., 2006). Durante sus investigaciones, Breitenbach et al. (2021) abordaron la teoría del estrés de Selye, y lo describen como la interacción conjunta de fuerzas que ocurren dentro del cuerpo de manera física o psicológica; Selye fue el creador del término síndrome general de adaptación (SGA), que posteriormente fue denominado estrés.

En una posición contraria se encuentra Lazarus (2000), quien fue uno de los primeros autores en refutar la teoría del síndrome general de adaptación, e insertó los factores cognitivo y emocional, conceptualizando el estrés como la evaluación del individuo hacia el entorno percibido como una sobrecarga a sus recursos personales, y por ende una amenaza a su equilibrio emocional.

La teoría de Lazarus se caracteriza por ser un proceso transaccional, que se inicia cuando el individuo experimenta una situación peculiar y la valora en función de sus pensamientos, esquemas, aprendizajes, valores, entre otras; el estrés estará vigente en caso de que la persona perciba que las demandas (internas o externas) excedan sus recursos (Gómez, 2005).

En la modernidad, Robinson (2018) define al estrés como las secuelas inmediatas de aquellas experiencias de carácter negativo que se han relacionado con diferentes estímulos provenientes del entorno, que van desde los problemas que se presentan diariamente (área laboral, familiar, social y de pareja) hasta los relacionados con la salud física y mental del individuo.

Bairero (2017) menciona que existen dos variables de estrés, el estrés positivo y estrés negativo, el primero también denominado eustress, lo define como un estrés efímero que proviene de actividades que están dentro del control del sujeto, provocando una sensación placentera y una respuesta adaptativa; en cambio, el estrés negativo o distress, es extenso

y se debe a hechos que están fuera del alcance de la persona, que podría causar malestar y tensiones.

Las causas para el apareamiento del estrés pueden desglosarse con base a las categorías que menciona Lopategui (2019) como son: (a) psicosociales: es el comportamiento y la cognición involucrados en la interpretación de aquellos eventos externos que son evaluados como demandas dentro o fuera del alcance de las capacidades del individuo; (b) bioecológicas: estresores físicos o ecológicos que provienen del ambiente, a más de factores biológicos, como hacer algún deporte que requiera de un desgaste de energía, o estímulos ambientales como altas temperaturas, la contaminación del aire, entre otros; (c) la personalidad tipo A, caracterizada por impulsividad, competición, irritabilidad, manías y un alto sentido del éxito, que hace experimentar un estrés negativo.

Un mal manejo o exceso de estrés puede perjudicar a la vitalidad física y el rendimiento en las actividades cotidianas, lo que origina trastornos en la salud (Segura y Pérez, 2016). Algunos de los síntomas más comunes suelen ser cefaleas, acidez estomacal, sudor frío, dolores en la espalda y cuello, estreñimiento o diarrea, además de problemas del sueño y de la memoria (Bairero, 2017).

Como se mencionó anteriormente, el estrés puede ser ocasionado por problemas dentro del ámbito familiar, en este contexto de pandemia, el aislamiento ha hecho que varias familias cambien su estilo de vida y opten por adaptarse a ello, siendo el trabajo y la educación en línea uno de los cambios que producen mayor tiempo de convivencia en casa, por lo que se da una cohesión excesiva dentro de la dinámica familiar, que ha llevado a que estos grupos debiliten sus lazos parentales, surgiendo así, el estrés parental.

El estrés parental hace presencia generalmente, cuando un individuo pasa a ser padre o madre, y nota que las demandas que implica la paternidad sobrepasan los recursos internos con los que cuenta, produciendo reacciones psicológicas y fisiológicas de carácter negativo en su intento de adaptarse a esta nueva etapa de su vida (Craig et al., 2016). Es así que, la paternidad comprende una gama de sucesos que forman parte de la construcción de un ser humano, lo que hace consciente al cuidador de las consecuencias de su comportamiento.

García (2019) reafirma lo mencionado, pues indica que el estrés parental se produce a partir de la adaptación a ejercer el rol de padres y madres en el cuidado y responsabilidad

de criar un hijo; el vivir esta nueva etapa conlleva a experimentar una transición en el estilo de vida de estas personas, dentro de este proceso de asimilación de cambios surgen diversos malestares a nivel físico y psicológico.

En cuanto a las causas del estrés parental, Crnic y Ross (2017) manifiestan que estas pueden relacionarse con bajos resultados en el desarrollo orgánico y psicológico de los hijos, la inadecuada aplicación de estilos de crianza, problemas de conducta por parte de los hijos, problemas de aprendizaje y una deficiente calidad de la relación padres e hijos.

Dentro de las características del estrés parental, Pérez y Menéndez (2014) indican que aquellos padres y madres con niveles graves de estrés, son más susceptibles a padecer síntomas de depresión y ansiedad, además poseen pocos recursos de afrontamiento y tienden a utilizar métodos de educación erróneos e inclusive violentos.

Por otro lado, la educación virtual se ha colado como un nuevo sistema de aprendizaje en vigencia. Las restricciones como el aislamiento físico y la suspensión de clases presenciales, condujeron al cierre de centros educativos (Del Castillo y Pando, 2020). Derivando en la virtualización del proceso de educación de niños, niñas y adolescentes, lo que implica el traspaso del área académica a los progenitores, principalmente las madres (Di Nella y Ibañez, 2020).

Goldberg et al. (2021) sostienen que tanto el proceso de educación virtual, como la búsqueda por solventar las necesidades básicas del núcleo familiar, son percibidas como las principales fuentes de estrés en padres durante la crisis sanitaria provocada por la pandemia del Covid-19.

Verlenden et al. (2021) manifiestan que los padres que apoyan a sus hijos durante la educación virtual presentan angustia emocional, problemas para dormir, preocupación por la estabilidad laboral, conflictos entre trabajar y apoyar en el aprendizaje virtual de sus hijos; lo que trae como consecuencia que tanto niños como padres puedan sufrir estrés crónico, afectando a su salud física y mental, especialmente en aquellos que no cuentan con apoyo social y económico.

En relación a lo mencionado anteriormente, el malestar generado entre los progenitores por la modalidad educativa virtual, se debe a que la responsabilidad parental acrecienta, pasando a ser tutores o docentes de sus hijos dentro de casa durante largos periodos de tiempo, rol al que no están acostumbrados o no se encuentra dentro de sus competencias,

creando un conflicto especial a las madres de familia que poseen niveles de estrés más altos que los padres (Susilowati & Azzasyofia, 2020).

Además, existen factores externos que contribuyen a la aparición del estrés parental, tales como las limitaciones que poseen los padres para ayudar a sus hijos debido a una baja formación académica, poco o ningún conocimiento acerca del manejo de la tecnología moderna, y la falta de recursos tecnológicos tales como internet, celulares y computadores (Andrew et al., 2020).

Sin embargo, no todas las familias han vivido situaciones de estrés parental dentro del contexto de la educación virtual de los hijos; debido a que estos padres han contado con los recursos suficientes, tanto personales como externos, que han servido de factores protectores para poder sobrellevar esta nueva modalidad de aprendizaje (Brown et al., 2020).

Donaldson et al. (2019) definen a los recursos personales como un conjunto de habilidades, estrategias y rasgos psicológicos que poseen las personas como mecanismo para reducir los estados emocionales de carácter negativo, y aumentar niveles altos de positivismo y bienestar emocional, permitiendo mejorar su adaptación a entornos que amenacen su bienestar. Aquellos padres que tuvieron recursos internos como la resiliencia, positivismo e inteligencia emocional, presentaron mejores condiciones de adaptación al cambio en sus nuevos roles como educadores en casa, además de mantener una relación paterno filial equilibrada (Bravo y Oviedo, 2020).

Los cambios que trajo consigo la nueva crisis sanitaria llevó a que varias personas vivan experiencias complicadas, no obstante, algunas tuvieron la capacidad de analizar y encontrar una solución que mejore y restablezca su vida; por lo que Uriarte (2005) sostiene que varios autores perciben al recurso llamado “resiliencia” como el más favorable para una recuperación positiva.

Adicionalmente, Grotberg (1995) destaca que los padres resilientes aportan a la familia una buena red comunicativa y asertiva, predicen el optimismo y establecen lazos confiables entre los integrantes, todo esto aportando al manejo y resolución de posibles situaciones generadoras de estrés.

Si bien la resiliencia es un pilar para reforzar las relaciones familiares, esta se asocia a la autoeficacia, que como indica Bandura (1995) altos niveles de autoeficacia equivalen a la

resiliencia necesaria para ver la adversidad como un desafío, debido a la confianza que se tiene para superarla en lugar de evadirla. Además, las situaciones que fomenten malestar o causen estrés en las personas, puntualmente en los padres y madres de familia, tienen relación a recursos como el locus de control interno o externo, así como también el contexto o ambiente (Huayna et al., 2020).

Con respecto a los estilos de apego, Mikulincer y Florian (1998) manifiestan que aquellos padres que han poseído un apego seguro tienen un adecuado comportamiento de resolución de conflictos, donde el padre es más proclive a elaborar estrategias de afrontamiento al estrés; en cambio, los padres con estilo de apego evitativo están relacionados con conductas distantes y poca capacidad de resolución de problemas ante las adversidades que existen en el rol parental.

En la misma línea, Farantika et al. (2020) expresan que la relación de apego se va construyendo a través del vínculo afectivo entre padre e hijo; el cuidado de los más jóvenes de la familia durante la pandemia, está relacionado con el comportamiento de protección y calidez emocional que se da entre los cuidadores y los niños que atienden y ayudan al momento de su crianza en todos los niveles, tanto personal, social, educativo, entre otros.

Asimismo, la inteligencia emocional juega un rol importante en el restablecimiento del equilibrio en los padres durante las dificultades que acarrea la pandemia, que va desde lo laboral hasta lo educativo; Dhieni et al. (2022) manifiestan que aquellos padres que posean inteligencia emocional son lo suficientemente capaces de sobrellevar la adversidad a pesar de lo complicado que sea, se animan a apoyar y criar a sus hijos durante el confinamiento; sin embargo, aún se requiere aumentar la motivación en ellos y sus hijos para que puedan ser padres con una mirada más positiva hacia su futuro.

En relación al sentido de coherencia, Kanekar y Sharma (2020) mencionan que los tres componentes del sentido de la coherencia, como lo son la comprensibilidad, la manejabilidad y el significado, son indispensables en la adaptación de las personas que experimentan los factores estresantes que ha traído la pandemia, como la pérdida de trabajo, educación en casa, entre otros. Percibir estos factores de estrés como desafíos y no como una carga, es vital para que las personas puedan afrontar su angustia emocional, buscando soluciones y mejorando su calidad de vida.

Siguiendo con los factores protectores, Hu et al. (2021) manifiestan que las personas con sentido de esperanza tienden a ser más resistentes a los factores de estrés y desarrollan un mejor crecimiento a nivel personal a medida que logran sobrellevar los inconvenientes que ha causado la pandemia. Por ejemplo, en el caso de los padres de familia con hijos en escolarización virtual, aquellos que perciben de manera positiva y esperanzadora el contexto de ayudar a sus hijos en su educación en línea, son más propensos a crear un ambiente de bienestar familiar y personal.

En cuanto a los recursos externos, Lau y Lee (2021) mencionan que aquellos padres que reciben recursos del exterior, como una buena red de apoyo, ayuda económica y tecnológica, tienen la posibilidad de reducir sus niveles de estrés, aunque no estén preparados para las exigencias que demanda la educación virtual de sus hijos.

Durante este proceso de educación, los padres que no tienen experiencia en el rol de docentes, suelen pedir apoyo a otros miembros de la familia que tengan los conocimientos y habilidades que en ellos están ausentes, por lo que no se descarta a hijos o hermanos para que sirvan de soporte académico, mientras ellos se entregan a otras actividades (Mayorga-Núñez y Llerena-Novoa, 2021).

1.2 Hechos de interés

Con respecto a investigaciones realizadas dentro de Asia, Susilowati y Azzasyofia (2020) fueron los primeros investigadores en interesarse en el estudio del estrés de las madres debido a la educación virtual de sus hijos; su exploración sobre el nivel de estrés de los padres ante el hecho de que sus hijos estudien en casa a principios de la pandemia de Covid-19 en Indonesia, arrojó como resultados que el 75% de padres presentaron un estrés moderado debido a la educación virtual de sus hijos y el 15% niveles altos; el 71% de las participantes de este estudio fueron mujeres. Dado que la mayoría pertenecían al género femenino, se evidencia que este grupo es el más afectado y se involucra más en la esfera educativa que los padres.

Agaton y Cueto (2021) realizaron un estudio a 30 padres filipinos que cumplieron roles de educadores con sus hijos en la modalidad virtual; las edades de los participantes oscilaban entre 30 a 40 años en el 60% de la muestra total, un 30% que pertenecía a padres de edades entre 41 a 50 años y un 10% superior a 50 años; el objetivo de este estudio fue explorar las experiencias vivenciadas por los padres que actuaban como tutores del

aprendizaje de sus hijos durante la crisis sanitaria; los resultados de este estudio reflejaron que dentro de las experiencias vividas en el marco del aprendizaje virtual, los padres padecieron dificultades físicas y psicológicas como secuelas del estrés.

Siguiendo con el estudio del estrés de los cuidadores relacionado con la virtualización educativa, Joseph et al. (2021) en su exploración sobre las experiencias y satisfacción de los padres indios en el aprendizaje virtual de los niños durante la pandemia del Covid-19, evaluó las experiencias y satisfacciones con respecto al aprendizaje virtual de sus hijos en la pandemia, sus hallazgos determinaron que en la encuesta transversal realizada a 300 padres, de los cuales el 72% eran mujeres, el 61% de ellas percibieron el aprendizaje en línea de sus hijos como un desafío y una gran carga de responsabilidad que les generaba estrés constante.

Dentro de los países europeos, May et al. (2021) se interesaron por examinar los niveles de estrés de los padres causados por un breve período de educación en casa en diciembre del 2020 en Alemania, por lo que, a través de la aplicación de una encuesta en línea a un total de 521 padres voluntarios, donde el 90% (469) de ellos terminaron dicha encuesta; los productos de esta investigación destacaron la falta de tiempo de los padres para apoyar a sus hijos debido a sus trabajos, en especial los que tenían uno de tiempo completo, además de la preocupación porque los menores no tenían interacción con sus compañeros de clase; también se constató niveles altos de estrés en las familias con poca educación, padres solteros o grupos vulnerables.

Otro estudio relacionado al estrés por la educación virtual es el de Spinelli et al. (2020), en su investigación sobre el estrés de los padres y problemas psicológicos de los niños en las familias que enfrentan el brote de Covid-19 en Italia, tuvo como objetivo descubrir el impacto de los factores de riesgo relacionados al brote del virus del Covid-19 en el bienestar de padres e hijos; hubieron 854 participantes que realizaron una encuesta anónima en línea, de los cuales 797 eran madres de familia y 57 eran padres; los resultados evidenciaron en el apartado de “Factor: educación virtual” que los padres expresaron que era difícil dirigir el aprendizaje de sus hijos, y como consecuencia resultó un estrés constante.

Moscardino et al. (2021) realizaron una investigación basada en el estrés parental durante la Covid-19 en Italia, el papel de la educación a distancia y los recursos familiares en Italia; tuvo como propósito indagar la autoeficacia de los padres y el funcionamiento

saludable de su sistema familiar con base a los niveles de estrés percibidos por los efectos perjudiciales de las complicaciones parentales en la educación virtual de los hijos; la muestra estuvo conformada por 89 personas de las cuales 79 eran madres y 10 eran padres; los resultados indicaron de la dificultad de los padres para adaptarse a la educación virtual de sus hijos estaba relacionada con niveles moderados de estrés y escasas estrategias de afrontamiento, en cambio, en aquellos padres que contaban con recursos personales, familiares y mayor autoeficacia, se observó niveles bajos.

En la misma línea de investigación, Martinsone et al. (2021) estudiaron el estrés y el afrontamiento de padres de familia durante la crisis sanitaria del Covid-19 en Letonia; el objetivo de su estudio fue descubrir cuáles eran las fuentes de estrés y las estrategias de afrontamiento que tenían los padres letones durante la pandemia; su muestra constó de 2.559 padres, quienes en su mayoría fueron madres con una edad media de 39 años; los resultados indican que las principales fuentes de estrés presentadas durante la pandemia fueron el aprendizaje a distancia, el distanciamiento social y el teletrabajo, en cuanto a las estrategias de afrontamiento más utilizadas fueron la actividad física, el hobby y el pasar tiempo con la familia.

En el continente americano, Sonnenschein et al. (2021) abordaron la problemática en Estados Unidos, teniendo como objetivos saber qué tipos de actividades de aprendizaje en línea realizaban los padres con sus hijos durante el Covid 19; si estas actividades varían según la edad del niño; y si había una asociación entre la realización de estas actividades y el estrés; los padres participantes fueron reclutados a través de redes sociales y correos electrónicos, el 90% eran mujeres, el 87% de ellas de raza blanca, el 96% tenía un título universitario y el 81% un ingreso anual mayor a los \$100.000; los padres que participaban en la enseñanza a distancia eran más propensos a informar que estaban estresados, a diferencia de los padres que no lo hacían.

Freisthler et al. (2021) mostraron interés en comprender el estrés actual de los padres en el contexto de Ohio durante las restricciones de permanencia en el hogar por el Covid-19; el objetivo de su estudio fue evaluar los factores que varían en el tiempo y los que varían en el día durante el cuidado de los hijos, relacionándose con el nivel de estrés de los padres; su muestra estuvo compuesta por 332 personas, reclutadas a través de Facebook, Craigslist y de tipo de bola de nieve; los resultados demostraron que los padres presentan

niveles altos de estrés cuando focalizaron su atención en la escolarización virtual de los niños entre semana.

En Canadá, Carroll et al. (2020) investigaron el impacto del Covid-19 en el comportamiento de salud y estrés de las familias de ingresos medios y altos con hijos pequeños; se identificó cómo los comportamientos de salud y el nivel de estrés se han visto afectados por la pandemia entre las familias canadienses con niños pequeños; la muestra estuvo conformada por 235 madres y 126 padres que participaron de la encuesta realizada en línea; los resultados reflejaron que los factores clave que influyeron en el estrés de los padres fueron: la combinación del trabajo, el cuidado de los hijos y llevar la educación de los mismos dentro del hogar.

Finalmente, dentro del contexto latinoamericano, León (2021) propuso estudiar la relación entre el Covid-19 y el estrés en padres de familia, su objetivo fue determinar el nivel de relación del Covid-19 y el estrés emocional en los padres de familia de la Institución Educativa Inicial “Huellas de Lupita” de la ciudad de Azángaro, Perú; con una muestra de 39 padres, se utilizó como método de recolección de datos la encuesta y un cuestionario estructurado aplicado a través de google forms, que reflejó una alta correlación entre el Covid-19 y el estrés emocional en el 40% de los padres participantes, obteniendo niveles significativos en relación al estrés emocional con el aprendizaje de sus hijos en un 42% como grave, y moderado en un 24.44%.

1.3 Objetivos de la investigación

Analizar el estrés en las madres debido a la educación virtual de sus hijos a causa de la pandemia Covid-19.

Examinar los recursos personales de las madres ante el estrés que provoca apoyar a sus hijos durante la educación virtual.

Identificar los recursos externos de las madres para afrontar el estrés que provoca apoyar a sus hijos durante la educación virtual.

2. FUNDAMENTO TEÓRICO-EPISTEMOLÓGICO DEL ESTUDIO

2.1 Descripción del enfoque epistemológico de referencia

Fue en 1998 cuando Martin Seligman se convirtió en el presidente de la Asociación Americana de Psicología, con ello planteó un nuevo enfoque psicológico que estaba orientado al estudio de las características más saludables de la mente humana; su evolución y acogida se debe al carente abordaje de estos aspectos en el área de la salud mental junto con el recorrido histórico y sociológico del ser humano, llevando a un análisis más estricto sobre el bienestar (Hervás, 2009).

Para Seligman (1999) la Psicología Positiva (PsP) se define como el estudio científico de las vivencias positivas, de los componentes personológicos positivos, las bases del desarrollo y las pautas para fortalecer la calidad de vida, además, pretende prever los posibles desencadenantes de las psicopatologías; también se interesa por las fortalezas y virtudes humanas, consideradas decisorias en la formación de la motivación, el potencial y la competencia.

Los tres pilares básicos de este movimiento son las emociones positivas, los rasgos positivos y las instituciones positivas (Seligman, 2011). Empezando por (a) las emociones positivas, se refieren a vivir la mayor cantidad de experiencias positivas a lo largo de la vida de forma auténtica, practicar el perdón hacia hechos del pasado y la esperanza hacia el futuro; (b) los rasgos positivos, se destacan fortalezas como la capacidad de perdonar, de amar, la creatividad, la esperanza, la autenticidad y la sabiduría; finalmente, (c) las instituciones, donde las virtudes buscan ser aplicadas y pasan a un contexto grupal, apoyando al entorno familiar, académico, laboral y comunitario (Lupano y Castro, 2010).

En consonancia con lo mencionado, este enfoque se ha destacado por tener una perspectiva diferente al estudiar el bienestar subjetivo desde el florecimiento psicológico en las situaciones diarias, haciendo que atraiga críticas por la irreal idea optimista que mantiene (Fernández-Río y Vilariño, 2018). Debido a esta idea preconcebida, Hervás (2009) desmiente esa postura, mencionando otros objetos de estudio de la PsP como la resiliencia, que viene acompañada de experiencias dolorosas, o cualidades como la sapiencia, la valentía y la generosidad.

Además, los aspectos negativos no están fuera de este enfoque, evidenciándose en la reestructuración postraumática, la mantención de rasgos positivos para prevenir trastornos mentales y orgánicos, el afrontamiento adaptativo al trauma y la prevención de recaídas con planificación positiva dentro de la intervención clínica (Vázquez et al., 2009a).

Las crisis forman parte de la historia del individuo y se abordan desde el manejo de sus recursos internos, por lo que su funcionamiento dependerá de su proceso de reflexión y conciencia; vivir con congruencia apunta al bienestar personal, integrando aspectos internos que facilitan la comprensión de las fortalezas y capacidades necesarias para reconocer el potencial propio (Van Dierendonck & Mohan, 2006).

Además, los recursos personales se sintonizan con el equilibrio personal, el locus de control, la autoeficacia y la esperanza para intervenir en la solución de los problemas; el individuo acoge a la adversidad con entusiasmo para el inicio de su autonomía y la regulación de conflictos internos, llevando a la satisfacción y bienestar personal (Rodríguez-Carvajal et al., 2010).

En el marco de la Psicología Positiva, Lerner (2005) sostiene que, el desarrollo óptimo de la subjetividad humana parte desde las primeras etapas de crecimiento y durante la adolescencia, es así que, las cualidades se alinean con recursos saludables en la dinámica de las distintas áreas de interacción bajo una perspectiva de cinco componentes particulares (5C's).

El modelo de las 5C's para un desarrollo saludable, comprende 5 características en el individuo: (a) La competencia, parte desde un enfoque positivo de sí mismo en distintas áreas como la académica (calificaciones, asistencia y promedio), social (vínculos con sus semejantes), cognitiva (memoria y pensamiento), vocacional (identificación con una carrera y buen desempeño laboral) y de salud (buenos hábitos alimenticios, ejercicio y descanso) (Lerner & Lerner, 2011).

También está (b) el carácter, que se rige a las normas sociales y culturales, actuando únicamente con integridad y valores; (c) las conexiones, son los enlaces que parten desde un interés común y se prolongan hasta que una de las partes decide cortarlo; (d) la confianza, es la seguridad que se tiene para arriesgarse a ejecutar algo con la certeza de un producto efectivo; (e) el cuidado y la compasión, refieren a ponerlos en práctica

honestamente desde una motivación altruista (Lerner & Lerner, 2011).

El aporte de las bases y principios de la Psicología Positiva, ha hecho que durante los últimos años se desarrollen diversos modelos de intervención psicológica que poseen visibles beneficios a diferencia de los modelos clásicos de psicoterapia centrados en solucionar las emociones negativas; destacándose Michael Fordyce, quien utilizó modelos experimentales para tratar de equilibrar las expresiones emocionales de carácter positivo para el bienestar del individuo (Gallegos, 2013). Este diseño se asemeja al propuesto por Goleman (1997), centrado en desarrollar desde el contexto escolar los recursos psicológicos ligados a la inteligencia emocional.

Otro autor que aportó a la Psicología Positiva con un modelo terapéutico fue Fava, con su terapia del bienestar, cuyo objetivo es impulsar el control ambiental, el desarrollo personal, el establecimiento de metas y propósitos de vida, la autopercepción positiva, la autonomía, el desarrollo de recursos personales y fomentar relaciones positivas con los demás; el uso de esta terapia ha sido implementada en diferentes trastornos como el de estrés agudo, estrés postraumático, ansiedad generalizada, entre otros (Rodríguez-Verdura, 2014).

Otros tipos de intervenciones es la terapia de calidad de vida o también llamada psicoterapia positiva para la depresión, que utiliza técnicas como la carta del perdón, identificación de fortalezas, tres cosas positivas de mí, el mejor recuerdo de mí, entre otras; estas técnicas de índole narrativa se centran en traer al presente experiencias y recuerdos pasados de connotación positiva, resultando beneficiosas en el aumento de estados anímicos más positivos y la mejora de la calidad de vida (Fredrickson, 2001).

La terapia centrada en el futuro, propuesta por Steve De Shazer, también conocida como terapia centrada en la solución, propone técnicas de imaginería para enfocar al individuo en un momento futuro, donde los problemas que lo aquejan en el presente son resueltos, con la finalidad de que la persona imagine minuciosamente escenas positivas que le ayuden a identificar actitudes y conductas necesarias para solucionar sus conflictos (De Shazer et al., 1986).

2.2 Bases teóricas de la investigación

La psicología positiva se centra y basa sus cimientos en emociones positivas, que permiten al ser humano sobrellevar y adaptarse a los factores de estrés que existen en su

entorno. Según Fredrickson (2001) las emociones positivas oportunamente están para ampliar y construir la acción y el pensamiento de la persona; tales como la alegría, ayudan a la construcción de recursos emocionales, intelectuales e interpersonales y el juego ayuda al desarrollo cognitivo e interacciones sociales.

Con respecto al ámbito clínico, las emociones positivas poseen un efecto amortiguador del estrés en la persona; diversos estudios y datos clínicos han comprobado que el estado emocional positivo puede estar presente sin inconveniente en estados de adversidad extrema, como la ansiedad, estrés, depresión, experiencias traumáticas, entre otros (Vázquez et al., 2009b).

Además de las emociones positivas, las estrategias de afrontamiento según Sarason (2006) citado en Loyola y Sulca (2018) son recursos que ayudan al manejo de dificultades bajo factores personales, pues para llegar a un afrontamiento exitoso es primordial buscar alternativas y analizar las posibles consecuencias; los individuos que logran aplicar estas estrategias son capaces de tener un mayor control del estrés y se concentran en pensamientos adaptativos de mejor manera.

Dentro del contexto pandémico se han observado elevados niveles de estrés debido a escenarios dramáticos como el número de fallecidos, la incertidumbre, el cambio de rutinas, el teletrabajo y la educación virtual; sin embargo, esta carga de estrés se puede sobrellevar mediante el uso intencional de estrategias de afrontamiento adaptativas, es decir, esfuerzos cognitivos y conductas que fomentan la adaptación en tiempos desafiantes (Taylor et al., 2020). Como tal, las intervenciones positivas aumentan el repertorio de afrontamiento de una persona, ayudándola a aumentar la experiencia de cogniciones y emociones positivas, reforzando su salud mental (Waters, 2022).

Lasota y Mróz (2021) mencionan que la resiliencia y el sentido de vida, son recursos e indicadores fundamentales en el bienestar psicológico y la salud de las personas dentro del contexto de la pandemia COVID-19, la relevancia de estos recursos positivos, incluida la percepción positiva del pasado, son importantes para el mantenimiento de un sentido de vida positivo y saludable, alejado de factores de riesgo como el estrés.

En la misma línea de los recursos positivos, Lefdahl-Davis et al. (2020) menciona que recursos intrínsecos como la empatía, la resiliencia, la apreciación, la resistencia y el significado son factores valiosos para la adaptación, el reajuste emocional y el manejo de

las experiencias difíciles como ansiedad, duelo, depresión y estrés vividas dentro del contexto pandémico.

Las emociones de carácter negativo dentro de la pandemia también cumplen una función adaptativa, la aceptación de estas emociones es clave para superar situaciones estresantes y desarrollar recursos personales positivos que aporten al funcionamiento óptimo del individuo en su entorno, mejorando su calidad de vida.

Wasowicz et al. (2021) destacan la importancia de las experiencias estresantes y emociones negativas en la armonía y bienestar del ser humano, mencionan que el surgimiento sostenible de las características psicológicas y emocionales que fortalecen al ser humano solo pueden desarrollarse en base a la superación de la amenaza y el sufrimiento en la vida, además de que las emociones y experiencias negativas ya superadas ayudan al desarrollo de beneficios adaptativos, crecimiento personal y resiliencia ante un futuro contexto de crisis de mayor magnitud.

Por ello, la PsP se convierte en uno de los actores que impulsan a la promoción de la salud mental, partiendo de la prevención de síntomas, riesgos y agentes psicosociales; es así, que se promueve una psicoeducación enlazada a recursos personales, basándose en una postura científica y objetiva que evite la descarga excesiva de positivismo, manteniendo un apoyo en cogniciones que se ajusten a valorar la realidad mundial, junto a sus peligros y oportunidades, además de conservar una amplitud de pensamiento para resolver las contingencias propias de la pandemia, como evitar más contagios a través de las medidas de higiene sugeridas y tener la esperanza de que el mundo nuevamente va a cambiar (García-Álvarez y Cobo-Rendón, 2020).

3. PROCESO METODOLÓGICO

3.1 Diseño o tradición de investigación seleccionada

La conducta del ser humano, a diferencia de los objetos físicos del entorno, no se puede comprender de manera objetiva debido a los significados que las personas le proporcionan a las situaciones o vivencias que experimentan en su entorno (Guba y Lincoln, 2002). Es por eso que el enfoque cualitativo tiende a aportar una visión fundamental a la parte intrínseca del comportamiento humano.

Es así, que los inicios de la investigación cualitativa se basan en principios objetivos, no tan diferentes de lo cuantitativo, por lo que González Rey construye un posicionamiento que deja de lado las bases tradicionales y epistemológicas de lo explícito y lo narrativo; a partir de su análisis acoge la interpretación de aspectos indirectos que dan valor a las hipótesis nacientes de la subjetividad de los participantes (González y Patiño, 2017).

Por lo manifestado, la presente investigación tuvo un enfoque cualitativo que contempla el entendimiento de un fenómeno a partir de la visión de los participantes en relación a su ambiente natural y contexto, su objetivo radica en indagar cuál es la perspectiva y cómo experimenta la persona un acontecimiento que ocurre a su alrededor, dando realce a sus opiniones, perspectivas y significados (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

Así mismo, se utilizó un diseño fenomenológico- hermenéutico que busca comprender la esencia de las realidades vivenciales de la persona, y la interpretación que la misma otorga a la experiencia del fenómeno estudiado (Fuster, 2019), en este caso el estrés generado en las madres de familia por la educación virtual de sus hijos.

En esta clase de investigación se utilizan las muestras no probabilísticas, que también adoptan el nombre de “propositivas” (tienen uno o varios propósitos), puesto que su selección se sujeta de criterios vinculados al estudio; por lo que la muestra de este estudio es de tipo no probabilístico-homogénea, donde las participantes seleccionadas comparten características similares o en común, con el objetivo principal de analizar la temática a estudiarse en un grupo social (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

Los criterios de inclusión para seleccionar a las unidades de análisis fueron: ser madres de familia de la provincia de El Oro, del cantón Pasaje, que vivan en la ciudadela “El

Cisne”, y en el caso de Huaquillas, en la ciudadela “El Paraíso”; que tengan hijos menores de 12 años en etapa escolar que hayan cursado su educación en línea durante la pandemia; y que hayan experimentado estrés durante la escolaridad virtual de sus hijos durante la pandemia del Covid-19.

3.2 Proceso de recolección de datos en la investigación

El estudio cualitativo usa instrumentos y técnicas dirigidos al intercambio de información entre el investigador y el participante, de allí que tome lo subjetivo para la apreciación del fenómeno; adicional a ello, este proceso de intercambio incita al sujeto (desde su puesto de participante) a exponer su perspectiva más significativa referente a lo estudiado (González, 2006).

Es imprescindible mencionar que en este tipo de investigación los participantes perciben su papel como una responsabilidad de la que han de hacerse cargo durante el proceso, pues comparten sus experiencias, expresiones y significados que sacan a relucir su interior a través de las conversaciones, siendo estas las deladoras de emociones y elementos no verbales que se integran al material recolectado (Guerrero, 2016).

Durante la investigación cualitativa, la entrevista goza de flexibilidad, permitiendo conectar e intercambiar información entre el entrevistador y el o los entrevistados; en este estudio se ocupó la entrevista semiestructurada, los datos fueron recolectados sin restricciones y el investigador tuvo la libertad de interrogar y recoger expresiones personales sin seguir estrictamente la guía de preguntas, añadiendo interrogantes para precisar y ahondar en la información; además, de la entrevista abierta, característica de fluidez y libre manejo del contenido, complementándose con la observación cualitativa directa, cuyo propósito es profundizar en los detalles, características y situaciones que rodean al fenómeno estudiado (Hernández-Sampieri et al., 2014).

Así mismo, se empleó la técnica de Completamiento de Frases, donde a través de oraciones cortas de carácter general (pueden incluir actividades, sucesos o personas), se incita al participante a completarlas; permitiendo la expresión directa de lo que el sujeto intenta decir, así como su propia subjetividad, el sentido de cada frase dependerá de su experiencia y perspectiva en el momento de la investigación (Calzada, 2004).

Este instrumento utiliza una hoja impresa con las frases a completarse, estas deben ser aproximadamente 15 frases (para adquirir suficiente información), se anexa una hoja en

blanco en caso de que el sujeto necesite extenderse en cualquiera de las frases, pues la diversidad de pensamientos causa que aparezcan emociones y reflexiones que conducen a la producción de posibles hipótesis, que son profundizadas durante el análisis de la información, enriqueciendo así al estudio (González, 2006).

3.3 Sistema de categorización en el análisis de los datos

Tema: Efectos del estrés en las madres		
Categoría y Código	Unidad de Análisis	Regla y Memo
Alteraciones a la salud física (ASF)	<ol style="list-style-type: none"> 1. "... no tenía ganas de hacer nada, tenía un decaimiento... pero a pesar de tener decaimiento no me daba sueño, entonces eso era, era muy complejo, también, eh... luego pasé a tener muchísimo sueño, pasaba, si por mi fuera quería dormir todo el día." 2. "... al mismo tiempo sentía una pesadez en la espalda" 3. "Con tanta responsabilidad el estrés trae muchos dolores y además yo en esa situación era un dolor de cabeza, el mal genio" 4. "Pues lo que siempre me daba dolor de cabeza, bastante, siquiera eran unas tres veces a la semana" 5. "Imagínense tener que lidiar con tantas cosas me estresaba mucho, también me comenzó a salir como sarpullido, en casi todo el cuerpo, era feísimo". 6. "... me dio un derrame facial y ya nuevamente, ya me comienzan a salir bolas, son como unos bultos, que ya me operé." 7. "... mis síntomas eran que cuando sentía estrés eran muchas cosas, 	<p><i>Regla:</i> Malestar orgánico debido al estrés experimentado por cubrir el rol de educadoras en el hogar.</p> <p><i>Memo:</i> Las participantes mencionan presentar problemas físicos como: cefaleas, dolores en la espalda además de problemas del sueño, entre otros.</p>

	<p>una era el dolor de cabeza, me sentía con iras”</p> <p>8. “Cosa que yo terminaba estresadísima, me dolía la cabeza, los ojos, el cuello, la espalda de tanto estar sentada ahí con él.”</p>	
<p>Alteraciones a la salud psicológica (ASP)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. “... me daba angustia de que tenía que estar todo el día en la computadora, llenando datos, teniendo que buscar información desde mi casa para explicarle a mi hijo...” 2. “Pero en los primeros días que comenzaron las clases virtuales si hemos sufrido, era una desesperación y una ansiedad por ver cómo era lo virtual...” 3. “Pero cuando ya viví la realidad de cómo es la educación virtual me sentía cansada, estresada y hasta malhumorada.” 4. “... a veces no cogía el internet o andaba en el corre corre pidiendo cosas para la clase como le dije, eso era una angustia tremenda, cuando se iba el internet, era una desesperación...” 5. “... también tenía otras actividades primordiales, como mamá, esposa, docente, a veces si siento que me colapsé, entonces, fue perjudicial para mí igual, pero en cambio, también beneficioso, aunque si sí estaba preocupada, tratando de ser responsable con todos esos parámetros, pero, pero igual el estrés viene...” 6. “... me generaba a veces ansiedad, estrés, hubo un tiempo en que yo no dormía de la preocupación, estuve como dos semanas así...” 	<p><i>Regla:</i> Reacciones psíquicas debido al estrés experimentado por cubrir el rol de educadoras en el hogar.</p> <p><i>Memo:</i> Durante la entrevista, las participantes indican también haber experimentado cierto malestar psicológico como: insomnio, ansiedad, angustia emocional, entre otros.</p>

<p>Complicaciones en el rol de educadoras en casa (CREC)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. “... lo segundo que él sepa utilizar el programa, ya sea el zoom, el Microsoft teams o la plataforma en la que él estudiaba que era el Idukay, y no solamente él, sino yo también porque tenía que estar al pendiente, revisando las actividades, las clases en las que él se conectaba.” 2. “Tenía que estar atendiendo por una parte en el hogar como esposa y madre y otra como profesora, tengo una niña de 10 años y tuve que ser madre y profesora a la vez con ella por la situación también de que los profesores mandaban los deberes...” 3. “... y la verdad que aquí tuve que ser una madre y profesora para mis hijos, claro que mis otros hijos mayores ya se manejaban solos en esto, pero con mi niña de 10 años tuve que esforzarme y a la vez tuve dos sobrinos que también tuve que ponerme como profesora para ellos también.” 4. “Estresada de tanta cosa que mandaban los profesores de tareas, porque había que hacer cada cosa, que ya portafolio, que ya trabajo artístico, que ya dibujos y tantas cosas, entonces de todo eso, ya sentía fastidio de las clases de esa manera porque una tenía que estar pendiente yo, mi marido no tenía paciencia para esto” 5. “... prácticamente tenía que ser como una profesora en casa para él, estar pendiente de lo que le manden, ayudarle con sus deberes, además de como le digo, tenía que llevarlo al trabajo 	<p><i>Regla:</i> Madres que tuvieron complicaciones en el rol de docentes durante la educación virtual de sus hijos.</p> <p><i>Memo:</i> Se constata que los problemas más comunes experimentados durante el rol de educadoras de las participantes era cumplir sus tareas domésticas, ocupaciones laborales y al mismo tiempo asistir académicamente a sus hijos.</p>
--	--	--

	<p>conmigo porque no tenía con quien dejarlo en casa ...”</p> <p>6. “... una mamá lo que quiere siempre estar en conjunto con su familia, pero muchas veces, durante lo virtual, se colapsa todo en la casa, la comida, los niños, mis estudiantes, qué reuniones, qué capacitaciones; entonces, todo eso y estar encerrada en el hogar... las cosas se colapsan y a uno la estresan.”</p> <p>7. “... y uno como madre pues tenía que estar ahí ayudando y enseñando, porque los niños no iban a aprender así. Ya pues entonces me tocó enseñarle a mi hijo, ayudarle a hacer trabajos, diarios y un poco de cosas más”</p>	
--	---	--

Tema: Recursos personales de las madres		
Categoría	Unidad de Análisis	Regla y Memo
Resiliencia (R)	<p>1. “Sin embargo, considero que pude manejar bien la situación, si bien al principio pasaba angustiada, aprendí a adaptarme a todo lo nuevo como mamá y docente, o sea entendí que era una situación y un cambio que estaba experimentando todo el mundo, entonces acompañé a mi hijo hasta donde más pude.”</p> <p>2. “Pero me sabía controlar, hay que saber sobrellevar la situación, yo me considero una madre que a pesar de las adversidades sé</p>	<p><i>Regla:</i> Capacidad que tiene el individuo para superar circunstancias que amenacen con su equilibrio emocional.</p> <p><i>Memo:</i> Dentro de los recursos personales, se identificó que las entrevistadas utilizaron la resiliencia como una categoría fundamental para sobrellevar el</p>

	<p>manejar la situación y no me dejo llevar por la ira o por lo malo que esté pasando en mi vida.”</p> <p>3. “... fue difícil sí, para qué lo voy a negar, pero no tocaba de otra que seguir nomás, no podía dejar que mi hija se quede ahí sin aprender.”</p> <p>4. “... el ser perseverante, el no dejarme vencer por lo que estaba viviendo con mi hijo... ”</p> <p>5. “... uno como que trataba ya mejor de la mente tenerla positiva y ver las cosas para bien, porque estar dentro del hogar y mantenerse de forma virtual nos benefició mucho.”</p> <p>6. “... ser perseverante, había que aceptar y tolerar la situación, no podía dejarme vencer por lo que estaba viviendo con mi hijo...”</p>	<p>estrés.</p>
<p>Inteligencia emocional (IE)</p>	<p>1. “Soy una madre amorosa, responsable, estricta y preocupada.”</p> <p>2. “... porque si no sabemos sobrellevar, podemos causar daño a la familia o en este caso a mi hija, nosotros como adultos debemos controlar nuestra ira, nuestro enojo.”</p> <p>3. “... ser pensante durante la pandemia, porque si me dejaba llevar por la situación del virus, ya me hubiera muerto...”</p> <p>4. “... soy una madre responsable porque quiero lo mejor para mis hijos ...”</p> <p>5. 4. “Mis fortalezas como madre son ser responsable en esmerarme</p>	<p><i>Regla:</i> Habilidad para reconocer, expresar y gestionar las emociones propias y de los otros.</p> <p><i>Memo:</i> Se implementó esta categoría debido a que se observa que las participantes tuvieron control de sus emociones y se apoyaron en sus fortalezas a pesar del estrés experimentado por la educación virtual.</p>

	<p>en trabajar y dedicar el tiempo necesario para mis hijos, sea en el hogar como en la educación.”</p> <p>6. “... me mantuve a pesar de todo, tenía que controlarme, respirar y seguir adelante no iba a dejar que mi niño no aprenda y se quede atrasado”.</p>	
<p>Apegos (A)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. “... él también, también pasaba con decaimiento, terminaban las clases y quería ver televisión o dormir, yo también ja ja ja, por eso hasta creo que desconectamos nuestra relación, entonces ya con las máquinas, con el ejercicio que yo hacía, también lo llevaba a que haga ejercicio conmigo... como aquí en la casa hay dos pisos, lo hacía que suba conmigo y ya conversábamos y hacíamos juntos, así teníamos una vida como que más activa.”. 2. “...en las clases virtuales tenía buena relación, claro que a veces tenía que pararme duro para que aprenda, pero nunca la traté mal, más bien me he acercado más hacia ella ...”. 3. “... pues siempre he tenido buena relación con mi hijo, claro que a veces hay que corregirlos no, pero creo es parte de criar para bien, ahora me siento mucho mejor que las clases volvieron a ser presenciales.” 4. “... me comprometí a ayudar a mi niña a investigar un deber, buscar cómo explicarle algo, así... porque, porque toca nivelarla, volver a presencial hizo que uno como madre de familia se dé cuenta de... de los vacíos, ajá. O 	<p><i>Regla:</i> Vínculo afectivo que desarrolla el individuo con las personas de su entorno.</p> <p><i>Memo:</i> Esta categoría surgió ante la mención de las relaciones y actitudes que tenían las participantes antes y durante la educación a distancia, revelando el vínculo que comparten con su hijo (educando).</p>

	<p>sea, nosotras las mamás somos 24/7 porque estamos hasta en las noches ...”</p> <p>5. “... la relación con mi hijo fue buena, por momentos me molestaba con él porque es dejado, pero de ahí todo bien, me respeta y me hace caso...”</p>	
Autoeficacia (AU)	<p>1. “Estuve al pendiente en todo momento ayudándolo en lo que más podía para que su aprendizaje sea aprovechado al máximo.”</p> <p>2. “... esos trabajos manuales, que yo por lo menos le ayudaba a mi hija en eso porque en si soy buena, pero esos trabajos que le mandaban a mi hija no eran para ellos, eran para un adulto ...”</p> <p>3. “...estar pendiente de lo que le manden, ayudarle con sus deberes, en los trabajos de arte trataba de ayudarlo un poco más, porque eso se me facilitaba más...”</p> <p>4. “... de una u otra manera uno como docente puede decir, ah no, yo puedo enseñarle y así, ...”</p> <p>5. “... por ejemplo el de hacer trabajos con cartulinas, fomix y eso, a mi me encanta, soy muy creativa en ese aspecto.”</p>	<p><i>Regla:</i> Capacidad del individuo para detectar sus propias habilidades para ejecutar una tarea.</p> <p><i>Memo:</i> En esta categoría se identifican las habilidades propias de los participantes durante el proceso de apoyo educativo en línea.</p>
Sentido de coherencia (SC)	<p>1. “... yo reconozco que como mamá en casa siempre van a ver factores que distraigan, puede que se haga bulla y... o sea no va a ver la concentración adecuada...”</p> <p>2. “... por una parte fue buena porque por lo menos hija no se atrasó en su estudio, pero mal por otra parte porque estudiar en una</p>	<p><i>Regla:</i> Reconoce la situación desde una perspectiva comprensiva, significativa y asume el manejo de la realidad del suceso.</p> <p><i>Memo:</i> Se observó que</p>

	<p>computadora no es lo mismo que estudiar en presencial, pero claro no se podía salir por el virus..”</p> <p>3. “Pero ya ahora me siento mejor, sí es verdad que a veces me estreso, pero es normal, creo que eso le da a todas las personas, pero hay que aprender a sobrellevarlo.”</p> <p>4. “... y como yo daba clases a grados de niños con la edad de mi hija, entonces me favorecía en algo y aprovechaba, porque ella ya empezó a ver las actividades que yo les explicaba en papelotes, y también captaba los temas.”</p> <p>5. “... si bien había estrés y eso, jamás pensé en dejar ahí y ya que el niño aprenda o no, ya sea cosa de él, no jamás pasó eso por mi cabeza...”</p>	<p>las participantes procuraron ser coherentes y contemplaron la educación en línea desde la comprensibilidad, manejabilidad y significatividad, a pesar de estar experimentando estrés.</p>
<p>Esperanza (E)</p>	<p>1. “... esperamos que podamos retornar tranquilamente la presencialidad para rescatar todos los vacíos que quedaron en estos dos años en los estudiantes.”</p> <p>2. “... siempre tenía la esperanza de que mi hija vuelva a las clases en el aula porque ahí aprende mucho mejor.”</p> <p>3. “Cuando el gobierno dijo que iban a tener clases por computadoras, me alegré por un lado porque por lo menos no iban a desperdiciar un año sin estudiar.”</p> <p>4. “... pero sí intenté ser positiva, aquí en la casa decíamos que ya poco a poco iba pasando esta pandemia y que venían otras enfermedades más, pero uno como que trataba ya mejor de la</p>	<p><i>Regla:</i> Visión futura con respecto al aprendizaje virtual.</p> <p><i>Memo:</i> En la categoría esperanza, las pacientes destacaron poseer una visión positiva referente a las condiciones de la escolaridad virtual y a la terminación de esta.</p>

	<p>mente tenerla positiva y ver las cosas para bien ...”</p> <p>5. “... con todo esto que he vivido con mi hijo he aprendido a ser paciente y ver las cosas de manera positiva, que en cualquier momento esto iba a mejorar, y bueno así pasó lo mismo ...”</p>	
--	---	--

Tema: Recursos externos de afrontamiento en las madres		
Categoría	Unidad de Análisis	Regla y Memo
Apoyo familiar (AF)	<ol style="list-style-type: none"> 1. “... usted sabe que de manera virtual es muy difícil eh... aprender sobre todo en las matemáticas, porque ahí uno tiene que estar más concentrado, hacer ejercicios, entonces cuando a él le mandaban ejercicios, deberes, este... yo le pedía a mi papá que le enseñe; los primeros meses cuando era difícil salir, lo hacíamos de manera virtual por Zoom, pero eran solamente los dos...” 2. “... lo mismo hice con inglés, mi hermana le preparaba clases guiándose del libro de mi hijo.” 3. “También había días en que llevaba a mi hijo a la casa de mis papás, a que reciba clases allá, porque yo también tenía clase y como que no podía ocuparme en los dos lados, entonces mi papá me ayudaba viendo que mi hijo se me meta a los links de las clases y así...” 	<p><i>Regla:</i> Ayuda de los miembros de la familia ante una situación que amenace al bienestar de uno de sus miembros del núcleo, en este caso, la complejidad de llevar la escolarización virtual de un hijo.</p> <p><i>Memo:</i> Las participantes recibieron ayuda de parte de sus familiares más cercanos como padres y hermanos, entre otros.</p>

	<ol style="list-style-type: none"> 4. “En ese punto, también tengo una hermana que tiene un niño de la edad de mi hija y son compañeros, pues de lado y lado nos ayudamos, de pronto en los trabajos prácticos que también nos mandaban.” 5. “... tuve que ir a que un sobrino me preste su computadora portátil para que mi niño reciba sus clases de manera más cómoda, a veces él me le ayudaba con algunos deberes cuando podía ...” 6. “... si algunas veces le decía a mi hija mayor que le ayude enseñando al niño porque a veces tenía así trabajitos de maquillaje a domicilio o a pintar uñas y así, en ese aspecto sí recibí ayuda.” 	
Solvencia económica (SE)	<ol style="list-style-type: none"> 1. “... tuve que comprarle un celular y una laptop a mi hijo, ese gasto lo diferí a 9 meses y me desbalanceó en mis gastos del mes, a parte le pidieron libros con un costo de cerca de \$200, o sea, la lista de útiles fue normal porque ellos igual usaban cuadernos y presentaban todo escaneado.” 2. “... en mi caso era que mi esposo salía a otros lugares de la ciudad, para darnos nuestro sustento era que se puso de negociar así zapatillas, recorrer por otros lados para poder traer alimentos en nuestros hogares, porque la verdad yo como madre sufría aquí para darle el alimento a nuestros hijos... y también aquí como ya vino las clases y todo eso.” 3. “... y pues en lo económico, mi esposo me ayudaba en eso, si 	<p><i>Regla:</i> Recurso económico para solventar las demandas de la educación en línea de sus hijo/as.</p> <p><i>Memo:</i> Esta categoría surgió debido a que las participantes mencionaron tener limitaciones económicas, no obstante, ocuparon distintos medios para suplir los gastos de la educación virtual de sus hijos.</p>

	<p>bien no estuvo tan metido en la educación de mi hija, si aportaba en lo económico, eso para qué, no me quejo...”.</p> <p>4. “Otros de situación económica no tienen para estar imprimiendo también fue un reto para ellos y hasta para mí, porque se me complicaba conseguir los útiles de mi hija.”</p> <p>5. “De ahí yo era la que me encargaba la mayoría de las veces de los gastos, y pues eso, porque yo estoy divorciada de mi esposo, pero bueno si ha pagado la pensión del niño.”</p>	
<p>Recursos tecnológicos (RT)</p>	<p>1. “... tuve que comprarle un celular y una laptop a mi hijo,...”</p> <p>2. “Por una parte no me afectó en lo material, porque contábamos con computadoras y celulares y también internet, pero me imagino que para otras familias no tienen la posibilidad de tener una computadora en casa, necesitaban de una ayuda del gobierno, pero bueno en mi caso me he esforzado para que mi hija no pierda sus clases”.</p> <p>3. “También estaba esta cuestión de las clases de mis hijos, que el gobierno dijo que iban a tener clases por computadoras y pues yo tengo 2 hijos, yo tenía una computadora de mesa para mi hijo mayor, pero al otro de 6 años no tenía, al inicio recibía clases por celular y se complicaba muchísimo”</p> <p>4. “... tuve que ir a que un sobrino me preste su computadora portátil para que mi niño reciba</p>	<p><i>Regla:</i> Se describen los equipos tecnológicos que permiten trabajar a nivel virtual.</p> <p><i>Memo:</i> Las participantes mencionaron los recursos tecnológicos que tuvieron que adquirir o que tenían a la mano para llevar a cabo el proceso de aprendizaje virtual de sus hijos.</p>

	<p>sus clases de manera más cómoda...”</p> <p>5. “... me tocó aprender a utilizar no solamente una plataforma sino algunas, porque tenía que acoplarme a lo que mi hijo y mis estudiantes podían manejar, entonces me tocó aprender muchísimo de cómo utilizar todas estas tecnologías, fue un gran cambio, fue difícil...”</p> <p>6. “... tenemos otro medio que es la tablet, ella por medio de la tablet, pero por la plataforma Zoom, el profesor me mandaba a mí el enlace, yo le hacía conectar o por ahí también mandaba los deberes.”</p> <p>7. “... pero cuando ya dijeron que iban a ser virtuales, me relajé un poco, porque en mi casa si tenemos internet y computadora o celulares pero estaba confundida porque no sabía cómo iba a ser esa educación...”</p>	
--	--	--

4. RESULTADO DE LA INVESTIGACIÓN

4.1 Descripción y argumentación teórica de resultados

El proceso de codificación de este estudio inició con la codificación abierta, que consiste en comparar las unidades de análisis para luego generar las categorías, tomando en cuenta las unidades de análisis vinculadas con los objetivos de nuestra investigación; posterior a ello, se prosiguió a establecer las categorías con su respectivo código, regla y memo.

El siguiente paso fue la codificación axial, donde se agrupó y vinculó las categorías para la generación de los siguientes temas: a) Efectos del estrés en las madres, b) Recursos personales de las madres y c) Recursos externos de afrontamiento en las madres, donde se aborda el estrés experimentado y los recursos utilizados por las madres en su rol como educadoras durante la crisis de la pandemia Covid-19. Estos temas se explicarán a continuación:

Efectos del estrés en las madres

Al analizar los efectos del estrés en las madres de familia surgen tres categorías: Alteraciones a la salud física, alteraciones a la salud psicológica y complicaciones en el rol de educadoras en casa. En cuanto a alteraciones en la salud física se enlistan síntomas como cefaleas, acidez estomacal, sudor frío, dolores en la espalda y cuello, estreñimiento o diarrea, además de problemas del sueño y de la memoria (Bairero, 2017).

En los casos se observa dichas alteraciones físicas causadas por el estrés: el **caso A**, indica: “... no tenía ganas de hacer nada, tenía un decaimiento... pero a pesar de tener decaimiento no me daba sueño, entonces eso era, era muy complejo, también, eh... luego pasé a tener muchísimo sueño, pasaba, si por mi fuera quería dormir todo el día.”, a su vez, también manifiesta: “... al mismo tiempo sentía una pesadez en la espalda”.

En el **caso B**, refiere: “Con tanta responsabilidad el estrés trae muchos dolores y además yo en esa situación era un dolor de cabeza, el mal genio”; con respecto al **caso C**: “Pues lo que siempre me daba dolor de cabeza, bastante, siquiera eran unas tres veces a la semana”, también expresa: “Imagínense tener que lidiar con tantas cosas me estresaba mucho, también me comenzó a salir como sarpullido, en casi todo el cuerpo, era feísimo”.

La participante del **caso D**, señala: “... me dio un derrame facial y ya nuevamente, ya me comienzan a salir bolas, son como unos bultos, que ya me operé.” y finalmente, la entrevistada del **caso E**, expresa lo siguiente: “... mis síntomas eran que cuando sentía estrés eran muchas cosas, una era el dolor de cabeza, me sentía con iras” además manifiesta: “Cosa que yo terminaba estresadísima, me dolía la cabeza, los ojos, el cuello, la espalda de tanto estar sentada ahí con él”.

La demanda en la atención académica ha provocado alteraciones físicas en las madres, cuyos síntomas van desde dolores de cabeza, problemas lumbares, irritaciones de la piel, complicaciones en el sueño, hasta secuelas de consideración como el derrame facial, fueron efectos del estrés vivido por las participantes como educadoras en la escolarización virtual de sus hijos.

Con respecto a las alteraciones en la salud psicológica, Pérez y Menéndez (2014) mencionan que las madres con niveles considerables de estrés, son más propensas a desarrollar síntomas de depresión y ansiedad. Además, Verlenden et al. (2021) sostiene que las madres que acompañaron a sus hijos durante su educación virtual presentan angustia emocional y alteraciones en el sueño.

En los resultados se reflejan los siguientes síntomas en las participantes: en el **caso A**: “... me daba angustia de que tenía que estar todo el día en la computadora, llenando datos, teniendo que buscar información desde mi casa para explicarle a mi hijo,...”; en lo que respecta al **caso B**: “Pero en los primeros días que comenzaron las clases virtuales si hemos sufrido, era una desesperación y una ansiedad por ver cómo era lo virtual...”.

En el **caso C**, la entrevistada manifiesta: “Pero cuando ya viví la realidad de cómo es la educación virtual me sentía cansada, estresada y hasta malhumorada.”, además expresa: “... a veces no cogía el internet o andaba en el corre corre pidiendo cosas para la clase como le dije, eso era una angustia tremenda, cuando se iba el internet, era una desesperación...”.

Así mismo, en el **caso D**, se menciona: “... también tenía otras actividades primordiales, como mamá, esposa, docente, a veces si siento que me colapsé, entonces, fue perjudicial para mí igual, pero en cambio, también beneficioso, aunque si sí estaba preocupada, tratando de ser responsable con todos esos parámetros, pero, pero igual el estrés viene...”. Por último, la entrevistada del **caso E**, indica: “... me generaba a veces

ansiedad, estrés, hubo un tiempo en que yo no dormía de la preocupación, estuve como dos semanas así... ”.

Las alteraciones psicológicas en las madres han sido persistentes durante la etapa de escolarización virtual de sus hijos, destacándose la angustia emocional, la ansiedad, alteraciones en el estado de ánimo y los problemas para conciliar el sueño como los síntomas más mencionados por las participantes.

En la categoría de complicaciones en el rol de educadoras en casa, se detalla que el malestar ocasionado en las madres por la educación virtual, se debe a que tuvieron que atribuirse nuevas responsabilidades de carácter docente que eran ajenas a sus competencias, las cuales estaban ligadas a actividades profesionales y domésticas (Susilowati & Azzasyofia, 2020). Esta saturación de demandas ha hecho que las madres generen conflictos entre dirigir su atención al área laboral y a acompañar académicamente a sus hijos (Verlenden et al., 2021).

Durante su discurso las participantes mencionan lo siguiente: en el **caso A**: “... lo segundo que él sepa utilizar el programa, ya sea el zoom, el Microsoft teams o la plataforma en la que él estudiaba que era el Idukay, y no solamente él, sino yo también porque tenía que estar al pendiente, revisando las actividades, las clases en las que él se conectaba.”.

La entrevistada del **caso B**, manifiesta: “Tenía que estar atendiendo por una parte en el hogar como esposa y madre y otra como profesora, tengo una niña de 10 años y tuve que ser madre y profesora a la vez con ella por la situación también de que los profesores mandaban los deberes...”, a su vez expresa: “...y la verdad que aquí tuve que ser una madre y profesora para mis hijos, claro que mis otros hijos mayores ya se manejaban solos en esto, pero con mi niña de 10 años tuve que esforzarme y a la vez tuve dos sobrinos que también tuve que ponerme como profesora para ellos también.”.

En lo que respecta al **caso C**: “Estresada de tanta cosa que mandaban los profesores de tareas, porque había que hacer cada cosa, que ya portafolio, que ya trabajo artístico, que ya dibujos y tantas cosas, entonces de todo eso, ya sentía fastidio de las clases de esa manera porque una tenía que estar pendiente yo, mi marido no tenía paciencia para esto”, también se menciona: “...prácticamente tenía que ser como una profesora en casa para él, estar pendiente de lo que le manden, ayudarle con sus deberes, además de como le digo, tenía que llevarlo al trabajo conmigo porque no tenía con quien dejarlo en casa...”.

Siguiendo con el **caso D**, refiere: “...una mamá lo que quiere siempre estar en conjunto con su familia, pero muchas veces, durante lo virtual, se colapsa todo en la casa, la comida, los niños, mis estudiantes, qué reuniones, qué capacitaciones; entonces, todo eso y estar encerrada en el hogar... las cosas se colapsan y a uno la estresan.”. La última participante del **caso E**, señala: “... y uno como madre pues tenía que estar ahí ayudando y enseñando, porque los niños no iban a aprender así. Ya pues entonces me tocó enseñarle a mi hijo, ayudarle a hacer trabajos, diarios y un poco de cosas más”.

La carga de responsabilidad que se han adjudicado las madres durante la escolarización virtual de sus hijos, ha alterado el desarrollo normal de sus actividades cotidianas tanto en el área laboral como del hogar, pues si bien algunas de ellas cuentan con competencias docentes debido a su trabajo, eran primerizas en el desempeño virtual durante la pandemia, incrementando sus niveles de estrés.

Recursos personales de las madres

Al examinar los recursos personales de las madres para sobrellevar el estrés de la educación virtual, surgen 6 categorías: Resiliencia, inteligencia emocional, apegos, autoeficacia, sentido de coherencia y esperanza. En cuanto a la categoría resiliencia, Uriarte (2005) la describe como la capacidad que tienen las personas para poder adaptarse a entornos que ponen en riesgo su bienestar personal, llegando a alternativas que reintegren el equilibrio a su vida. Los padres con características resilientes mantienen lazos positivos con su familia, una correcta comunicación y asertividad, además de saber controlar en cierta medida las situaciones estresantes (Grotberg, 1995).

Dentro de las entrevistas, las participantes indican: en el **caso A**: “Sin embargo, considero que pude manejar bien la situación, si bien al principio pasaba angustiada, aprendí a adaptarme a todo lo nuevo como mamá y docente, o sea entendí que era una situación y un cambio que estaba experimentando todo el mundo, entonces acompañé a mi hijo hasta donde más pude.”.

La participante del **caso B**, refiere: “... fue difícil sí, para qué lo voy a negar, pero no tocaba de otra que seguir nomás, no podía dejar que mi hija se quede ahí sin aprender.” consecuentemente menciona: “Pero me sabía controlar, hay que saber sobrellevar la situación, yo me considero una madre que a pesar de las adversidades sé manejar la situación y no me dejo llevar por la ira o por lo malo que esté pasando en mi vida.”.

Así mismo en el **caso C**, la entrevistada expresa: "... el ser perseverante, el no dejarme vencer por lo que estaba viviendo con mi hijo...", referente al **caso D**, se indica: "... uno como que trataba ya mejor de la mente tenerla positiva y ver las cosas para bien, porque estar dentro del hogar y mantenerse de forma virtual nos benefició mucho."; en alusión al **caso E**, se menciona: "...ser perseverante, había que aceptar y tolerar la situación, no podía dejarme vencer por lo que estaba viviendo con mi hijo...".

Las madres participantes reflejan características resilientes que las han ayudado a adaptarse al entorno de aprendizaje virtual de sus hijos, destacando la tolerancia, la visión positiva y el manejo de la nueva realidad a causa de una crisis pandémica, produciendo que el estrés sea más manejable hasta cierto punto.

En lo que respecta a la categoría Inteligencia emocional, Dhieni et al. (2022) manifiestan que aquellos padres que poseen características de una correcta inteligencia emocional, son más tenaces a la hora de enfrentarse ante entornos hostiles como el confinamiento, y están comprometidos con el apoyo y crianza de sus hijos durante la pandemia.

Durante las entrevistas a las participantes, mencionan lo siguiente: el **caso A**, expresa: "Soy una madre amorosa, responsable, estricta y preocupada."; siguiendo con el **caso B**, indica: "... porque si no sabemos sobrellevar, podemos causar daño a la familia o en este caso a mi hija. nosotros como adultos debemos controlar nuestra ira, nuestro enojo."; prosiguiendo con el **caso C**: "... ser pensante durante la pandemia, porque si me dejaba llevar por la situación del virus, ya me hubiera muerto...", también comenta: "... soy una madre responsable porque quiero lo mejor para mis hijos ...".

Referente al **caso D**: "Mis fortalezas como madre son ser responsable en esmerarme en trabajar y dedicar el tiempo necesario para mis hijos, sea en el hogar como en la educación."; por último, el **caso E**, la entrevistada refiere: "... me mantuve a pesar de todo, tenía que controlarme, respirar y seguir adelante no iba a dejar que mi niño no aprenda y se quede atrasado".

La inteligencia emocional de las madres participantes se refleja en el no convalecer ante las adversidades que se presentaron durante la pandemia, específicamente en la educación virtual de sus hijos, mostrando compromiso y responsabilidad en la ayuda y crianza de sus hijos durante su educación en línea.

Referente a la categoría apegos; Farantika et al. (2020) sostienen que la relación de apegos que tengan padres e hijos va a depender de la calidad de vínculos afectivos que los progenitores sostengan durante la crianza; en el confinamiento, la relación que han mantenido los cuidadores con sus niños ha estado ligada al apoyo emocional y el afecto que muestran a en todos los niveles, ya sea personal, educativo, social, entre otros.

En las entrevistas, la expresión de las participantes con respecto a esta categoría fue la siguiente: el **caso A**: “... él también, también pasaba con decaimiento, terminaban las clases y quería ver televisión o dormir, yo también ja ja ja, por eso hasta creo que desconectamos nuestra relación, entonces ya con las máquinas, con el ejercicio que yo hacía, también lo llevaba a que haga ejercicio conmigo... como aquí en la casa hay dos pisos, lo hacía que suba conmigo y ya conversábamos y hacíamos juntos, así teníamos una vida como que más activa.”.

Mientras que el **caso B**: “...en las clases virtuales tenía buena relación, claro que a veces tenía que pararme duro para que aprenda, pero nunca la traté mal, más bien me he acercado más hacia ella ...”. El **caso C**, agrega: “... pues siempre he tenido buena relación con mi hijo, claro que a veces hay que corregirlos no, pero creo es parte de criar para bien, ahora me siento mucho mejor que las clases volvieron a ser presenciales.” .

Referente al **caso D**, se manifiesta: “... me comprometí a ayudar a mi niña a investigar un deber, buscar cómo explicarle algo, así... porque, porque toca nivelarla, volver a presencial hizo que uno como madre de familia se dé cuenta de... de los vacíos, ajá. O sea, nosotras las mamás somos 24/7 porque estamos hasta en las noches ...”, y finalmente la participante del **caso E**, detalla: “... la relación con mi hijo fue buena, por momentos me molestaba con él porque es dejado, pero de ahí todo bien, me respeta y me hace caso... ”.

Las participantes reflejaron poseer características de apego seguro con sus hijos en la enseñanza virtual que ejercieron durante el confinamiento, haciendo que los vínculos afectivos se hayan reforzado entre ellos, y que las madres hayan ejercido un estilo de crianza adecuado, sin dejar de lado los límites.

Siguiendo con la categoría autoeficacia, Bandura (1995) manifiesta que altos niveles de autoeficacia son semejantes a una adecuada resiliencia para ver la crisis como un reto, debido a la confianza que se tiene el individuo para superarlo. Además, aquellos padres

que tenían los recursos suficientes y una eficiente autoeficacia durante las actividades del confinamiento como la labor a distancia, la enseñanza virtual, entre otros, se observó niveles bajos de estrés (Moscardino et al., 2021).

Las participantes, con respecto a esta categoría, manifiestan lo siguiente: el **caso A** dice: “Estuve al pendiente en todo momento ayudándolo en lo que más podía para que su aprendizaje sea aprovechado al máximo.”; el **caso B**, indica: “... esos trabajos manuales, que yo por lo menos le ayudaba a mi hija en eso porque en si soy buena, pero esos trabajos que le mandaban a mi hija no eran para ellos, eran para un adulto ...”.

Siguiendo con el **caso C**: “...estar pendiente de lo que le manden, ayudarle con sus deberes, en los trabajos de arte trataba de ayudarlo un poco más, porque eso se me facilitaba más...”; el **caso D**, manifiesta: “...de una u otra manera uno como docente puede decir, ah no, yo puedo enseñarle y así, ...”; por último, el **caso E**, expresa: “... por ejemplo el de hacer trabajos con cartulinas, fomix y eso, a mi me encanta, soy muy creativa en ese aspecto, pero lo ayudaba en todo casi todo”

Poseer una adecuada autoeficacia durante las actividades académicas que demandan las clases virtuales, ha hecho que las madres participantes hayan resistido las situaciones estresantes de la escolarización virtual de sus hijos, puesto que reconocieron sus capacidades para el desarrollo de ciertas tareas, haciendo que el estrés sea más manejable y no aumente en ellas.

Con relación a la categoría sentido de coherencia, Kanekar y Sharma (2020) indican la existencia de tres factores como lo son: comprensibilidad, manejabilidad y significado, fundamentales para la adaptación de los padres que han experimentado entornos estresantes en la pandemia, como la pérdida de trabajo, educación en casa, entre otros aspectos; dichos factores, los ayudan a ver de manera realista los ambientes críticos, permitiéndoles buscar soluciones al conflicto que se presenta, reduciendo así su angustia emocional.

En esta categoría, las madres participantes indicaron lo siguiente: el **caso A**: “... yo reconozco que como mamá en casa siempre van a ver factores que distraigan, puede que se haga bulla y... o sea no va a ver la concentración adecuada...”; en el **caso B**: “... por una parte fue buena porque por lo menos hija no se atrasó en su estudio, pero mal por otra

parte porque estudiar en una computadora no es lo mismo que estudiar en presencial, pero claro no se podía salir por el virus...”.

Por su parte el **caso C**: “Pero ya ahora me siento mejor, sí es verdad que a veces me estreso, pero es normal, creo que eso le da a todas las personas, pero hay que aprender a sobrellevarlo.”; en lo que respecta al **caso D**: “... y como yo daba clases a grados de niños con la edad de mi hija, entonces me favorecía en algo y aprovechaba, porque ella ya empezó a ver las actividades que yo les explicaba en papelotes, y también captaba los temas.”. Finalmente el **caso E**: “... si bien había estrés y eso, jamás pensé en dejar ahí y ya que el niño aprenda o no, ya sea cosa de él, no jamás pasó eso por mi cabeza... ”.

El sentido de coherencia es un recurso personal fundamental en la asimilación de entornos que han generado estrés, como lo es la educación virtual. Las madres que poseen este recurso han comprendido y manejado la escolarización virtual de sus hijos, haciendo que no se vean afectadas en mayor medida por el estrés.

El recurso esperanza es comprendido por Hu et al. (2021) como uno de los más idóneos para el manejo del estrés, ayudando a la construcción personal a medida que se resuelve un problema; en el caso de las madres que apoyan positivamente a sus hijos durante la educación virtual, logran mejorar el ambiente familiar. Además, las personas con una percepción amplia de pensamiento mantienen la visión de que habrá un nuevo cambio en el mundo (García-Álvarez y Cobo-Rendón, 2020).

En los resultados se presenta lo siguiente: la entrevistada del **caso A**, expresa: “... esperamos que podamos retornar tranquilamente la presencialidad para rescatar todos los vacíos que quedaron en estos dos años en los estudiantes.”; en el **caso B**, refiere durante la entrevista: “... siempre tenía la esperanza de que mi hija vuelva a las clases en el aula porque ahí aprende mucho mejor.”; en el **caso C**, indica: “Cuando el gobierno dijo que iban a tener clases por computadoras, me alegré por un lado porque por lo menos no iban a desperdiciar un año sin estudiar”.

La madre participante del **caso D**, señala: “... pero sí intenté ser positiva, aquí en la casa decíamos que ya poco a poco iba pasando esta pandemia y que venían otras enfermedades más, pero uno como que trataba ya mejor de la mente tenerla positiva y ver las cosas para bien ...”; y en el **caso E**, se registra: “... con todo esto que he vivido con mi hijo he

aprendido a ser paciente y ver las cosas de manera positiva, que en cualquier momento esto iba a mejorar, y bueno así pasó lo mismo ...”.

La esperanza se identifica como un recurso vigente en cada una de las participantes, debido a que mantuvieron una visión positiva con respecto al cambio por el que estaba atravesando el mundo, además de la nueva realidad a la que se estaban enfrentando y la preocupación porque sus hijos tengan un aprendizaje significativo.

Recursos externos de afrontamiento en las madres

Al indagar los recursos externos de las madres para afrontar el estrés de la educación virtual, surgen tres categorías: Apoyo familiar, solvencia económica y recursos tecnológicos. Respecto al apoyo familiar, el rol de los miembros de este grupo toma importancia debido a la incapacidad de los padres para sobrellevar alguna de las actividades del proceso escolar de sus hijos, por ello, hermanos, hijos u otra persona con parentesco es apta para también ayudar al estudiante en su formación (Mayorga-Núñez y Llerena-Novoa, 2021).

Durante las entrevistas, la participante del **caso A**, comenta: “... usted sabe que de manera virtual es muy difícil eh... aprender sobre todo en las matemáticas, porque ahí uno tiene que estar más concentrado, hacer ejercicios, entonces cuando a él le mandaban ejercicios, deberes, este... yo le pedía a mi papá que le enseñe; los primeros meses cuando era difícil salir, lo hacíamos de manera virtual por Zoom, pero eran solamente los dos...”, también agrega: “... lo mismo hice con inglés, mi hermana le preparaba clases guiándose del libro de mi hijo.”; además, sostiene: “También había días en que llevaba a mi hijo a la casa de mis papás, a que reciba clases allá, porque yo también tenía clase y como que no podía ocuparme en los dos lados, entonces mi papá me ayudaba viendo que mi hijo se me meta a los links de las clases y así...”.

La entrevistada del **caso B**, expresa: “En ese punto, también tengo una hermana que tiene un niño de la edad de mi hija y son compañeros, pues de lado y lado nos ayudamos, de pronto en los trabajos prácticos que también nos mandaban.”; en el **caso C**: “... tuve que ir a que un sobrino me preste su computadora portátil para que mi niño reciba sus clases de manera más cómoda, a veces él me le ayudaba con algunos deberes cuando podía ...”. Por último, el **caso E**, señala: “... si algunas veces le decía a mi hija mayor que le ayude

enseñando al niño porque a veces tenía así trabajitos de maquillaje a domicilio o a pintar uñas y así, en ese aspecto sí recibí ayuda.”

El apoyo familiar demuestra ser uno de los pilares que regula los niveles de estrés de las madres, pues llevar el proceso de enseñanza virtual en conjunto, hace que involucrarse en la educación no se convierta en un factor de riesgo que predispone al aumento del estrés.

En la categoría de solvencia económica, Rusca-Jordán et al. (2020) manifiestan que tanto el factor económico, como el aislamiento físico y la educación en línea fueron potenciadores del estrés. No obstante, Lau y Lee (2021) sostienen que los padres que tuvieron los recursos económicos necesarios, son más propensos a experimentar estrés leve, aunque no estaban listos para las exigencias que demandaba la educación virtual.

En el **caso A**, la participante revela: “... tuve que comprarle un celular y una laptop a mi hijo, ese gasto lo diferí a 9 meses y me desbalanceó en mis gatos del mes, a parte le pidieron libros con un costo de cerca de \$200, o sea, la lista de útiles fue normal porque ellos igual usaban cuadernos y presentaban todo escaneado.”. El **caso B**, indica: “... en mi caso era que mi esposo salía a otros lugares de la ciudad, para darnos nuestro sustento era que se puso de negociar así zapatillas, recorrer por otros lados para poder traer alimentos en nuestros hogares, porque la verdad yo como madre sufría aquí para darle el alimento a nuestros hijos... y también aquí como ya vino las clases y todo eso.”

Durante la entrevista, la participante del **caso C**, refiere: “... y pues en lo económico, mi esposo me ayudaba en eso, si bien no estuvo tan metido en la educación de mi hija, si aportaba en lo económico, eso para qué, no me quejo...”; en el **caso D**: “Otros de situación económica no tienen para estar imprimiendo también fue un reto para ellos y hasta para mí, porque se me complicaba conseguir los útiles de mi hija”. Y en el **caso E**, se detalla: “De ahí yo era la que me encargaba la mayoría de las veces de los gastos, y pues eso, porque yo estoy divorciada de mi esposo, pero bueno si ha pagado la pensión del niño.”.

El impacto económico estuvo vigente durante la educación a distancia, por lo que contar con los medios necesarios para solventarla orilló a los padres a exigirse la búsqueda de ingresos que suplan los gastos demandantes, con la finalidad de que sus hijos estudien. Las participantes, si bien tuvieron dificultades al inicio con los gastos de la educación, no fue un factor predisponente para agravar su estrés.

Con relación a la última categoría llamada recursos tecnológicos, estos son una de las causas en la formación del estrés en los padres, debido a la falta de experticia en el manejo de aparatos tecnológicos y a la limitación en obtener estos recursos (internet, celulares y computadores) (Andrew et al., 2020).

La participante del **caso A**, alega: “...tuve que comprarle un celular y una laptop a mi hijo, ...”; además agrega: “... me tocó aprender a utilizar no solamente una plataforma sino algunas, porque tenía que acoplarme a lo que mi hijo y mis estudiantes podían manejar, entonces me tocó aprender muchísimo de cómo utilizar todas estas tecnologías, fue un gran cambio, fue difícil ...”.

En el **caso B**, la entrevistada comenta: “Por una parte no me afectó en lo material, porque contábamos con computadoras y celulares y también internet, pero me imagino que para otras familias no tienen la posibilidad de tener una computadora en casa, necesitaban de una ayuda del gobierno, pero bueno en mi caso me he esforzado para que mi hija no pierda sus clases”.

En el **caso C**, se declara: “También estaba esta cuestión de las clases de mis hijos, que el gobierno dijo que iban a tener clases por computadoras y pues yo tengo 2 hijos, yo tenía una computadora de mesa para mi hijo mayor, pero al otro de 6 años no tenía, al inicio recibía clases por celular y se complicaba muchísimo”; también indica: “... tuve que ir a que un sobrino me preste su computadora portátil para que mi niño reciba sus clases de manera más cómoda...”.

La madre del **caso D**, manifiesta: “...tenemos otro medio que es la tablet, ella por medio de la tablet, pero por la plataforma Zoom, el profesor me mandaba a mí el enlace, yo le hacía conectar o por ahí también mandaba los deberes.”. Finalmente, la participante del **caso E**, expone: “... pero cuando ya dijeron que iban a ser virtuales, me relaje un poco, porque en mi casa si tenemos internet y computadora o celulares pero estaba confundida porque no sabía cómo iba a ser esa educación...”.

El uso de tecnologías aplicadas a la educación fue primordial durante el aislamiento, los computadores y otros dispositivos fueron las herramientas más utilizadas, haciendo que varios cuidadores participen no solo en su adquisición, sino en el manejo de las mismas, además de tener que acoplarse a las plataformas necesarias para la conectividad y entrega de tareas escolares.

CONCLUSIONES

- En el análisis de los efectos del estrés en las madres causados por la educación virtual, se evidencian síntomas físicos que han provocado malestar en las progenitoras, siendo los más comunes el dolor de cabeza y el dolor corporal; ligado a ello, surgen alteraciones psicológicas como la angustia emocional, la ansiedad y los problemas para conciliar el sueño, esta última tanto a nivel físico como psicológico. Por otro lado, surgen complicaciones durante el desarrollo de las clases virtuales, lo que respalda la idea de que los padres atribuyeron una carga mayor a sus rutinas desencadenando estrés, especialmente en la población femenina.
- Al examinar los recursos personales de las participantes se observa resiliencia durante el entorno crítico de la pandemia, especialmente en su adaptación como educadoras en casa, además de inteligencia emocional ante la situación, mostrando responsabilidad y compromiso dentro de la crianza y asistencia académica virtual. En cuanto a los vínculos afectivos, las participantes demuestran haber reforzado los apegos con sus hijos durante el proceso de enseñanza virtual; además de ser autoeficaces en el desarrollo de las tareas que estaban dentro de sus habilidades, asimismo, su sentido de coherencia en conjunto con la esperanza ha sido importantes para su adaptabilidad, manejabilidad y percepción positiva de la situación.
- Durante la indagación de los recursos externos de las madres se identificaron el apoyo familiar como una de las fuentes de ayuda para sobrellevar la educación virtual de sus hijos; la solvencia económica también es un factor predisponente a la búsqueda obligada de soluciones para las exigencias académicas, las cuales estaban reflejadas en la adquisición de tecnologías y de aprender el manejo de estas.

- El proceso de enseñanza virtual ha sido un desafío para las madres que asistieron a sus hijos en esta etapa, que sin lugar a dudas ha causado efectos estresantes en ellas, reflejándose en su cuerpo y su salud mental. Sin embargo, el haber tenido recursos protectores y elementos externos de soporte han sido piezas fundamentales en la regulación del estrés evitando que se agrave.

RECOMENDACIONES

- Se sugiere que el Ministerio de Salud Pública del Ecuador promueva jornadas de salud mental durante crisis sanitarias, dando realce a las afectaciones causadas por cambios repentinos en la cotidianidad de la población, además de psicoeducar con técnicas de relajación para el control de estados emocionales que amenacen a la homeóstasis del individuo.
- Es indispensable que los DECE de las instituciones educativas del Ecuador trabajen en el reforzamiento de los recursos psicológicos de padres y madres a través de talleres organizados, involucrándolos en el constante aprendizaje y la prevención de conflictos futuros que puedan aparecer a nivel educativo.
- Es importante que el Ministerio de Educación del Ecuador, a través de las instituciones educativas capacite y oriente a los padres y madres de familia en el uso de las nuevas tecnologías pertinentes en la educación de sus hijos.
- Sensibilizar a los padres, madres y demás familiares, a través de talleres ejecutados por el Ministerio de Educación y Salud Pública sobre la importancia de participar juntos en la formación académica de los niños, y así evitar los efectos estresantes causados por la sobreexigencia y el aumento de responsabilidad en una sola persona.

BIBLIOGRAFÍA

- Agaton, C. B., & Cueto, L. J. (2021). Learning at home: Parents' lived experiences on distance learning during COVID-19 pandemic in the Philippines. *International Journal of Evaluation and Research in Education*, 10(3), 901-911. <http://doi.org/10.11591/ijere.v10i3.21136>
- Andrew, A., Cattan, S., Costa-Dias, M., Farquharson, C., Kraftman, L., Krutikova, S., Phimister, A., & Sevilla, A. (2020). Learning during the lockdown: real-time data on children's experiences during home learning. *Institute for Fiscal Studies*, 1-23. <https://dera.ioe.ac.uk/35632/1/BN288-Learning-during-the-lockdown-1.pdf>
- Bairero, M. E. (2017). El estrés y su influencia en la calidad de vida. *Multimed. Revista Médica. Granma*, 21(6), 971-982. <http://www.revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/688>
- Bandura, A. (Ed.). (2010). *Self-Efficacy in Changing Societies*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511527692>
- Barrio, J. A., García, M. R., Ruiz, I., y Arce, A. (2006). EL ESTRÉS COMO RESPUESTA. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 37-48. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349832311003>
- Bravo, B. W., y Oviedo, A. D. (2020). Estrés emocional debido al aislamiento social por la pandemia covid-19 en padres de familias vulnerables. *Polo del conocimiento*, 5(9), 579-591. <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/1712>
- Breitenbach, M., Kapferer, E., & Sedmak, C. (2021). Hans Selye and the Origins of Stress Research. En *Stress and Poverty: A Cross-Disciplinary Investigation of Stress in Cells, Individuals, and Society* (pp. 21-28). Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-030-77738-8_2
- Brown, S., Doom, J. R., Lechuga-Peña, S., Watamura, S. E., & Koppels, T. (2020). Stress and parenting during the global COVID-19 pandemic. *Child abuse & neglect*, 110, 104699. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2020.104699>
- Calzada, J. G. (2004). La técnica de las frases incompletas: Revisión, usos y aplicaciones

en procesos de orientación vocacional.
http://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios_catedras/obligatorias/042_ttedm2c2/material/fichas/tecnica_de_las_frases_incompletas.pdf

- Carroll, N., Sadowski, A., Laila, A., Hruska, V., Nixon, M., Ma, D. W., & Haines, J. (2020). The Impact of COVID-19 on Health Behavior, Stress, Financial and Food Security among Middle to High Income Canadian Families with Young Children. *Nutrients*, 12(8), 2352. <https://doi.org/10.3390/nu12082352>
- Cevallos, G. K., Calle, A. d. R., y Ponce, O. S. (2020). Impacto social causado por la COVID-19 en Ecuador. *3C Empresa. Investigación y pensamiento crítico*, 115-127. <https://doi.org/10.17993/3cemp.2020.edicion ESPECIAL1.115-127>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (2020). www.cepal.org
- Craig, F., Operto, F., De Giacomo, A., Margari, L., Frolli, A., Conson, M., Ivagnes, S., Monaco, M., & Margari, F. (2016). Parenting stress among parents of children with Neurodevelopmental Disorders. *Psychiatry Research*, 242, 121–129. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychres.2016.05.016>
- Crnic, K., & Ross, E. (2017). Parenting Stress and Parental Efficacy. *Parental Stress and Early Child Development*, 263-284. https://doi.org/10.1007/978-3-319-55376-4_11
- Del Castillo, P., y Pando, V. (2020). Salud mental infanto-juvenil y pandemia de Covid-19 en España: cuestiones y retos. *Revista de Psiquiatría Infanto- Juvenil*, 37(2), 30-44. <https://doi.org/10.31766/revpsij.v37n2a4>
- De Shazer, S., Berg, I. K., Lipchik, E. V. E., Nunnally, E., Molnar, A., Gingerich, W., & Weiner-Davis, M. (1986). Brief therapy: Focused solution development. *Family process*, 25(2), 207-221. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1986.00207.x>
- Dhieni, N., Mayuni, I., & Juriana, J. (2022). Emotional Intelligence of Early Childhood Parents During the Covid-19 Pandemic in Indonesia. *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity*, 4(1), 1-9. <https://doi.org/10.32923/psc.v4i1.1857>
- Di Nella, D., y Ibáñez, V. (2020). Causas y consecuencias de la Pandemia COVID-19.

De la inmovilidad de la humanidad a la circulación desconcentrada de personas. *Derechos En Acción*, 15(15), 415-485. <https://doi.org/10.24215/25251678e407>

Donaldson, S., Lee, J. Y., & Donaldson, S. (2019). Evaluating Positive Psychology Interventions at Work: a Systematic Review and Meta-Analysis. *International Journal of Applied Positive Psychology*, 4(3), 113–134. <https://doi.org/10.1007/s41042-019-00021-8>

Farantika, D., Kurniasari, R. D., & Kholida, A. (2020). Attachment building between parents and children during the pandemic COVID-19. *International Webinar Series-Educational Revolution in Post Covid Era*, 39-47. <http://conference.um.ac.id/index.php/ksdp/article/view/102>

Fernández-Ríos, L., y Vilariño Vázquez, M. (2018). Historia, investigación y discurso de la Psicología Positiva: Un abordaje crítico. *Terapia psicológica*, 36(2), 123–133. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-48082018000200123&script=sci_arttext

Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218–226. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218>

Freisthler, B., Gruenewald, P. J., Tebben, E., McCarthy, K. S., & Wolf, J. P. (2021). Understanding at-the-moment stress for parents during COVID-19 stay-at-home restrictions. *Social Science & Medicine*, 279, 114025. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.114025>

Fuster, D. E. (2019). Investigación cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico. *Propósitos y Representaciones*, 7(1), 201-229. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n1.267>

Gallegos, W. L. A. (2013). Psicología clínica y psicoterapia: Revisión epistemológica y aportes de la psicología positiva. *Revista peruana de psicología y trabajo social*, 2(1), 137-54. <https://n9.cl/n6y3t>

García-Álvarez, D., y Cobo-Rendón, R. (2020). Aportes de la psicología positiva a la salud mental frente a la pandemia por COVID-19. *CienciAmérica*, 9(2), 268-276.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7746436>

- García, M. J. (2019). *El estrés parental y su influencia en el desarrollo de las competencias parentales en familias de niños y niñas de 12 a 36 meses de edad*. (Tesis de Licenciatura, Universidad Central del Ecuador). RepositorioUCE. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/19136>
- Goldberg, A. E., McCormick, N., & Virginia, H. (2021). Parenting in a Pandemic: Work–Family Arrangements, Well-Being, and Intimate Relationships Among Adoptive Parents. *Family Relations: Interdisciplinary Journal of Applied Family Science*, 70(1), 7-25. <https://doi.org/10.1111/fare.12528>
- Goleman, D. (1997). *Inteligencia emocional*. Kairós. <https://ciec.edu.co/wp-content/uploads/2017/08/La-Inteligencia-Emocional-Daniel-Goleman-1.pdf>
- Gómez, V. (2005). Richard Stanley Lazarus (1922-2002). *Revista Latinoamericana de Psicología*, 37(1), 207-209. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80537112>
- González, F. (2006). *Investigación cualitativa y subjetividad*. Oficina de los derechos humanos del Arzobispado de Guatemala. https://www.academia.edu/31063853/Investigacion_Cualitativa_y_Subjetividad
- González, F., y Patiño, J. F. (2017). Epistemología Cualitativa y el estudio de la subjetividad en una perspectiva cultural-histórica. Conversación con Fernando González Rey". *Revista de Estudios Sociales*, (60), 120-127. <https://doi.org/10.7440/res60.2017.10>
- Grotberg, E. H. (1995). *The International Resilience Project: Promoting Resilience in Children* (383424th ed.). Alabama Univ., Birmingham. Civitan International Research Center. <https://eric.ed.gov/?id=ED383424>
- Guba, E., y Lincoln, Y. (2002). Paradigmas en competencia en la investigación cualitativa. *Por los rincones. Antología de métodos cualitativos en la investigación social*, 113-145. <https://n9.cl/gtvk7>
- Guerrero, M. A. (2016). La investigación cualitativa. *INNOVA Research Journal*, 1(2), 1-9. <https://doi.org/10.33890/innova.v1.n2.2016.7>
- Hernández-Sampieri, R., Baptista-Lucio, P., y Fernández-Collado, C. (2014).

Metodología de la investigación (6ta ed.). McGraw-Hill Education.
<https://academia.utp.edu.co/grupobasicoclinicayaplicadas/files/2013/06/Metodolog%C3%ADa-de-la-Investigaci%C3%B3n.pdf>

Hernández-Sampieri, R., y Mendoza, C. P. (2018). *METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN: LAS RUTAS CUANTITATIVA, CUALITATIVA Y MIXTA* (1ª ed.). McGraw-Hill Interamericana.
http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf

Hervás, G. (2009). Psicología positiva: una introducción. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 23(3), 23-41.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27419066003>

Hiraoka, D., & Tomoda, A. (2020). Relationship between parenting stress and school closures due to the COVID -19 pandemic. *Psychiatry And Clinical Neurosciences*, 74(9), 497-498. <https://doi.org/10.1111/pcn.13088>

Hu, Y., Ye, B., & Im, H. (2021). Hope and post-stress growth during COVID-19 pandemic: The mediating role of perceived stress and the moderating role of empathy. *Personality and Individual Differences*, 178, 110831.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0191886921002063>

Huayna, A., Ramos, C., y Salas-Blas, E. (2020). Locus de control y estrés percibido en padres de niños con enfermedades crónicas. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSP*, 18(2), 395-415.
http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2077-21612020000200004&script=sci_abstract&tlng=en

Joseph, H. B., Kuppuswamy, S., & Shetty, A. P. (2021). Children's online learning during COVID-19 pandemic: experiences and satisfaction encountered by Indian parents. *Journal of Ideas in Health*, 4(Special3), 443-449.
<https://www.jidhealth.com/index.php/jidhealth/article/view/156>

Kanekar, A., & Sharma, M. (2020). COVID-19 and Mental Well-Being: Guidance on the Application of Behavioral and Positive Well-Being Strategies. *Healthcare*, 8(3), 336. <https://doi.org/10.3390/healthcare8030336>

- Lasota, A., & Mróz, J. (2021). Positive Psychology in Times of Pandemic—Time Perspective as a Moderator of the Relationship between Resilience and Meaning in Life. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 18(24), 13340. <https://doi.org/10.3390/ijerph182413340>
- Lau, E. Y. H., & Lee, K. (2020). Parents' Views on Young Children's Distance Learning and Screen Time During COVID-19 Class Suspension in Hong Kong. *Early Education and Development*, 32(6), 863-880. <https://doi.org/10.1080/10409289.2020.1843925>
- Lazarus, R. S. (2000). *Estrés y emoción. Manejo e implicaciones en nuestra salud*. Bilbao: Desclée de Brouwer. <https://www.edesclée.com/img/cms/pdfs/9788433015235.pdf>
- Lefdahl-Davis, E. M., Stefan, D., Huffman, L., & Alayan, A. (2020). Positive psychology during a pandemic: REFRAME for well-being. *European Journal of Applied Positive Psychology*, 4(18), 1-15. https://www.researchgate.net/profile/Erin-Lefdahl-Davis/publication/347466155_2020_-_Positive_Psychology_During_a_Pandemic_-_REFRAME_for_Well-Being_EJAPP_Lefdahl-Davis_et_al_2020/links/5ff3524b92851c13feeb23f0/2020-Positive-Psychology-During-a-Pandemic-REFRAME-for-Well-Being-EJAPP-Lefdahl-Davis-et-al-2020.pdf
- Lerner, R. (2005). *Promoting positive youth development: Theoretical and empirical bases*. National Academies of Science. <https://lifehouseduluth.org/wp-content/uploads/2015/02/Positive-Youth-Development1.pdf>
- Lerner, R. M., & Lerner, J. V. (2011). The positive development of youth report of the findings from the first seven years of the 4-H study of positive youth development. *Tufts University*. <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/summary?doi=10.1.1.432.5862>
- León, Y. R. (2021). *Relación del Covid19 y el estrés emocional en los padres de familia de la Institución Educativa Inicial de "Huellas de Lupita" de la ciudad de Azángaro - 2020* (Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional del Altiplano de Puno). RepositorioUNAP. <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/14895>

- Lopategui, E. (2019). *Manejo del estrés*. Saludmed.com. http://www.saludmed.com/saludybienestar/contenido/Estres_Prof-Edgar-Lopategui-Corsino.pdf
- Loyola, J. M., y Sulca Sequeiros, L. V. (2018). *ESTILOS DE AFRONTAMIENTO Y FELICIDAD EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR DE LIMA* (Tesis de Licenciatura, Universidad Ricardo Palma). RepositorioURP. <http://repositorio.urp.edu.pe/handle/URP/1424>
- Lupano, M. L., y Castro, A. (2010). Psicología positiva: análisis desde su surgimiento. *Ciencias Psicológicas*, 4(1), 43-56. http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?pid=S1688-42212010000100005&script=sci_arttext
- Martinsons, B., Dziedātāja, S., & Stokenberga, I. (2021). Parents' self-reported stress and coping during the covid-19 pandemic-related first emergency situation in latvia. *Human, technologies and quality of education*, 137-149. <https://doi.org/10.22364/htqe.2021.10>
- May, I., Awad, S., May, M. S., & Ziegler, A. (2021). Parental Stress Provoked by Short-Term School Closures During the Second COVID-19 Lockdown. *Journal of Family Issues*, 0(0), 1–21. <https://doi.org/10.1177/0192513X211041987>
- Mayorga-Núñez, V., y Llerena-Novoa, F. (2021). Rol de la familia en la educación virtual del nivel inicial. *Retos de la Ciencia*, 5(e). 23-41. <https://doi.org/10.53877/rc.5.e.20210915.03>
- Mikulincer, M., & Florian, V. (1998). The relationship between adult attachment styles and emotional and cognitive reactions to stressful events. En *Attachment theory and close relationships* (pp. 143–165). En J. A. Simpson & W. S. Rholes. https://www.researchgate.net/publication/281574631_The_relationship_between_adult_attachment_styles_and_emotional_and_cognitive_reactions_to_stressful_events
- Moscardino, U., Dicaldo, U., Roch, M., Carbone, M., & Mammarella, I. C. (2021). Parental stress during COVID-19: A brief report on the role of distance education

and family resources in an Italian sample. *Current Psychology*, 40, 5749–5752.
<https://doi.org/10.1007/s12144-021-01454-8>

Orús, A. (12 de junio de 2022). *Coronavirus: muertes en el mundo por continente en 2022*. Statista. Recuperado el 23 de junio de 2022, de <https://es.statista.com/estadisticas/1107719/covid19-numero-de-muertes-a-nivel-mundial-por-region/>

Pérez, J., y Menéndez, S. (2014). Un análisis tipológico del estrés parental en familias en riesgo psicosocial. *Salud mental*, 37(1), 27-34.
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0185-33252014000100004&script=sci_abstract&tlng=pt

Qiu, J., Shen, B., Zhao, M., Wang, Z., Xie, B., & Xu, Y. (2020). A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: implications and policy recommendations. *General psychiatry*, 33(2).
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7061893/>

Robinson, A. M. (2018). Let's Talk About Stress: History of Stress Research. *Review of General Psychology*, 22(3), 334–342.
<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1037/gpr0000137>

Rodríguez-Verdura, L. (2014). Estudio exploratorio sobre la terapia del bienestar en la autogestión del estrés y el bienestar psicológico en población subclínica. En *Encuentros sobre psicología, comunicación y lenguaje* (pp. 97-110). Universidad de A Coruña. <https://ruc.udc.es/dspace/handle/2183/13543>

Rodríguez-Carvajal, R., Méndez, D. D., Moreno-Jiménez, B., Abarca, A. B., y Van Dierendonck, D. (2010). Vitalidad y recursos internos como componentes del constructo de bienestar psicológico. *Psicothema*, 22(1), 63-70.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72712699011>

Rusca-Jordán, F., Cortez-Vergara, C., Tirado-Hurtado, B., y Strobbe-Barbat, M. (2020). Una aproximación a la salud mental de los niños, adolescentes y cuidadores en el contexto de la COVID-19 en el Perú. *Acta Médica Peruana*, 37(4), 556- 558. doi:
<https://doi.org/10.35663/amp.2020.374.1851>

Segura, R. M., y Pérez, I. (2016). Impacto diferencial del estrés entre hombres y mujeres:

- una aproximación desde el género. *Alternativas en Psicología*, (36), 105-120. <https://www.alternativas.me/attachments/article/138/Impacto%20diferencial%20del%20estr%C3%A9s%20entre%20hombres%20y%20mujeres.pdf>
- Seligman, M. (1999). The presidents address. APA.1998. *Annual Report. American Psychologist*, 54, 559-562. https://positivepsychologynews.com/ppnd_wp/wp-content/uploads/2018/04/APA-President-Address-1998.pdf
- Seligman, M. E. P. (2011). *La Auténtica Felicidad / Authentic Happiness*. Ediciones B Mexico.
- Sonnenschein, S., Grossman, E. R., & Grossman, J. A. (2021). U.S. Parents' Reports of Assisting Their Children with Distance Learning during COVID-19. *Education Sciences*, 11(9), 501. <https://doi.org/10.3390/educsci11090501>
- Spinelli, M., Lionetti, F., Patore, M., & Fasolo, M. (2020). Parents' Stress and Children's Psychological Problems in Families Facing the COVID-19 Outbreak in Italy. *Frontiers in psychology*, 11, 1713. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01713>
- Susilowati, E., & Azzasyofia, M. (2020). The Parents Stress Level in Facing Children Study From Home in the Early of Covid-19 Pandemic in Indonesia. *Indonesia International journal of science and society*, 2(3), 1-12. <https://doi.org/10.54783/ijsoc.v2i3.117>
- Taylor, S., Landry, C. A., Paluszek, M. M., Fergus, T. A., McKay, D., & Asmundson, G. J. (2020). Development and initial validation of the COVID Stress Scales. *Journal of anxiety disorders*, 72, 1-7. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102232>
- Uriarte, J. (2005). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Revista de Psicodidáctica*, 10(2), 61-79. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=17510206>
- Van Dierendonck, D., & Mohan, K. (2006). Some thoughts on spirituality and eudaimonic wellbeing. *Mental Health, Religion and Culture*, 9(3), 227-238. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/13694670600615383>
- Vázquez, C., Castilla, C., y Hervás, G. (2009a). Reacciones frente al trauma: vulnerabilidad, resistencia y crecimiento. En E. Fernández-Abascal (Ed.),

Emociones positivas (pp. 375-392). Ediciones Pirámide.
https://www.researchgate.net/publication/288230755_Reacciones_frente_al_trauma_Vulnerabilidad_resistencia_y_crecimiento

Vázquez, C., Hervás, G., Rahona, J.J. y Gómez, D. (2009b). Bienestar psicológico y salud: Aportaciones desde la Psicología Positiva. *Anuario de Psicología Clínica y de la Salud/Annuary of Clinical and Health Psychology*, 5, 15-28.
<https://hdl.handle.net/11441/132719>

Wąsowicz, G., Mizak, S., Krawiec, J., & Białaszek, W. (2021). Mental health, well-being, and psychological flexibility in the stressful times of the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.647975>

Waters, L., Algoe, S. B., Dutton, J., Emmons, R., Fredrickson, B. L., Heaphy, E., Moskowitz, J., Neff, K., Niemiec, R., Pury, C. & Steger, M. (2022). Positive psychology in a pandemic: Buffering, bolstering, and building mental health. *The Journal of Positive Psychology*, 17(3), 303-323.
<https://doi.org/10.1080/17439760.2021.1871945>

Verlenden, J. V., Pampati, S., Rasberry, C. N., Liddon, N., Hertz, M., Kilmer, G., Heim Viox, M., Lee, S., Cramer, N. K., Barrios, L. C., & Ethier, K. A. (2021). Association of children's mode of school instruction with child and parent experiences and well-being during the COVID-19 pandemic—COVID Experiences Survey, United States, October 8–November 13, 2020. *Morbidity and Mortality Weekly Report*, 70(11), 369-376.
<http://dx.doi.org/10.15585/mmwr.mm7011a1externalicon>

ANEXOS

Anexo A



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MACHALA

Calidad, Pertinencia y Calidez

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

PSICOLOGÍA CLÍNICA



CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LA GRABACIÓN DE AUDIO POR ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MACHALA (UTMACH)

Yo _____ declaro que se me ha explicado que mi participación en el estudio titulado “Consecuencias psicológicas de la pandemia Covid-19: Estrés en madres por la educación virtual”, que tiene como objetivo general: Analizar el estrés en las madres debido a la educación virtual de sus hijos a causa de la pandemia Covid-19; servirá al conocimiento, comprendiendo que es una valiosa contribución a la investigación académica.

Acepto la solicitud de que la entrevista sea grabada en formato de audio para su posterior transcripción y análisis, así como para completar la hoja de “Completamiento de frases”; además declaro que se me ha informado ampliamente sobre la participación en el estudio, y que se me ha asegurado que la información que entregue estará protegida por el anonimato y la confidencialidad.

Los investigadores responsables del estudio, Allison Calle y Steeven Quishpi, se han comprometido a responder cualquier pregunta y aclarar cualquier duda que les plantee acerca de los procedimientos que se llevarán a cabo. Asimismo, los entrevistadores me han dado seguridad de que no se me identificará en ninguna oportunidad en el estudio y que los datos relacionados con mi privacidad serán manejados en forma confidencial.

Se me informó que el producto de este trabajo podrá ser mostrado al público externo. Por lo tanto, como participante, acepto la invitación en forma libre y voluntaria, y declaro estar informada de que los resultados de esta investigación tendrán como producto un análisis de caso.

He leído esta hoja de consentimiento y acepto participar en este estudio según las condiciones establecidas.

Nombre de la participante

C.I.

Anexo B



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MACHALA

Calidad, Pertinencia y Calidez

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

PSICOLOGÍA CLÍNICA

GUÍA DE ENTREVISTA



Título: Consecuencias psicológicas de la pandemia Covid-19: Estrés en madres por la educación virtual

Objetivo general

Analizar el estrés en las madres debido a la educación virtual de sus hijos a causa de la pandemia Covid-19.

Objetivos específicos

- Examinar los recursos personales de las madres ante el estrés que provoca apoyar a sus hijos durante la educación virtual.
- Identificar los recursos externos de las madres para afrontar el estrés que provoca apoyar a sus hijos durante la educación virtual.

Pandemia

1. ¿Cómo vivió usted la pandemia?
2. ¿Cuál ha sido su desafío más grande durante la pandemia?

Estrés

3. ¿Cómo define usted el estrés?
4. ¿Qué factores le generaron estrés durante la pandemia?
5. ¿Cómo recibió usted la noticia del ingreso de su hijo/a a las clases de modalidad virtual?
6. ¿Qué dificultades tuvo con la educación virtual de su hijo/a?
7. ¿Qué tipo de síntomas experimentó al sentirse estresada?
8. ¿Intentó realizar actividades para desestresarse?

Recursos

9. ¿Recibió alguna ayuda durante la educación virtual de su hijo/a?
10. ¿Qué experiencias está viviendo actualmente con su hijo/a?
11. ¿Le gustaría agregar algo que no haya comentado?

Anexo C



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MACHALA

Calidad, Pertinencia y Calidez

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

PSICOLOGÍA CLÍNICA



COMPLETAMIENTO DE FRASES

Título: Consecuencias psicológicas de la pandemia Covid-19: Estrés en madres por la educación virtual

Objetivo general

Analizar el estrés en las madres debido a la educación virtual de sus hijos a causa de la pandemia Covid-19.

Objetivos específicos

- Examinar los recursos personales de las madres ante el estrés que provoca apoyar a sus hijos durante la educación virtual.
- Identificar los recursos externos de las madres para afrontar el estrés que provoca apoyar a sus hijos durante la educación virtual.

Consigna: A continuación hay 15 frases incompletas. Lea cada una y complétela desde su criterio, si necesita extenderse le será entregada una hoja adicional en blanco. No existe tiempo límite.

1. **La pandemia fue**.....
2. **Durante la pandemia**.....
3. **El estrés es**.....
4. **Cuando estaba estresada**.....
5. **Para desestresarme**.....
6. **La relación con mi hijo**.....
7. **La educación virtual**.....
8. **Mi rol durante la educación virtual de mi hijo**
.....

9. Durante la educación virtual de mi hijo/a

.....

10. Durante la educación virtual de mi hijo/a conté con

.....

11. Después de la educación virtual de mi hijo

.....

12. Prefiero que la educación de mi hijo

sea.....

13. Soy una madre.....

14. Mis fortalezas como madre son

.....

15. Mis debilidades como madre son

.....

Anexo D

EVALUACIÓN PSICOPATOLÓGICA

I. Datos Generales del paciente

Nombre: _____

Edad: _____

Ocupación: _____

Sexo: _____

Estado civil: _____

Nivel de escolaridad: _____

II. Motivo de consulta:

III. Historia de la enfermedad actual:

IV. Historia patológica personal:

V. Historia patológica familiar:

VI. Análisis de las funciones psíquicas (ACALOPMISAM 4)

A (Actitud y apariencia): _____

C (Conciencia): _____

A (Atención): _____

L (Lenguaje): _____

O (Orientación): _____

P (Pensamiento): _____

M (Memoria): _____

I (Inteligencia): _____

S (Sensopercepción): _____

A (Afectividad): _____

M (Motricidad): _____

Vida: _____

Alimento: _____

Sueño: _____

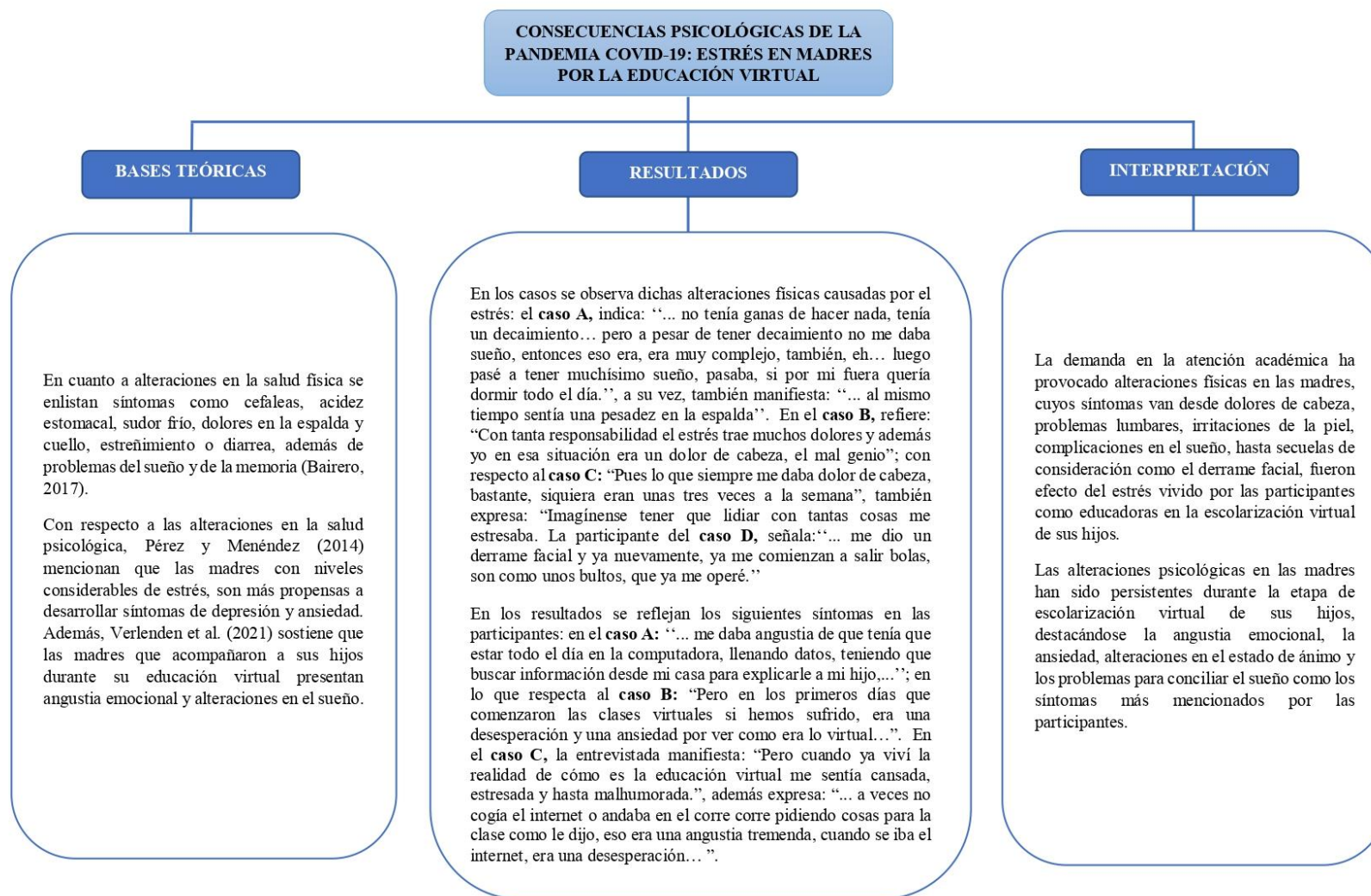
Sexo: _____

VII. Pruebas complementarias

VIII. Diagnóstico diferencial

SÍNTESIS PSICODIAGNÓSTICA

Anexo E: Triangulación



El malestar ocasionado en las madres por la educación virtual, se debe a que tuvieron que atribuirse nuevas responsabilidades de carácter docente que eran ajenas a sus competencias, las cuales estaban ligadas a actividades profesionales y domésticas (Susilowati y Azzasyofia, 2020).

Uriarte (2005) describe la resiliencia como la capacidad que tienen las personas para poder adaptarse a entornos que ponen en riesgo su bienestar personal, llegando a alternativas que reintegren el equilibrio a su vida. Los padres con características resilientes mantienen lazos positivos con su familia, una correcta comunicación y asertividad, además de saber controlar en cierta medida las situaciones estresantes (Grotberg, 1995).

En lo que respecta a la categoría Inteligencia emocional, Dhieni et al. (2022) manifiestan que aquellos padres que posean características de una correcta inteligencia emocional son más tenaces a la hora de enfrentarse ante entornos hostiles como el confinamiento; están comprometidos con el apoyo y crianza de sus hijos durante la pandemia.

Farantika et al. (2020) sostienen que la relación de apego que tengan padres e hijos va a depender de la calidad de vínculos afectivos que los progenitores sostengan durante la crianza; en el confinamiento, la relación que han mantenido los cuidadores con sus niños ha estado ligada al apoyo emocional y el afecto que muestran a en todos los niveles, ya sea personal, educativo, social, entre otros.

Las participantes mencionan lo siguiente: en el **caso A**: "... lo segundo que él sepa utilizar el programa, ya sea el zoom, el Microsoft teams o la plataforma en la que él estudiaba que era el Idukay, y no solamente él, sino yo también. porque tenía que estar pendiente, revisando las actividades, las clases en las que él se conectaba."

Dentro de las entrevistas, las participantes indican: en el **caso A**: "Sin embargo, considero que pude manejar bien la situación, si bien al principio pasaba angustiada, aprendí a adaptarme a todo lo nuevo como mamá y docente, o sea entendí que era una situación y un cambio que estaba experimentando todo el mundo, entonces acompañé a mi hijo hasta donde más pude."

Durante las entrevistas a las participantes, mencionan lo siguiente: el **caso A**, expresa: "Soy una madre amorosa, responsable, estricta y preocupada."; siguiendo con el **caso B**, indica: "... porque si no sabemos sobrellevar, podemos causar daño a la familia o en este caso a mi hija. nosotros como adultos debemos controlar nuestra ira, nuestro enojo."; prosiguiendo con el **caso C**: "... ser pensante durante la pandemia, porque si me dejaba llevar por la situación del virus, ya me hubiera muerto...", también comenta: "... soy una madre responsable porque quiero lo mejor para mis hijos ...".

En las entrevistas, la expresión de las participantes con respecto a esta categoría fue la siguiente: el **caso A**: "... él también, también pasaba con decaimiento, terminaban las clases y quería ver televisión o dormir, yo también ja ja ja, por eso hasta creo que desconectamos nuestra relación, entonces ya con las máquinas, con el ejercicio que yo hacía, también lo llevaba a que haga ejercicio conmigo... como aquí en la casa hay dos pisos, lo hacía que suba conmigo y ya conversábamos y hacíamos juntos, así teníamos una vida como que más activa.". Mientras que el **caso B**: "...en las clases virtuales tenía buena relación, claro que a veces tenía que pararme duro para que aprenda, pero nunca la traté mal, más bien me he acercado más hacia ella"

La carga de responsabilidad que se han adjudicado las madres durante la escolarización virtual de sus hijos, ha alterado el desarrollo normal de sus actividades cotidianas tanto en el área laboral como del hogar, pues si bien algunas de ellas cuentan con competencias docentes debido a su trabajo, eran primerizas en el desempeño virtual durante la pandemia, incrementando sus niveles de estrés.

Las madres participantes reflejan características resilientes que las han ayudado a adaptarse al entorno de aprendizaje virtual de sus hijos, destacando la tolerancia, la visión positiva y el manejo de la nueva realidad a causa de una crisis pandémica, produciendo que el estrés sea más manejable hasta cierto punto.

La inteligencia emocional de las madres participantes se refleja en el no convaler ante las adversidades que se presentaron durante la pandemia, específicamente en la educación virtual de sus hijos, mostrando compromiso y responsabilidad en la ayuda y crianza de sus hijos durante su educación en línea.

Las madres participantes reflejaron poseer características de apego seguro con sus hijos durante la enseñanza virtual que ejercieron durante el confinamiento, haciendo que los vínculos afectivos se hayan reforzado entre ellos y las madres hayan ejercido un estilo de crianza adecuado y con límites.

Bandura (1995) manifiesta que altos niveles de autoeficacia son semejantes a una adecuada resiliencia para ver la crisis como un reto, debido a la confianza que se tiene el individuo para superarlo. Además, aquellos padres que tenían los recursos suficientes y una eficiente autoeficacia durante las actividades del confinamiento como la labor a distancia, la enseñanza virtual, entre otros, se observó niveles bajos de estrés (Moscardino et al., 2021).

Kanekar y Sharma (2020) indican la existencia de tres factores como lo son: comprensibilidad, manejabilidad y significado, fundamentales para la adaptación de los padres que han experimentado entornos estresantes en la pandemia, como la pérdida de trabajo, educación en casa, entre otros aspectos; dichos factores, los ayudan a ver de manera realista los ambientes críticos, permitiéndoles buscar soluciones al conflicto que se presenta, reduciendo así su angustia emocional.

El recurso de la esperanza es comprendido por Hu et al. (2021) como uno de los más idóneos para el manejo del estrés, ayudando a la construcción personal a medida que se resuelve un problema; en el caso de las madres que apoyan positivamente a sus hijos durante la educación virtual, logran mejorar el ambiente familiar. Además, las personas con una percepción amplia de pensamiento mantienen la visión de que habrá un nuevo cambio en el mundo (García-Álvarez y Cobo-Rendón, 2020).

Las participantes, con respecto a esta categoría, manifiestan lo siguiente: el **caso A** dice: “Estuve al pendiente en todo momento ayudándolo en lo que más podía para que su aprendizaje sea aprovechado al máximo.”; el **caso B**, indica: “... esos trabajos manuales, que yo por lo menos le ayudaba a mi hija en eso porque en si soy buena, pero esos trabajos que le mandaban a mi hija no eran para ellos, eran para un adulto ...”. Siguiendo con el **caso C**: “...estar pendiente de lo que le manden, ayudarle con sus deberes, en los trabajos de arte trataba de ayudarlo un poco más, porque eso se me facilitaba más...”. el **caso D**, manifiesta: “...de una u otra manera uno como docente puede decir, ah no, yo puedo enseñarle y así, ...”

En esta categoría, las madres participantes indicaron lo siguiente: el **caso A**: “... yo reconozco que como mamá en casa siempre van a ver factores que distraigan, puede que se haga bulla y... o sea no va a ver la concentración adecuada...”; en el **caso B**: “... por una parte fue buena porque por lo menos hija no se atrasó en su estudio, pero mal por otra parte porque estudiar en una computadora no es lo mismo que estudiar en presencial, pero claro no se podía salir por el virus...”. Por su parte el **caso C**: “Pero ya ahora me siento mejor, sí es verdad que a veces me estreso, pero es normal, creo que eso le da a todas las personas, pero hay que aprender a sobrellevarlo.”. en lo que respecta al **caso D**: “... y como yo daba clases a grados de niños con la edad de mi hija, entonces me favorecía en algo y aprovechaba, porque ella ya empezó a ver las actividades que yo les explicaba en papelotes, y también captaba los temas.”

En los resultados se presenta lo siguiente: la entrevistada del **caso A**, expresa: “... esperamos que podamos retornar tranquilamente la presencialidad para rescatar todos los vacíos que quedaron en estos dos años en los estudiantes.”; en el **caso B**, refiere durante la entrevista: “... siempre tenía la esperanza de que mi hija vuelva a las clases en el aula porque ahí aprende mucho mejor.”; en el **caso C**, indica: “Cuando el gobierno dijo que iban a tener clases por computadoras, me alegré por un lado porque por lo menos no iban a desperdiciar un año sin estudiar”.

Poseer una adecuada autoeficacia durante las actividades académicas que demandan las clases virtuales, ha hecho que las madres participantes hayan resistido las situaciones estresantes de la escolarización virtual de sus hijos, puesto que reconocieron sus capacidades para el desarrollo de ciertas tareas, haciendo que el estrés sea más manejable y no aumente en ellas.

El sentido de coherencia es un recurso personal fundamental en la asimilación de entornos que han generado estrés, como lo es la educación virtual. Las madres que poseen este recurso han comprendido y manejado la escolarización virtual de sus hijos, haciendo que no se vean afectadas en mayor medida por el estrés.

La esperanza se identifica como un recurso vigente en cada una de las participantes, debido a que mantuvieron una visión positiva con respecto al cambio por el que estaba atravesando el mundo, además de la nueva realidad a la que se estaban enfrentando y la preocupación porque sus hijos tengan un aprendizaje significativo.

Respecto al apoyo familiar, el rol de los miembros de este grupo toma importancia debido a la incapacidad de los padres para sobrellevar alguna de las actividades del proceso escolar de sus hijos, por ello, hermanos, hijos u otra persona con parentesco es apta para también ayudar al estudiante en su formación (Mayorga-Núñez y Llerena-Novoa, 2021).

En la categoría de solvencia económica, Rusca-Jordán et al. (2020) manifestaron que tanto el factor económico, como el aislamiento físico y la educación en línea fueron potenciadores del estrés. No obstante, Lau y Lee (2021) sostienen que los padres que tuvieron los recursos económicos necesarios, son más propensos a experimentar estrés leve, aunque no estaban listos para las exigencias que demandaba la educación virtual.

Con relación a la última categoría llamada recursos tecnológicos, estos son una de las causas en la formación del estrés en los padres, debido a la falta de conocimientos en el manejo de aparatos tecnológicos y a la limitación en obtener estos recursos (internet, celulares y computadores) (Andrew et al., 2020).

Durante las entrevistas, la participante del **caso A**, comenta: "...usted sabe que de manera virtual es muy difícil eh... aprender sobre todo en las matemáticas, porque ahí uno tiene que estar más concentrado, hacer ejercicios, entonces cuando a él le mandaban ejercicios, deberes, este... yo le pedía a mi papá que le enseñe; los primeros meses cuando era difícil salir, lo hacíamos de manera virtual por Zoom, pero eran solamente los dos..." La entrevistada del **caso B**, expresa: "En ese punto, también tengo una hermana que tiene un niño de la edad de mi hija y son compañeros, pues de lado y lado nos ayudamos, de pronto en los trabajos prácticos que también nos mandaban."

En el **caso A**, la participante revela: "...tuve que comprarle un celular y una laptop a mi hijo, ese gasto lo diferí a 9 meses y me desbalanceó en mis gatos del mes, a parte le pidieron libros con un costo de cerca de \$200, o sea, la lista de útiles fue normal porque ellos igual usaban cuadernos y presentaban todo escaneado." El **caso B**, indica: "... en mi caso era que mi esposo salía a otros lugares de la ciudad, para darnos nuestro sustento era que se puso de negociar así zapatillas, recorrer por otros lados para poder traer alimentos en nuestros hogares, porque la verdad yo como madre sufría aquí para darle el alimento a nuestros hijos... y también aquí como ya vino las clases y todo eso."

La participante del **caso A**, alega: "...tuve que comprarle un celular y una laptop a mi hijo, ..."; además agrega: "... me tocó aprender a utilizar no solamente una plataforma sino algunas, porque tenía que acoplarme a lo que mi hijo y mis estudiantes podían manejar, entonces me tocó aprender muchísimo de cómo utilizar todas estas tecnologías, fue un gran cambio, fue difícil ...". En el **caso B**, la entrevistada comenta: "Por una parte no me afectó en lo material, porque contábamos con computadoras y celulares y también internet, pero me imagino que para otras familias no tienen la posibilidad de tener una computadora en casa, necesitaban de una ayuda del gobierno, pero bueno en mi caso me he esforzado para que mi hija no pierda sus clases".

El apoyo familiar demuestra ser uno de los pilares que regula los niveles de estrés de las madres, pues llevar el proceso de enseñanza virtual en conjunto, hace que involucrarse en la educación no se convierta en un factor de riesgo que predispone al aumento del estrés.

El impacto económico estuvo vigente durante la educación a distancia, por lo que contar con los medios necesarios para solventarla orilló a los padres a exigirse la búsqueda de ingresos que suplan los gastos demandantes, con la finalidad de que sus hijos estudien. Las participantes, si bien tuvieron dificultades al inicio con los gastos de la educación, no fue un factor predisponente para agravar su estrés.

El uso de tecnologías aplicadas a la educación fue primordial durante el aislamiento, los computadores y otros dispositivos fueron las herramientas más utilizadas, haciendo que varios cuidadores participen no solo en su adquisición, sino en el manejo de las mismas, además de tener que acoplarse a las plataformas necesarias para la conectividad y entrega de tareas escolares.