Capítulo 7

Metaconocimiento de los estados emocionales de los estudiantes universitarios ante el COVID-19 medida a través del Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24)

Rocío Calderón García
Universidad de Guadalajara, México
Jorge Alfredo Jiménez Torres
Universidad de Guadalajara, México
Marco Antonio Salas Luévano
Universidad Autónoma de Zacatecas, México

https://doi.org/10.61728/AE24070072

Resumen

El desarrollo de habilidades socioemocionales permite la generación de bienestar, el comprender nuestras propias emociones, nos ayuda a ser resilientes ante situaciones adversas como las que vivimos de forma global por el COVID-19.

Los estudiantes universitarios participantes del estudio se vieron afectados por el confinamiento debido a que no todos contaban con herramientas digitales para poderse comunicar y para dar continuidad a su proceso de aprendizaje, lo que les afecto de forma cognitiva y emocional. Por lo que el objetivo del presente estudio fue identificar los estados emocionales de los estudiantes universitarios ante el COVID-19, con la intención de hacer propuestas que les permitan superar eventos de crisis mejorando su saludo emocional, tomando como un referente teórico a Amartya Sen en sus capacidades para lograr decidir, respecto de su desarrollo personal. Material y método: se partió de un estudio de tipo cuantitativo de corte exploratorio, transversal.

Se tomó en cuanta una muestra de 634 estudiantes con un nivel de confianza del 95 %, de 15 programas educativos de pregrado del Centro Universitario de Ciencias Sociales y Humanidades de la Universidad de Guadajara, se tomó como instrumento el cuestionario Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) compuesta por 24 ítems agrupados en 3 dimensiones: atención, claridad y reparación emocional, utilizando una escala tipo links, encontrando entre los principales hallazgos que el 55 % de los participantes en el estudio considerando al COVID-19 como un evento grave que tuvo gran influencia en su vida, en los encuestados quedo de manifiesto el efecto más visible en la salud emocional de las personas, como el 77 % lo expresó el estrés y ansiedad lo reconocen como la afectación de esta pandemia. Destacando entre las principales conclusiones que La salud emocional es uno de los aspectos más importantes en el ámbito del Bienestar y del desarrollo de las personas, lo cual repercute en su desarrollo humano. Por eso la trascendencia del impacto de una emergencia sanitaria en el aspecto emocional de las personas, quedo reflejado en las respuestas de la encuesta.

Entonces, el concepto de inteligencia emocional es un constructo dinámico que nos permite entender la interpelación de nuestros estados emocionales, más allá de nuestra inteligencia cognitiva.

Introducción

Lo vivido por la pandemia causada por el COVID-2019 nos ha puesto a prueba como sociedad para asumir múltiples retos y desafíos, en los que está implicada la calidad de vida, el bienestar y el desarrollo. Por lo que nuestras emociones juegan un papel muy importante para ser resilientes ante los afectos de la pandemia (Álvarez A, 2022, p. 299).

Diversas investigaciones como la realizada por Cáceres Angulo (2023) sobre las "estrategias de aprendizaje y pensamiento creativo en estudiantes universitarios durante el confinamiento por la pandemia COVID-19" establece el impacto que ha producido la pandemia en educación, donde los alumnos y académicos han enfrentado desafíos y retos ante esta grave crisis global teniendo que replantear los modelos de enseñanza-aprendizaje y las tutorías como un proceso de acompañamiento para evitar la deserción (Castillo Castañeda et al., 2023).

Es incuestionable que la pandemia vivida está afectando negativamente a la educación en todos sus niveles, no solo dificultando el aprendizaje de los contenidos y rendimiento académico, sino también, condicionando el desarrollo de habilidades emocionales y sociales. (Gavín-Chocano y García Martínez, 2023, p. 8).

Nos encontramos en momentos de cambios trascendentales por lo que podemos indicar que "los desafíos y las experiencias vitales estresantes posibilitan descubrir o potenciar fortalezas personales y modificar la visión de nosotros mismos, de los demás y del mundo hacia modelos más gratificantes" (Moreno et al., 2020, p. 2).

Algunos estudios nos señalan que "la inteligencia emocional (IE) remonta sus orígenes a la evolución de las investigaciones sobre la inteligencia en general durante el siglo XX" (Contreras Vasquez, 2023, p. 17).

El concepto de inteligencia emocional ha sido estudiado y definido por varios autores como menciona Barraza Macías (2022) en su publicación sobre estudios sobre el bienestar donde hace mención que:

> El concepto fue insertado en primera instancia en el lenguaje científico por Salovey y Mayer (1990), quienes la precisaron como una habilidad para controlar los sentimientos y emociones de uno mismo y de los demás, discriminar entre ellos y utilizar esa información como guía para la acción y el pensamiento propio. (Barraza Macías, 2022, p. 66)

Diversas investigaciones han señalado la relevancia del constructo de la Inteligencia Emocional tanto de forma teórica como práctica, la cual se encuentra relacionada a la salud física, mental y social que repercute en el bienestar (Custodio et al., 2021), (Galasso y Foucault, 2020; Huamanttupa Mamani, 2023; Jaqueline García Rodríguez et al., 2023).

Como antecedentes, podemos mencionar que el concepto de inteligencia emocional se ha dado como respuesta organizada que se lleva a cabo en el plano cognitivo (Colan Morales y Maratuech Sanchez, 2023).

En este sentido, la Inteligencia Emocional (IE) juega un papel esencial para la generación de competencias para la vida y nuestra relación con los demás.

Por lo que estudios como el desarrollado por Angulo Rincón et al. (2023) han señalado que:

> La inteligencia emocional ha pasado de ser un concepto novedoso e inicialmente cuestionado a constituirse en un elemento de especial interés para la comprensión de las diferencias individuales que pueden marcar la distinción a la hora de alcanzar un buen desempeño académico o desarrollar competencias para la interacción y comunicación con los demás. (Angulo Rincón et al., 2023, p. 146)

Tomando en cuenta lo anterior, podemos considerar que el concepto de inteligencia emocional es un constructo dinámico, que nos permite entender la interpelación de nuestros estados emocionales, más allá de nuestra inteligencia cognitiva.

En este mismo sentido podemos señalar que las instituciones educativas tienen la ardua labor no solo de generar competencias de formación para el mercado laboral, sino el de preparar a los educandos de forma integral, donde la parte afectivo-emocional juegan un papel muy importante en su calidad de vida.

Por lo que, como lo señala Dueñas (2002) citado por Angulo Rincón et al. (2023)la educación no debe limitarse exclusivamente al aprendizaje académico, pues adicionalmente debe fomentar y desarrollar otras dimensiones del ser humano como lo moral, social y afectivo-emocional en procurar un desarrollo integral.

Dentro del campo de la Inteligencia Emocional (IE) se han identificado varios modelos entre los que se destacan los que se encuentran centrados en las habilidades emocionales esenciales o básicas propuestos por Mayer y Salovey o los que retoman el tema de la personalidad como el presentado por Goleman y Bar-On.

En la actualidad la inteligencia emocional es un constructo muy controvertido por su naturaleza teórica, de modo que se puede distinguir entre modelos de inteligencia emocional basados en el procesamiento de información emocional, centrada en las habilidades emocionales básicas de Mayer y Salovey y aquellos modelos "mixtos" apoyados en rasgos de personalidad como el de Goleman y Bar-On (Fernández-Berrocal y Extremera, 2006; Mestre y Guil, 2006) (Angulo Rincón et al., 2023, p. 148).

A través de estos se destaca la necesidad que incorporar la inteligencia emocional de forma positiva para la solución de problemas complejos teniendo la oportunidad de adaptarnos a las circunstancias de forma resiliente y esto, favorece a mantener condiciones de bienestar y calidad de vida.

A partir de este modelo, la inteligencia emocional es entendida como el manejo positivo de las emociones, de tal forma que el individuo pueda solucionar problemas y adaptarse de forma eficaz al medio que le rodea (Angulo Rincón et al., 2023, p. 149).

Entorno metodológico

El objetivo del presente estudio se encuentra centrado en analizar los estados emocionales de los estudiantes universitarios ante el COVID-19 con la intención de generar propuestas que permitan mejorar su salud emocional. Lo cual como ya se dijo, impacta en su calidad de vida y bienestar, para posibilitarle su desarrollo personal.

Abordándose a través del paradigma cuantitativo de tipo exploratorio, explicativo y transversal, con una muestra de 634 casos con un nivel de confianza del 95 % y un margen de error de +-5 % provenientes de 15 Programas de Licenciaturas del Centro Universitario de Ciencias Sociales y Humanidades de la Universidad de Guadalajara, México.

Tabla No. 1

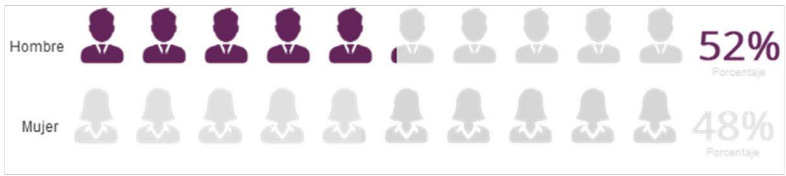
Indica que licenciatura del CUCSH te encuentras cursando

Programas educativos	Número de casos
Licenciatura en Derecho o Abogado (modalidades escolarizada y semiescolarizada)	310
Licenciatura en Trabajo Social	52
Licenciatura en Relaciones Internacionales	38
Licenciatura en Historia	34
Licenciatura en Estudios Políticos y Gobierno	30
Licenciatura en Letras Hispánicas	28
Licenciatura en Sociología	27
Licenciatura en Filosofía	24
Licenciatura en Geografía	17
Licenciatura en Antropología	15
Licenciatura en Criminología	14
Licenciatura en Docencia del Inglés como Lengua Extranjera	13
Licenciatura en Trabajo Social (nivelación)	13
Licenciatura en Didáctica del Francés como Lengua Extranjera	8
Licenciatura en Comunicación Pública	7
Licenciatura en Escritura Creativa	4
TOTAL	**634**

Fuente: Calderón García, R y Jiménez Torres, J. (2022). Encuesta La inteligencia emocional de los alumnos del Pregrado del CUCSH de la Universidad de Guadalajara en tiempos del COVID 19

De la muestra participante en el estudio el 52 % fueron varones y el 48 % mujeres, con relación al estado civil la mayor parte de la muestra 38 % fueron solteros, en unión libre 29 %, divorciados 9 % y 3 % viudos.

Gráfica No. 1
Género



Fuente: Calderón García, R y Jiménez Torres, J. (2022). Encuesta La inteligencia emocional de los alumnos del Pregrado del CUCSH de la Universidad de Guadalajara en tiempos del COVID 19

De los grupos de edad de los estudiantes que formaron parte del estudio se destaca que la mayor parte se encontraron entre los 30-39 años (37 %), seguido del grupo que se encuentra entre los 18 a 20 años (29 %), correspondiendo a los estudiantes que cursan licenciatura. Se obtuvo una tasa de respuesta del 100 %.

Gráfica No. 2
Grupos de edad

Respuestas efectivas: 634 Tasa de respuesta: 100%

Fuente: Calderón García, R y Jiménez Torres, J. (2022). Encuesta La inteligencia emocional de los alumnos del Pregrado del CUCSH de la Universidad de Guadalajara en tiempos del COVID 19

Del lugar de residencia de los estudiantes que participaron el 100 % fueron de Jalisco teniendo la mayoría su domicilio en Guadalajara (80 %), seguido de Zapopan (14 %), es importante mencionar que el Centro Universitario de Ciencias Sociales y Humanidades donde fue realizado

el estudio tiene dos sedes ubicándose una de ellas en Guadalajara por la calle de Guanajuato 1045 y en Zapopan en la sede de los Belenes ubicada en Av. José Parres Arias.

Tabla No. 2

Municipio de residencia

Municipios ZMG	**%**
Guadalajara	80%
Zapopan	14%
Tonalá	2%
San Pedro Tlaquepaque	2%
Tlajomulco de Zuñiga	2%
TOTAL	**100%**

Fuente: Calderón García, R y Jiménez Torres, J. (2022). Encuesta La inteligencia emocional de los alumnos del Pregrado del CUCSH de la Universidad de Guadalajara en tiempos del COVID 19

Con relación a los criterios éticos del estudio, se añadió en la encuesta el aviso de privacidad y confidencialidad de los datos, siendo una encuesta de tipo anónima así mismo los datos fueron procesados solo con fines estadísticos y académicos.

Se establecieron como criterios de inclusión que fueran estudiantes activos de pregrado del Centro Universitario de Ciencias Sociales y Humanidades y que decidieran participar de forma voluntaria en el estudio.

Teniendo como criterios de exclusión estudiantes no activos, que no pertenecieran al Centro Universitario de Ciencias Sociales y Humanidades, que no se encontrarán cursando una licenciatura en el momento de realizar el levantamiento del trabajo de campo.

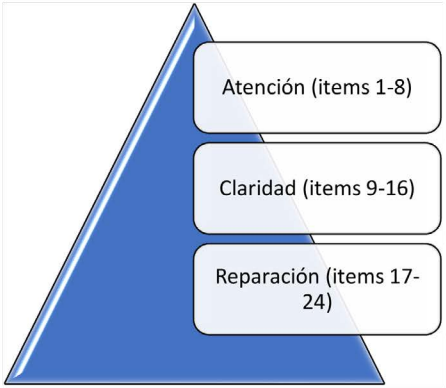
Así mismo se estableció como criterios de eliminación las encuestas que no fueran contestadas al 100 %, de las 700 encuestas aplicadas fueron desechadas 66 por encontrarse incompletas en el momento que fueron procesados los datos.

Para la recolección de los datos se utilizó la encuesta validada internacional para medir la inteligencia emocional: Trait Meta-Mood Sca-

le (TMMS-24) compuesta por 24 ítems agrupados en 3 dimensiones: atención, claridad y reparación emocional, ver. Figura No. 1, utilizando una escala tipo *links* basada en cinco puntos que van desde 1 totalmente en desacuerdo hasta 05 totalmente de acuerdo (Castillo Castañeda et al., 2023).

Figura No. 1

Dimensiones de la Inteligencia Emocional



Fuente: Elaboración propia (2023). Tomando en cuenta el estudio de Dimensiones de la Inteligencia Emocional (Grueso Sanchez, 2020)

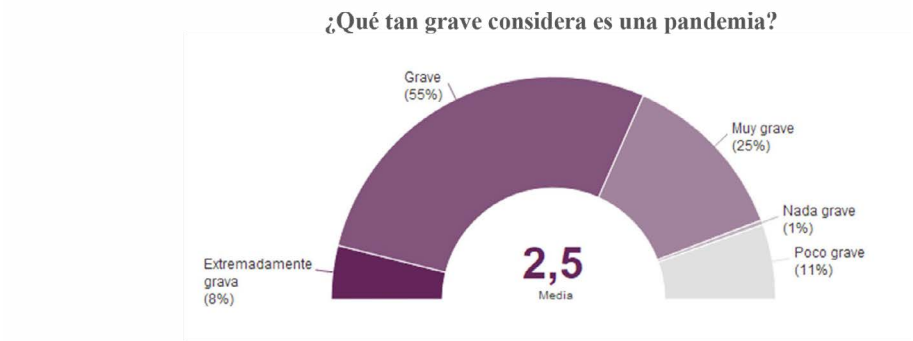
Así mismo diversos estudios han señalado una consistencia interna aceptable (α = 0.90 para atención emocional; α = 0.90 para claridad emocional y α = 0.86 para reparación emocional) y la fiabilidad test-retest es adecuada (atención emocional = 0.60; claridad emocional = 0 .70 y reparación emocional = 0.83) (Custodio et al., 2021, p. 68).

Resultados

Desataca de las respuestas, lo considerado como grave 55 % y muy grave el 25 %, debido al desconocimiento de estrategias o acciones que se puedan tomar ante emergencias sanitarias como el COVID-19, cuestión que pone de manifiesto la relevancia de concientizar a la sociedad respecto de la fragilidad de la salud, en un contexto social global, en donde la vulnerabilidad ante la aparición de virus y bacterias

es real. Por ello, la capacidad de reacción que se pueda tener es la que, en un futuro, puede definir estrategias preventivas y de atención, para no comprometer el bienestar de las personas.

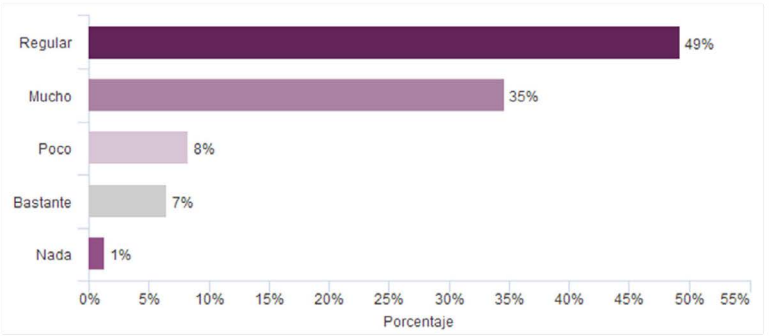
Gráfica No. 3



Fuente: Elaboración propia (2023).

Gráfica No. 4

¿Qué tanto considera le ha afectado la pandemia?



Valor de P = < 0,01; Chi2 = 534,9; Grados de libertad = 4. Muy significativo.

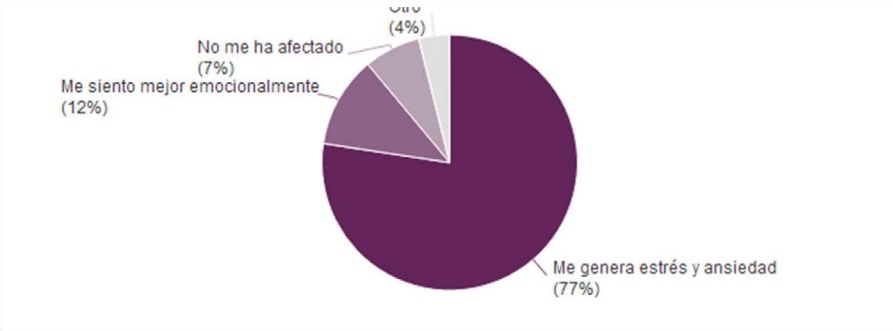
Fuente: Elaboración propia (2023).

A la pregunta respecto de la afectación de la pandemia el 49 % de los encuestados expresó que le ha afectado de modo regular y el 35 %

considera que la afectación ha sido mucha. Las condiciones en las que se ha contenido la propagación del virus y las medidas adoptadas por las autoridades sanitarias reflejan la consecuencia ya expresada por el nivel de vulnerabilidad en la que las personas se encuentran. Hay que recordar que la afectación no solo puede ser en la salud, sino en lo emocional y, por ende, en la cuestión económica, por eso la multifactoriedad de este tipo de fenómenos sanitarios en el entorno de las personas, y eso, naturalmente impacta en las capacidades de las personas para tomar decisiones sobre su estado emocional.

Gráfica No. 5

Grado de afectación de la pandemia



Valor de P = < 0,01; Chi2 = 907,8; Grados de libertad = 3. Muy significativo.

Fuente: Elaboración propia (2023).

Como ya se ha dicho, en los encuestados quedo de manifiesto el efecto más visible en la salud emocional de las personas, como el 77 % lo expresó el estrés y ansiedad lo reconocen como la afectación de esta pandemia. Ambas situaciones comprometen el bienestar de las personas porque pueden ser detonantes de otros padecimientos y eso, impacta de manera negativa en su calidad de vida y compromete su desarrollo, porque las implicaciones de atención a estos trastornos emocionales requieren de atención médica y psicológica.

Gráfica No. 6

Plan de acción

Fuente: Elaboración propia (2023).

Ante la falta de estrategias en política pública de salud, para el 57 % no existe un plan de acción a seguir para mitigar de manera clara y estratégica, las consecuencias en la salud emocional de las personas, una emergencia sanitaria como la del COVID-19. Esta situación representa un reto por atender en la instrumentación de políticas sanitarias y de salud ante el eventual escenario de emergencias sanitarias.

En la dimensión de atención emocional que agrupa 08 ítems refleja la capacidad para expresar nuestras emociones el coeficiente de fiabilidad, alfa de Cronbach es 0,7, mostrando una adecuada fiabilidad, destacando los ítems de prestar mucha atención a lo que sienten.

Tabla No. 3
Dimensión atención emocional

ATENCIÓN EMOCIONAL	ALGO DE ACUERDO		BASTANTE DE ACUERDO		MUY DE ACUERDO		NADA DE ACUERDO		TOTALMENTE DE ACUERDO		MEDIA	DESVIACIÓN TÍPICA	CURTOSIS
	%	IC	%	IC	%	IC	%	IC	%	IC			
A menudo pienso en mis sentimientos	15 %	12,36% < f < 18,01%	29 %	25,50% < f < 32,66%	32 %	28,47% < f < 35,83%	5%	3,43% < f < 6,91%	18 %	15,36% < f < 21,47%	2,8	1,3	-0,8
Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos	16 %	13,08% < f < 18,85%	27 %	23,91% < f < 30,93%	29 %	25,61% < f < 32,77%	6%	3,83% < f < 7,46%	22 %	18,53% < f < 25,02%	2,9	1,4	-1,0
Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones	13 %	10,51% < f < 15,82%	19 %	15,56% < f < 21,68%	20 %	17,07% < f < 23,38%	8%	5,75% < f < 9,98%	40 %	36,28% < f < 43,98%	3,4	1,5	-1,4
Normalmente me preocupo mucho por lo que siento	17 %	14,24% < f < 20,17%	13 %	10,08% < f < 15,32%	51 %	46,71% < f < 54,57%	2%	1,09% < f < 3,42%	17 %	14,24% < f < 20,17%	2,9	1,2	-0,5
Pienso en mi estado de ánimo constantemente	16 %	12,66% < f < 18,36%	29 %	25,19% < f < 32,32%	31 %	27,53% < f < 34,83%	5%	3,02% < f < 6,35%	20 %	16,73% < f < 23,01%	2,8	1,3	-0,9
Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo	11 %	8,90% < f < 13,89%	22 %	19,19% < f < 25,75%	41 %	37,07% < f < 44,79%	1%	0,51% < f < 2,38%	24 %	20,41% < f < 27,10%	3,0	1,3	-0,9
Presto mucha atención a como me siento	17 %	14,24% < f < 20,17%	30 %	26,31% < f < 33,50%	31 %	27,70% < f < 35,00%	3%	1,45% < f < 4,01%	19 %	15,74% < f < 21,88%	2,8	1,3	-0,8
Presto mucha atención a los sentimientos	5%	3,54% < f < 7,06%	7%	4,91% < f < 8,89%	10 %	7,31% < f < 11,95%	15 %	12,57% < f < 18,24%	63 %	58,96% < f < 66,56%	4,2	1,2	0,9
TOTAL	**14 %**		**22 %**		**31 %**		**6%**		**28 %**		**3,1**	**1,4**	**-1,2**

Fuente (Elaboración propia).

Para el 51 % de los participantes en la encuesta, en el 51 % de los casos expresaron que normalmente se preocupan mucho por lo que sienten y piensan que merecen la pena prestar atención a sus emociones y estado de ánimo, en un 41 % de las respuestas. Lo que refleja el interés por no descuidar este apartado de su bienestar personal.

Con relación a la dimensión claridad emocional la cual evalúa la percepción de la comprensión emocional y se integra de 08 ítems, teniendo como la dimensión anterior un coeficiente de fiabilidad, alfa de Cronbach es 0,7, así como Valor de P = < 0,01; Chi2 = 52,1; Grados de libertad = 28. Presentando una relación es muy significativa. Estableciendo de forma importante que pueden comprender sus sentimientos.

Tabla No. 4

Análisis de la dimensión claridad emocional

	ALGO DE ACUERDO			BASTANTE DE ACUERDO			MUY DE ACUERDO			NADA DE ACUERDO			TOTALMENTE DE ACUERDO		
CLARIDAD EMOCIONAL	%	IC	N TH	%	IC	N TH	%	IC	N TH	%	IC	N TH	%	IC	N TH
A veces puedo decir cuáles son mis emociones	18%	14,69% < f < 20,68%	113,0	31 %	27,08 % < f < 34,33 %	173,5	27 %	23,52 % < f < 30,50 %	176,9	6%	3,82% < f < 7,44%	44,9	19 %	15,89 % < f < 22,05 %	113,8
Puedo llegar a comprender mis sentimientos	19%	15,86% < f < 22,02%	113,2	28 %	24,10 % < f < 31,12 %	173,8	26 %	22,87 % < f < 29,78 %	177,2	7%	4,77% < f < 8,71%	44,9	20 %	17,22 % < f < 23,55 %	113,9
Aunque me sienta triste tengo visión optimista	16%	13,51% < f < 19,34%	112,8	25 %	21,71 % < f < 28,53 %	173,2	32 %	28,06 % < f < 35,38 %	176,6	9%	6,91% < f < 11,45 %	44,8	18 %	14,56 % < f < 20,54 %	113,6
Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables	19%	15,74% < f < 21,88%	113,0	27 %	23,98 % < f < 31,00 %	173,5	27 %	23,52 % < f < 30,50 %	176,9	7%	5,20% < f < 9,27%	44,9	19 %	16,34 % < f < 22,56 %	113,8
Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida	18%	15,44% < f < 21,54%	113,0	24 %	20,75 % < f < 27,48 %	173,5	30 %	26,62 % < f < 33,83 %	176,9	10 %	7,90% < f < 12,68 %	44,9	17 %	13,94 % < f < 19,82 %	113,8
Intento tener pensamientos positivos, aunque me sienta mal	23%	19,35% < f < 25,92%	113,2	28 %	24,87 % < f < 31,95 %	173,8	26 %	22,25 % < f < 29,11 %	177,2	6%	3,81% < f < 7,43%	44,9	18 %	14,66 % < f < 20,65 %	113,9
Si le doy muchas vueltas a las cosas trato de calmarme	17%	14,09% < f < 20,00%	113,0	29 %	25,07 % < f < 32,17 %	173,5	29 %	25,07 % < f < 32,17 %	176,9	8%	5,76% < f < 9,99%	44,9	18 %	14,84 % < f < 20,85 %	113,8
Me preocupo por tener un buen estado de ánimo	15%	12,47% < f < 18,13%	112,8	31 %	27,44 % < f < 34,72 %	173,2	31 %	27,28 % < f < 34,55 %	176,6	5%	3,41% < f < 6,89%	44,8	18 %	14,56 % < f < 20,54 %	113,6
TOTAL	**18%**			**28 %**			**28 %**			**7%**			**18 %**		

Fuente Elaboración propia (2023)

Destaca de estas respuestas, que los participantes reconocen en el 31 % de los casos, tener claridad en sus emociones y la preocupación por tener un buen estado de ánimo, lo que refleja la importancia de contar con referentes al respecto para que esa claridad se mantenga y puedan identificarse formas de manejarlas.

En cuanto a la dimensión, reparación emocional se destaca un valor de P = < 0,01; Chi2 = 88,3; Grados de libertad = 28, presentando una relación es muy significativa, donde los informantes señalaron en el 32 % de los casos el saber cómo se sienten y el 30 % tener conocimiento

de sus sentimientos sobre las personas, lo cual permite establecer una capacidad de reparación emocional significativa en los encuestados.

Tabla No. 5

Análisis reparación emocional

ANÁLISIS REPARACIÓN EMOCIONAL	ALGO DE ACUERDO			BASTANTE DE ACUERDO			MUY DE ACUERDO			NADA DE ACUERDO			TOTALMENTE DE ACUERDO		
	%	IC	N TH	%	IC	N TH	%	IC	N TH	%	IC	N TH	%	IC	N TH
Tengo mucha energía cuando me siento feliz	12%	9,19% < f < 14,24%	103,5	24%	21,03% < f < 27,77%	177,2	35%	30,78% < f < 38,24%	184,0	4%	2,34% < f < 5,36%	36,7	26%	22,10% < f < 28,95%	121,6
Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo	14%	10,82% < f < 16,19%	103,3	28%	24,76% < f < 31,84%	176,9	31%	27,39% < f < 34,66%	183,7	4%	2,48% < f < 5,56%	36,6	23%	19,84% < f < 26,47%	121,4
Tengo claro mis sentimientos	19%	16,32% < f < 22,53%	103,5	28%	24,87% < f < 31,95%	177,2	27%	23,33% < f < 30,28%	184,0	7%	4,63% < f < 8,53%	36,7	19%	15,71% < f < 21,85%	121,6
Frecuentemente puedo definir mis sentimientos	20%	16,80% < f < 23,08%	103,3	28%	24,60% < f < 31,67%	176,9	27%	23,83% < f < 30,83%	183,7	7%	5,34% < f < 9,45%	36,6	17%	14,24% < f < 20,17%	121,4
Casi siempre se cómo me siento	18%	15,16% < f < 21,23%	103,1	32%	28,69% < f < 36,05%	176,7	27%	23,87% < f < 30,88%	183,4	5%	3,14% < f < 6,52%	36,6	17%	14,26% < f < 20,20%	121,2
Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas	14%	11,56% < f < 17,06%	103,3	29%	25,38% < f < 32,50%	176,9	33%	29,58% < f < 36,98%	183,7	5%	3,68% < f < 7,25%	36,6	18%	14,99% < f < 21,03%	121,4
Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas	16%	13,02% < f < 18,76%	103,5	30%	26,26% < f < 33,45%	177,2	29%	25,64% < f < 32,78%	184,0	7%	4,91% < f < 8,89%	36,7	18%	15,11% < f < 21,16%	121,6
Siempre puedo decir cómo me siento	20%	16,75% < f < 23,05%	102,6	27%	23,68% < f < 30,69%	175,8	27%	23,21% < f < 30,19%	182,5	8%	5,94% < f < 10,24%	36,4	18%	15,09% < f < 21,16%	120,6
TOTAL	**17%**			**28%**			**30%**			**6%**			**20%**		

Fuente Elaboración propia (2023)

Conclusiones

La salud emocional es uno de los aspectos más importantes en el ámbito del Bienestar y del desarrollo de las personas, lo cual repercute en su desarrollo humano. Por eso la relevancia que tiene una emergencia sanitaria debido al impacto en el aspecto emocional de las personas, esto quedó reflejado en las respuestas de la encuesta. Entonces, el concepto de inteligencia emocional es un constructo dinámico que nos permite entender la interpelación de nuestros estados emocionales, más allá de nuestra inteligencia cognitiva.

En particular, dentro del campo de la Inteligencia Emocional (IE) se han identificado varios modelos entre los que se destacan los que se encuentran centrados en las habilidades emocionales esenciales o básicas propuestos por Mayer y Salovey o los que retoman el tema de la personalidad como el presentado por Goleman y Bar-On. Estos conceptos más los planteados por Amartya Sen respecto del bienestar y desarrollo, centrado en las capacidades de las personas, son elementos que orientaron la comprensión del estudio y la valoración de los posibles escenarios que se pueden plantear para atender las consecuencias de la parte emocional en el desarrollo y bienestar de los estudiantes de licenciatura participantes en este estudio.

De los estudiantes encuestados, destaca su preocupación por la inteligencia emocional, se considera como algo grave el efecto de la pandemia por COVID-19 en su salud emocional, con repercusiones en su calidad de vida y en la manifestación de esta con estrés y ansiedad. Situaciones que repercuten en su desarrollo y que influye de manera negativa en su capacidad para tomar decisiones respecto de su bienestar y calidad de vida. Por eso las emociones son factor determinante para la interacción social.

Esta cuestión es de suma valía, porque en al ámbito universitario las instituciones de educación superior toman en consideración la satisfacción de los estudiantes no solo respecto del programa de estudio, sino en las condiciones que este fue cursado y en las directrices institucionales como fue operado.

La reparación emocional, la claridad y atención emocional, fueron tres variables de relevancia para comprender la importancia e interés de estas cuestiones para los encuestados, porque a partir de ello, pueden poner más atención al cómo identificar sus emociones y estado de ánimo para mantener un estado emocional equilibrado y les permita su bienestar.

Los trastornos emocionales pueden derivar en situaciones de riesgo para las personas, porque ante la falta de claridad en las emociones y sentimientos, la manera de enfrentar los problemas cotidianos derivados de la convivencia social, pueden derivar en estados de ansiedad o depresión.

En el caso de la depresión, según la Organización Mundial de la Salud esta "afecta a un 3,8 % de la población, incluidos un 5 % de los adultos y un 5,7 % de los adultos de más de 60 años" y repercute en su vida social, laboral, escolar y familiar, por eso lo relevante de las respuestas de los encuestados, respecto al identificar sus emociones y estados de ánimo, porque a nivel mundial esta organización estima que padecen esta enfermedad 280 millones de personas.

Recomendaciones

Derivado de la participación de los estudiantes universitarios en este estudio, se puede proponer como cuestión prioritaria, el contar con un plan de acción ante escenarios de crisis sanitarias emergentes y no emergentes, debido al efecto que esta puede tener en la inteligencia emocional de la comunidad universitaria.

Otra cuestión de importancia es tener definidas las instancias que pueden intervenir para que los estudiantes reciban la asesoría y el acompañamiento adecuados, para superar el estrés y la ansiedad que una crisis sanitaria tiene en la salud, en el bienestar y calidad de vida de los estudiantes, por la gravedad de sus efectos.

Así también la pertinencia de estructurar programas de orientación e intervención psicológicas para apoyo de los estudiantes, en el tema de las emociones y estados de ánimo, sensibilizar con campañas respecto de este tema y las formas de prevenir la depresión y el manejo de estados de alteración como la ansiedad.

Lo anterior no tiene sentido si a nivel público, las instancias de salud no cuentan con políticas públicas de atención a problemas derivados de la salud emocional de las personas, para la atención y seguimiento de estos padecimientos, con personal capacitado y medicamente suficientes para quienes están en esa crisis. Esto aunado a una política de prevención a posibles emergencias sanitarias por el riesgo y fragilidad de la sociedad mundial ante situaciones sanitarias derivadas de bacterias y virus, lo cual repercute en la calidad de vida y bienestar de las personas.

Quedo patente la falta de un plan de operación para atender situaciones que una pandemia como la de COVID-19 en las instituciones

educativas, porque eso puede no solo contener su propagación, sino dar certidumbre a los estudiantes respecto al desarrollo de su etapa universitaria y en consecuencia como atender los efectos en su inteligencia emocional, de fenómenos sanitarios emergentes como este.

Referencias bibliográficas

Alvarez A, O. (2022). La inteligencia emocional y COVID 19. *Aula Virtual*, *3*(*7*), Artículo 297-306. http://www.aulavirtual.web.ve

Angulo Rincón, R., Benítez Molina, A. y Rojas Beltrán, J. J. (2023). Inteligencia emocional y rendimiento académico en función del sexo y tipología familiar. *Revista Calarma*, *2*(*2*), 145–165. https://revistas.ut.edu.co/index.php/calarma/article/view/2910

Barraza Macías, A. (Ed.). (2022). E*studios sobre el bienestar*. Benessere. Centro de Intervención para el Bienestar Físico y Mental A. C.

Cáceres Angulo, R. E. (2023). Estrategias de aprendizaje y pensamiento creativo en estudiantes universitarios durante el confinamiento por la pandemia COVID-19. *Revista Peruana De Investigación E Innovación Educativa*, *3*(*1*), 1–10. https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/repiie/article/download/23644/19415/91376

Castillo Castañeda, G., Pérez Sánchez, L., Reynoso González, O. U. y Portillo Peñuelas, S. A. (2023). Aspectos socioemocionales del profesor ante el Covid-19. *Universidad y Sociedad*, *15*(*2*), 102–109. https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/3610

Colan Morales, C. E. y Maratuech Sanchez, D. C. (2023). *Inteligencia emocional y calidad de servicios en los trabajadores del Hospital de Huaral y SBS, 2022* [Tesis, Universidad César Vallejo; PE, Facultad de Ciencias Empresariales]. repositorio.ucv.edu.pe. https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/110229

Contreras Vasquez, D. A. (2023). *Relación entre el nivel de inteligencia emocional y el grado de depresión en estudiantes de enfermería de una universidad pública 2022* [Tesis, Universidad Nacional Mayor de San Marcos; PE, Facultad de Medicina]. cybertesis.unmsm.edu.pe. https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/19370

Custodio, J., Zalazar Jaime, M. F., Medrano, L. A. y González, R. (2021). Trait Meta-Mood Scale-24: estructura factorial, validez y confiabilidad en estudiantes universitarios argentinos. Bordón: *Revista de pedagogía*, *73*(*3*), 63–80. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8105132

Galasso, V. y Foucault, M. (2020). *OECD Social, Employment and Migration Working Papers. Italy*. OECD. https://doi.org/10.1787/34a2c306-en

Gavín-Chocano, Ó. y García Martínez, I. (2023). Examinando el impacto del COVID sobre el perfil psicosocial y rendimiento académico de los universitarios. Un estudio pre-post. TECHNO REVIEW. International Technology, *Science and Society Review /Revista Internacional de Tecnología, Ciencia y Sociedad*, *13*(*3*), 1–13. https://doi.org/10.37467/revtechno.v13.4962

Grueso Sanchez, W. (2020). *Evaluación de la Inteligencia Emocional durante la pandemia del covid-19 en un Grupo de Adolescentes del Grado Noveno de una Institución Educativa del Distrito de Buenaventura 2020* [Tesis]. Universidad Antonio Nariño, Escuela de Psicología.

Huamanttupa Mamani, K. (2023). La inteligencia emocional y el aprendizaje significativo. Horizontes. *Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, *7*(*27*), 454–467. https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v7i27.529

Jaqueline García Rodríguez, Mirulaides Lahera Basulto, Olimpia de la Caridad Ramos Pestano y Oxalys Roxana Aller Lahera (2023). Perspectiva social del envejecimiento poblacional y Covid-19 como retos de las sociedades actuales. Panorama. *Cuba y Salud*, *17*(*1*). https://revpanorama.sld.cu/index.php/panorama/article/view/1467

Moreno, J. J., Camarena, P. y Cestona, I. (2020). *El impacto emocional de la pandia por COVID-19: Una guía de consejo psicológico*. Madrid Salud.