

## El confinamiento en los jóvenes y adolescentes a causa del estado de alarma generado por el COVID-19

>> Informe del Estudio elaborado por FAIM entre adolescentes y jóvenes de diferentes perfiles para conocer cómo han afrontado el confinamiento

Desde la Fundación de la Atención Integral del Menor se ha realizado una encuesta con el fin de conocer como los jóvenes y adolescentes han afrontado el confinamiento, especificando en el ámbito educativo, en el uso de redes sociales e internet y en las emociones vividas.

El cuestionario se ha distribuido mediante un enlace web por redes sociales y correo electrónico. La muestra está compuesta por 403 encuestados con un rango de edad de 12 a 27 años. La media se encuentra en 16,67 años y la mediana en 16, lo que indica que la mitad de la muestra tiene entre 12 y 16 años y la otra mitad entre 16 y 27 años. El 64,5% son de género femenino mientras que el 34,4% pertenecen al género masculino.

### **Confinamiento, convivencia y emociones vividas**

El confinamiento ha traído consigo unas normas que han impedido salir a la calle sin un motivo justificado, en caso de salir tener que hacerlo individualmente y se ha restringido cualquier movimiento regional, provincial, autonómico y estatal, entre otras. De los jóvenes encuestados, el 10,2% no ha respetado las normas en algún momento del confinamiento, mientras que el 89,8% las ha respetado en todo momento.

Dentro del hogar, la habitación ocupa un lugar muy importante para los adolescentes, ya que la habitación supone el lugar en el que generalmente se

pueden llevar a cabo muchas de las formas de ocio (como ver series, películas, comunicarse mediante las redes sociales) y también hace de refugio como espacio privado personal (Feixa, 2005). Por lo que es un factor relevante para la identidad y personalidad en la juventud. El 89,8% de las personas encuestadas disponían de habitación propia durante el confinamiento mientras que el 10,2% han tenido que compartir su habitación durante el confinamiento con algún familiar.

La **regulación emocional** capacita a los adolescentes para resolver problemas y comunicarse efectivamente (Pérez Díaz & Guerra Morales, 2014) a la vez que posibilita las relaciones sociales satisfactorias y un correcto desarrollo socioemocional (Cuervo & Izzedin, 2007). Los adolescentes que saben regular sus emociones presentan una mejor salud física y psicológica y presentan menos síntomas físicos, ansiedad, depresión, somatización, estrés social y tienen a utilizar estrategias de afrontamiento positivo para solucionar los problemas (Extremera Pacheco & Fernández-Berrocal, 2013). La expresión de emociones es una de las competencias de la regulación emocional, esta expresión se puede ubicar en compartir los sentimientos a alguna persona.

Se ha preguntado en la encuesta si han compartido sus emociones o sentimientos con alguien en algún momento del confinamiento, el 25% no ha compartido sus sentimientos con nadie, del 75% restante de los jóvenes que sí que han expresado sus sentimientos a alguien, el 13,4% lo han hecho con su padre o madre. El 52,9% lo ha expresado principalmente con sus amigos, y el 3,5% ha recurrido a profesionales. Respecto al sentimiento de soledad, el 42,2% de los jóvenes afirma no haberse sentido solo en ningún momento del confinamiento.

Se ha querido comprobar si existe una relación y en caso de que si, cual es la fuerza de la misma, entre compartir los sentimientos y el género de los encuestados. Para esto se ha realizado una tabla cruzada y se han utilizado los estadísticos Chi-cuadrado y Phi, los resultados muestran que sí que existe una dependencia entre el género y expresar los sentimientos, con un 0,48, tiene una fuerza de asociación media. Por lo que los jóvenes que han respondido esta encuesta expresan menos sus sentimientos que las jóvenes.

Con las relaciones familiares, el 18,1% de los encuestados afirma esta situación ha afectado a sus relaciones familiares; respecto a las relaciones de amistad el 26,6% considera que va a afectar al futuro de sus relaciones y dentro de las relaciones de pareja el 13,6% de los encuestados considera que afectará a las mismas. La situación laboral del 41,7% de los padres, madres y tutores legales de los encuestados ha cambiado.

## Educación

En el ámbito educacional o académico, los jóvenes necesitan un espacio adecuado para la realización de las tareas y trabajos, el 93,1% tiene un espacio personal en el que puede realizar las tareas o trabajos, el 5,7% dispone de este espacio pero tiene que compartirlo y el 1,2% no dispone de ningún espacio en su domicilio para realizar las tareas o deberes.

Dada la situación, muchos centros e instituciones han recurrido a la tecnología para poder dar clase, mandar contenido, mantener la comunicación, así como se ha precisado en algunos casos que el alumnado también lo utilice como principal medio educativo. La brecha digital se ha agudizado y con ellos sus consecuencias en la educación (Rodríguez, Leralta, & Gómez, 2020). El 15,6% de los jóvenes no disponían de un ordenador, el 25,1% no disponían de impresora y el 23,6% no disponía de web-cam.

Los deberes en casa han sido objeto de debate dadas las condiciones del confinamiento en las que los padres han tenido que ejercer de profesores sin ningún tipo de directriz. El 32,8% de los encuestados consideran muy alta la cantidad de deberes mandada desde los centros educativos.

La comunicación con los tutores y profesores que ha estado supeditada a la red y realizada con aplicaciones que posibilitaban la comunicación es considerada como muy buena únicamente por el 8,9% de los encuestados, como muy mala la han considerado el 9,2%.

Cada centro o institución ha gestionado las clases online de forma independiente, para analizar este dato en la encuesta se ha hecho una división entre los estudiantes asistentes a un instituto (Grado medio, ESO, FP y Grado superior) y los

asistentes a la universidad. De los estudiantes asistentes al instituto el 43,8% ha tenido clase de lunes a viernes, el 30% ha tenido clases online 2 o 3 días a la semana, el 17,5% ha tenido menos de 2 días a la semana y el 8,2% no ha tenido clases online. Entre los asistentes a la universidad el 19,4% han tenido clase de lunes a viernes, el 35,5% ha tenido clases 2 o 3 veces a la semana, el 30,6% ha tenido clase menos de 2 días a la semana y el 14,5% no ha recibido ninguna clase online.

El seguir las clases también se ha presentado una dificultad, el confinamiento ha traído una gran desventaja escolar en el rendimiento de los niños y niñas en situación de vulnerabilidad (Fernández-Rodrigo, 2020) En los asistentes a los institutos el 11% no ha podido seguir las clases con normalidad mientras que en los asistentes a universidad la cifra es de 22,6%.

En la valoración de las clases recibidas en los asistentes al instituto el 26% las considera malas o muy malas, mientras que en la universidad esta cifra es de 32,3%. En el instituto las han considerado buenas o muy buenas el 40,3% y en la universidad el 30,6%. Se puede observar como en la universidad las valoraciones son inferiores en ambos sentidos.

Seleccionando a los alumnos asistentes únicamente a la Educación Secundaria Obligatoria, el 70% ha precisado ayuda a la hora de realizar los deberes, contando con los materiales aportados por el instituto. Se ha preguntado por la dificultad a la hora de realizar las tareas mandadas, haciendo de nuevo la escisión entre los asistentes a institutos y los asistentes a la universidad, el 31,5% de los asistentes al instituto no han entendido las tareas y les ha parecido complicado realizarlas, entre los universitarios esta cifra se eleva al 35,5% de estudiantes.

Los alumnos asistentes a la universidad se muestran más preocupados por el curso académico que aquellos asistentes al instituto, esta preocupación podría estar relacionada con que el 43,5% los estudiantes universitarios opinan que no ha recibido una información adecuada a cerca del cambio de normas de evaluación durante el curso, mientras que esta cifra en los asistentes al instituto está en el 25,3%.

## Redes sociales e internet

**El uso de internet se ha incrementado de forma generalizada**, este hecho se puede contemplar dentro de la situación del confinamiento como la utilización de un recurso ejerce de medio con el mundo y está siendo utilizado como principal recurso educativo, por lo que este aumento del uso no tiene que ser negativo (García-Bullé, 2020)

Para analizar el uso de internet y redes sociales se ha utilizado una escala que iba desde “Menos de 1 hora”, “De 1 a 3 horas”, “De 3 a 6 horas”, “De 6 a 8 horas” y “Más de 8 horas”, se ha preguntado por el uso antes del confinamiento y durante el mismo.

La respuesta que más se repite *antes* del confinamiento es “de 3 a 6 horas” y *durante* del confinamiento es “Más de 8 horas”. Entre los que han respondido “más de 8 horas” *después*, el 46,6% viene de utilizarlas *antes* “De 3 a 6 horas”. *Antes* del confinamiento el 38,3% de los encuestados utilizaba internet “de 1 a 3 horas” y el 38,5% “De 3 a 6 horas”, durante el confinamiento el 31,3% utilizaba internet “De 3 a 6 horas” y el 32,5% “Más de 8 horas”. En general se ha aumentado un punto en la escala del uso de internet salvo en este último caso, a su vez cabe resaltar que apenas el 7,4% de los encuestados han hecho uso de internet menos de 3 horas diarias.

Las redes sociales han seguido una dinámica parecida, pero con valores menores, el valor más repetido por los encuestados en la pregunta de *antes* es de “De 1 a 3 horas”, y en *durante* el confinamiento es “de 3 a 6 horas”, un salto menor que en el uso de internet. Antes del confinamiento el 48,1% de los encuestados utilizaban las redes sociales “De 1 a 3 horas”, “Menos de 1 hora” lo ha utilizado el 20,8% y “De 3 a 6 horas” lo ha utilizado el 21,3%. Durante el confinamiento el 30,5% de los encuestados utilizaban las redes sociales “De 3 a 6 horas”, el 27,5% las ha utilizado “De 1 a 3 horas” y “De 6 a 8 horas” lo ha utilizado el 22,1% de los encuestados.

Dada la disponibilidad de tiempo durante el confinamiento para el uso de la tecnología, el 15,9% de los encuestados ha establecido un horario para controlar el tiempo invertido en ella.

## Referencias

- Cuervo, A., & Izzedin, R. (2007). Tristeza, Depresión y Estrategias de Autorregulación en Niños. *Tesis psicológica*, 35-47. (F. U. Libertadores, Ed.) Colombia .
- Extremera Pacheco, N., & Fernández-Berrocal, P. (2013). Inteligencia emocional en adolescentes. *Padres y maestros* , N°352.
- Feixa, C. (2005). La habitación de los adolescentes. (U. d. Vasco, Ed.) *Papeles del CEIC*(16).
- Fernández-Rodrigo, L. (2020). Alumnado que no sigue las actividades educativas: El caso de una escuela de alta complejidad durante el confinamiento por COVID-19. *Sociedad e Infancias* , 191-194.
- García-Bullé, S. (2020). El tiempo de pantalla durante la contingencia . *Observatorio de Innovación Educativa* .
- Pérez Díaz, Y., & Guerra Morales, V. M. (2014). La regulación emocional y su implicación en la salud del adolescente . *Revista Cubana de Pediatría* , 368-375.
- Rodríguez, A., Leralta, O., & Gómez, D. (2020). *¿Como puede afectar esta pandemia a las infancias desfavorecidas?* Conserjería de Salud y Familias : Escuela Andaluza de Salud Pública .