

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Ciencias Sociales y Humanidades

**Diseño y elaboración de material interactivo con pautas para
apoyar a padres de familia, en su nuevo rol durante la pandemia
del COVID-19**

Manuela Alejandra Dávila Navarrete

Psicología

Trabajo de fin de carrera presentado como requisito
para la obtención del título de
Licenciatura en Psicología

Quito, 22 de diciembre de 2020

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Ciencias Sociales y Humanidades

**HOJA DE CALIFICACIÓN
DE TRABAJO DE FIN DE CARRERA**

Diseño y elaboración de material interactivo para apoyar a padres de familia, en su nuevo rol durante la pandemia del COVID-19

Manuela Alejandra Dávila Navarrete

Nombre del profesor, Título académico

Cristina Crespo, Doctora

Quito, 22 de diciembre de 2020

© DERECHOS DE AUTOR

Por medio del presente documento certifico que he leído todas las Políticas y Manuales de la Universidad San Francisco de Quito USFQ, incluyendo la Política de Propiedad Intelectual USFQ, y estoy de acuerdo con su contenido, por lo que los derechos de propiedad intelectual del presente trabajo quedan sujetos a lo dispuesto en esas Políticas.

Asimismo, autorizo a la USFQ para que realice la digitalización y publicación de este trabajo en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en la Ley Orgánica de Educación Superior del Ecuador.

Nombres y apellidos: Manuela Alejandra Dávila Navarrete

Código: 00127071

Cédula de identidad: 1720904554

Lugar y fecha: Quito, 22 de diciembre de 2020

ACLARACIÓN PARA PUBLICACIÓN

Nota: El presente trabajo, en su totalidad o cualquiera de sus partes, no debe ser considerado como una publicación, incluso a pesar de estar disponible sin restricciones a través de un repositorio institucional. Esta declaración se alinea con las prácticas y recomendaciones presentadas por el Committee on Publication Ethics COPE descritas por Barbour et al. (2017) Discussion document on best practice for issues around theses publishing, disponible en <http://bit.ly/COPETHeses>.

UNPUBLISHED DOCUMENT

Note: The following capstone project is available through Universidad San Francisco de Quito USFQ institutional repository. Nonetheless, this project – in whole or in part – should not be considered a publication. This statement follows the recommendations presented by the Committee on Publication Ethics COPE described by Barbour et al. (2017) Discussion document on best practice for issues around theses publishing available on <http://bit.ly/COPETHeses>.

RESUMEN

A raíz de la pandemia por el COVID-19, padres, profesores y estudiantes han tenido que enfrentarse a nuevos desafíos en torno al manejo de la educación en modalidad remota. La nueva modalidad trajo consigo la necesidad de replantearse los modelos de enseñanza y el nivel de involucramiento de los padres en los procesos de aprendizaje de sus hijos. Esta situación tomó a muchos por sorpresa y sin las herramientas suficientes para afrontarlo. Por esta razón, este trabajo presenta una revisión teórica de los retos derivados de la nueva modalidad en la educación y además incluye la creación de material interactivo para los padres con el objetivo de brindar recursos que faciliten este nuevo proceso de aprendizaje. Los temas sobre los cuales se creó el contenido son: hábitos de estudio, motivación de padres y estudiantes, adecuación de espacios, aspectos socioemocionales y niños con necesidades educativas especiales. Este reto fue realizado gracias a la apertura del Instituto de Enseñanza y Aprendizaje de la USFQ.

Palabras clave: educación, pandemia, socioemocional, hábitos de estudio, motivación

ABSTRACT

As a result of the COVID-19 pandemic, parents, teachers and students have had to face new challenges around the management of virtual education. This new modality brought with it the need to rethink the teaching models and the parents' levels of involvement in the learning process of their children. This situation took many by surprise and without enough tools to deal with it. For this reason, this work presents a theoretical review of the challenges derived from this new modality in education. It also includes the creation of interactive material for parents, in order to provide resources to facilitate them through this new learning process. The topics on which the content was created are: study habits, parents and students motivation, adaptation of spaces, socio-emotional aspects and children with special educational needs. This challenge was done thanks to the opening of the USFQ Institute of Teaching and Learning.

Key words: education, pandemic, emotional, study habits, motivation

TABLA DE CONTENIDO

| | |
|-------------------------------------------------------------|----|
| Contexto de la pandemia y educación en línea..... | 9 |
| Retos que surgieron a raíz de la pandemia | 10 |
| Retos socioemocionales..... | 13 |
| Rol de padres..... | 15 |
| Padres como educadores..... | 16 |
| Motivación de los hijos | 17 |
| Hábitos de estudio | 20 |
| Comunicación y socialización | 21 |
| Niños con necesidades educativas especiales..... | 22 |
| Regulación emocional para los padres..... | 22 |
| Nuevas alternativas: educación blended y homeschooling..... | 25 |
| Principio de diseño..... | 30 |
| Dinámica de la organización..... | 31 |
| Descripción del desafío..... | 32 |
| Descripción de la propuesta..... | 35 |
| Conclusiones | 42 |
| Referencias | 45 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|-----------------------------------------------------------------|----|
| Tabla # 1. Recursos en línea para padres..... | 27 |
| Tabla # 2. Principios del diseño..... | 30 |
| Tabla # 3. Estructura de la propuesta..... | 36 |
| Tabla # 4. Portafolio de material interactivo por temática..... | 37 |

Contexto de la pandemia y la educación en línea

El pasado 31 de diciembre el gobierno chino informó a la organización mundial de la salud (OMS) la detección de un nuevo tipo de coronavirus denominado SARS–COV–2. Este virus afecta al sistema respiratorio provocando síntomas como tos y en casos de mayor complicación, síndrome respiratorio grave (OMS, 2020). Según el CEPI (la coalición para la innovación en preparación ante pandemias) el COVID- 19 es sumamente contagioso, ha sido capaz de contagiar a 33 millones de personas en un periodo de 6 meses, similar a la gripe española (Sunderland, 2020). Debido a su alto nivel de contagio y rápida propagación a nivel mundial, el 11 de marzo la OMS determina que el COVID- 19 entra en la categoría de pandemia, alertando a todos los países a establecer un plan de seguridad para precautelar el bienestar de sus ciudadanos (OMS, 2020).

Una de las medidas sugeridas por especialistas en la salud con respecto a la prevención del COVID-19 es el distanciamiento social, lo que paralizó de manera repentina las actividades cotidianas de varios sectores, incluidas las instituciones educativas (EL COMERCIO, 2020). El 16 de marzo de 2020 el presidente del Ecuador Lenin Moreno firma un decreto para declarar el estado de excepción debido a la emergencia sanitaria registrada en el país (SECRETARÍA GENERAL DE COMUNICACIÓN DE LA PRESIDENCIA, 2020). El Ministerio de Educación mediante el acuerdo MINEDUC- 2020- 2014- A. suspende las clases en modalidad presencial en todo el país y pone a todo el personal ya sea administrativo y docente a trabajar en la modalidad en línea. Una de las estrategias propuestas por el Ministerio de Educación para continuar con el plan de estudios para el año 2020 son cursos de capacitación para docentes y padres, mediante el portal web www.recursos2.educacion.gob.ec. Esta capacitación consta con más de 840 recursos para la educación digital y la implementación de plataformas digitales como Microsoft Teams (Ministerio de Educación, 2020).

El Ministro de Telecomunicaciones Andrés Michelena dio a conocer en una rueda de prensa que alrededor de un millón de instituciones educativas fiscales no tienen acceso a internet. Esto representa un grave problema para la continuidad de la educación en la nueva modalidad en línea (EL UNIVERSO, 2020). Ante este problema la Ministra de Educación Monserrat Creamer puso en marcha un plan para la creación de impresiones físicas de guías educativas que serán repartidas en aquellos sectores que no dispongan de internet (Ministerio de Educación, 2020). Por otra parte, Michelena informó sobre la saturación de las plataformas digitales y el alto costo que tiene una buena conectividad; de acuerdo a estadísticas dadas en la rueda de prensa, solo el 37,2% de los hogares a escala nacional dispone de una conexión a internet fija, de este porcentaje, el 16% pertenece al área rural y el 46% corresponde al área urbana (EL UNIVERSO, 2020).

El Ecuador a nivel de educación remota no solo enfrenta un problema de conectividad, también existe un grave problema de alfabetización digital. Según el Ministro de Telecomunicaciones el “10% de las personas entre 15 y 49 años no cuenta con un celular inteligente y no ha utilizado una computadora con internet en los últimos 12 meses” (EL UNIVERSO, 2020). Esto representa un gran desafío ya que no existe solo preocupación por la metodología de las clases virtuales, sino que también supone una capacitación extra para que tanto docentes, alumnos y personal administrativo puedan familiarizarse con el lenguaje digital para usar de manera adecuada plataformas digitales como Microsoft Teams (Bonilla,2020).

Retos que surgieron a raíz de la pandemia.

Una de las áreas más afectadas es la educación de niños, niñas y adolescentes. Miles de establecimientos educativos, en todos los niveles, han sido cerrados e incluso clausurados alrededor del mundo, interrumpiendo el aprendizaje de 1370 millones de alumnos (UNESCO, 2020).

En el Ecuador existen 22.687 instituciones educativas, según el último Reporte bianual de indicadores educativos del Ministerio de Educación (2015), y todas tuvieron que migrar a una modalidad remota o en línea para mitigar los efectos de la pandemia. El resultado se traduce en que millones de niños, niñas y adolescentes tienen que recibir educación desde su hogar y con su ambiente familiar como escenario. De acuerdo a Claudia Tobar, la educación en modalidad presencial estaba orientada a un tipo de “intercambio bancario” en donde el estudiante era depositado en el mes de enero y entregado luego de 9 meses con la seguridad de que van a aprender todo lo correspondiente a su año. Debido a la pandemia por COVID-19 los padres han sido obligados a tomar un rol más activo y participativo en la educación (Tobar, 2020). Esta nueva situación ha generado que los sistemas educativos tengan que rediseñar y re imaginar el futuro. El aprendizaje de hoy tiene que utilizar la tecnología como una herramienta principal para conectar profesores, alumnos y crear el entorno de aprendizaje adecuado. Además, la educación tradicional en la cual el conocimiento se transfiere de la escuela al maestro y al alumno ya es obsoleta (Raffino, 2020).

En estos últimos meses, el tiempo que los estudiantes están expuestos a la pantalla recibiendo educación en línea representa un problema que se ve reflejado en la salud física y desarrollo cognitivo del niño o adolescente. Deslandes y Coutinho proponen mayor atención al número de horas frente a la pantalla (2020). Debido a la nueva modalidad los padres han tenido que flexibilizarse ante el tiempo que sus hijos pasan frente al computador: En una encuesta realizada por la Sociedad Argentina de Pediatría (2020), el 62% de los padres encuestados permitían que los niños utilicen sus dispositivos electrónicos por más tiempo de lo que solían utilizarlos antes de la pandemia.

Entre los retos que está enfrentando la educación actual, se encuentra la falta de consideración hacia las condiciones individuales de cada alumno. Emilia Granada afirma que los jóvenes del último año de la Unidad Educativa Particular Sagrados Corazones en Cuenca-Ecuador, se han visto afectados por la poca importancia que se ha dado al nuevo papel que tienen los padres en la nueva modalidad de educación en línea (Granada, 2020).

Un ejemplo de este reto está relacionado con las demandas de los niños con necesidades educativas especiales. Para los niños con necesidades especiales algunos de los obstáculos que se presentan son “dificultades de acceso, adaptación de materiales, barreras de comunicación, falta de apoyo personalizado, organización de tiempo, y desarrollo de tareas” (Pedro-Viejo, 2020, p.8). Por ejemplo, algunos estudiantes con necesidades especiales debían asistir a clases con teléfonos celulares en lugar de un computador, lo cual presentaba un mayor desafío para ellos (Pacheco y Mendoza, 2020).

Otro de los grandes retos ha sido la cantidad de distractores que se presentan durante la hora de clase. Por ejemplo, el cambio en la flexibilidad del uso de dispositivos electrónicos ha provocado un incremento del uso de videojuegos. Según el estudio publicado por la empresa Ericsson titulado “Mobility Report” se indica que las descargas y uso del internet a nivel global han incrementado entre 20% y 100%, con un total de 30% de incremento tan solo dirigido para el uso y descargas de videojuegos (2020). Lo preocupante de estas descargas es que en su mayoría quienes descargan estos videojuegos son estudiantes de entre 10 y 18 años. Esto representa un problema para el aprendizaje, alteración en patrones de sueño y activación del estado de alerta por estar expuestos a contenidos más violentos (Deslandes y Coutinho, 2020).

Pero al parecer, las distracciones tecnológicas no son las únicas. Según Pérez (2020) una de las principales causas de distracción se da por el mal uso del espacio en el que está aprendiendo el niño. Reimers y Schelicher recalcan que el espacio en el que el niño recibe

sus clases no debe tener distractores presentes en ese momento (2020). Por ejemplo, los juguetes deben estar en su cuarto, la comida en la cocina, y el espacio de estudio debe estar adecuado para su tamaño y edad (Reimers y Schleicher, 2020).

Retos socioemocionales y salud mental relacionados con la educación en tiempos de COVID-19.

En un inicio, para muchos estudiantes, el no asistir a clases podría parecer un alivio. No obstante, los impactos a largo plazo que esto genera a nivel socioemocional en los sujetos pueden llegar a ser graves (Cifuentes, 2020). A pesar de que las emociones y relacionamiento social siempre han tenido un papel importante sobre el aprendizaje de los niños, niñas y adolescentes, durante la pandemia los factores socioemocionales cobran mayor impacto y relevancia (Paricio y Pando, 2020). La suspensión de las actividades escolares diarias de los niños, niñas y adolescentes causa un conflicto a nivel emocional en todo el sistema familiar, los efectos de pasar mayor tiempo en casa disminuyen la satisfacción con el hogar e incrementan la ansiedad por salir (Moreno y Molins, 2020). La responsabilidad emocional que los padres requieren para atravesar y acompañar los retos socioemocionales que viven sus hijos e hijas durante la pandemia, se convierte en una clave para un desempeño positivo en el aprendizaje escolar (Cluver et al., 2020).

Es importante delimitar el concepto de emociones, se trata de un cúmulo de reacciones subjetivas que se tiene como seres humanos para enfrentar diversas experiencias y están asociadas a cambios fisiológicos y conductuales (Papalia, Feldman y Martorell, 2020). Por otro lado, surge el concepto de “habilidad socioemocional”, que se refiere a la capacidad del ser humano para entender las emociones del otro y las propias en función de un relacionamiento sano y próspero (Huarcaya-Victoria, 2020). Tanto las emociones como las habilidades socioemocionales son aspectos que se desarrollan, en gran medida, gracias al

contacto con los pares y en el caso de la educación desde casa, el ambiente familiar y sus miembros se tornaron en los principales responsables de este desarrollo (Cifuentes, 2020).

Incertidumbre, miedo, frustración, ansiedad y tristeza son solamente una pequeña parte de todo el espectro de emociones negativas que surgen a partir del confinamiento y la suspensión de clases presenciales. Aprender a lidiar con este tipo de emociones de una manera positiva, desde el ambiente familiar, representa una posibilidad de fortalecimiento social y comunitario (Moreno, 2020). El acompañamiento en el proceso de aprendizaje por parte de los padres de familia va más allá de lo académico y se instaura en las habilidades socioemocionales que existen en la dinámica familiar. Se conoce que generalmente los comportamientos y habilidades de afrontamiento de los padres impactan el desempeño y logro en niños, niñas y adolescentes (Linver et al., 2002; Suárez y Vélez, 2018). Paricio y Pando proponen medidas que mitiguen y prevengan situaciones que impidan un desarrollo óptimo como: la violencia intrafamiliar, la sobrecarga emocional, el aislamiento, y el abuso de la tecnología a través de la comunicación positiva y directa, hábitos saludables y estrategias de regulación emocional (Paricio y Pando, 2020).

Los cambios producidos en la pandemia sobre las dinámicas educativas, ha generado que desaparezcan las posibilidades de socialización, el mantenimiento de relaciones con los pares y las actividades de ocio o movimiento, especialmente en niños y niñas (Galoustian, 2020). Estos cambios a nivel social son considerados un factor principal para que psicológicamente los niños, niñas y adolescentes se sientan aislados y abandonados (Moreno, 2020). Resulta relevante proveer a las familias de herramientas que les permitan impulsar las deficiencias que se producen a nivel socioemocional en el contexto de la educación remota o en línea. Una de estas herramientas son las habilidades sociales que apoyarán el desarrollo de la regulación emocional y mejorarán el aprendizaje desde el hogar (Moreno y Molins, 2020).

El rol de los padres en la educación de sus hijos.

Existen estudios que han demostrado que los padres representan un papel importante en la educación de los niños y en qué medida su aporte genera impactos importantes sobre los logros y el desarrollo de los niños, niñas y adolescentes (Sammons, Hillman y Mortimore, 1995; Cifuentes, 2020).

A pesar de la importancia de las familias en la educación, estas reciben poca ayuda, lo que les obliga a llevar a cabo la labor educativa con estrategias de ensayo y error propiciando así situaciones de estrés y repitiendo conductas que no dan resultados positivos (Moreno et al., 2018). Es necesario que la familia reciba ayuda para hacer de la educación una herramienta eficaz, “utilizando estrategias que les permita afrontar los desafíos, la autoeficacia, así como el estrés que genera este nuevo proceso” (Piergiovanni y Depaula, 2018).

Las causas más comunes por lo que los padres no tienen una participación activa son las demandas en el entorno laboral, la comunicación a través de los dispositivos electrónicos, horarios de trabajo extensos y la sobrecarga de tareas diarias. Esto provoca que a largo plazo la atención en la educación se vuelve estresante y compleja (Álvarez et al, 2019).

Razeto (2016) sugiere diversas estrategias prácticas para un rol más activo y participativo de los padres y las instituciones educativas. Una de ellas es construir condiciones en el hogar que favorezcan a la educación como tareas enviadas por la escuela, capacitación para padres, entrega de información a las familias. También es necesario comunicar a los padres los avances que realiza el niño y a la vez motivarlos para que se conviertan en líderes de una educación de calidad. Otras formas que los padres pueden utilizar para alentar a sus hijos es realizar las tareas escolares juntos, hacer tareas domésticas entre toda la familia, actividades extracurriculares divertidas, y responsabilidad social sobre todo en temas de la pandemia (Moreno y Molins, 2020).

Los beneficios de un involucramiento constante de los padres en las escuelas no solo son positivos para los estudiantes sino también para la propia familia. Según Razeto (2016) el beneficio para los estudiantes es: incremento de la motivación, logros académicos, asistencia continua, adaptabilidad y conducta eficaz en el aula. Mientras que en el contexto parental los beneficios se encuentran en el conocimiento del desarrollo de los niños, aumento en las habilidades parentales y la calidad de interacciones. También estos beneficios se ven reflejados en las escuelas con: “creaciones de programas educativos más efectivos, estudiantes más exitosos, enseñanza de calidad y mejor clima de trabajo” (Guamán, 2020).

Los padres como co-educadores durante la pandemia.

Como ya se ha mencionado, debido a las circunstancias actuales en un mundo modificado profundamente por una pandemia global, el ambiente educativo se ha visto en la necesidad de fusionarse con el ambiente familiar, colocando a los padres en una posición de agentes educativos de primer orden (Moreno y Molins, 2020).

La cercanía que ahora tienen los padres en el proceso de aprendizaje de sus hijos ha hecho que se cuestione la efectividad de las dinámicas que se manejan. Es por esto que algunos padres de familia optan por modelos de enseñanza y aprendizaje distintos a lo que se conoce de manera tradicional (Lion, 2020). Estos modelos no buscan replicar el método empleado en las clases presenciales a una modalidad virtual, sino adaptarse de mejor manera a los retos que presenta la situación sanitaria global (Lion, 2020).

Esta nueva corresponsabilidad exhorta a los padres a cooperar con la educación y facilitar el aprendizaje de los alumnos, combatir el sentimiento de soledad que puedan estar experimentando los niños y adolescentes; además garantizar que este alumnado no abandone y permanezca en el sistema educativo (Moreno y Molins, 2020).

Este nuevo rol de los padres dentro de la educación actual ha generado tensión psicológica, retos frente a la capacidad de adaptación, incomodidad emocional, conflictos

interpersonales y sensación de incertidumbre (Parczewska, 2020). Asimismo, este nuevo rol del padre como docente, ha causado varios conflictos debido a que los padres no estaban preparados, segundo porque el niño no está en posibilidad de relacionarse con sus semejantes y tercero porque la escolaridad se descontextualiza (Moreno, 2020).

Es importante que los entes facilitadores de educación (padres y escuela) sean capaces de identificar las prioridades, como el aspecto de salud y bienestar emocional, antes de pretender replicar una antigua normalidad a la situación actual. La flexibilidad, comprensión y empatía dentro de la esfera estudiantil será un aspecto clave en los resultados de la realidad post pandemia y el reajuste al cual se verán expuestos los estudiantes nuevamente (Doucet et al., 2020).

“Los programas de entrenamiento para padres se han convertido en una guía fundamental para encaminar el proyecto educativo desde casa. Aquí, son los profesionales quienes tienen la responsabilidad de capacitar a estas familias y desarrollar competencias necesarias para la estimulación del niño” (Guajardo et al., 2020,p.2).

A continuación, se describirán algunos de los retos más importantes que están enfrentando los padres como educadores a raíz de la pandemia. Estos son: motivación de sus hijos, adecuados hábitos de estudio, comunicación y socialización, atención a niños con necesidades especiales y su propia regulación emocional.

Motivación de los hijos.

La motivación es un impulso que dirige nuestro comportamiento para alcanzar las metas y objetivos propuestos. En relación al aprendizaje la motivación es la clave principal para que los niños muestran curiosidad, ingenio e interés por conocer y hacer nuevas cosas (Pérez, 2020).

Lameda y Gómez (2019) mencionan dos tipos de estrategias. Estas son, por una parte, estrategias emotivas y de automanejo; y las estrategias de control de contexto. Estas estrategias emotivas y de automanejo se componen de procesos motivacionales, autoconcepto y autoestima, sentimiento de competencia, y reducción del estrés. Las estrategias de control del contexto se refieren a condiciones ambientales apropiadas, control en el espacio de aprendizaje, el tiempo y los materiales (2019).

De igual manera es importante que al momento de establecer las estrategias antes mencionadas, se tome en cuenta el contexto en el que estamos actualmente. Al momento de avanzar en las tareas escolares hay la posibilidad de que la experiencia de aprendizaje del niño se transforme en un momento de peleas o contradicciones, y esto ocasione la asociación del estudio o la tarea con algo negativo (Pérez, 2020).

Claudia Tobar también menciona que una manera de motivar a los padres es permitirse no ser perfectos (Tobar, comunicación personal, 2020). Esto es positivo porque al tener más flexibilidad con los hijos, los hijos no se sienten tan presionados y demuestran un mejor desarrollo (Tobar, comunicación personal, 2020).

Para la motivación con niños de primaria, el juego tiene un rol esencial para su desarrollo de aprendizaje en contextos virtuales. El vínculo de interacción durante el juego permite el desarrollo cognitivo, aumento de periodos de concentración y aumento de productividad en los niños (Oportus, 2020). Igualmente, permite crear conocimientos, mejora el compromiso y aumenta la motivación y fortalece el proceso de enseñanza (Oportus, 2020). Asimismo, para fomentar la atención y la motivación del estudiante, es recomendable tener material visual didáctico, ya sea físico o digital (Doucet, et al, 2020).

Para la motivación con jóvenes de secundaria, Claudia Tobar menciona que se debe dar independencia al estudiante y preguntarle qué es lo que más le ilusiona. De esta manera el estudiante desarrollará una mayor sensación de control (Tobar, comunicación personal,

2020). Asimismo, Pérez-Salas menciona que una de las maneras de mantener una buena relación con los hijos y a su vez ayudarlos con problemas de motivación es establecer entre ambos expectativas claras y realistas (2020). De esta manera el adolescente sabrá lo que espera de él y a su vez trabajará para cumplir esas expectativas.

Para aumentar la motivación del estudiante durante clases, es necesario que el modelo de aprendizaje sea lo más flexible y alejado de posibles modelos rígidos (Hurtado, 2020). Esto permite que el estudiante tenga más protagonismo en cuanto a sus clases y despierte un interés genuino por participar (Lion, 2020). Renault y Nuñez afirman que los espacios y el tiempo de conexión entre los estudiantes, son críticos para la motivación y la permanencia de los estudiantes (2020).

La participación activa y la autonomía del estudiante dentro del proceso de aprendizaje es clave para determinar la calidad del mismo (Lion, 2020). Por lo que se recomienda que se garantice la autonomía y privacidad del estudiante durante las sesiones de clases virtuales. Es decir, permitir que se cometan errores y evitar interrupciones por parte de los padres (Tobar, comunicación personal, 2020).

El confinamiento también es una oportunidad para establecer conexión y empatía entre los padres e hijos. Para Cifuentes (2020), es importante implicar a los niños en actividades familiares que desarrollen su independencia y autosuficiencia, por ello sugiere la elaboración de un plan estructurado o *planning* que sea flexible y se ajuste a las necesidades de teletrabajo de los adultos. Este plan puede ser modificable de acuerdo a la situación y debe comprender ayudar a los niños en las tareas del colegio al menos dos horas. Además, es importante que no solo implique tareas educativas sino englobar el crecimiento personal, emocional y habilidades sociales. De igual manera Álvarez (2020) menciona la importancia de añadir a la vida diaria la educación grupal emocional para la familia y los hijos, más aún en tiempos de confinamiento.

Hábitos de estudio.

Es conocido que el desarrollo de hábitos de estudio de calidad, es un predictor de éxito académico, pues estos definirán en qué medida un estudiante se acerca o se aleja de la experiencia de aprendizaje (Narváez et al., 2009). Para empezar, se sugiere aprovechar las horas productivas del día, que suelen ser durante la mañana, para realizar actividades que son demandantes desde el punto de vista cognitivo (Pope, 2016). Esto se puede hacer a través del uso de calendarios de actividades. ya que estos promueven un comportamiento independiente y permiten que se realice una actividad sin mucha distracción (Pérez, 2020). El uso de horarios establecidos es útil para la organización y realización de actividades tanto académicas como lúdicas (Pérez, 2020).

Durante la pandemia por COVID 19 se ha hecho énfasis en la necesidad de la separación de espacios de estudio, descanso y otras actividades. Con esto se evitan confusiones con los espacios y sus asociaciones naturales; como por ejemplo el dormitorio se asocia con dormir o jugar y la cocina con el apetito (Tobar, 2020). De manera más específica, se debe evitar que el estudiante asista a clases acostado en la cama o en la mesa durante la hora del almuerzo (Bjorklund-Young y Watson, 2020). Es importante organizar un espacio adecuado al tamaño o estatura del alumno, para aprender y participar en sesiones de estudio. Esto permitirá que el estudiante tome notas, revise el material de aprendizaje, lea y consulte a los profesores (Pérez, 2020). Para que este espacio se pueda aprovechar de mejor manera, se recomienda que en el sitio escogido para estudiar no exista contaminación auditiva o de ser posible facilitar audífonos a los estudiantes para evitar distracciones (Tobar, 2020).

Por otra parte, Pérez (2020) recomienda que los padres fijen reglas de uso, como el tiempo de conexión específico, momentos del día para conectarse, páginas permitidas, establecer controles parentales en los dispositivos y aclarar junto con los niños qué tipos de programas son adecuados para ellos.

Comunicación y socialización.

Otro factor fundamental en la experiencia escolar es el contacto con pares, aspecto sumamente limitado durante una educación remota. Claudia Tobar recalca que la socialización es muy importante para los niños. Es por eso que se deben crear situaciones virtuales donde los hijos puedan socializar. En el caso de los juegos de video, Claudia menciona que se debe ser flexible en los tiempos de conexión, ya que estos juegos sirven como herramienta de socialización. Sin embargo, se debe estar consciente que los juegos no son de contenido violento (Tobar, 2020). Asimismo, Claudia menciona que es importante tener tiempo en familia para poder compartir cualquier duda o inquietud. De esta manera, los niños y adolescentes tienen tiempo para compartir sus sentimientos (Tobar, 2020).

Por otra parte, los padres también necesitan el apoyo de sus pares para enfrentar esta situación sin precedentes. Pérez (2020) recomienda buscar el apoyo de otras personas o amigos que ayuden a afrontar las demandas de escolaridad actuales. Esto se considera una herramienta positiva y eficaz de afrontamiento que puede incluir: grupos de WhatsApp, compartir material o datos educativos con otros padres y enviar mensajes para resolver dudas en caso de materias o tareas muy compleja: de este modo creamos una red de ayuda que beneficia tanto a los niños como a los padres y maestros. Para garantizar la difusión de información se deben crear canales de comunicación efectivos y concisos, tales como correo, mensajes de texto o el medio que sea accesible para ambas partes, padres y profesores (Bjorklund-Young y Watson, 2020).

Radhika (2020) menciona que en países como India los miembros de algunas comunidades han creado sesiones virtuales de narración de historias, otros han dirigido sesiones de yoga en línea y otros han formado clubes ambientales en Zoom.

Niños con necesidades educativas especiales.

Como se dijo anteriormente, los niños con necesidades educativas especiales tienen retos importantes en esta nueva normalidad educativa. Pedro (2020) menciona algunos consejos que se pueden utilizar para un mejor desarrollo de los niños con necesidades especiales durante la pandemia. Primero, ofrecer seguridad y confianza al niño. Esto incluye fomentar su autodeterminación y brindar herramientas que le permitan crear rutinas. Segundo, no perder las conexiones; ya sea con amigos o con terapeutas. Tercero, valorar los procesos y darle al niño la oportunidad de demostrar sus conocimientos. Cuarto, mantener el apoyo social por parte de los profesores. Por último, tener todos los elementos necesarios para la educación del niño; esto incluye los libros de estudio y lugar adecuado para recibir clases (Daniel, 2020).

Para los niños con necesidades especiales se realizaron llamadas o videollamadas continuas entre el profesor, el estudiante y el tutor de apoyo. Esto ayudaba a que el estudiante se sintiera más a gusto y con más seguridad de sí mismo. Según Pacheco y Mendoza, esta metodología ha sido muy efectiva en torno al aprendizaje y la comunicación entre estudiante-profesor (2020).

Regulación emocional de los padres.

La regulación emocional en padres juega un rol muy importante en la crianza de sus hijos, varios autores en distintas investigaciones han demostrado el impacto que tiene la regulación emocional de los padres en el rendimiento académico de los niños (Coyne et al., 2020). Coyne expone que, el mal manejo de estrés y ansiedad por parte de los padres puede generar en los niños conductas desadaptativas, ya que gran parte del aprendizaje se da por imitación, es que los niños reflejan y adaptan en su vida el comportamiento que han observado en sus padres (2020).

Ante la crisis actual que vive el mundo a causa del COVID- 19, la salud mental de los padres se ha visto comprometida afectando de forma significativa la regulación emocional dentro de los hogares; una de las causas que más preocupa a los padres a nivel global es la crisis económica a la que el mundo se enfrenta (Fontanesi et al., 2020). Se ha visto que una gran parte de la población mundial de padres muestran altos niveles de estrés que pueden a futuro provocar desórdenes de ansiedad causando dificultades en la crianza de sus niños (Fontanesi et al., 2020).

Fontanesi et. al (2020) propone un plan de autocuidado para promover el bienestar de la salud mental de los padres y su regulación emocional. Se resalta la importancia de dar atención a ciertos detalles que muchas veces son desapercibidos por los adultos como la privación del sueño, según el National Institute of Health no tener las suficientes horas de sueño puede provocar irritabilidad e incapacidad de pensar con claridad y rapidez (2018). De este modo cumplir con las horas de sueño puede mejorar el desempeño y el estado de ánimo de los padres (Fontanesi et al., 2020).

La socialización como un proceso de poder entender y acoplarse a un grupo, obliga al ser humano a interactuar de forma continua con su ambiente de este modo la importancia de generar redes de apoyo ayuda a mejorar la adaptación de un individuo dentro de su contexto (Raffino, 2019). Dentro de este enunciado se resalta la importancia de poder agruparse entre padres con el fin de compartir inquietudes o ver posibles soluciones, esto puede traer calma a los padres ya que se les hace saber que no están solos y que sus casos no son diferentes de los demás (Fontanesi et al., 2020).

Por último, National Institute of Health describe pequeñas prácticas para respaldar patrones de flexibilidad y autocuidado en padres con el fin de promover su salud mental y regulación emocional, una de ellas es la autocompasión referida como una forma de poder estar presente con el dolor y la lucha ante circunstancias difíciles, de este modo es

significativo darle reconocimiento y poder tener un momento y espacio para reconocer ese dolor y esa lucha con el fin de seguir adelante (Fontanesi et al., 2020).

La gestión emocional de los padres viene influenciada en gran medida por sus experiencias pasadas y por la manera en la que se desarrolló su infancia. Los padres deben tener la capacidad de reconocer su estado emocional actual y los recursos que tienen para afrontar determinadas situaciones (Torrano, Fuentes y Soria, 2017). Es importante que los padres recuerden sus necesidades emocionales de la infancia y hagan un trabajo introspectivo sobre cómo esas necesidades se asocian a las necesidades que sus hijos demandan bajo situaciones de estrés (Torrano, Fuentes y Soria, 2017). A partir del contexto de la pandemia y el cambio súbito en la configuración familiar, las tareas como el monitoreo, la evaluación y la modificación de las emociones en los padres se han convertido en estrategias que les permiten a los niños, niñas y adolescentes alcanzar sus objetivos y finalidades (Aldao y Tull, 2015).

La importancia de las estrategias y habilidades de regulación emocional en padres radica en la necesidad de controlar aquellas emociones y reacciones disruptivas con el aprendizaje de los hijos e hijas (McRae y Gross, 2020). Muchas de las reacciones emocionales disruptivas surgen a partir de la evaluación cognitiva que los padres hacen sobre la experiencia que están atravesando, por esta razón una de las estrategias propuestas por (Moscoso, 2018) es la de la reevaluación cognitiva. Esta estrategia consiste en modificar la evaluación de la situación para alterar su impacto emocional (McRae y Gross, 2020). Existen diversas maneras para modificar esa evaluación y una de las más eficientes es el mindfulness, puesto que le permite al padre o a la madre desarrollar mayor tolerancia ante las situaciones de estrés (Moscoso, 2018).

Por otro lado, la evidencia experimental demuestra que existe una fuerte relación entre el autoconcepto y la capacidad de regularse emocionalmente (Moscoso, 2018). El

autoconcepto que poseen los padres va a ejercer influencia sobre qué tan capaces se perciben a sí mismos de gestionar las emociones bajo situaciones complejas y estresantes (Downey, 2010). Resulta relevante reconocer a través del autoconcepto si las estrategias de afrontamiento emocional son desadaptativas o adaptativas, ese reconocimiento se hace palpable a través de las conductas. Downey (2010) encontró que las habilidades de afrontamiento desadaptativas se asocian directamente con conductas agresivas, impacientes, ansiedad, depresión y baja capacidad de resolución de conflictos. Muchas de esas conductas tienen una relación con un autoconcepto distorsionado y rígido, es decir que los padres no logran reconocerse como agentes de cambio positivos (Downey, 2010). En función de lo antes mencionado se recomienda que los padres trabajen en su control conductual y el restablecimiento de su autoconcepto puesto que, si los padres presentan una expresión adecuada de emociones, los hijos aprenderán a regularse emocionalmente de manera adecuada (Downey, 2010).

Nuevas alternativas: educación blended y homeschooling.

La cercanía que ahora tienen los padres en el proceso de aprendizaje de sus hijos ha hecho que se cuestione la efectividad de las dinámicas que se manejan. Es por esto que algunos padres de familia optan por modelos de enseñanza y aprendizaje distintos a lo que se conoce de manera tradicional (Lion, 2020). Estos modelos no buscan replicar el método empleado en las clases presenciales a una modalidad virtual, sino adaptarse de mejor manera a los retos que presenta la situación sanitaria global (Lion, 2020).

Dentro de estas alternativas, se promueve la flexibilidad y la individualidad, pues se debe considerar que no todos los estudiantes tienen los mismos recursos para poder recibir la información a través de un único medio (Fernández et al, 2020). Estas alternativas se caracterizan por buscar un mejor equilibrio entre el tiempo en pantalla y las actividades lúdicas o recreativas. Es por esto por lo que se sugiere una aproximación de aprendizaje

combinado o blended learning, que utiliza material sincrónico y asincrónico. Siendo el sincrónico aquel que se da a todos los estudiantes al mismo tiempo como por ejemplo videoconferencias y el asincrónico aquel material que se puede revisar de manera individual (Douchet et al., 2020).

Otra opción de educación por la cual se está optando es el homeschooling o educación en casa. Esta dinámica recalca que el protagonista del proceso de aprendizaje es el estudiante y la familia provee un seguimiento mucho más cercano sobre los contenidos e incluso se tiene una participación activa (Sotomayor, 2019). El homeschooling nace de una idea principal, como la plantea Sotomayor (2019, p.8): “La enseñanza empieza en el hogar y evoluciona hacia espacios formales de socialización”. Es importante recalcar que, a pesar de que los estudiantes se encuentren aprendiendo en casa, no necesariamente se trata del modelo mencionado, pues este busca ser una alternativa que no siga los parámetros del estilo de enseñanza tradicional (Sotomayor, 2019).

El homeschooling trae consigo varios beneficios, como la aproximación al aprendizaje desde una perspectiva de resolución de problemas más que de memorización de contenidos teóricos (Douchet et al, 2020). Además de una red de apoyo entre padres, dado que se pueden realizar grupos pequeños de estudio o se puede tener acceso a instituciones que provean este servicio, con la flexibilidad de cada caso individual (Cahapay, 2020). La preferencia por este modelo ha hecho que algunos padres retiren a sus hijos de las instituciones educativas en las que se encontraban previo a la pandemia del COVID-19 y creen grupos entre estudiantes, miembros de familias allegadas que provean la confianza de bioseguridad necesaria.

En el caso de no contar con servicios de conexión a internet o dispositivos electrónicos, existen otras alternativas que se podrían aplicar. Por ejemplo, Radhika, (2020) menciona que la educación en India se trabaja con los jefes de aldeas y otros miembros de la

comunidad que crean centros de aprendizaje comunitarios donde la ayuda colectiva es lo principal a través de bibliotecas, tutorías y clases en las iglesias.

A nivel internacional, múltiples organizaciones han presentado diversas estrategias sobre cómo llevar a cabo las clases en línea durante la modalidad de COVID-19. En la siguiente tabla se pueden encontrar diversos recursos.

Tabla 1-

Recursos en línea para padres de familia

| Nombre de la organización | Características del recurso | Link |
|-------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| UNICEF | Página para padres y maestros con recomendaciones para llevar de una mejor manera el aprendizaje en tiempos de COVID-19 | https://www.unicef.org/coronavirus/5-tips-help-keep-children-learning-during-covid-19-pandemic |
| UNICEF | Podcast acerca de cómo llevar a cabo la educación en tiempos de COVID-19 | https://soundcloud.com/unicef/teaching-and-learning-transformed-on-the-front-lines-of-covid-19 |
| UNICEF | Tips para padres acerca de cómo manejar la situación del COVID-19 y el rol de padres en tiempos de pandemia | https://www.unicef.org/media/67211/file |
| Healthychildren.org | Tips para los padres acerca del manejo de los niños en casa durante tiempo de pandemia | https://www.healthychildren.org/English/health-issues/conditions/COVID-19/Pages/Parenting-in-a-Pandemic.aspx |
| Center for disease control and prevention | Lista de verificación acerca de lo que se debe hacer en caso de retorno a clases y durante las clases virtuales | https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/parent-checklist.html |
| APA | Tips para padres acerca de cómo manejar el estrés de los hijos en tiempos de COVID-19 | https://ptaourchildren.org/help-manage-covid-19-anxiety/ |
| Ministerio de Educación de Chile | Recomendaciones para padres para apoyar el proceso educativo desde casa | https://www.youtube.com/watch?v=dAVI01JRKik |

| | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Save the children | Consejos para padres sobre una crianza positiva bajo situaciones de estrés como la pandemia | https://resourcecentre.savethechildren.net/node/17281/pdf/ch1429578.pdf |
| Guía Infantil | Bases para padres sobre un buen plan de aprendizaje en casa para los niños | https://www.guiainfantil.com/educacion/aprendizaje/las-8-bases-de-un-buen-plan-de-aprendizaje-en-casa-para-los-ninos/ |
| PARENTING IN A TIME OF COVID-19 | Consejos para padres en tiempos de pandemia | http://scholar.sun.ac.za/handle/10019.1/108495 |
| Clases virtuales: Diez consejos a los padres para lograr un buen aprendizaje escolar | Tips para tener un buen rendimiento estudiantil ante esta nueva modalidad de estudio escolar. | http://perureporta.pe/index.php/15-servicios/339-clases-virtuales-diez-consejos-a-los-padres-para-lograr-un-buen-aprendizaje-escolar |
| Recomendaciones para apoyar el proceso educativo en casa | Apoyo y manejo para educación en línea | https://www.youtube.com/watch?v=dAVI01JRKik |
| Actividades significativas a distancia para favorecer el aprendizaje de los alumnos | Consejos sobre cómo diseñar actividades significativas y retadoras, que favorezcan el logro de los aprendizajes | https://docentesaldia.com/2020/09/20/actividades-significativas-a-distancia-para-favorecer-el-aprendizaje-de-los-alumnos/ |
| Homeschooling for dummies | Libro con bases para homeschooling para padres y estudiantes | https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=GEvzDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA3&dq=parenting+guide+homeschooling&ots=X6chWK5o5j&sig=nlybCDaiae5W1p01f3q6tzQX-v4&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false |
| Con tus guaguas (educación en familia) | Una página web interactiva con videos, podcasts y blogs sobre prácticas escolares en casa. | http://www.contusguaguas.com/homeschooling |

| | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Guía para escuelas y programas de cuidado infantil durante la pandemia por el COVID-19</p> | <p>Una página web con diferentes herramientas que funcionan de guía para una escolarización efectiva y libre de riesgos durante la emergencia sanitaria</p> | <p>https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/schools.html</p> |
| <p>Healthy children (desarrollado por pediatras y respaldado por padres)</p> | <p>Una página web dedicada al bienestar de los niños y brinda una serie de tips escritos sobre cómo manejar mejor la situación de la pandemia con los niños y niñas.</p> | <p>https://www.healthychildren.org/Spanish/health-issues/conditions/COVID-19/Paginas/Working-and-Learning-from-Home-COVID-19.aspx</p> |
| <p>Gestionando hijos, saber más para educar mejor</p> | <p>Una plataforma digital con contenidos como talleres, charlas, atención personalizada. Es un espacio que tiene un costo de acceso y contiene mucha información sobre el manejo de los niños y niñas en casa</p> | <p>https://gestionandohijos.com/</p> |
| <p>Mayo Clinic</p> | <p>Plataforma digital con contenido sobre cómo manejar la ansiedad en tiempos de pandemia.</p> | <p>https://www.mayoclinichealthsystem.org/hometown-health/speaking-of-health/9-ways-to-tame-anxiety-during-the-covid-19-pandemic</p> |
| <p>Mayo Clinic</p> | <p>Tips para el autocuidado durante la pandemia</p> | <p>https://www.mayoclinichealthsystem.org/hometown-health/speaking-of-health/self-care-tips-during-the-covid-19-pandemic</p> |
| <p>APA</p> | <p>Recursos interactivos e información sobre COVID-19.</p> | <p>https://www.apa.org/practice/programs/dmhi/research-information/pandemics</p> |

Principios del Diseño.

En este trabajo uno de los objetivos es la construcción de material interactivo que brinde estrategias de estudio en modalidad COVID-19 para padres y docentes. Para esto se analizaron los siguientes principios del diseño.

Tabla 2-

Principios del diseño

| Principios | Principales Características |
|---------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Principio del balance | El objetivo es presentar el material de tal manera que visualmente no se vea abrumador el uso de ciertos elementos. Tener un balance entre texto e imágenes (Reynolds, 2016). |
| Principio del espacio vacío | Este principio enfatiza que no siempre hay que usar todo el espacio vacío disponible. El espacio negativo también proyecta elegancia y claridad (Reynolds, 2016). |
| Principio de repetición | Este principio describe que es importante el repetir patrones de diseño o elementos a través de toda la presentación, para tener mayor uniformidad (Reynolds, 2016). Debe haber consistencia entre color, formas, brillo e incluso volumen si se trata de material audiovisual (Lidwell et al, 2010). |
| Principio de contraste | El uso del contraste se puede lograr mediante técnicas de diseño como: el uso del espacio negativo, la posición de los elementos, el uso de colores, tipos de letra. Esto ayuda a lograr que un elemento sea más dominante que otros (Reynolds, 2016). |
| Principio de alineamiento | Todos los elementos dentro de la presentación deben estar correctamente posicionados unos con los otros (Lidwell et al, 2010). Los elementos deben tener un propósito y nada debe estar al azar (Reynolds, 2016). |
| Principio de proximidad | Para tener mejor organización posicionar los elementos similares juntos. La audiencia no debería “pensar” en dónde están los elementos (Reynolds, 2016). Además de esta manera se pueden mostrar los elementos que están relacionados entre sí de manera conjunta (Lidwell et al, 2010). |
| Principio de superioridad de imagen y texto | El uso de imágenes es superior al uso de mucho texto. El uso de citas textuales es más poderoso que el uso de bullet points. Complementar texto siempre con imágenes poderosas. Utilizar imágenes de alta calidad (Reynolds, 2016). |

Dinámica de la organización.

IDEA, cuyas siglas significan “Instituto de Enseñanza y Aprendizaje”, es un Instituto que pertenece a la Universidad San Francisco de Quito que surgió con un principio fundamental en mente: la educación es el camino hacia el desarrollo (Universidad San Francisco de Quito, 2020). Tiene una trayectoria de 12 años y nació de una necesidad interna en la Universidad San Francisco de Quito, para capacitar a los profesores y brindarles mejores herramientas para reforzar sus habilidades de enseñanza. Actualmente, IDEA brinda capacitaciones externas a la USFQ, tanto de manera individual, para aquellos profesionales que deseen ampliar sus herramientas como para instituciones educativas que buscan capacitar a sus docentes. Han logrado dar capacitación a 2500 profesores en diferentes modalidades (Tobar, comunicación personal, 2020). Una de sus fortalezas es brindar información de calidad, de manera amigable y que se ajuste a las necesidades de los clientes (Universidad San Francisco de Quito, 2020).

Además, IDEA cuenta con diferentes proyectos como la revista “Para el Aula”, creada en 2012, que tiene publicaciones trimestrales tanto digitales como impresas con contenido sobre ciencias de la educación. También tiene el proyecto de la biblioteca comunitaria Lupini, fundada en 2016 y ubicada en el sector de la Bellavista en Quito. El objetivo de este espacio es fomentar el gusto por la lectura tanto en niños como en sus padres y comprender su importancia. Finalmente, cuentan con un proyecto de orientación vocacional llamado Catalyst. Este proyecto fue creado en el año 2009 y cuenta con un equipo de profesionales de psicología y coaching. Está orientado a estudiantes de bachillerato para que puedan reflexionar sobre la selección de su carrera profesional en base a valores, aptitudes e intereses (Universidad San Francisco de Quito, 2020). Frente a la pandemia, los miembros de IDEA comentan que han recibido mucha apertura por parte de los miembros de la comunidad

académica, tanto individual como institucional, ya que buscaban recibir capacitación remota y conocer qué estrategias pueden utilizar para mejorar las experiencias de aprendizaje de los estudiantes (Tobar, comunicación personal, 2020).

La misión y visión de IDEA nos permiten comprender mejor a este Instituto y dimensionar su rol durante la transformación educativa derivada de la pandemia.

Misión: Contribuir al mejoramiento de la calidad educativa apoyando activamente procesos de calidad en investigación basada en evidencia, formación continua de docentes, comunicación entre maestros, padres y estudiantes, autoconocimiento y oferta vocacional a jóvenes, así como difusión de recursos pedagógicos de alta calidad académica (Tobar, 2020).

Visión: Transformar la educación y ser un referente educativo que responda a las necesidades del siglo XXI. Vislumbrar una sociedad responsable de una educación para el cambio, y empoderar a los educadores para alcanzar esta meta (Tobar, 2020).

Descripción del desafío.

IDEA ha funcionado bien en su rol como capacitador de profesores para darles herramientas para alcanzar sus objetivos y alcanzar una enseñanza de calidad; sin embargo, a raíz de la pandemia, IDEA se presenta con un nuevo reto: dar estrategias a profesores sobre la educación en línea y capacitar a padres durante su nuevo rol como moduladores de esta nueva modalidad y presentarlos en formatos interactivos y dinámicos para estos dos públicos. Para conocer mejor los retos que enfrentan padres, niños y profesores en esta nueva normalidad se realizaron 12 entrevistas (tres a niños, tres padres, tres profesores (dos de escuela privada y uno de escuela pública, y tres expertos).

Los estudiantes entrevistados tenían 8, 12 y 17 años y coincidieron en presentar muchas inconformidades con respecto a la nueva modalidad de educación en línea. Quienes participaron en la entrevista concuerdan con que hay una falta de comunicación con las

autoridades escolares, los padres y profesores; también resaltaron el impacto que ha tenido la falta de socialización con sus compañeros de clase. Otro de los problemas mencionados ha sido el agotamiento cognitivo ante la pantalla que afecta tanto a padres que deben estar presentes en la clase como apoyo, y a hijos en edad escolar. El nivel de satisfacción varía según las edades de los entrevistados, sin embargo, la educación no llega a ser satisfactoria para los participantes; Cayetano quien era el mayor de los participantes de la entrevista mencionó que “la educación se ha vuelto más fácil pero menos útil sobre todo para los estudiantes de secundaria”. Eduardo (12 años) y Gabriel (8 años) concuerdan con que ha sido necesario el apoyo de los padres para que puedan aprender temas que no han quedado claros en clases poco personalizadas y en las que pueden tener más distracciones al no tener un espacio dedicado solo para el estudio.

En las entrevistas dirigidas hacia los padres se pudo encontrar que la mayoría tiene dificultad para adecuar correctamente un lugar en el hogar para que sus hijos puedan estudiar de manera adecuada. Otro desafío común que enfrentan los padres es sobre cómo se debe supervisar a los hijos y saber si están aprendiendo; en el caso de Lorena (mamá de dos niños, de 7 y 12 años) también se menciona que tiene dificultad para atender a sus 2 hijos de forma simultánea es por eso que ella plantea que sería de gran ayuda algunos consejos de cómo se puede distribuir el tiempo para atender a sus 2 hijos. Otra preocupación es la actividad física de los niños y jóvenes, ya que los padres están preocupados por la gran cantidad de horas frente a una pantalla.

Los profesores entrevistados fueron tres, de los cuales dos docentes pertenecen a escuelas particulares y un docente pertenece a una escuela rural pública en la Amazonía. Todos coincidieron en que la misión más importante es apoyar y acompañar a los niños con herramientas tecnológicas para la educación y empatizar con cada uno de ellos para conocer sus necesidades desde una perspectiva educativa y psicológica. Además, sienten que deben

capacitarse en áreas tecnológicas o en plataformas online para brindar una educación de calidad y de este modo evitar la deserción escolar. Sin embargo, entre los principales desafíos que presentaron están: poder contener a los niños debido a altos niveles de estrés y ansiedad que generan las clases en línea; poder contar con el apoyo de los padres para prestar atención en la realización de tareas, y que los padres les ayuden a los niños en la elaboración de material didáctico o lúdico; y la manera de evitar distractores. Asimismo, capacitarse tanto en temas emocionales como en educación en línea, para facilitar la atención a clases y el bienestar de los niños. Finalmente, un reto para los docentes es el hecho de que muchos niños, sobre todo en las escuelas públicas, quieren desertar de sus estudios porque sienten que no están aprendiendo desde sus casas.

A pesar de que los desafíos son diarios y surgen a partir de los diversos contextos familiares en los que se desarrollan los niños, las niñas y adolescentes, las tres expertas que fueron entrevistadas coinciden en varias ideas. A través de las entrevistas se pudieron visibilizar como desafíos principales: la falta de contacto físico y movimiento corporal, la dificultad de conseguir que los y las alumnas se comprometan con el aprendizaje y el cuidado de la salud mental de los padres, estudiantes y docentes. Para las expertas la pandemia ha puesto de manifiesto la necesidad de que los espacios educativos se comprometan mucho más con el desarrollo socioemocional de los estudiantes y con eso hagan de los padres/madres agentes esenciales en el aprendizaje.

Luego de estas entrevistas y de analizar la literatura se han encontrado 4 grandes temas que se deben desarrollar al momento de generar contenido.

1. **Adaptación de ambientes:** los estudiantes presentan dificultades de concentración debido a una falta de adaptación del espacio educativo.
2. **Estado emocional:** debido a la pandemia, tanto padres como niños experimentaron cambios en su estado emocional, como ansiedad y estrés siendo los principales.

3. **Motivación de los niños, de los padres, de los profesores:** los padres presentan dificultades en términos de motivación en su nuevo rol durante la pandemia.
4. **Hábitos de estudio, especialmente con niños con necesidades educativas especiales:** debido a la pandemia los estudiantes tuvieron que cambiar sus hábitos de estudio dentro de un entorno más familiar. En especial los niños con necesidades educativas especiales son los que más desafíos presentan.

Asimismo, entre los principales desafíos se pueden encontrar 3 grandes temas. Luego de haber comprendido el reto de idea, los temas más importantes a tratar ahora, es elaborar contenido interactivo para los padres de familia. Para nosotros, hemos identificado que, al crear contenido, hay tres grandes desafíos que debemos enfrentar.

1.El crear contenido que no sea repetitivo: Existe mucha información ya en diversos medios y es por eso que nuestro material brinde información actual e innovadora.

2. La forma para la entrega de información: Diariamente los padres reciben una gran cantidad de estímulos por parte de los medios; por ende, nuestro material debe ser ágil e interactivo.

3.Contar con información de calidad: Nuestro material solo debe ser basado en fuentes académicas.

Descripción de la propuesta.

Para resolver los tres retos previamente mencionados, se crearán contenido interactivo que podrá ser compartido a través de redes sociales o páginas web. Dentro de estas presentaciones se podrán observar consejos breves pero efectivos. Se entregará, asimismo, un portafolio a IDEA donde se encontrarán todos los links a los contenidos. A continuación, hemos hecho un resumen de la estructura de nuestra propuesta.

Tabla 3

Propuestas para realizar el contenido

| Contenido | Objetivo | Dirigido a | Forma de entrega |
|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Adaptar y poder crear un ambiente escolar dentro de casa | Pautas para organizar un espacio escolar adecuado en casa. Brindar información sobre partes de la casa donde se puede aprovechar para estudiar, cómo ubicar mesas, material didáctico, etc. | Padres | Videos cortos explicativos que muestran cómo debemos ubicar ciertos elementos para promover el aprendizaje del estudiante |
| Motivación en lo académico y personal | Proporcionar estrategias para aumentar los niveles de motivación tanto en el sentido académico y en el personal | Padres, niños y docentes | Videos, Infografías que se puedan difundir por diferentes medios, material interactivo en Genially u otras plataformas que lo permitan |
| Formas de manejar el estado emocional de padres e hijos durante la pandemia | Fomentar el uso de la creación de rutinas que favorezcan al entorno familiar, mejor manejo de comunicación. Proporcionar estrategias para contener y apoyar a los estudiantes por los altos niveles de estrés y ansiedad que generan las clases en línea. Facilitar técnicas para manejar el estrés como relajación muscular, actividad física o actividades de relajación como la meditación y mindfulness. | Padres y niños | Genially, Powtoon, videos explicativos y educativos sobre el manejo de emociones en pandemia. Cartillas creadas en Canva que puedan ser modificados por padres e hijos para la creación de rutinas, y anotación de emociones |

| | | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Hábitos de estudio para niños y adolescentes durante la nueva modalidad en línea, especialmente hacia niños con necesidades educativas especiales y manejo de la atención. | <p>Aprender sobre hábitos de estudio, el manejo del tiempo, manejo del espacio adecuado y reglas en torno al uso de aparatos electrónicos.</p> <p>Brindar estrategias de aprendizaje a través de los sentidos, que impulsen el aprendizaje kinestésico y dar tareas que involucren movimiento corporal.</p> | Niños, adolescentes, padres | Geniallys interactivos y Canva de material interactivo que brinden consejos puntuales sobre mejores hábitos. |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Tabla 4

Portafolio de material interactivo por temática

Hábitos de estudio

| Tema | Dirigido a | Medio de difusión sugerida | Enlace |
|------------------------------------------------------------|----------------------|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Hábitos de estudio durante cuarentena - Guía | Padres y estudiantes | Correo, página web, | https://view.genial.ly/5fa1e7cebaa90fa0cf4096879/guide-habitos-estudio-1 |
| Malos hábitos de estudio que evitar- Video | Padres y estudiantes | WhatsApp, Correo, | https://view.genial.ly/5fa2132381cd1c0d18296529/video-presentation-malos-habitos-estudio-que-evitar |
| Cómo ser un estudiante efectivo- Juego | Estudiantes | Correo, WhatsApp | https://view.genial.ly/5fa32673c3d8650d1e7ccdd8/game-que-tan-buen-estudiante-eres |
| Consejos para padres de la educación virtual - Guía | Padres | Correo, página web | https://view.genial.ly/5fa85eccbc52890d01400358/guide-consejos-para-padres-durante-educacion-virtual |

| | | | |
|---------------------------------------------|-------------|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Cómo optimizar clases en línea- Guía | Estudiantes | Correo, página web | https://view.genial.ly/5fb5c997d5326d0d5df12fe5/guide-como-optimizar-clases-virtuales |
|---------------------------------------------|-------------|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Habilidades, métodos y distracciones en el estudio

| Tema | Dirigido a | Medio de difusión sugerido | Enlace |
|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Aprendizaje kinestésico y necesidades especiales | Padre y madres o personas a cargo de niños y niñas en casa | WhatsApp, página web, correo electrónico | https://view.genial.ly/5fa81a9bbc52890d013fffde/horizontal-infographic-review-necesidades-especiales |
| Cómo manejar la atención durante el estudio | Padres y madres o personas a cargo del cuidado de los niños y niñas | WhatsApp, página web, correo electrónico | https://view.genial.ly/5fb2e0b1b9c3f30d252f0851/presentation-atencion |
| Uso de videojuegos para el aprendizaje y su control | Padres y madres o personas a cargo del cuidado de los niños y niñas | WhatsApp, página web, correo electrónico | https://view.genial.ly/5fb5d5b3d5326d0d5df13097/social-action-videojuegos-y-control |
| Tips y necesidades especiales | Padres y madres o personas a cargo del cuidado de los niños y niñas | WhatsApp, página web, correo electrónico | https://view.genial.ly/5fc6bfdad1c54f0d111f09f3/guide-tips-y-ne |
| Disfrutar el aprendizaje y necesidades especiales | Padres y madres o personas a cargo del cuidado de los niños y niñas | WhatsApp, página web, correo electrónico | https://view.genial.ly/5fc8336fc241360cf4428513/horizontal-infographic-review-aprendizaje-y-ne |

Manejo del estado emocional de padres e hijos durante la pandemia

| Tema | Dirigido a | Medio de difusión sugerido | Enlace |
|-----------------------------------------------------------------------------|------------|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Cómo manejar el estrés de los niños por las clases en línea | Padres | Correo, Página Web, WhatsApp | https://view.genial.ly/5fa09f272354a40d03798803/guide-como-manejar-el-estrés-de-los-ninos-por-las-clases-en-linea |
| 3 pasos para una crianza positiva en tiempos de pandemia | Padres | Correo, Página Web, WhatsApp | https://view.genial.ly/5fb45ac074772b0d8cd0b8b4/guide-3-pasos-para-una-crianza-positiva-en-tiempos-de-covid |
| Video-guía corta para entender y controlar las emociones para padres | Padres | Correo, Página Web, WhatsApp | https://www.powtoon.com/s/dQjmITiSiqL/1/m |
| Consejos para mejor control emocional | Padres | Correo, Página Web, WhatsApp | https://view.genial.ly/5fbe608b2b25ac0d1d05d452/presentation-consejos-para-mejor-control-emocional |
| Control emocional para padres | Padres | Correo, Página Web, WhatsApp | https://view.genial.ly/5fa72df69760520d9a6839f0/vertical-infographic-control-emocional-para-padres |
| ¿Cómo manejar el mal comportamiento de un niño? | Padres | Correo, Página Web, WhatsApp | https://view.genial.ly/5fbd424cbcd770da5edb560/guide-como-manejar-el-mal-comportamiento-de-un-nino |
| 4 consejos para el autocuidado de padres en tiempos de pandemia | Padres | Correo, Página Web, WhatsApp | https://view.genial.ly/5fc864e45906430cf8afe673/horizontal-infographic-timeline-4-consejos-para-el-autocuidado-de-padres-en-tiempos-de-covid |

| | | | |
|--------------------------------------------------------------------|----------------|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3 ideas para conectarte con tus hijos en pandemia | Padres | Correo, Página Web, WhatsApp | https://view.genial.ly/5fc81c4eab8b470ced043992/horizontal-infographic-review-3-ideas-para-conectar-con-tus-hijos-en-pandemia |
| Juegos de emociones para padres e hijos | Padres e hijos | Correo, Página Web, WhatsApp | https://view.genial.ly/5fc7190f5906430cf8afd509/game-juego-para-comprension-emocional-de-padres-e-hijos |
| Prueba sobre aprendizaje y contención emocional para padres | Padres | Correo, Página Web, WhatsApp | https://view.genial.ly/5fce7716cc85aa0da96fa7c2/learning-experience-challenges-quiz-contencion-socio-emocional |

Consejos para crear un espacio de aprendizaje

| Tema | Dirigido a | Medio de difusión | Enlace |
|---------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Consejos para crear un espacio educativo en casa | Padres | Página web o correo electrónico | https://view.genial.ly/5fac09c96960c20d3dc37ace/interactive-image-como-crear-un-espacio-de-aprendizaje-en-casa |
| Técnica Pomodoro | Padres y alumnos | Página web, correo electrónico o WhatsApp | https://www.canva.com/design/DAEN4_D3CNI/6ojLBrkiKvywsT-OqShhxg/view?utm_content=DAEN4_D3CNI&utm_campaign=designshare&utm_medium=link&utm_source=homepage_design_menu |
| *Maneras de ubicar los pupitres en el aula | Profesores | WhatsApp, Correo electrónico o página web | https://www.aulaplaneta.com/wp-content/uploads/2016/03/infografia67.jpg |
| 5 consejos para dejar de procrastinar | Estudiantes | YouTube | https://youtu.be/SRyLLOFHEj8 |

| | | | |
|----------------------------------------------------------------|-------------|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ergonomía básica para estudiantes en educación en línea | Estudiantes | Genially | https://view.genial.ly/5fcfbcf1d63d260d7839f7ae/video-presentation-genially-sin-titulo |
|----------------------------------------------------------------|-------------|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Estrategias de motivación

| Tema | Dirigido a | Medio de difusión | Link |
|-------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tips para motivación | Padres | Página web o correo electrónico | https://www.canva.com/design/DAEMkr_5vrc/wnqK1fMUed3IIUguNOMJAA/view?utm_content=DAEMkr_5vrc&utm_campaign=designshare&utm_medium=link&utm_source=homepage_design_menu |
| Mantenerse motivado durante la pandemia | Padres | Página web, correo electrónico o WhatsApp | https://view.genial.ly/5fbd959784ebc60d3dfe4dd2/interactive-image-motivacion-2 |
| Motivación para los hijos | Padres e hijos | WhatsApp, Correo electrónico o página web | https://view.genial.ly/5fc7d8515906430cf8afde38/interactive-content-motivacion-3 |
| Motivación para permanecer en casa | Padres e hijos | Correo o WhatsApp | https://view.genial.ly/5fc7f5425906430cf8afe04e/interactive-content-motivacion-en-casa |
| Distanciamiento social para adolescentes | Padres e hijos | Correo o WhatsApp | https://view.genial.ly/5fca89ebcc85aa0da96f7c0a/interactive-content-motivacion-5 |

CONCLUSIONES

A raíz de la pandemia, se suspendieron todas las clases en modalidad presencial y se transformó la educación a una modalidad en línea llevada a cabo desde la casa. Este cambio súbito representó un gran desafío no solo para docentes y personal administrativo, sino también para padres y estudiantes. Asimismo, esta nueva situación obligó a todos los sistemas educativos a rediseñar e imaginar las metodologías utilizadas previamente y utilizar de manera intensiva la tecnología.

Aunque la muestra no es representativa en este trabajo se entrevistó a tres estudiantes quienes dieron opiniones muy interesantes. Dentro de los principales retos que se presentaron para los tres estudiantes entrevistados han sido los siguientes: el incremento de tiempo frente a los computadores, la falta de personalización hacia las condiciones individuales de cada estudiante y los múltiples distractores presentes durante la educación del niño en casa. En esto se incluye la falta de un lugar apropiado de estudio, y un incremento importante en el uso de videojuegos. Asimismo, algunos estudiantes entrevistados muestran niveles bajos de satisfacción debido a la modalidad de educación.

Aparte de estos retos, se encuentran los retos socioemocionales. Para muchos niños la pandemia ha causado un aumento de estrés, ansiedad y falta de motivación. Esto ha sido debido al distanciamiento social, a la falta de socialización y a la virtualidad escolar. También se han presentado niveles elevados de ansiedad por parte de los padres debido a las múltiples tareas que han tenido que llevar a cabo dentro del hogar. Esto incluye su nuevo rol como co-educadores de sus hijos. Por ende, es de suma importancia la constante capacitación a los padres acerca de cómo llevar a cabo estas nuevas tareas y a su vez tener un equilibrio y balance emocional.

La motivación por el aprendizaje es un reto importante que atraviesan tanto padres como hijos. Por lo tanto, se presentan una serie de recomendaciones basadas principalmente

en el desarrollo de la autonomía, autoeficacia y la oportunidad de cometer errores. En esta nueva modalidad la calidad del proceso de aprendizaje se ve amenazada, por lo que se recomienda establecer hábitos de estudio que permitan tanto al padre como al estudiante planificar el tiempo, adecuar espacios y realizar una serie de acciones que permitan que este tiempo se aproveche de la mejor manera posible en el sentido académico. En cuanto a lo académico, muchos padres al cumplir un rol activo en la educación de sus hijos han optado por diferentes opciones de enseñanza que se adapten a las necesidades individuales de los estudiantes. Entre estas opciones se encuentra el homeschooling y blended learning.

Aparte del ámbito académico, es importante cuidar el aspecto social tanto de los padres como de los hijos. El contacto con pares es fundamental en el desarrollo de los niños, por lo que se pueden buscar alternativas seguras como sesiones virtuales de juego. Además, para los padres es importante tener apoyo de sus pares especialmente en tiempos de incertidumbre.

Estos retos son aún mayores en familias que tienen niños con necesidades especiales, esta población necesita apoyo adicional y se ha visto fuertemente afectada por la modalidad de educación virtual. Se recomienda que estos estudiantes mantengan relaciones cercanas con sus terapeutas y reuniones extras con sus profesores. Para mejorar los hábitos de estudio, los padres deben tomar en cuenta las necesidades de cada hijo y servir como un co-educador durante su progreso.

En todo lo mencionado, las habilidades de regulación emocional juegan un rol fundamental. La capacidad de manejar las emociones de los padres determinará la calidad de la experiencia tanto emocional como de aprendizaje del niño o adolescente. Por esto se ha recomendado una serie de estrategias que permitan a los padres tener mejores herramientas para atravesar la situación actual, de esta manera su capacidad de afrontamiento es más resolvente y la calidad de apoyo que pueden brindar a sus hijos también aumenta.

La pandemia por el COVID-19 ha generado una serie de situaciones globales sin precedentes. Los retos que se han presentado son múltiples, uno de los más grandes ha sido la educación, junto con una revelación de todo lo que un proceso de aprendizaje efectivo requiere. Los cambios que se han debido implementar para poder lograr adaptarse a una modalidad virtual tomaron a muchos por sorpresa y sin la preparación suficiente para enfrentarlos en un inicio. Sin embargo, resultó ser una oportunidad para plantearse nuevos modelos, métodos, estrategias y poder evaluar prioridades. Además, se ha visto que es una situación que despertó la capacidad creativa del ser humano para poder adaptarse y demostrar resiliencia.

REFERENCIAS

- Aldao, A., y Tull, M. (2015). Putting emotion regulation in context. *Current Opinion in Psychology*, 3, 100-107. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2015.03.022>
- Álvarez, L., Ruiz, B., y González, R. (2019). Padres y madres ante las tareas escolares: la visión del profesorado. *Aula abierta*, 48(1), 77-84
- Bonilla, J. (2020). Las dos caras de la educación en el COVID-19. *Ciencia América*, 9(2), 89-98.
- Bjorklund, A., y Watson, A. (2020). *Suddenly Homeschooling? A Parent's Survival Guide to Schooling During COVID-19*.
<https://jscholarship.library.jhu.edu/bitstream/handle/1774.2/62952/COVID19HomeschoolingResource.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cahapay, M. (2020). How Filipino parents' homes educate their children with autism during COVID-19 period. *International Journal of Developmental Disabilities*, 1-4.
<https://doi.org/10.1080/20473869.2020.1780554>
- Cluver, L., Lachman, J., Sherr, L., Wessels, I., Krug, E., Rakotomalala, S., Blight, S., Hillis, S., Bachmand, G., Green, O., Butchart, A., Tomlinson, M., Ward, C., Doubt, J., y McDonald, K. (2020). Parenting in a time of COVID-19. *The Lancet*, 395(3), 605-658. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30736-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30736-4)
- Cifuentes, J. (2020). Consecuencias en los Niños del Cierre de Escuelas por Covid-19: El papel del Gobierno, Profesores y Padres. *Revista Internacional de Educación para la Justicia Social*, 9(3).

- Coyne, L., Gould, E., Grimaldi, M., Wilson, K., Baffuto, G., y Biglan, A. (2020). First things first: Parent psychological flexibility and self-compassion during COVID-19. *Behavior Analysis in Practice*, 1.
- Daniel, S. (2020). Education and the COVID-19 pandemic. *Prospects*, 1-6.
- Deslandes, S. , y Coutinho, T. (2020). The intensive use of the internet by children and adolescents in the context of COVID-19 and the risks for self-inflicted violence. *Ciência y Saúde Coletiva*, 25, 2479-2486.
- Doucet, A., Netolicky, D., Timmers, K. y Tuscano, F. (2020). *Thinking about pedagogy in an unfolding pandemic*. UNESCO.
- Downey, L. (2010). Investigating the mediating effects of emotional intelligence and coping on problem behaviours in adolescents. *The Australian Psychology Society*, 62(1), 20-29.
- El Comercio. (16 de marzo de 2020) Lenin Moreno decreta el estado de excepción en Ecuador por covid-19. *EL Comercio*. Obtenido de <https://www.elcomercio.com/actualidad/moreno-medidas-coronavirus-covid19-excepcion.html>
- El Universo. (2020). Un millón de estudiantes sin acceso a educación virtual durante la emergencia sanitaria. *Diario el Universo*. Obtenido de <https://www.eluniverso.com/noticias/2020/04/24/nota/7822794/millon>
- Fernández, M., Herrera, L., Hernández, D., Nolasco, R., y De la Rosa, R. (2020). Lecciones del Covid-19 para el sistema educativo mexicano. *Nexos. Distancia por tiempos. Blog de Educación*

- Fontanesi, L., Marchetti, D., Mazza, C., Di Giandomenico, S., Roma, P., y Verrocchio, M. (2020). The effect of the COVID-19 lockdown on parents: A call to adopt urgent measures. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*
- Galoustian, G. (2020). *Unintended COVID-19 consequence of covid-19: Cyberbullying could increase*. Florida Atlantic University.
- González, Y. (2020). COVID-19 Y SALUD INFANTIL: EL CONFINAMIENTO Y SU IMPACTO SEGÚN PROFESIONALES DE LA INFANCIA. *Rev Esp Salud Pública*, 94(27), 27.
- Granada, E. (2020). Consecuencias de la interrupción del proceso educativo en el tercer año de bachillerato general unificado de la Unidad Educativa Particular Sagrados Corazones en Cuenca-Ecuador, durante la pandemia por COVID-19.
- Guajardo, C., Figueroa, C., y Marín, Z. (2020). Terapias para niños con necesidades educativas especiales.
- Guaman, R. (2020). El Docente en Tiempo de Cuarentena. *Revista Tecnológica-Educativa Docentes 2.0*, 8(2), 21-27. <https://doi.org/10.37843/rted.v8i2.154>
- Huarcaya-Victoria, J. (2020). Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. *Revista Peruana De Medicina Experimental y Salud Pública*, 37(2), 327–34. <https://doi.org/10.17843/rpmesp.2020.372.5419>
- Hurtado, F. (2020). La Educación en Tiempos de Pandemia: Los Desafíos de la Escuela del Siglo XXI. *Revista Arbitrada del Centro de Investigación y Estudios Gerenciales* (44).
- Ko, C., y Yen, J. (2020). Impact of COVID-19 on gaming disorder: monitoring and prevention. *Journal of Behavioral Addictions*, 9(2), 187-189.

- Lameda, V., Guerrero, M. y Gómez, J. (2018). Estrategias educativas para la integración de padres y representantes en el proceso de enseñanza aprendizaje. *Aula Encuentro* 20(1)
- Lion, C. (2020). Enseñar y aprender en tiempos de pandemia: presente y horizontes. *Saberes y prácticas. Revista de Filosofía y Educación*, 5(1), 1-8.
- Lidwell, W., Holden, K., y Butler, J. (2010). *Universal principles of design, revised and updated: 125 ways to enhance usability, influence perception, increase appeal, make better design decisions, and teach through design*. Rockport Pub.
- Linver, M., Brooks-Gunn, J., y Kohen, D. (2002). Family processes as pathways from income to young children's development. *Developmental Psychology*, 38(5), 719-734.
<https://doi.org/10.1037/0012-1649.38.5.719>
- McRae, K., y Gross, J. (2020). Emotion regulation. *Emotion*, 20(1), 1-9.
<https://doi.org/10.1037/emo0000703>
- Ministerio de Educación del Ecuador. (2015). Reporte bianual de indicadores educativos del Ministerio de Educación, Ecuador. *Ministerio del Ecuador*, 1(1), 5-8.
https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2016/01/Publicaciones/PUB_EstadisticaEducativaVol1_mar2015.pdf
- Ministerio de Educación del Ecuador (2020) “Plan Educativo Covid-19”
<https://recursos2.educacion.gob.ec/>
- Moreno, R. (2020). Reflexiones en torno al Impacto del Covid-19 sobre la Educación Universitaria: Aspectos a Considerar acerca de los Estudiantes con Discapacidad. *Revista Internacional de Educación para la Justicia Social*, 9(3).

- Moreno, L., y Molins, L. (2020). Educación y Covid-19: Colaboración de las Familias y Tareas Escolares. *Revista Internacional de Educación para la Justicia Social*, 9(3).
- Moscoso, M. (2018). Mindfulness, autorregulación emocional y reducción del estrés: ¿Ciencia o ficción? *Revista Mexicana de Psicología*. 10(2). 101- 121. University of South África. Recuperado de <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=85385>
- Narváez, M, Guzmán, I., González, M, y Robayo, A. (2009). Hábitos de estudio vs. fracaso académico. *Revista Educación*, 33(2), 15-24.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2020) obtenido <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>.
- Oportus, P. (2020). Pandemia por COVID-19 y la virtualización de las aulas: La importancia del juego. *Revista Scientific*, 5(17), 370-383.
- Pacheco, L., Noll, M., y Mendonça, C. (2020). Challenges in teaching human anatomy to students with intellectual disabilities during the Covid-19 pandemic. *Anatomical Sciences Education*.
- Papalia, D., Feldman, R., y Martorell, G. (2020). *Desarrollo Humano* (12.^a ed., Vol. 1). MCGRAW HILL EDUCATION.
- Parczewska, T. (2020). Difficult situations and ways of coping with them in the experiences of parents homeschooling their children during the COVID-19 pandemic in Poland. *Education 3-13*, 1-12. <https://doi.org/10.1080/03004279.2020.1812689>
- Pedro, A. (2020). La educación especial en tiempos de la COVID-19. *Padres y Maestros/Journal of Parents and Teachers*, (382), 19-24.

- Pérez, C. (2020). Guía de apoyo al aprendizaje de niños/as y adolescentes durante el confinamiento en el hogar.
- Piergiovanni, L. F., Depaula, P. D. (2018). Autoeficacia y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios. *Ciencias Psicológicas*, 12(1), 17-23.
- Pope, N. (2016). How the time of day affects productivity: Evidence from school schedules. *Review of Economics and Statistics*, 98(1), 1-11.
- Puertas, P., Zurita, F., Chacón, R., Castro, M., Ramírez, I., y González, G. (2020). La inteligencia emocional en el ámbito educativo: un meta-análisis. *Anales De Psicología / Annals of Psychology*, 36(1), 84-91.
<https://doi.org/10.6018/analesps.345901>
- Radhika, K (2020). *Covid-19: Pacto en la educación y respuestas de política pública*. Grupo Banco Mundial Educación.
- Raffino, M. (27 de mayo de 2020). ¿Qué es socialización? *Concepto de socialización*. Concepto De. Obtenido el 9 de dic. de 20 <https://concepto.de/socializacion/>
- Razeto, A. (2016). El involucramiento de las familias en la educación de los niños: Cuatro reflexiones para fortalecer la relación entre familias y escuelas. *Páginas de Educación*, 9(2), 184-201.
- Reimers, F., y Schleicher, A. (2020). Un marco para guiar una respuesta educativa a la pandemia del 2020 del COVID-19. Obtenido de Organización de Estados Iberoamericano: <https://www.oei.es/uploads/files/news/Science-Science-and-University/1777/covid-19-educación-oei-2020-espan-ol-11-4-20.pdf>.
- Renault, G., y Nuñez, M. (2020). ¿Cómo educar en tiempos de pandemia? *SIGNOS EAD (Revista de educación a distancia)*, (4).

Reynolds, G. (2016). *Presentation zen: Simple ideas on presentation design and delivery*.

New Riders.

Sammons, P., Hillman, J., y Mortimore, P. (1995). *KEY CHARACTERISTICS OF*

EFFECTIVE SCHOOLS (1.^a ed., Vol. 1). Crown.

SECRETARÍA GENERAL DE COMUNICACIÓN DE LA PRESIDENCIA (16 de marzo

de 2020). El presidente Lenín Moreno decreta Estado de Excepción para evitar la propagación del COVID-19 obtenido de

[https://www.comunicacion.gob.ec/el-presidente-lenin-moreno-decreta-estado-de-excepcion-para-evitar-la-propagacion-del-covid-19/#:~:text=%E2%80%93%20La%20noche%20de%20este%20lunes,coronavirus%20\(COVID%2D19\).](https://www.comunicacion.gob.ec/el-presidente-lenin-moreno-decreta-estado-de-excepcion-para-evitar-la-propagacion-del-covid-19/#:~:text=%E2%80%93%20La%20noche%20de%20este%20lunes,coronavirus%20(COVID%2D19).)

Sotomayor, I. (2019). Popper y el homeschooling: inspiración de una educación alternativa.

Dilemata, (29), 7-20.

<https://www.dilemata.net/revista/index.php/dilemata/article/view/412000267>

Suárez, P. y Vélez, M. (2018). El papel de la familia en el desarrollo social del niño una mirada desde la afectividad, la comunicación familiar y estilos de educación parental.

Psicoespacios, 12(20), 173-198. <https://doi.org/10.25057/issn.2145-2776>

Sunderland, J. (2020). Pánico a las pandemias. *EL PAÍS*. Recuperado de:

https://elpais.com/elpais/2020/02/13/planeta_futuro/1581607630_603811.html#comentarios

Tobar, C. (2020). *Charla dirigida para padres de familia Colegio Issac Newton* (Webinar).

IDEA-USFQ.

Tobar, C. (2020). *Charla para padres de familia-Colegio Intisana*. (Video). IDEA-USFQ.

<https://youtu.be/9214EFplqPs>.

Torrano, F., Fuentes, J., y Soria, M. (2017). Aprendizaje autorregulado: estado de la cuestión y retos psicopedagógicos. *Perfiles Educativos*, 39(156), 160-173.

<https://doi.org/10.22201/iisue.24486167e.2017.156.58290>

UNESCO. (2020). 1.370 millones de estudiantes ya están en casa con el cierre de las escuelas de COVID-19, los ministros amplían los enfoques multimedia para asegurar la continuidad del aprendizaje

<https://es.unesco.org/news/1370-millones-estudiantes-ya-estan-casa-cierre-escuelas-covid-19-ministros-amplian-enfoques>

Universidad San Francisco de Quito. (2020). Instituto de Enseñanza y Aprendizaje IDEA.

<https://www.usfq.edu.ec/es/instituto-de-ensenanza-y-aprendizaje-idea>

REFLEXION PERSONAL

Resulta curioso que la palabra reflexión representa en gran medida a lo que yo considero que es la psicología. Curioso porque parece ser el final de un arduo trabajo pero es a la vez el inicio de nuevas ideas y objetivos. A lo largo de mi carrera estuve mucho tiempo pensando en cómo sería el momento en el que tenga que escribir mis últimas palabras y que sería lo que quisiera que la gente se lleve de mí a través de su lectura. Ese momento tan esperado ha llegado y me doy cuenta de que no se parece en nada a lo que repetidas veces imaginé en mi cabeza. El hecho de que hay muchas cosas que aunque me las imaginé muchas veces no van a ser como yo quiera, es justamente uno de los aprendizajes más importantes que me han dejado todos estos años de estudio académico en psicología. Entender que en la vida debemos aprender a observar antes que controlar es un proceso en el que inevitablemente te embarcas cuando decides estudiar esta maravillosa carrera.

Vivir este último semestre desde una modalidad de enseñanza totalmente diferente a la que hemos estado acostumbrados definitivamente ha sido un desafío enorme. En el momento en el que supe que teníamos que hacer todo un trabajo práctico con un grupo de personas, fueron muchas las ideas que se cruzaron por mi cabeza. En primer lugar me cuestioné mucho hasta qué punto íbamos a poder generar material que valga la pena si ni siquiera teníamos la posibilidad de reunirnos y vernos de frente con el resto de compañeros. Ese cuestionamiento me lleva a mencionar otra de las enseñanzas que me deja esta etapa de la carrera, y es que en psicología la interacción física y presencial se vuelve un factor importante para poder generar un vínculo de confianza con la gente con la que trabajas.

Debo mencionar que el equipo de trabajo con el que tuve la suerte de interactuar para llevar a cabo el proyecto de titulación, ha sido sumamente responsable y entregado en cada una de las consignas. Sin embargo si me quedo con la sensación de querer saber cómo hubiera sido poder trabajar esas mismas ideas pero de cerca y con mayor claridad de las fortalezas y debilidades de cada uno. De igual forma considero que la oportunidad de estar cerca genera mucha más motivación y compromiso con las labores. Creo que la psicología te enseña a mirar siempre todas las variadas posibilidades que existen frente a determinadas circunstancias y cuando te enfrentas a desafíos como la virtualidad, te permite encontrar maneras para aprovechar tus recursos. Siento que eso fue lo que me enseñó este proceso de titulación, a mirar las posibilidades no solo del entorno sino también las que tienen mis compañeros y las que tengo yo.

Creo que este tipo de trabajo para titulación ha dejado en mí enseñanzas que van más allá de un aprendizaje teórico y se convirtió en un aprendizaje sobre mí misma y mis dificultades. A través de este trabajo pude reconocer con mayor facilidad mis limitaciones y aquellas cosas que me cuesta mucho más poner en práctica. Siempre había considerado que era una persona a la que le gusta liderar pero a través de este trabajo comprendí que la capacidad de liderazgo conlleva un nivel de compromiso que te permite estar pendiente no solo de tu trabajo si no también del trabajo del resto. Muchas veces pensamos que liderar es ordenar y organizar pero mucho de ser líder tiene que ver con la capacidad para preocuparse funcionalmente de todo lo que sucede a tu alrededor. En psicología otro de los aprendizajes es el poder mirar el panorama completo y aprender a interpretar de manera objetiva las subjetividades. El psicólogo debe poder entender y explicar la conexión que existe entre absolutamente todo lo que vivimos y somos.

Si pudiera me quedaría escribiendo sobre todo lo que la psicología me ha llevado a pensar y sentir, pero lastimosamente el tiempo es corto y tampoco se trata de escribir por escribir. La reflexión de cuanto me ha enseñado la psicología y todo lo que implica está en constante cambio y seguramente jamás acabará. Hasta aquí solo puedo afirmar con total seguridad que la psicología me ha permitido amar más la vida y no perder la esperanza de que solo escuchando podemos mejorar la vida de una persona.