

Virtualidad y presencialidad en el Instituto Tecnológico de Costa Rica: la experiencia del Programa Admisión Restringida 2021 y 2022

Instituto Tecnológico de Costa Rica, Cartago.
Departamento de Orientación y Psicología. 2024.
schinchilla@itcr.ac.cr <https://orcid.org/0000-0002-1100-2568>

Resumen

El trabajo se llevó a cabo con 129 estudiantes de primer ingreso del Programa de Admisión Restringida (PAR) del Instituto Tecnológico de Costa Rica (ITCR), en 2021 y 2022. Mediante un enfoque de investigación cualitativa se analizan, en pequeños grupos, las percepciones y experiencias estudiantiles con las modalidades educativas virtuales y presenciales, como factores protectores y de riesgo para su desarrollo socioemocional y académico. La información obtenida se consensuó con cada grupo y se compiló en un documento por año.

La experiencia de la educación superior en modalidad virtual y presencial presenta ventajas y desventajas, relacionadas tanto con condiciones propias de las modalidades educativas como de la población estudiantil y sus particularidades personales, familiares, sociales y lugar de residencia. Destacan aspectos emocionales y de acceso a las tecnologías e internet, así como situaciones que facilitaron o dificultaron su desarrollo y la adquisición de herramientas para su crecimiento personal- social y académico .

Documento en: Publicación de ponencias presentadas en el: IX Encuentro de Investigación Educativa: Prácticas, interacciones y transformaciones./ Centro de Investigación en Educación. San Jose, C.R. : CINED, 2024. ISBN 978-9968-04-147-8. <https://n9.cl/wlcsy>

Palabras clave

Estudiante universitario, aprendizaje, aprendizaje en línea, bienestar del estudiante, desarrollo de las habilidades, rendimiento escolar

Abstract

The work was carried out with 129 freshman students of Programa de Admisión Restringida (PAR) at Instituto Tecnológico de Costa Rica (ITCR), in years 2021 and 2022. Through an approach qualitative research, the perceptions and student experiences with the virtual and face-to-face educational modalities implemented during those years were analyzed in small groups, visualizing them as protective and risk factors for their socio-emotional and academic development. The information obtained was agreed with each working group and finally compiled in a single document for each year.

The higher education experience in virtual and face-to-face modality presents advantages and disadvantages for the students, both related to conditions of educational modalities and student situations about their personal, family, social and place of residence particularities. Emotional aspects and access to technology and Internet, as well as situations that facilitated or not their development and tools acquisition for their personal, social, and academic growth.

Keywords

University student, Learning, Electronic learning, Student welfare, Skills development, Academic achievement



Esta obra está protegida bajo licencia Creative Commons Atribución/Reconocimiento
-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Licencia Pública Internacional-CC BY-NC-SA4.4

Virtualidad y presencialidad en el Instituto Tecnológico de Costa Rica: la experiencia del Programa Admisión Restringida 2021 y 2022

**MPsc. Sonia Chinchilla-Brenes
(Cartago. 2024)**

Introducción y algunos datos de referencia

A raíz de la situación vivida desde 2020 y hasta 2022, asociada a la pandemia por el COVID-19 que obligó a las instituciones educativas y, en particular, al Instituto Tecnológico de Costa Rica (ITCR), a realizar ajustes a la dinámica tradicional de clases y que hizo que la mayoría, y, al principio, todas las actividades se realizaran en modalidad virtual o remota asistida por medios tecnológicos, se empezó a analizar el efecto que la modalidad virtual tiene sobre aspectos relacionados con la vida estudiantil y la dinámica docente en diferentes ámbitos de la educación y la convivencia.

En este contexto, se trabajó con la población PAR 2021 y 2022 el tema de las modalidades académicas virtuales y presenciales implementadas en el ITCR, sus beneficios y aspectos menos positivos con el objetivo de conocer su percepción, puntos de vista, experiencias vividas, efectos socioemocionales y/o académicos y en su bienestar y desempeño académico.

Ha de entenderse, de acuerdo con el Octavo Estado de la Educación (PEN, 2021), que la virtualidad en el desarrollo de las actividades educativas supone que “la coincidencia física es nula o casi nula, usando herramientas de la plataforma y otras opciones” (p. 264); como contraparte, la presencialidad incluye la coincidencia del estudiantado en un lugar físico y en estos espacios “es posible usar las tecnologías para apoyar el proceso educativo” (PEN, 2021, p. 264). Algo similar ocurriría cuando la modalidad educativa es bimodal, que permite una combinación de las dos modalidades anteriores, aprovechando los beneficios de ambas, por lo que es posible que esta se siga usando en los procesos educativos costarricenses.

En el caso que nos ocupa, en el 2020 y 2021, todas las actividades académicas se realizaron en modalidad virtual, de manera que los cursos se ajustaron, aunque no habían sido planeados para esta modalidad (PEN, 2021). A partir del segundo semestre 2022 se reinició la presencialidad, aunque algunas materias se mantuvieron en modo virtual o semivirtual (bimodal).

Como consecuencia, el proceso académico y la vida estudiantil debió sufrir ajustes. Tanto las personas estudiantes como el personal docente se enfrentaron a una serie de cambios que, probablemente, tendrán efectos a corto y mediano plazo en el proceso de enseñanza-aprendizaje, muchos de ellos positivos para el estudiantado en cuanto al acceso a la educación, la motivación y nuevas técnicas de estudio (Bedolla, R., 2018; Rocha, J. y Ruiz, J., 2022), así como en aspectos más relacionados con lo emocional, la interacción entre pares y entre personas docentes y personas estudiantes. Otros efectos serán menos positivos en términos personales y sociales, dadas las nuevas formas de interacción educativa y social, y las dificultades para optar por adecuados servicios educativos, con conexiones a internet de calidad y con la tecnología apropiada, lo cual se evidenció a partir del 2020 con la pandemia y que “pone en riesgo la permanencia de estudiantes en el sistema educativo en los próximos años con el subsecuente desempleo de la juventud” (PEN, 2021, p. 94).

En este sentido, en el ITCR se publica una nota (Instituto Tecnológico de Costa Rica [ITCR], 2021) que hace referencia al efecto de la virtualidad en el estudiantado, en la cual se dejan ver tanto aspectos positivos como negativos relacionados con la experiencia de aprender con

modalidad virtual, de lo cual también da cuenta Chinchilla-Brenes (2022) en informe del Programa de Admisión Restringida, 2021. De esta experiencia educativa se puede rescatar mayor cobertura de la población estudiantil, disminución en los gastos operativos institucionales, mejor uso del recurso presupuestario disponible y una mayor disposición del estudiantado para participar en acciones académicas, tales como tutorías (impartidas por estudiantes), conversatorios, charlas y grupos de trabajo. Se fortalecieron nuevas formas de interacción y el trabajo que vinculaba personas estudiantes y profesionales de diferentes campus y Centros Académicos de la universidad en un ambiente que era realmente seguro en cuanto al riesgo de contagio de la enfermedad COVID-19.

Otro aspecto beneficioso fue la flexibilidad horaria de la que disponía la población estudiantil y el que las lecciones que se impartían quedaban grabadas, permitiendo retomar contenidos según las necesidades particulares de cada estudiante. También se observa un mayor acceso a la información, así como un mejor aprovechamiento del tiempo, del seguimiento del proceso educativo por parte la persona docente y más facilidad para que el estudiantado se comunique con ella, ya que no se requiere la presencialidad.

En cuanto a las oportunidades de mejora, también reportadas en PEN (2021), se detectó necesidad de acceso a la intranet y al internet por parte de un grupo del estudiantado, así como limitaciones para la conexión a redes de internet o baja velocidad de estas en las distintas zonas geográficas en las que habita la población estudiantil del ITCR. También se evidenció aumento en las tareas, trabajos y demandas académicas de los cursos matriculados.

El estudiantado de menor condición socioeconómica (PEN, 2021) externó mayor preocupación por el rendimiento académico y la posibilidad de no aprobar las evaluaciones, pues dependía de este para mantener el aporte económico de la universidad. A esto se debe agregar el hecho de no disponer de condiciones apropiadas en su hogar para recibir las clases virtuales y llevar muchas materias, con la consecuente sobrecarga de tareas y trabajos, y un alto nivel de exigencia “el 46% de estudiantes del TEC consideró que era mayor de lo apropiado, una proporción superior al hallado en los otros centros de estudio: 39% en la UCR, 34% en la UTN y 23% en la U Latina” (PEN, 2021, p. 275).

Por otra parte, la población estudiantil expresó dificultades importantes para la sana convivencia e interacción familiar, la adecuada división y distribución de los tiempos dedicados a estudiar y a colaborar con las tareas del hogar y, en el caso de estudiantes de más reciente ingreso al ITCR, se hizo difícil adquirir identidad con la institución, como estudiante universitario y como parte de una carrera específica.

En la esfera social, lo relacionado con el desarrollo personal y de competencias o habilidades psicosociales resultó afectado: existía falta de esparcimiento, actividad física, interacción social, ausencia de adecuadas rutinas diarias y predominaba el aislamiento. Esto derivó en reportes de mayores niveles de estrés, ansiedad, cansancio, fatiga y dificultades de concentración.

Se evidenciaron y valoraron aspectos positivos y negativos de ambas modalidades, y en la enseñanza-aprendizaje virtual áreas fuertes que deben ser aprovechadas. Sin embargo, también aparecieron necesidades estudiantiles que no se pueden soslayar y en donde quedó evidente que el confinamiento y la falta de interacción social y académica afectan el adecuado desarrollo socioemocional del estudiantado, todo lo anterior en concordancia con el objetivo de esta experiencia investigativa, que fue conocer la percepción, puntos de vista, experiencias vividas, efectos socioemocionales y/o académicos y consecuencias en el bienestar y desempeño académico de las modalidades de enseñanza-aprendizaje virtual y presencial en la población del Programa de Admisión Restringida 2021 y 2022.

Materiales y métodos

Se trabajó con una metodología cualitativa que permite la participación, la interacción y compartir las experiencias, percepciones y significados de la población estudiantil alrededor de la temática de interés pues la “investigación cualitativa se realiza por la vía de la construcción de consensos fundamentados en el diálogo y la intersubjetividad” (Sandoval, 2002, p.15). Se utilizó un enfoque de investigación participativa, conversacional en la búsqueda de consenso, con análisis de textos y contenido, usando como categorías de análisis los factores protectores y de riesgo y sus efectos en diferentes áreas individuales y de rendimiento sobre los que debían trabajar y conversar los subgrupos estudiantiles. La muestra estuvo constituida por 129 estudiantes de primer ingreso del Programa de Admisión Restringida (PAR), población que se matricula en la institución cada año en respuesta a las políticas institucionales para dar oportunidad de educación superior a población de distritos de bajo índice de desarrollo social, de colegios públicos, condición socioeconómica desventajosa y que cumplan con los criterios que se establecen para este programa (Instituto Tecnológico de Costa Rica [ITCR], 2022). La población que ingresa cada año al PAR se divide en grupos de trabajo y apoyo psicoeducativo, que se mantienen a lo largo de los primeros dos semestres lectivos. Normalmente se conforman 8 grupos: cuatro en sede central y uno por cada sede o Campus Tecnológico Local. Para el presente trabajo, durante el segundo semestre de cada año del estudio se recopiló información en nueve grupos, según se muestra en la tabla 1.

Tabla 1. Muestra según distribución por grupos, sede y número de estudiantes

Año	Número de grupos en sede central	Número de grupo de sede o campus	Número de estudiantes	Porcentaje con respecto al grupo total
2021	4	1 (Sede San José)	76	50
2022	3	1 (Sede Limón)	53	60,2
Total	7	2	129	

Fuente: elaboración propia.

A fin de conocer la percepción, puntos de vista, experiencias vividas y efectos socioemocionales y/o académicos de las modalidades académicas virtuales y presenciales implementadas en el ITCR, se analizó en grupos pequeños el tema de la virtualidad y la presencialidad, sus beneficios y puntos menos positivos, así como su valoración del impacto de estas modalidades docentes, como factores protectores o de riesgo, en su desarrollo socioemocional y en el desempeño académico. Se consideraron como factores protectores todas aquellas condiciones, conductas y actividades presentes en el individuo y su medio, que fortalezcan su adecuada adaptación y desarrollo; y como factores de riesgo todos aquellos que afecten o limiten el adecuado crecimiento del individuo y, en ocasiones, impidan o dificulten la adaptación a los requerimientos que plantea la vida universitaria y la vida en general (Castillo, 2015).

En cada uno de los nueve grupos se hicieron subgrupos de trabajo que tenían como guía un instrumento que previamente fue validado con estudiantes del PAR y mediante juicio de expertos. En este se solicitaba información y discusión sobre los factores protectores y de riesgo para su salud física y emocional, así como sobre las relaciones interpersonales y el rendimiento académico de las modalidades de docencia virtual y presencial. Posteriormente el material resultante de cada subgrupo se analizó y discutió con el grupo. La información fue consensuada en un solo documento para cada uno de los nueve grupos, anotando los diferentes aspectos según orden de mayor a menor frecuencia de mención. Finalmente, para cada año (2021 y 2022), la investigadora analizó los contenidos de cada grupo e integró los resultados del trabajo en un documento resumen. Se trabajaron dos sesiones de 2 horas cada una con cada uno de los nueve grupos, cinco grupos en 2021 y 4 en 2022.

Resultados y discusión

A continuación, se detallan los resultados para cada grupo PAR (2021 y 2022) y la forma en que se abordó la temática:

Población PAR 2021

Se abordó con esta población en subgrupos y con una guía de trabajo el tema Factores protectores y de riesgo para la salud física emocional de la población estudiantil y para su desempeño académico en las modalidades de docencia presencial y virtual para conocer su percepción y sus perspectivas sobre este asunto. Se recopiló información de cuatro grupos del Campus Central y del grupo del Campus Tecnológico Local San José, para un total de 76 estudiantes PAR 2021 (50% del grupo). El trabajo resultante de los grupos se integró en un documento resumen (Chinchilla-Brenes, 2022, p. 29) que se muestra en la tabla 2.

Tabla 2. Factores protectores y de riesgo de la modalidad presencial y virtual para la población PAR 2021

Modalidad virtual Factores protectores para la salud física y emocional y para el desempeño académico	Modalidad virtual Factores de riesgo para la salud física y emocional y para el desempeño académico	Modalidad presencial Factores protectores para la salud física y emocional y para el desempeño académico	Modalidad presencial Factores de riesgo para la salud física y emocional y para el desempeño académico
-Estar con la familia- convivencia y estabilidad emocional -Dormir y comer bien -Facilidad para tener acceso a cursos y clases grabadas -Ahorro en traslados, alquiler, alimentación -“Ayuda mutua” y “profe Google”	-Internet pobre -Falta de ejercicio y su impacto en la salud (obesidad y otros) -Estrés, ansiedad, depresión y otros problemas de salud mental -Ausencia de interacción social con pares y personas de intereses comunes	-Clases “reales” para preguntar y evacuar dudas de forma inmediata y durante la clase -Relación con los compañeros(as) -Interacción y vida social -Comunicación directa con las personas del entorno educativo	-Problemas económicos y de alimentación (organización del dinero) -Ruido-actividades de los compañeros (as) de apartamento -COVID (pese a medidas de seguridad colectivas)

<ul style="list-style-type: none"> -Seguridad del entorno (ausencia de asaltos) -Actividades al aire libre -Se puede trabajar y obtener recursos económicos 	<ul style="list-style-type: none"> -Comunicación es de menor calidad -Conflictos familiares y espacios que no favorecen atención y concentración -Menor (o falta de) acceso a docentes y servicios de información en las escuelas -Problemas ergonómicos -Problemas de la vista: pantallas y luz de los dispositivos vs iluminación del lugar de estudio -No conocer el ITCR (Tec) -No sentirse estudiante de universidad y de la carrera matriculada -Exceso de tareas y trabajos -Pocas horas de sueño 	<ul style="list-style-type: none"> -Conocer al personal docente y compañeros(as) de carrera -Acceso a actividades físicas, culturales y deportivas -Disfrutar los grupos culturales y deportivos -Practicar algún deporte -Identidad con la carrera y con el Tec -Acceso al comedor/ biblioteca/laboratorios/ instalaciones deportivas/residen-cias -Oportunidades de intercambios universitarios y para participar en grupos académicos -No tener aparatos electrónicos a mano que propicien distracciones 	<ul style="list-style-type: none"> -Posibles asaltos en los trayectos de traslados al ITCR -Acceso a sustancias ilícitas -Desgaste físico por traslados -Presión de compañeros(as) para fiestas y distracción
--	---	---	---

Nota. Adaptada de Programa de Atracción, Selección, Admisión y Permanencia con Equidad en el Instituto Tecnológico de Costa Rica: Admisión Restringida 2021, por S. Chinchilla-Brenes, 2022, p. 29. CC-BY-NC-SA. Datos suministrados por 76 de 152 estudiantes PAR 2021 del Campus Tecnológico Central, Campus Tecnológico Local San José. Se agradece la colaboración del grupo estudiantil y de las psicólogas Karen Fallas Corrales y Milene Bogarín Marín quienes ayudaron en la recolección de la información.

Discusión y análisis de los resultados y hallazgos de la población PAR 2021

La población estudiantil PAR, en la modalidad virtual indicó como factores de riesgo dificultades para estudiar de manera adecuada en sus entornos familiares, limitaciones para acceder a internet o a la plataforma de trabajo institucional (intranet y Tec Digital) y la presencia de situaciones emocionales como estrés, ansiedad, depresión y dificultades en la convivencia familiar; así también problemas ergonómicos o derivados del sedentarismo y la imposibilidad para salir y relacionarse con sus amistades, familiares, otras personas estudiantes y docentes, para construir su identidad de estudiantes universitarios(as) y parte integrante de una carrera determinada.

Además, reportaron riesgos o dificultades en la modalidad presencial como los relacionados con el manejo del dinero, horarios y calidad de la alimentación; así como la presencia de situaciones poco propicias, en los lugares donde viven con otras personas estudiantes, para el estudio y la concentración, y para poder dedicarse a sus labores académicas. Anotaron también preocupaciones asociadas a la posibilidad de enfermarse por COVID-19 y a sufrir asaltos en sus traslados hacia y desde el ITCR, realidad que se vive también a nivel nacional.

En cuanto a la inseguridad ciudadana, el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD-EEs, 2022) la reportó como una de las principales problemáticas nacionales e indicó que un 65% de las personas consideraban que el país era inseguro, mientras que su barrio de residencia no lo era. Esta percepción de inseguridad era más fuerte para la población femenina, lo que también mencionaron las mujeres PAR, quienes consideraron que en ambos espacios podrían ser víctimas de algún delito.

Con respecto a las fortalezas o factores protectores detectados, la virtualidad favorecía la convivencia familiar y el ahorro de dinero, pues se alimentaban bien en casa y no tenían gastos de alojamiento o transporte. En los aprendizajes se rescató el acceso a clases grabadas y la posibilidad de ayudarse entre pares por medios virtuales, así como el acceso a información en internet para realizar trabajos y tareas (“profe Google”).

La presencialidad, por su parte, permitía el disfrute de clases “reales” para poder realizar de forma inmediata consultas y preguntas y favorecía las relaciones cara a cara entre compañeros y compañeras, la interacción y vida social, conocer al personal docente y generar identidad de carrera e institucional, así como disfrutar de las instalaciones del ITCR, los diferentes servicios y grupos culturales y deportivos que existen en la institución, a la vez que podrían estar en un ambiente más académico que favorecería el aprendizaje.

Población PAR 2022

En el segundo semestre de 2022, se recopiló información con la población PAR 2022 sobre su percepción y experiencia acerca de aspectos positivos y negativos que se derivan de las modalidades presencial y virtual en las actividades docentes en el ITCR. Se siguieron los mismos procedimientos del año anterior para la recolección de datos y se indagó sobre la virtualidad y la presencialidad detallando las siguientes áreas: a) relaciones interpersonales, b) aprovechamiento y rendimiento académico y c) bienestar y salud física y emocional y su impacto para el bienestar personal y el desempeño académico.

La información resultante del trabajo con los cuatro grupos 2022 se resume en las tablas 3 y 4. En la tabla 3 se detalla la información sobre aspectos positivos y negativos de la modalidad virtual, según las tres áreas indicadas; y en la tabla 4, la información correspondiente a la modalidad presencial. Los datos se presentan en orden de mayor a menor mención de las temáticas.

Tabla 3. Factores protectores y de riesgo para el bienestar estudiantil en la modalidad virtual de las actividades docentes para la población PAR 2022

Modalidad virtual Aspectos positivos para			Modalidad virtual Aspectos negativos para		
<i>Relaciones interpersonales</i>	<i>Aprovechamiento y rendimiento académico</i>	<i>Salud física y emocional</i>	<i>Relaciones interpersonales</i>	<i>Aprovechamiento y rendimiento académico</i>	<i>Salud física y emocional</i>
<p>-Facilita la comunicación a las personas tímidas (menos exigencia para socializar y no es cara a cara)</p> <p>-Mayor facilidad para comunicarse por redes sociales y hacer redes de apoyo (acceso rápido a las personas)</p> <p>-Facilidad para socializar con los y las compañeras y amistades (a distancia)</p> <p>-Es más fácil participar porque nadie ve ni conoce a las personas (no sentirse expuesto/a)</p> <p>-No existe presión para participar en clase ni por</p>	<p>-Se podía aprovechar el tiempo para hacer tareas y trabajos, por no traslados a la institución</p> <p>-Más herramientas para hacer trabajos y estudiar: "Ayuda mutua" y "profe Google" y grupos de ayuda para resolver trabajos</p> <p>-Las clases estaban grabadas y se podían ver de nuevo (o capturas de pantalla)</p> <p>-Mayor comodidad para recibir clases para algunas personas</p> <p>-Carga académica inferior,</p>	<p>-No hay aspectos positivos para la salud</p> <p>-Compartir y convivir con la familia, lo que genera estabilidad emocional, confianza</p> <p>-Mayor tiempo para recreación, meditación y ejercicio (en casa o fuera de ella)</p> <p>-Dormir lo necesario y comer bien (alguien cocina siempre)</p> <p>-Seguridad (entorno seguro sin miedo a asaltos)</p> <p>- Menor cansancio y estrés por no trasladarse a clases y a exámenes presenciales</p>	<p>-No se socializaba tanto ni había espacios de convivencia</p> <p>-Había aislamiento</p> <p>-No se podían establecer relaciones de amistad duraderas (nadie se conocía)</p> <p>-Aumento o nuevos conflictos familiares</p> <p>-No hay confianza</p> <p>-Poca comunicación entre compañeros o compañeras</p> <p>-Poca comunicación entre estudiantes y docentes</p> <p>-Poca convivencia para personas introvertidas</p> <p>-Cuesta más hacer grupos</p>	<p>-Espacios familiares (físicos y de convivencia) que no favorecen la atención y concentración</p> <p>- Mucha distracción por actividades de la casa y por acceso al teléfono y otros distractores</p> <p>-La familia interrumpe e irrespeta el tiempo (espacio académico) del o la estudiante</p> <p>-Falta o pobre de internet que afectaba el estudio</p> <p>-Exceso de trabajos y tareas</p> <p>-La gente solo se conecta, pero no está realmente</p>	<p>- Estrés, ansiedad, depresión, irritabilidad, salud mental deteriorada.</p> <p>-Problemas visuales</p> <p>-Dificultades de iluminación y con la luz de los dispositivos</p> <p>-No se practicaba tanta actividad física (sedentarismo)</p> <p>-Problemas relacionados con la ergonomía en el lugar de estudio: mucho tiempo sentado (a) y frente a la computadora (dolores de cabeza, espalda y musculares en general)</p> <p>-Pocas horas de sueño y</p>

Modalidad virtual Aspectos positivos para			Modalidad virtual Aspectos negativos para		
<p>parte de compañeros o compañeras</p> <p>-Se puede tener algún empleo</p> <p>-Más tiempo disponible para compartir</p> <p>-Hay muchas actividades para participar (extra-clase)</p> <p>-Ahorro en traslados, alquileres y alimentación</p> <p>-Seguridad en el entorno (asaltos)</p> <p>-Actividades al aire libre</p> <p>-Nada es positivo en esta área</p> <p>-Facilidad para reunirse por las plataformas virtuales</p> <p>-Mayor sentido de igualdad</p> <p>- Se elimina la presión-temor de un encuentro presencial</p>	<p>pedían menos tareas (sede)</p>	<p>-Estar cerca de los seres queridos</p> <p>-Mejor organización del tiempo (ahorro en tiempos de traslado)</p> <p>-Mayor privacidad en el ámbito emocional</p> <p>-Mejor forma de expresión y de comunicación</p> <p>-Grupos de trabajo con personas de diferentes lugares y niveles (incluso avanzados en carrera)</p>	<p>-Reducción de la comunicación con otras personas del ITCR</p>	<p>-Se aprendía un poco menos</p> <p>-Contaminación sónica en el entorno</p> <p>-No hay presión para asistir a clases</p> <p>-Ausentismo</p> <p>-Los o las docentes no aclaran dudas</p> <p>-No hay comunicación directa con docentes</p> <p>-Cuesta más hacer grupos</p> <p>- Se pierde contacto con compañeros y compañeras de estudio</p> <p>-Menos comunicación para el desarrollo de trabajos</p> <p>-Las horas de consultan no se aprovechan o se pierden</p> <p>-Más pereza y postergación para hacer trabajos y asistir a clases</p> <p>-No todas las personas verificaban las noticias</p>	<p>trastornos del sueño (como dormir mucho)</p> <p>-Falta de espacios para el desahogo emocional</p> <p>-Pérdida o aumento de peso</p> <p>-Más estrés debido a que no había mucha interacción y se estaba más en casa frente al computador</p> <p>-Problemas para socializar y temores asociados</p> <p>-Estar sin poder salir</p> <p>-Soledad</p> <p>-Agresión y violencia intrafamiliar</p>

Modalidad virtual Aspectos positivos para			Modalidad virtual Aspectos negativos para		
				emitidas por su docente -Práctica del ghosting (cuando la persona se desaparece y no responde más) -Hacer trabajos con gente que no le gusta trabajar y se salen de los grupos -Activar la cámara -La materia no quedaba tan clara como en la presencialidad -Muy aburrido y cansado conectarse a la clase -NO conocer el Tec	

Nota. Datos suministrados por 53 de 88 estudiantes PAR 2022 del Campus Tecnológico Central, Campus Tecnológico Local San José. Se agradece la colaboración de los y las estudiantes, así como de la psicóloga Marilyn Barrios Ulloa quien ayudó en la recolección de la información. Fuente: elaboración propia.

Discusión y análisis de los resultados y hallazgos de la población PAR 2022

Modalidad virtual: aspectos negativos

En cuanto a las relaciones interpersonales, el estudiantado manifestó la ausencia de oportunidades o lugares adecuados para la socialización y la interacción con otras personas, así como la aparición o aumento de conflictos familiares. A esto se agregaron la no existencia de espacios de confianza o seguros para relacionarse con otras personas o para conocer compañeros y compañeras, así como las dificultades de acceso a recursos de apoyo estudiantil,

sobre todo para quienes eran introvertidos y presentaban limitaciones para establecer interacciones sociales.

También se mostró preocupación por factores de riesgo asociados con estrés, ansiedad, depresión, irritabilidad, salud mental deteriorada y con situaciones de salud asociadas con el tema ergonómico, por pasar sentados(as) todo el día con mobiliario inadecuado; así como problemas de la vista por el uso constante de dispositivos electrónicos y la exposición a la luz que estos emiten y la inadecuada iluminación en su entorno. También la falta de actividad y ejercicio físico fueron fuentes de preocupación, además de los trastornos del sueño, la ausencia de espacios para el desahogo emocional, los problemas de soledad, dificultades para socializar y enfrentar temores relacionados con la interacción social. También los conflictos y la violencia intrafamiliar generaban situaciones emocionales difíciles de enfrentar por el aislamiento y la poca existencia de espacios o servicios de contención emocional que cumplieran con los criterios de privacidad básicos.

A nivel de rendimiento académico, los ambientes familiares y físicos en las casas no eran adecuados para estudiar ya que se daba interrupción constante de la actividad académica por la dinámica propia de las familias y el ruido del entorno (casa y lugar de residencia), lo cual derivó en la poca participación real que mostraba el estudiantado, tanto en clases como en la realización de tareas y proyectos virtuales. Había ausentismo y poco compromiso con los grupos de trabajo y con el uso de los espacios como tutorías o consultas docentes, que no se aprovechaban adecuadamente, así como dificultades y desconexiones por el pobre internet que se ofrecía en sus lugares de residencia, y porque estar “conectado en clase” se volvía tedioso y se perdía el interés por la materia, sobre todo para aquellas personas que comprenden mejor los contenidos cuando se explican de forma presencial.

Modalidad virtual: aspectos positivos

Destacó en las relaciones interpersonales la brevedad en la que se podía tener acceso a las personas para reunirse, igualmente favorecía a individuos con ciertas dificultades en las relaciones interpersonales (tímidos, introvertidos) porque no se sentían presionados ni expuestos al rechazo o al ridículo; pero evidentemente los limitaba en el desarrollo de sus destrezas de comunicación y socialización y en la adquisición de competencias socioemocionales para la vida.

En lo referente a la salud física o emocional, se indicó que no había aspectos positivos a nivel emocional, justamente por la imposibilidad de interactuar con pares y docentes para socializar y adquirir destrezas socioemocionales. Como contraparte, para algunas personas el tiempo disponible por no tener que trasladarse al lugar de estudio pudo ser usado para cuidar la salud física y emocional, compartir con la familia, recrearse, meditar, hacer ejercicio y dormir bien. También se reportó menor cansancio y estrés, y mayor seguridad por no estar expuestos a asaltos u otros tipos de violencia. Un aspecto que resultó interesante en el área académica, para algunas personas, fue la facilidad para sentirse apoyadas en la realización de trabajos o en la evacuación de dudas por parte de compañeros(as).

Para algunas personas la virtualidad supuso un ahorro en gastos de alimentación, transporte, alojamientos u otros, y les permitió realizar otras actividades como trabajar y obtener algún ingreso extra, lo que contribuyó con su bienestar físico y emocional, pues satisfacían algunas de sus necesidades básicas.

Sobre el rendimiento académico, se destacó la disponibilidad de más tiempo para estudiar por no tener que trasladarse a recibir las lecciones, así como el acceso a clases grabadas, pero se dependía mucho de ayudas virtuales para completar los trabajos y tareas, lo que no garantizaba el aprovechamiento y aprendizaje al nivel que se requería.

Finalmente, en la tabla 4 se presentan aspectos positivos y negativos de la modalidad presencial, según las siguientes áreas: relaciones interpersonales, aprovechamiento y rendimiento académico, y salud física y emocional.

Tabla 4. Factores protectores y de riesgo para el bienestar estudiantil en la modalidad presencial de las actividades docentes para población PAR 2022

Modalidad presencial Aspectos positivos para			Modalidad presencial Aspectos negativos para		
<i>Relaciones interpersonales</i>	<i>Aprovechamiento y rendimiento académico</i>	<i>Salud física y emocional</i>	<i>Relaciones interpersonales</i>	<i>Aprovechamiento y rendimiento académico</i>	<i>Salud física y emocional</i>
- Más oportunidades y espacios para la convivencia e interacción social (socialización y redes de apoyo) -Mejor comunicación al ser directa -Trabajo en equipo -Conocer al personal docente y compañeros(as) de carrera o personas que conocían solo	- Las dudas se resuelven más rápido o de manera inmediata en la clase -Aprendizaje más completo, menos distracciones antes, después y durante las clases -Mayor y mejor comprensión de la materia - Las clases al ser presenciales o “reales” son	-Mayor actividad física y se camina: es una forma de hacer ejercicio - Se reduce el sedentismo al trasladarse al Tec para recibir clases y desplazarse dentro de la institución - Más actividad física al practicar deportes y usar instalaciones deportivas - Menos estrés y malestar	-Inseguridad (asaltos al trasladarse al Tec) -Dificultades para relacionarse con los compañeros (as) y otras personas por timidez -Aumento de las discrepancias al trabajar en grupo o relacionarse con otras personas - Es difícil sentir confianza para relacionarse	- Ruido e interrupciones por convivencia con muchas personas en residencia y apartamentos, lo que dificulta la concentración como fiestas -Horarios menos flexibles y menos tiempo para hacer los trabajos por los traslados -Tiempo de traslado que resta espacios al estudio	- Desgaste físico y más cansancio mental por traslados (de y hacia el Tec y no hay buses, también considerar personas con discapacidad -Más estrés por el ajuste a la modalidad presencial -Preocupaciones y vulnerabilidad por traslados en la noche del Tec al lugar de residencia y

<p>en la virtualidad</p> <ul style="list-style-type: none"> -Fortalecimiento de amistades y facilidad para hacer nuevos amigos(as) -Mejorar las habilidades de comunicación y blandas o para la vida -Fortalecer o iniciar actividades de recreación -Agilidad en las actividades académicas al ser relaciones interpersonales directas e inmediatas -Más compañerismo -Agilizar las consultas (clases, tutorías, servicios estudiantiles u otros) porque son directas e inmediatas - Mejores grupos de estudio 	<p>más comprensibles</p> <ul style="list-style-type: none"> -Mayor atención, concentración e interacción en clase -Se logra mayor comunicación con el o la docente -Mejor ambiente educativo -Los y las estudiantes van más a clases (en virtual hay más ausentismo) -Consultas y tutorías presenciales para mayor comprensión -Espacios físicos apropiados para estudiar (biblioteca, salas de estudio, laboratorios) - Acceso a instalaciones del Tec: comedor, biblioteca, laboratorios, instalaciones deportivas, residencias 	<p>emocional porque se despeja la mente</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mayor posibilidad de socializar -Posibilidad para desahogarse y tener apoyo emocional con los amigos(as) y compañeros(as) -Mayor participación en actividades recreativas - Posibilidad de participar de grupos culturales o deportivos presenciales como forma de manejar el estrés -Citas presenciales con la psicóloga -Más oportunidades para apoyo emocional con diferentes personas (redes de apoyo) -Mayor posibilidad de participar en asociaciones 	<p>más con las personas</p> <ul style="list-style-type: none"> -Mayor posibilidad de ser víctima de la presión social -Poca comunicación familiar -Se pueden perder relaciones cercanas previas -Más probabilidad de encontrar personas que se constituyan en “malas influencias” -Algunas personas docentes son poco empáticas -Dificultad para exponer y hablar en clases “por haber perdido la práctica” 	<ul style="list-style-type: none"> -No existen las clases grabadas -Mayor rigor en la calificación de las evaluaciones presenciales (y además no hay acceso a “materiales de apoyo y san Google”). -Hay que estudiar mucho más - No todas las personas demuestran interés por los trabajos -Hacer trabajos con gente que no es agradable - Miedo a hacer preguntas o a hablar en público o expresarse en clases o trabajos grupales -Más posibilidades de llegadas tardías a clases y otras actividades -Incremento del riesgo a perder la asistencia a 	<p>temor a asaltos</p> <ul style="list-style-type: none"> -No hay muchas horas de sueño, ocio y recreación: entre las clases y la realización de trabajos no queda mucho tiempo -A veces no hay tiempo para comer o cocinar y se afecta la salud -Mayor estrés por la carga académica y el dinero que no alcanza -Menos o falta de privacidad para las personas ubicadas en residencia estudiantil -Mayor probabilidad de ser víctima de bullying y discriminación -Mayor exposición social que aumenta los miedos para la gente tímida -Preocupación por el gasto en
--	--	---	--	---	--

	<ul style="list-style-type: none"> -Acceso a otras personas docentes, además del o la docente del curso -Más apoyo con los compañe-ros -Menos cansancio mental -Comunica-ción directa con las personas -Aprove-chamiento de los espacios, servicios y recursos que el Tec brinda al estudiantado -Más interés por el estudio -Se pierden menos fechas o espacios de atención docente y tutorías 	<ul style="list-style-type: none"> y grupos académicos -Contamos con servicios de la clínica de salud 		<ul style="list-style-type: none"> evaluaciones o clases debido a eventos fortuitos 	<ul style="list-style-type: none"> transporte, alimentación, alojamiento y otras -Problemas económicos y dificultades con la organiza-ción del dinero -Problemas económicos (la beca es insuficiente) -Vida más independiente en un ambiente desconocido (temores)
--	--	---	--	--	--

Nota. Datos suministrados por 53 de 88 estudiantes PAR 2022 del Campus Tecnológico Central, Campus Tecnológico Local San José. Se agradece la colaboración de los y las estudiantes, así como de la psicóloga Marilyn Barrios Ulloa, quien colaboró en la recolección de la información. Fuente: elaboración propia.

Discusión y análisis de los resultados y hallazgos de la población PAR 2022

Modalidad presencial: aspectos negativos

Al enfrentarse a la presencialidad se pusieron en evidencia dificultades en las relaciones interpersonales, lo cual actuó como factor de riesgo dificultando la implementación y fortalecimiento de habilidades sociales relacionadas con la comunicación e intercambio directo con otras personas. También se evidenciaron dificultades de comunicación y expresión de

emociones, fundamentales en las actividades académicas y sociales entre pares, y entre estudiantes y otras personas de la comunidad educativa.

Como el estudiantado lo manifestó, se ha “perdido la práctica” en estos años de aprendizaje virtual y de aislamiento en torno a las habilidades de interacción social. Aparecieron o se incrementaron dificultades para relacionarse con otras personas (iguales o adultas), así como la timidez y la falta de destrezas que aumenten la confianza para iniciar contactos sociales.

También aparecieron temores relacionados con la inseguridad personal o integridad física debido a los traslados desde y hacia el ITCR, y a no contar con facilidades para el transporte y para salir en grupo o acompañados del recinto universitario. Adicionalmente, los y las estudiantes mostraron temores a la hora de enfrentar la presión social, por no saber cómo poner límites y porque la cercanía social generó un aumento en la posibilidad de discusiones o discrepancias entre compañeros(as).

Con respecto a la salud física y emocional, sobresalieron aspectos de desgaste físico y mayor cansancio mental por los traslados, así como mayor estrés por el ajuste a la modalidad presencial, y preocupaciones por la vulnerabilidad que suponían los traslados en la noche del ITCR al lugar de residencia y, en general, temor a asaltos. Esto fue también expresado por el grupo PAR 2021 y reflejo de la realidad nacional (PNUD-EEs, 2022).

También se reportan menos horas de sueño, de recreación y ocio porque tenían que dedicar tiempo a los traslados desde y hacia el ITCR y por la realización de trabajos y tareas. Debe anotarse que, en este proceso de vuelta a la presencialidad, no había en el ITCR un servicio de transporte adecuado y regular para el estudiantado, lo que les agregó un obstáculo más que enfrentar. A esto se sumó el hecho de que debieron ajustarse a la dinámica de preparar sus alimentos y no siempre conseguían alimentarse en horarios y de manera adecuada, lo que se podría reflejar en problemas de salud. A estas situaciones se adicionaba el tema de la experiencia nueva de la organización general y del dinero para suplir sus necesidades.

Por otra parte, había vulnerabilidad emocional y temores relacionados con la convivencia con otras personas, tanto en residencias estudiantiles como en los apartamentos, por aspectos de posible violencia, discriminación o situaciones similares que se hicieron evidentes al encontrarse en un espacio nuevo en el que debían asumir de manera independiente sus vidas, pues para la mayoría del estudiantado era la primera vez que se alejaban de sus hogares y zonas de residencia.

En cuanto al ajuste académico y el rendimiento, destacaron como factores de riesgo o preocupantes el aumento de las discrepancias al trabajar en grupo o relacionarse con otras personas, lo que dificultó la realización de los trabajos o hacerlos con la calidad requerida o deseada. También les resultó complicado poner límites en los trabajos grupales cuando las personas integrantes del equipo no se comprometían con la tarea. Asimismo, tenían dificultad para preguntar y participar en clases, lo que generaba temores relacionados con el riesgo de no aprobar los cursos, pues la calificación en la modalidad presencial se percibía más rigurosa.

Igualmente, el ambiente estudiantil, el compartir residencia o apartamento facilitaba las fiestas y reuniones que los podían distraer de sus ocupaciones académicas, incrementar las distracciones e interferir con la concentración, las rutinas de estudio o en el cumplimiento de sus responsabilidades estudiantiles.

Anotaron también como dificultad el ya no contar con todas sus clases grabadas, tener que disponer de tiempo para traslados, horarios de clases menos flexibles y variados que en la virtualidad, lo que restaba tiempo al estudio extra-clase, tan necesario, dado el alto nivel de exigencia percibido en los cursos.

Modalidad presencial: aspectos positivos

En esta modalidad se rescató la posibilidad de interactuar con otras personas, hacer equipos de trabajo y verdaderas redes de apoyo al tener la oportunidad de la comunicación directa. Se pudo tener mayor posibilidad para conocer nuevas amistades y acercarse al personal docente de las diferentes escuelas y de sus carreras. También en la presencialidad se fortalecieron los vínculos iniciados en la virtualidad (pudieron conocer en persona a sus compañeros y compañeras), se hicieron nuevas amistades y se podían aprovechar los espacios de recreación e interacción que existen en el ITCR, favoreciendo las capacidades de comunicación y la puesta en práctica de habilidades para la vida.

También las actividades académicas se agilizaron, pues el contacto directo con otras personas estudiantes y con docentes permitió compartir conocimientos de forma ágil e inmediata, antes, durante y después de las clases, así como tener mejor acceso a tutorías y grupos de estudio.

En el área de salud, tanto física como emocional, el hecho de trasladarse dentro del campus, hacia y desde este, era percibido como una forma de mantenerse en actividad física y bajar los niveles de sedentarismo que estaban impactando negativamente la salud física y el bienestar emocional. Adicionalmente, se podía hacer uso de las instalaciones institucionales para recrearse y hacer deporte, lo que favoreció su bienestar físico y emocional pues experimentaban menos estrés y malestar.

Por otro lado, había mayores posibilidades para socializar, hacer amistades, tener espacios para el desahogo y apoyo emocional, asistencia psicológica y médica, así como participar en grupos culturales y deportivos, lo que les favoreció el poner en marcha sus habilidades en diferentes áreas y participar e integrarse a grupos académicos que existen en la universidad y en los cuales podían expresar sus intereses y crecer académicamente, además de favorecer su bienestar físico y emocional.

Las actividades académicas se agilizaron por el contacto directo mejorando el aprovechamiento y la motivación para el estudio, pues se contó con mayores opciones para resolver dudas de manera ágil o inmediata en clase, en un ambiente con menos distracciones que hacía de las clases y del entorno un espacio para entender la materia, puesto que se vivenció como un verdadero ambiente educativo. A su vez, los espacios universitarios permitieron estudiar mejor, lo que generó en el estudiantado la sensación de ser estudiantes

universitarios(as), parte de una carrera o disciplina profesional específica y percibirse verdaderamente en un proceso de formación profesional.

Conclusiones

En la modalidad de enseñanza-aprendizaje virtual, la población estudiantil PAR evidenció factores de riesgo e impactos negativos en cuanto a la salud socioemocional (salud mental) reflejada en mayores niveles de estrés, ansiedad, depresión y otras dolencias físicas por el sedentarismo y el estar sentados(as) y frente a dispositivos electrónicos por largos periodos de tiempo. Indudablemente el sedentarismo y el encierro o permanencia exclusiva en un mismo espacio físico, puede suponer problemas de salud y disparar situaciones socioemocionales y conflictos intrafamiliares tal y como lo expuso la población estudiantil de ambos grupos (2021 y 2022).

También se notó menoscabo en las relaciones y en la convivencia interpersonal, así como en la habilidad para socializar de manera adecuada con los pares y otras personas ajenas al grupo familiar. Esto se agudizó en el caso de personas tímidas o introvertidas que no pudieron incorporar y poner en práctica habilidades socioemocionales, pues la virtualidad les permitía pasar desapercibidas y limitarse a enviar sus trabajos y cumplir con sus obligaciones académicas, sin exponerse socialmente y sin encuentros cara a cara con el cuerpo docente y otras personas estudiantes.

Los y las estudiantes vieron limitadas sus posibilidades para socializar, interactuar con iguales y conocer personas para establecer relaciones nuevas y contar con apoyos emocionales entre pares. Estas situaciones de necesidad de apoyos y los problemas de estrés, ansiedad, depresión y similares tampoco podían ser abordadas de manera adecuada pues el acceso a los servicios institucionales de contención y apoyo médico y psicosocial se veían afectados por la falta de privacidad en los hogares del estudiantado que, además no podía trasladarse al centro educativo a recibir la atención requerida.

En el entorno familiar, también se pusieron en evidencia dificultades de relación y para el uso de los espacios del hogar para labores académicas, pues la población estudiantil no contaba con las condiciones adecuadas para la concentración, atención y desarrollo de trabajos y proyectos, ya que en el hogar confluían la dinámica familiar, laboral y estudiantil. De esta manera se pudieron exacerbar dificultades de relación por la convivencia cercana y obligada (dada la pandemia) de personas con diferentes necesidades, en ambientes con insuficiencias de espacio físico, tecnologías inapropiadas y pobres conexiones a la red de internet.

Derivado de todo lo anterior se percibía, lo que también fue reportado en PEN (2021), que en la modalidad virtual los niveles de trabajo y tareas se incrementaron y las clases no presenciales dificultaban la asimilación de contenidos, la atención y concentración, y la posibilidad de evacuar dudas de manera inmediata, por lo que también se percibía que el aprovechamiento académico y los aprendizajes eran menores. Además, como también se reportó en ITCR (2021), el estudiantado no percibía que realmente estaba en la universidad y,

por tanto, no lograba un sentido de pertenencia y una clara identidad como estudiante universitario(a).

En cuanto a los aspectos positivos y factores protectores de la virtualidad, se puede rescatar el mejor uso del tiempo y la posibilidad de una distribución óptima de este en actividades variadas, desde las académicas, hasta las de autocuidado y salud física y emocional; no obstante, eso no es así para todas las personas.

Por otra parte, se desprenden de esta modalidad otras ventajas: las clases se pueden retomar en diferentes momentos y es posible pausarlas porque están grabadas; se pueden tener reuniones y conexiones de forma expedita con otras personas en diferentes lugares del país y diferentes sedes universitarias; y es factible tomar clases independientemente de la sede en la que se impartan las lecciones. En este sentido Rocha y Ruiz (2022) indican que la virtualidad y el trabajo con apoyos tecnológicos permite a la población estudiantil un mejor uso del tiempo y mayor posibilidad de apoyarse en estas herramientas para realizar sus tareas y trabajos, lo que puede aumentar la motivación para el aprendizaje e incrementar las habilidades de autoestudio, cruciales en el ámbito universitario.

En términos de factores protectores, tampoco se puede dejar de lado la seguridad que para algunas personas supone la virtualidad, pues el estar en su hogar en un ambiente de apoyo y seguridad (en el sentido ciudadano), les garantiza no exponerse a asaltos y a riesgos asociados a la presión social para participar de ciertas actividades recreativas o sociales. Si bien estas actividades sociales pueden ser parte de la convivencia entre estudiantes, también se pueden considerar factores de riesgo por cuanto el estudiantado carece de habilidades socioemocionales que le permitan autonomía y seguridad para poner límites.

Por su parte, la presencialidad fue vista en términos negativos por los grupos estudiantiles PAR en lo referente a las dificultades emocionales para asumir el desarraigo y las nuevas responsabilidades que pueden derivarse del traslado de sus zonas de origen a las cercanías de la sede universitaria en la que están matriculados, y que podrían afectar su estabilidad y bienestar emocional, y su rendimiento académico. Hay temores asociados a los traslados en dos vertientes: el tener que alejarse del hogar y la comunidad y el temor expresado a sufrir asaltos durante los traslados hacia y desde el recinto universitario.

La presencialidad puede suponer un aumento en los niveles de estrés, pues se percibe mayor exigencia en las clases presenciales y hay menos tiempo disponible (que en la modalidad virtual) para hacer tareas, trabajos y proyectos, porque los traslados restan tiempo para atender a las demandas académicas.

También, la vuelta a la presencialidad significa retos en la organización del tiempo y del dinero disponible para ejecutar tareas cotidianas como cocinar y realizar compras, pagar diferentes rubros propios de la vida académica y también agrega desgaste y estrés derivados de los retos que suponen las nuevas demandas.

Adicionalmente, se detectó como factor de riesgo la dificultad para la socialización y la carencia de habilidades socioemocionales, ya que, con la virtualidad, se han visto disminuidas algunas estrategias para socializar y se han exacerbado ciertos temores, entre ellos hablar,

participar en clase, enfrentarse al rechazo, exponerse socialmente, negociar y poner límites. En consecuencia, el estudiantado se mostró preocupado por la posibilidad de distracciones y presión social debidas a la convivencia y a su dificultad para poner límites y mantener relaciones interpersonales adecuadas sin ningún tipo de violencia.

Lo negativo de la presencialidad para el aprendizaje se ve compensado por el ambiente académico y el acceso a espacios adecuados para el estudio y el desarrollo psicosocial, que le permiten a los y las estudiantes obtener herramientas para la vida y tener un sentido de pertenencia e identidad universitaria, poder participar en “clases reales”, acceder a servicios, instalaciones, programas culturales, deportivos y académicos que ofrece el ITCR, todo lo cual redundará en condiciones más favorables para el aprendizaje y bienestar psicosocial, ya que si bien la virtualidad sirvió para atender una circunstancia educativa extraordinaria y permitió que las personas siguieran en su proceso formativo universitario, no fue del todo positiva porque había carencias personales, en los hogares y en las zonas de residencia.

La población estudiantil valoró positivamente el estar en el ITCR atendiendo su formación profesional y consideró que el aprendizaje es mayor, aunque los niveles de exigencia aumentaron. Estas condiciones les ofrecen menos estrés y cansancio, mayor motivación para el estudio, pero fundamentalmente eleva las posibilidades de interacción social y su desarrollo integral.

Es claro que la experiencia de la virtualidad, si bien permitió mantener el proceso educativo, significó ahorro de recursos económicos para la institución y permitió mayor cobertura de población estudiantil, independientemente de su lugar de residencia, no es la modalidad más favorable para una parte del estudiantado, pues limita el desarrollo y la adquisición de habilidades o competencias sociales y emocionales, que son necesarias en esta etapa de la vida y para el futuro desempeño profesional.

Por otra parte, en este momento, la presencialidad en los procesos educativos debe predominar, ya que especialmente las universidades son espacios para aprender, convivir con personas de diferentes intereses y especialidades, y para desarrollar habilidades sociales y nuevas relaciones.

Aunque la virtualidad ayudó a mantener el sistema educativo funcionando, lo que ocurrió fue una adopción de la “educación virtual remota utilizando planeamientos y recursos tradicionales que no habían sido diseñados para enfrentar un contexto didáctico tan complejo, al que se suma la heterogeneidad social, económica y cultural de los hogares a los cuales pertenecen los estudiantes” (PEN, 2021, p. 93); con lo que se puso en condición de desventaja a una parte del estudiantado que de por sí, como es el caso del PAR, pertenece a grupos en condición de vulnerabilidad académica, familiar, socioeconómica y de acceso a la tecnología, entre otros.

Los factores protectores y de riesgo en el ámbito universitario, en las modalidades virtual y presencial deben tomarse en cuenta en los procesos de planeamiento y ejecución de las acciones de enseñanza-aprendizaje de ahora en adelante. Es posible que ambas modalidades puedan y deban coexistir usando las ventajas de cada una. Se esperaría con ello lograr que el

aprendizaje sea significativo y continuo, y que propicie habilidades sociales y emocionales que le permitan a cada estudiante el desarrollo integral.

Bedolla (2018) indica que la función del sistema educativo no es solo transmitir conocimiento, sino enseñar a aprender a aprender y dotar a cada estudiante de habilidades y competencias que favorezcan el aprendizaje significativo y sustentable que permita la escogencia, clasificación, integración y almacenamiento de la información para ser aplicada, tanto en el presente como en el futuro ejercicio profesional. Esto se puede propiciar manteniendo las bondades de la presencialidad, los apoyos tecnológicos que se pusieron en marcha durante el periodo educativo virtual y garantizando para el estudiantado el acceso a los dispositivos tecnológicos necesarios, la adecuada conexión a las plataformas institucionales y a la internet, así como los programas, servicios y acciones institucionales tendientes a favorecer la permanencia y ajuste al medio universitario.

Referencias

- Bedolla, R. (2018). Programa educativo enfocado a las técnicas y hábitos de estudio para lograr aprendizajes sustentables en estudiantes de nuevo ingreso al nivel superior. *Revista Iberoamericana de Educación*. 76(2), 73-94.
<https://doi.org/10.35362/rie7622959>
- Castillo, M. (2015). *Factores protectores y de riesgo para la vida universitaria. Guía de apoyo psicológico para universitarios: Diversidad e inclusión*. <https://docplayer.es/3834800-Guia-de-apoyo-psicologico-para-universitarios.html>
- Chinchilla-Brenes, S. (2022). *Programa de Atracción, Selección, Admisión y Permanencia con Equidad en el Instituto Tecnológico de Costa Rica: Admisión Restringida, 2021*.
<https://repositoriotec.tec.ac.cr/handle/2238/13558>
- Instituto Tecnológico de Costa Rica. (ITCR). (21 de setiembre de 2021). *Análisis de programas revela efecto de la virtualidad en los estudiantes*. https://us10.campaign-archive.com/?e=__test_email__&u=ddbc6e75b2c16b3c06a1ed88d&id=bf89c2571b
- Instituto Tecnológico de Costa Rica. (ITCR). (20 de octubre de 2022). *Reglamento de Admisión a carreras de grado en el Instituto Tecnológico de Costa Rica*. <https://www.tec.ac.cr/reglamentos/reglamento-admision-carreras-grado-instituto-tecnologico-costarica>
- Programa Estado de la Nación (PEN). (2021). *Octavo Estado de la Educación*.
<https://repositorio.conare.ac.cr/handle/20.500.12337/8152>
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD)-Escuela de Estadística (EEs). (2022). *Encuesta Nacional de Seguridad Ciudadana en Costa Rica 2022*. [Archivo PDF]. <https://www.undp.org/sites/g/files/zskgke326/files/2022-10/Encuesta%20Nacional%20de%20Seguridad%202022.pdf>
- Rocha, J. y Ruiz, J. (2022). *La transformación digital y los hábitos de estudio mediados por la tecnología*. <https://observatorio.tec.mx/edu-bits-blog/la-transformacion-digital-y-los-habitos-de-estudio-mediados-por-la-tecnologia/>
- Sandoval, C. (2002). *Investigación cualitativa* [Archivo PDF].
<http://biblioteca.udgvirtual.udg.mx/jspui/bitstream/123456789/2815/1/Investigaci%c3%b3n%20cualitativa.pdf>