

## **EMOCIONES DE LOS ESTUDIANTES EN TIEMPOS DE PANDEMIA COVID-19**

### *SOCIO-EMOTIONAL SKILLS IN TIMES OF COVID-19 PANDEMIC IN PROFESSIONAL LEVEL STUDENTS*

***Silvia Vázquez Rojas***

Tecnológico Nacional de México / IT de Celaya, México  
*silvia.vazquez@itcelaya.edu.mx*

***Margarita Serrano Domínguez***

Tecnológico Nacional de México / IT de Celaya, México  
*18030185@itcelaya.edu.mx*

***María Teresa Villalón Guzmán***

Tecnológico Nacional de México / IT de Celaya, México  
*teresa.villalon@itcelaya.edu.mx*

***María del Consuelo Gallardo Aguilar***

Tecnológico Nacional de México / IT de Celaya, México  
*consuelo.gallardo@itcelaya.edu.mx*

***Juan Antonio Sillero Pérez***

Tecnológico Nacional de México / IT de Celaya, México  
*antonio.sillero@itcelaya.edu.mx*

**Recepción:** 23/noviembre/2021

**Aceptación:** 29/diciembre/2021

### **Resumen**

La pandemia ocasionada por el Covid-19 transformó el proceso de enseñanza y aprendizaje de la modalidad presencial a la modalidad virtual lo cual ha hecho que los estudiantes tengan que lidiar con sentimientos de aislamiento. Con la finalidad de conocer las emociones experimentadas por estudiantes de primer semestre en una institución de educación superior, se les aplicó una encuesta para conocer las emociones, durante el periodo enero junio 2021, y se encontró que la mayoría de los estudiantes se encuentran preocupados, tristes, enojados, nerviosos, cansados, molestos, asustados, ansiosos, aburridos, y se sienten solos. Por solucionar necesidades básicas, requieren adaptabilidad, flexibilidad y capacidad para ajustarse a un contexto completamente nuevo, necesitan desarrollar la creatividad para poder seguir aprendiendo en un entorno diferente. Además, el aprendizaje a

distancia requiere de habilidades digitales que no habían adquirido y tampoco estaban preparados para el aprendizaje autónomo; tienen miedo a contagiarse, imaginando lo que puede ocurrir a familiares y seres cercanos.

**Palabras Clave:** adaptabilidad, flexibilidad, habilidades socioemocionales, estado de ánimo.

### **Abstract**

*The pandemic caused by Covid-19 transformed the teaching and learning process from face-to-face to virtual mode, which has made students have to deal with feelings of isolation. To know the emotions experienced by first-semester students in a higher education institution, a survey was applied to them to know the emotions, during the period January-June 2021, and it was found that most of the students are worried, sad, angry, nervous, tired, upset, scared, anxious, bored, and lonely. To solve basic needs, they require adaptability, flexibility, and the ability to adjust to a completely new context, they need to develop creativity to be able to continue learning in a different environment. In addition, distance learning requires digital skills that they had not acquired and were not prepared for autonomous learning; they are afraid of being infected, imagining what can happen to relatives and close being.*

**Keywords:** adaptability, flexibility, socio-emotional skills, mood.

## **1. Introducción**

Actualmente la humanidad se ha enfrentado a diversas crisis que han marcado un punto de quiebre en la estructura y organización social. Sin embargo, la emergencia sanitaria ocasionada por el Covid-19 es un acontecimiento sin precedentes, que ha puesto a prueba nuestras capacidades de afrontamiento como sociedad, obligándonos a modificar diversas prácticas en el ámbito educativo. El impacto de la pandemia en el sector educativo es extremadamente complejo. Tanto es así que, de acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas (ONU, 2020), los efectos en el corto y largo plazo podrían implicar un retroceso en los avances alcanzados durante las últimas décadas para la educación de los jóvenes,

especialmente en poblaciones bajo condiciones de vulnerabilidad. Recordemos que, como parte de las medidas de seguridad para mitigar la propagación del virus Covid-19, se procedió al cierre de centros educativos públicos y privados, lo que provocó que se implementaran estrategias alternativas de enseñanza para dar continuidad al proceso de enseñanza aprendizaje. En consecuencia, esta afectación a las actividades académicas usuales ha puesto en riesgo el derecho de acceso a la educación en diversos países. Según proyecciones realizadas por la ONU (2020b), cerca de mil millones de estudiantes verán interrumpidos sus estudios en el mundo.

El cierre de escuelas y la suspensión de clases presenciales provocada por la pandemia del Covid-19, ha tenido consecuencias sobre el bienestar y desarrollo socioemocional de los jóvenes. Si bien la importancia que tiene el desarrollo de habilidades socioemocionales sobre los logros presentes y futuros de los estudiantes ya había sido ampliamente reconocida, la irrupción de la pandemia ha puesto aún más en evidencia la necesidad de expandir y mejorar el abordaje del aprendizaje socioemocional desde varios ámbitos, en particular desde el sistema educativo.

La pandemia que atravesamos reafirma la necesidad de preparar a los estudiantes en el manejo de sus emociones. Quedarse en casa y llevar sus estudios en el mejor de los casos por medios electrónicos, ha tenido ya consecuencias emocionales en ellos. Lidar con el sentimiento de aislamiento, frustración, aburrimiento, ansiedad o estrés, trae consigo una respuesta de desesperanza, depresión o hasta enojo.

Una vez que se renueve la asistencia a las escuelas en todos los niveles educativos y nos enfrentemos a la nueva realidad, será necesario realizar esfuerzos adicionales para fortalecer las habilidades socioemocionales en los estudiantes con la finalidad de disminuir la carga de emociones negativas causadas por el aislamiento social y las posibles carencias materiales que pueden enfrentar. Es importante reconstruir su confianza y fomentar la responsabilidad del autocuidado que entre otros factores se relaciona con la madurez emocional, independientemente de la edad de la persona.

El presente trabajo se desarrolló utilizando un enfoque cuantitativo, con la finalidad de obtener información que le sea de utilidad al tutor grupal sobre cómo están viviendo los alumnos que cursan el primer semestre de licenciatura en una institución de educación superior las habilidades socioemocionales en el periodo de cuarentena por el coronavirus, y así incluir en la planeación de las sesiones tutoriales, actividades que promuevan su desarrollo socioemocional.

## **2. Métodos**

Se utilizó la técnica de recolección de datos; el instrumento empleado fue un cuestionario mediante la modalidad virtual, esto es, Google Drive Forms para la medición de habilidades socioemocionales a una población de 119 estudiantes de tutoría grupal que cursan el primer semestre de licenciatura en una institución de educación superior.

### ***Habilidades socioemocionales***

El desarrollo de las habilidades socioemocionales ha sido objeto de estudio especializado por psicólogos, neurocientíficos, y educadores. El término Inteligencia Emocional fue introducido por primera vez por Mayer y Salovey [1997] quienes la definen como la parte de la inteligencia social que incluye habilidades para: percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, acceder o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; comprender las emociones y regularlas promoviendo un crecimiento emocional e intelectual. A estas capacidades se les llama en su conjunto, habilidades socioemocionales [entrevista a Marc Brackett, 2019]. A la fecha, se han realizado múltiples investigaciones sobre las habilidades socioemocionales y con ello, la creación de instrumentos para medirlas, así como el diseño de programas educativos para desarrollarlas. Por estas necesidades es como surge un nuevo campo de estudio: el aprendizaje socioemocional, [Nathanson, Rivers, Flynn, L & Brackett, 2016; Malti, & Noam, 2016]. En el 2016, en México se les dio lugar a las habilidades socioemocionales en el currículum de educación básica, y se ha ratificado en los actuales planes y programas de estudio [Acuerdo número 07/06/17].

## **Tutoría**

La tutoría, como lo señala la UNESCO [1998], comprende un conjunto de actividades que propician situaciones de aprendizaje y apoyan el correcto desarrollo del proceso académico, personal y profesional, al orientar y motivar a los estudiantes, para que a su vez avancen y concluyan eficazmente su propio proceso formativo.

Por su parte la ANUIES [2000] dice que: "La tutoría es un acompañamiento personal y académico a lo largo del proceso formativo para mejorar el rendimiento académico, facilitar que el estudiante solucione sus problemas escolares, desarrolle hábitos de estudio, trabajo, reflexión y convivencia social". En tanto que Castellanos citada por Romo [2011], advierte que: La tutoría no debe considerarse un "añadido", sino un aspecto esencial de la función docente. Los programas destinados a su operación son proactivos y están encaminados al desarrollo de las potencialidades de los estudiantes, ayudándolos a tomar decisiones ante las opciones académicas que van conociendo como profesionales en formación.

## **Tutoría grupal**

La tutoría grupal es el proceso de acompañamiento de un grupo de estudiantes con la finalidad de abrir un espacio de comunicación, conversación y orientación grupal, donde los estudiantes tengan la posibilidad de revisar y discutir, junto con su tutor, temas que sean de su interés, inquietud, preocupación, así como también para mejorar el rendimiento académico, solucionar problemas escolares, desarrollar hábitos de estudio, reflexión y convivencia social [De Serranos Olivas, 1989]. Por otro lado, se busca que en la tutoría grupal se oriente a los tutorados hacia lo que el estudiante va a ser capaz de conocer (área cognitiva), lo que el estudiante va a ser capaz de hacer (habilidades y destrezas) y lo que el estudiante va a ser capaz de ser (actitudes y responsabilidades), [Romo, 2011].

## **Tutor**

Individuo que orienta, asesora y acompaña al estudiante durante su proceso de enseñanza-aprendizaje, con la perspectiva de una formación integral, lo que

significa estimular en él, la capacidad de hacer responsable al tutorado de su propio aprendizaje y su formación. Ayuda al tutorado a explorar sus capacidades, propugnando por la autoformación con base en el apoyo mutuo y en el trabajo en común. Es uno de los actores principales del programa, por lo que debe estar consciente del compromiso que lleva implícito en el desarrollo del estudiante, participa en el seguimiento y su evaluación; está capacitado para identificar problemas de índole académico, de salud, psicopedagógico del tutorado y canaliza a la instancia correspondiente para su solución, todo en el marco de una relación más estrecha que la establecida en un aula durante un curso. El tutor debe poseer las competencias necesarias que le permitan desempeñar la función de la tutoría, una preparación académica sólida, ser un profesionalista actualizado y competente en su área de formación [Manual del Tutor SNIT, 2013].

### ***Tutorado***

El tutorado es un estudiante que se responsabiliza de identificar sus necesidades académicas, administrativas y personales, respondiendo comprometidamente a la acción tutorial que le ofrece la institución [Manual del Tutor SNIT, 2013].

## **3. Resultados**

A partir de la información obtenida, se desarrolló un análisis utilizando estadística descriptiva para obtener información sobre las opiniones de los estudiantes a las diversas preguntas que les fueron planteadas. A continuación, se presentan los resultados obtenidos.

En respuesta a la pregunta ¿Trabajas?, 64 alumnos entre hombres y mujeres contestaron no trabajar; mientras que 28 dijeron trabajar menos de 20 horas a la semana, 24 respondieron que trabajan medio tiempo y tres que tienen un trabajo de tiempo completo. Esto quiere decir que las y los alumnos que trabajan se han visto afectados por la pandemia debido a que sus padres o tutores se han quedado sin empleo; en otros casos el tutor ha fallecido, por lo que los alumnos tienen que trabajar para salir adelante y poder ayudar a la familia haciendo su aportación económicamente, tal como se muestran los resultados en la figura 1.

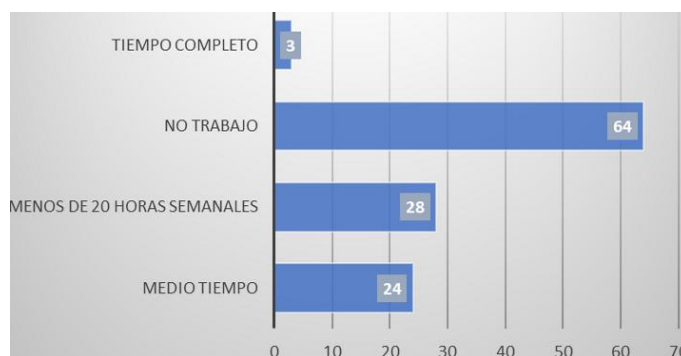


Figura 1 Resultado de la pregunta ¿Trabajas?

La siguiente cuestión ¿Cómo te has sentido durante la cuarentena? cuenta con varias respuestas en la que no hay respuestas correctas o incorrectas.

De acuerdo con los resultados para la emoción Alegre (Figura 2), de las tres opciones presentadas en la encuesta, 42 de los estudiantes hombres manifestaron sentirse muchas veces alegres durante la cuarentena, mientras que 21 de las mujeres, se inclinaron hacia esta opción.



Figura 2 Emoción Alegre.

En cuanto a la opción denominada Algunas veces, 39 hombres manifestaron haber percibido esta emoción, mientras que 16 mujeres, de igual manera afirman haberse sentido alegres algunas veces. Y, en cuanto a la opción No me ha pasado, se puede observar que solo 1 hombre asegura que no se ha sentido alegre, mientras que ninguna de las mujeres seleccionó esta opción. En su mayoría durante la cuarentena, los hombres se han sentido más alegres que las mujeres.

En la figura 3 se muestran los resultados obtenidos en cuanto a la proporción de estudiantes que manifestaron sentirse aburridos durante la cuarentena. Entre ellos

41 hombres afirmaron haberse sentido algunas veces aburridos, mientras que, 21 mujeres se sintieron de esta misma manera. Ahora bien, en el caso de los hombres, la diferencia en cuanto a la opción Muchas veces fue muy poca, ya que 38 seleccionaron dicha opción, en cuanto a las mujeres 15 se mostraron, ante la misma postura.

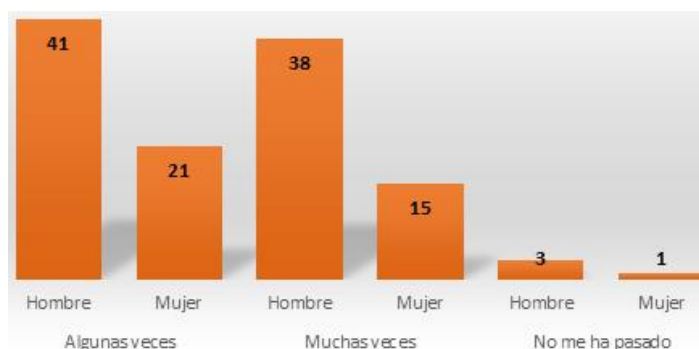


Figura 3 Emoción Aburrido.

Como última opción, fueron pocos los estudiantes que aseguran nunca haberse sentido aburridos, dado que, solo 3 hombres y 1 mujer seleccionaron esta opción como respuesta. Lo anterior pone de manifiesto que durante la cuarentena los alumnos (tanto hombres como mujeres) llegaron a sentirse aburridos.

Con base en los resultados de la emoción Preocupado (Figura 4), se presenta que 21 estudiantes hombres manifestaron sentirse preocupados muchas veces, mientras que solo 16 de las mujeres se inclinaron hacia esta opción. Asimismo, en cuanto a la opción denominada Algunas veces, 57 hombres manifestaron haber percibido esta emoción, siendo esta la cantidad mayor referente a dicha emoción, mientras que 19 mujeres, de igual manera, afirman haberse sentido preocupadas solo algunas veces. Y, en cuanto a la opción No me ha pasado, se puede observar que solo 4 hombres aseguran que no se han sentido preocupados, mientras que 2 mujeres seleccionaron esta opción. Con base en los resultados obtenidos, es evidente una mayor preocupación de los hombres ante el confinamiento, que para las mujeres.

Con los resultados obtenidos para emoción Triste (Figura 5), se concluye que 56 estudiantes encuestados, siendo en su mayoría hombres, algunas veces se han



sentido tristes durante la cuarentena, siendo importante la respuesta de las mujeres, ya que de igual manera la mayoría de ellas en específico 18, aseguran que alguna ha atravesado por esta emoción.

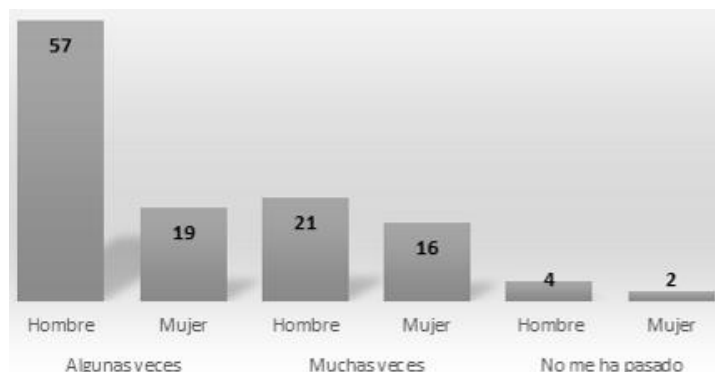


Figura 4 Emoción Preocupado.



Figura 5 Emoción Triste.

Cabe mencionar, que, en cuanto a la opción denominada muchas veces, es medianamente considerable, debido a que solo 12 hombres y 13 mujeres afirmo dicha situación. Y, por último, 14 hombres y 6 mujeres, respectivamente, no han manifestado dicha emoción. Nuevamente es evidente que el confinamiento ha ocasionado mayor sentimiento de tristeza en los hombres que en las mujeres.

A partir de los resultados obtenidos para emoción Enojado (Figura 6), se concluye que la mayoría de los estudiantes encuestados, siendo en su mayoría hombres, algunas veces se han sentido enojados durante la cuarentena, siendo importante la respuesta de las mujeres, ya que de igual manera la mayoría de ellas (19) aseguran que alguna vez han experimentado esta emoción.



Figura 6 Emoción Enojado.

Cabe mencionar, que, en cuanto a la opción denominada muchas veces, los números obtenidos son medianamente considerables, siendo en este caso la mayoría de las mujeres quienes aseguran haberse enojado muchas veces, en cuanto a los hombres 14 de ellos, de igual forma se mostraron convencidos por esta opción. Es importante resaltar, que, solo 1 mujer aseguró nunca haberse enojado, caso contrario con los hombres, ya que a 12 nunca les ha pasado, lo que podría indicar que las mujeres son mayormente propensas a experimentar enojos.

Como parte de los resultados para la emoción Soledad (Figura 7), se presenta que la mayoría de los hombres (32) consideraron que algunas veces se han sentido solos, y 12 mujeres consideraron tal opción. Al igual que en la respuesta anterior, fueron los hombres quienes en su mayoría muchas veces se han sentido solos y son 28, mientras que 9 mujeres se inclinaron hacia esta consideración. Como última opción, la mayor parte de los estudiantes hombres 22 no se han sentido solos, y 16 mujeres, se concluye que de igual manera nunca han experimentado esta emoción.



Figura 7 Emoción Solo.

A partir de los resultados obtenidos en la emoción Entusiasmado (Figura 8), se concluye que la mayoría de los estudiantes encuestados, siendo 50 hombres, quienes manifestaron sentirse algunas veces entusiasmados durante la cuarentena, en una cantidad menor se tiene la respuesta de las mujeres con 19. En cuanto a la opción Muchas veces, tanto hombres como mujeres se identificaron con esta respuesta, siendo 23 hombres y 12 mujeres quienes conformaron tal consideración. Como último, es bueno resaltar que fueron pocos los estudiantes quienes nunca se han sentido entusiasmados, ya que 9 hombres y 6 mujeres optaron por esta opción.

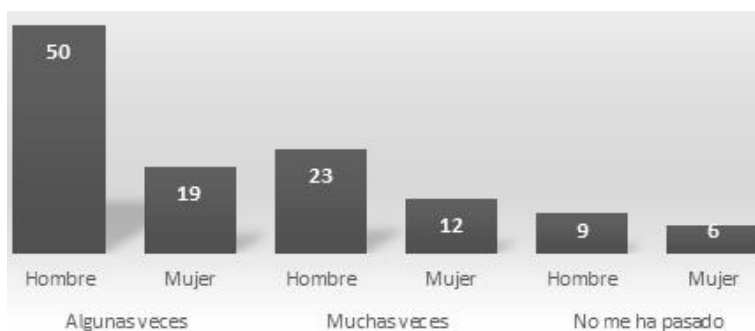


Figura 8 Emoción Entusiasmado.

En la figura 9, de acuerdo con la emoción Cansado, 50 hombres consideraron que algunas veces se han sentido cansados, mientras que 15 mujeres de igual manera se han sentido con dicha emoción. Ahora bien, 30 hombres, respecto a la opción muchas veces encabezó esta opción, sin embargo, el número de mujeres también es importante, debido a que 21 de ellas afirma lo mismo.



Figura 9 Emoción Cansado.

Como parte final, son relativamente pocos, tanto hombres como mujeres, a quienes nunca les ha pasado el haberse sentido cansados, siendo 2 hombres y 1 mujer quienes conforman esta opción.

Para la emoción Nervioso (Figura 10), de las tres opciones presentadas en la encuesta, 54 estudiantes hombres manifestaron sentirse algunas veces nerviosos durante la cuarentena, mientras que 14 mujeres, se inclinaron hacia esta opción.



Figura 10 Emoción Nervioso.

En cuanto a la opción denominada muchas veces, 20 hombres aseguraron haber percibido esta emoción, mientras que casi con el mismo número 18 mujeres, de igual manera afirman haberse sentido nerviosas muchas veces. Y, en cuanto a la opción No me ha pasado, se puede observar que solo 8 hombres aseguran que no han sentido nervios, mientras que 5 mujeres seleccionaron esta opción. De manera general se aprecia que más hombres han experimentado nerviosismo en relación con las mujeres, aunque es importante resaltar que aproximadamente la misma proporción (tanto hombres como mujeres) muchas veces se han sentido nerviosos. Para la emoción Molesto (Figura 11), se concluye que gran parte de los estudiantes encuestados, siendo en su mayoría hombres, algunas veces se han sentido molestos durante la cuarentena (49), siendo importante también la respuesta de las mujeres, ya que de igual manera la mayoría de ellas (20) aseguran que alguna vez han atravesado por esta emoción. Cabe mencionar, que, en cuanto a la opción denominada muchas veces, las cantidades obtenidas son medianamente considerables, siendo en este caso la mayoría de los hombres quienes aseguran

haberse molestado muchas veces (17); en cuanto a las mujeres, 11 de ellas, de igual forma se mostraron convencidos por esta opción. Es importante resaltar, que, 6 mujeres aseguran no haberse molestado, caso contrario con los hombres, ya que 16 de ellos manifestaron que nunca les ha pasado.



Figura 11 Emoción Molesto.

Como se puede observar en figura 12, para la emoción Asustado, 45 hombres consideraron que algunas veces se ha sentido asustados, mientras que 15 mujeres de igual manera se han experimentado dicha emoción. Ahora bien, tanto hombres como mujeres (7) ambos respondieron que son muchas las veces que se han sentido asustados. Como parte final, 30 hombres y 15 mujeres, han experimentado esta emoción. Sin embargo, a partir de estos resultados, es evidente que los hombres en su mayoría han experimentado esta emoción en comparación con las mujeres.



Figura 12 Emoción Asustado.

Analizando resultados para la emoción Ansioso (Figura 13), se encontró que 44 hombres se han mostrado ansiosos algunas veces, y en menor medida, 18 mujeres

de igual forma consideraron tal opción. Ahora bien, en menor medida, 26 hombres y 13 mujeres son muchas las veces que se manifestaron como ansiosos. Y, como consideración final, en menor proporción fueron tanto hombres como mujeres quienes nunca se han sentido ansiosos, 12 hombres y 6 mujeres respectivamente. Nuevamente se observa que una mayor proporción numérica de hombres han experimentado esta emoción en relación con las mujeres.

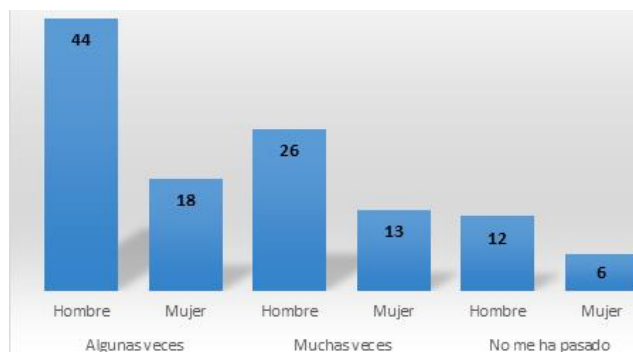


Figura 13 Emoción Ansioso.

#### 4. Discusión

La pandemia por COVID-19 ha generado una gran cantidad de problemáticas en el ámbito educativo. La eventual crisis de los sistemas educativos desembocará en retrocesos significativos en la formación estudiantil, especialmente en las poblaciones más vulnerables, debido a las brechas que impiden dar continuidad a los programas formativos a distancia. Esto es especialmente importante cuando hablamos de clases a través de plataformas tecnológicas que dependen del acceso a internet. Respecto a la información obtenida sobre los resultados en el estado de ánimo general de los estudiantes, se puede concluir que podrían estar en riesgo de sufrir algún trastorno de ánimo los alumnos que registraron las emociones negativas como: la preocupación, la tristeza, el enojo, sentirse solo, cansado, nervioso, molesto ansioso y aburrido, son las emociones que arrojaron resultados altos en las categorías algunas veces y muchas veces en esta investigación.

Cabe destacar, que a partir de los resultados obtenidos se aprecia una mayor tendencia de los hombres a experimentar las emociones mencionadas, en relación

con la proporción numérica de mujeres que manifiestan haber experimentado alguna emoción. De igual manera, esta situación pudiera ser ocasionada por la proporción de alumnos que trabajan (casi el 50%) en relación con los que no lo hacen.

## **5. Conclusiones**

Por tal motivo, se recomienda a los docentes tutores prestar más atención y dedicar más tiempo a la parte de las tutorías grupales programando actividades que puedan generar alegría en los alumnos, tales como: talleres virtuales sobre la importancia de las relaciones personales, empatía y las responsabilidades sociales de los estudiantes frente a la situación vivida, dinámicas con juegos para relajarse, hacer uso de las redes sociales para comunicarse con sus compañeros de clase, ya sea para compartir información referente a la parte académica o bien experiencias relacionadas con la cuarentena Covid-19, entre otras.

Además de afrontar su entorno desde su propia realidad, a partir de múltiples actividades de reflexión, análisis y pensamiento positivo, que les puedan ayudar a enfrentar situaciones como la angustia, el encierro, las dificultades económicas del hogar, o incluso, la pérdida de un ser querido.

Es importante recordar que para sentirnos bien es necesario saber identificar y reconocer las habilidades socioemocionales que tenemos, así como los factores que detonan el bien o malestar en nuestras vidas. También debemos recordar que no estamos solos, y que siempre habrá alguien que puede apoyarnos en este proceso.

## **6. Bibliografía y Referencias**

- [1] Brackett, M. A. Rivers, S., Reyes, M. & Salovey, P. (2012). Enhancing academic performance and social and emotional competence with the RULER feeling words curriculum. *Learning and Individual Differences* 22 (2012) 218–224: <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2010.10.002>.
- [2] De Serranos, G. y Olivas, A. (1989): *Acción Tutorial en Grupo*. Escuela Española, Madrid.

- [3] ANUIES. (2004). La educación superior virtual en América Latina y el Caribe: [https://books.google.com.mx/books?hl=es&lr=&id=Zh09X8OodyoC&oi=fnd&pg=PA7&dq=unesco+\(1998+educaci%C3%B3n+virtual\)&ots=v6jbJrs8fH&sig=aPr0QY--3Y1WW3Kxx2d9LbeqhfQ#v=onepage&q=unesco%20\(1998%20educaci%C3%B3n%20virtual\)&f=false](https://books.google.com.mx/books?hl=es&lr=&id=Zh09X8OodyoC&oi=fnd&pg=PA7&dq=unesco+(1998+educaci%C3%B3n+virtual)&ots=v6jbJrs8fH&sig=aPr0QY--3Y1WW3Kxx2d9LbeqhfQ#v=onepage&q=unesco%20(1998%20educaci%C3%B3n%20virtual)&f=false).
- [4] Diario oficial de la Federación. Ley General de educación. ACUERDO número 07/06/17 por el que se establece el Plan y los Programas de Estudio para la Educación Básica: Aprendizajes clave para la educación integral: [http://www.dof.gob.mx/nota\\_detalle\\_popup.php?codigo=5488481](http://www.dof.gob.mx/nota_detalle_popup.php?codigo=5488481).
- [5] Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2020a). El nuevo coronavirus y el derecho a la educación: [https://www.unicef.es/educa\\_/blog/nuevo-coronavirus-derecho-educación](https://www.unicef.es/educa_/blog/nuevo-coronavirus-derecho-educaci3n).
- [6] Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2020b). La falta de igualdad en el acceso a la educación a distancia en el contexto de la COVID-19 podría agravar la crisis mundial del aprendizaje: <https://www.unicef.org/es/comunicados-prensa/faltaigualdad-acceso-educacion-distancia-podria-agravar-crisis-aprendizaje>.
- [7] Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2020c). La brecha digital impacta en la educación: <https://www.unicef.es/educa/blog/covid-19-brecha-educativa>.
- [8] Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2020d). Orientaciones para docentes y recursos digitales para atender a la diversidad en la educación a distancia en el contexto del COVID-19: [https://www.unicef.org/peru/sites/unicef.org/peru/files/2020-05/Orientaciones%20%26%20recursos\\_Mas Inclusion%2029.04.pdf](https://www.unicef.org/peru/sites/unicef.org/peru/files/2020-05/Orientaciones%20%26%20recursos_Mas_Inclusion%2029.04.pdf).
- [9] Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2020e). Apoyo emocional para niños y niñas ante el Covid-19: <https://www.unicef.org/mexico/media/3161/file/Consejos%20de%20salud%20mental%20para%20ni%C3%B1as%20y%20ni%C3%B1os.pdf>.
- [10] Guimon, P. Entrevista a Marc Brackett. (2019). El País diario semanal: [https://elpais.com/elpais/2019/02/21/eps/1550759747\\_675256.html](https://elpais.com/elpais/2019/02/21/eps/1550759747_675256.html).



- [11] Malti, T & Noam, G. G. (2016) Social-emotional development: From theory to practice, *European Journal of Developmental Psychology*, 13:6, 652-665, DOI: 10.1080/17405629.2016.1196178.
- [12] Manual del Tutor (TecNM). (2013): <https://tutorias.delicias.tecnm.mx/ManualDelTutorDD.pdf>.
- [13] Mayer, J. D.-Salovey, P. (1997): What is emotional intelligence? En P. Salovey y D. Sluyter (Eds). *Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators* (pp. 3-31). New York: Basic Brooks.
- [14] Nathanson, L., Rivers, S. Flynn, L & Brackett, M. A. (2016). Creating Emotionally Intelligent Schools With RULER. *Emotion Review* Vol. 8, No. 4 (October 2016) 1– 6 DOI: 10.1177/1754073916650495.
- [15] Organización Panamericana de la Salud y Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2020). Orientación para familias sobre autorregulación emocional y alternativas para eliminar la violencia en la crianza: <https://www.unicef.org/lac/sites/unicef.org.lac/files/202007/AutorreguacionEmocional-Famiias-Prevencion-Violencia.pdf>.
- [16] Romo, A. (2011). La Tutoría. Una estrategia innovadora en el marco de los programas de atención a estudiantes. México: ANUIES.
- [17] SEP. (s/f). Programa de desarrollo socioemocional para la educación media superior: <https://www.construye-t.org.mx/que-debemos-hacer>.