

Pluralismo
Compromiso
Inclusión



Emociones de Estudiantes Secundarios

Dra. Denise Oyarzún Gómez – Universidad Central de Chile

Introducción



Un año de emociones intensas

ANUARIO 2020: LAS EMOCIONES DE UN AÑO IMBORRABLE

Se acaba. Se van 366 días -sí, 2020 fue bisiesto- que difícilmente se olvidarán. En Chile, cuando aún estaba fresco el estallido social llegaron la pandemia y su gama de reacciones que han incertidumbre, miedo y, en

Carlos Pérez Escobar 19 DIC 2020 06:00 AM

Tema se abordará hoy en Encuentros El Mercurio Online: Las acciones colaborativas ayudan a manejar las emociones en la pandemia

Cómo el brote global afecta al cerebro y qué se puede hacer ante ello es lo que reflexionarán el psiquiatra Juan Pablo Jiménez junto al científico Pedro Maldonado.

(SINOPSIS)

El psiquiatra Juan Pablo Jiménez, y de la Psicología de la Universidad de Chile, se reunirán hoy en un encuentro en línea para abordar el tema de cómo manejar las emociones en la pandemia.

El brote global de la COVID-19 ha generado un impacto emocional en la población. Este encuentro abordará cómo manejar estas emociones y qué acciones colaborativas pueden ayudar a enfrentar esta situación.

El contacto con otros es parte de la naturaleza psicológica de los humanos, por lo que el aislamiento puede afectar las emociones. Este encuentro abordará cómo manejar estas emociones y qué acciones colaborativas pueden ayudar a enfrentar esta situación.

Los emociones que sentimos aparecen porque algo ocurre en el cerebro que, desde la ciencia, nos brinda de acción a algo que estamos viviendo. Y añade: "Podemos sentir alegría, tristeza, miedo. Es importante reconocer que esas emociones son legítimas antes de trabajar para enfrentarlas".



El contacto con otros es parte de la naturaleza psicológica de los humanos, por lo que el aislamiento puede afectar las emociones.

En la medida en que, además del manejo individual, las acciones de colaboración con la comunidad han demostrado funcionar para controlar las emociones negativas que pueden surgir a consecuencia de la pandemia, dice Jiménez.

Se ha visto que quienes logran manejar mejor esto son los que se involucran en labores participativas, ya sean online u otras, como ayudar a sus vecinos", asegura el médico.

Coordenadas

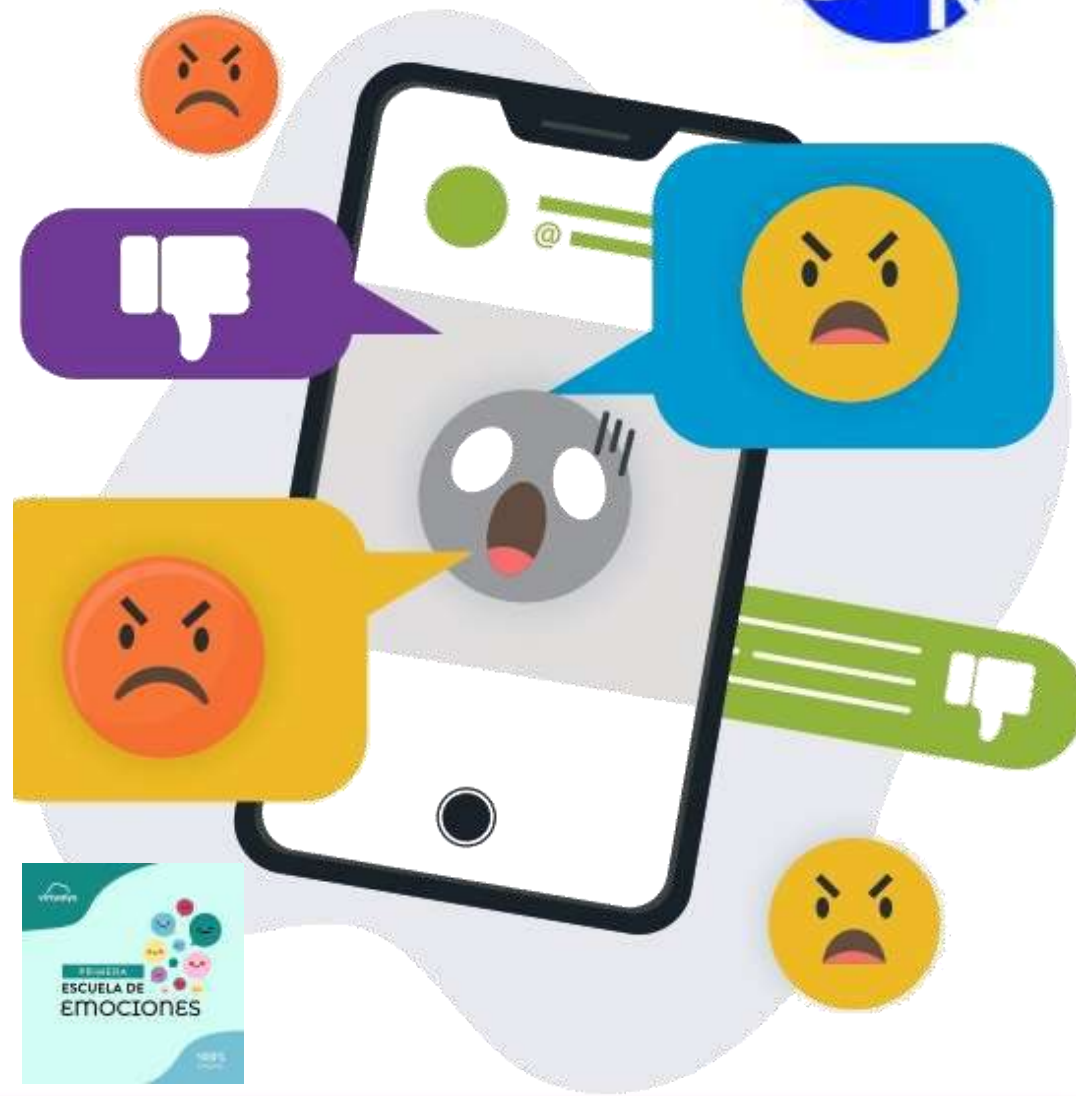
La charla se transmitirá hoy en vivo a las 18:30 horas a través del live. Para participar, se debe ingresar a la página web www.encuentros-mercurio.cl.

Para el control también puede ser útil que esas emociones fueran que van con cambios conductuales como respuesta al entorno y, por lo tanto, son naturales, comenta Maldonado, académico de la U. de Chile, quien abordará el tema desde la neurociencia.

¿Qué le pasa al cerebro en una situación de emergencia?, ¿de qué sirve conocer estas emociones? Son algunas preguntas que responderá el científico.

Los emociones que sentimos aparecen porque algo ocurre en el cerebro que, desde la ciencia, nos brinda de acción a algo que estamos viviendo.

Y añade: "Podemos sentir alegría, tristeza, miedo. Es importante reconocer que esas emociones son legítimas antes de trabajar para enfrentarlas".



Pulso emocional

Posando en las últimas semanas, ¿cuáles son las emociones que más ha sentido durante la jornada laboral?



¿Qué habilidades de liderazgo requiere para afrontar esta situación en su equipo o empresa?



Introducción



Modo vacaciones

TERCER LUGAR, CATEGORÍA JUVENIL.

¿Cuarentena? Lo mejor que puede existir en mi vida. Mi día a día se basa en: despertar, tipo doce del día, jugar PUBG hasta la hora de almuerzo, volver a la cama, después de almorzar hacer una que otra guía para el colegio, ayudar en la casa, luego seguir jugando, ducharse para cambiarse el pijama y otra vez a la cama, dormirse a las cuatro de la mañana viendo Netflix y todo vuelve a comenzar. ¿Alguien me podría decir si existe algo mejor? No lo creo.

17 años.

Bienestar Subjetivo

- El bienestar subjetivo (**BS**) se refiere a evaluaciones cognitivas y afectivas de una persona respecto de su vida, que incluye satisfacción (global) con la vida, satisfacción por ámbitos (familia, salud, escuela), afectos positivos y negativos (Diener et al., 1999).
- Estos **componentes son distintos** desde un punto de vista conceptual y empírico y pueden ser evaluados como componentes independientes del BS (Busseri y Sadava, 2011).



Fuente: Moyano y Ramos (2007)

Afectos



- Desde una perspectiva teórica el afecto primario proporciona la calidad emocional a cualquier experiencia consciente de una persona.
- Russell (1980; 2003) considera que la experiencia consciente de las emociones viene dada por el **afecto central**.
- El núcleo afectivo es un estado neurofisiológico compuesto por un sistema de valencia (agradable: AP; y desagradable: AN) y otro de excitación (excitación y calma).



Afectos Positivos



- El afecto positivo se refiere a la frecuencia con la que se **experimentan emociones positivas** (como la alegría o el orgullo).
- En una escala psicométrica una puntuación más alta indica más afecto positivo, o el grado en que el individuo se siente entusiasmado, activo y alerta.



Afectos Negativos



- El afecto negativo se refiere a la frecuencia con la que se **experimentan emociones negativas** (como la ira o la tristeza).
- En una escala psicométrica una puntuación más alta indica más afecto negativo, o el grado en que el individuo siente estados de ánimo aversivos y angustia.

Afectos Positivos y Negativos



- Afectos positivos y negativos no son extremos polares opuestos de una dimensión (Bradburn y Caplovitz, 1965), porque ambos tienden a estar influidos por diferentes factores.
- El **balance afectivo** haría referencia a la diferencia entre el peso de la experiencia de los afectos positivos y negativos en un momento dado (Diener y Lucas, 2000).



Afectos Positivos y Negativos



- Diener y Diener (1996) señalaron que la mayoría de las personas informan sentir afectos positivos la mayor parte del tiempo.
- Posteriormente, Diener y Lucas (1999) diferenciaron entre **estados de ánimo** momentáneos, que pueden ser fluctuantes, y estados de ánimo a largo plazo, que suelen ser más estables con notoria variabilidad individual.

Medición Afectos Positivos y Negativos



- La **Escala de Afectos Positivos y Negativos** (*Positive Affect and Negative Affect Schedule PANAS*) (Watson et al., 1988) comprende dos dimensiones de estado de ánimo, una que mide el afecto positivo y otra el afecto negativo en un rango de respuesta de 1 a 5 puntos y en diferentes momentos. Los autores mostraron que los afectos se comportaban como factores independientes y presentaban una correlación baja entre sí.

* 3. TE PRESENTAMOS UNA SERIE DE ESTADOS DE ÁNIMO. CUÉNTANOS ¿CÓMO TE SIENTES O HAS SENTIDO EN EL ÚLTIMO MES?

	1= Ligeros	2= Un poco	3= Moderadamente	4= Bastante	5= Mucho
Atento(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Temeroso(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Interesado(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Angustiado(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Alerta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hostil	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Estimulado(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Irritable	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Entusiasmado(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Asustado(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Inspirado(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Preocupado(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Orgullosa(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Avergonzado(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Resuelto(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Culpable	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Fuerte	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nervioso(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Activo(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ansioso(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Medición Afectos Positivos y Negativos



- La validación intercultural del PANAS debe considerar que la versión original contiene descriptores de la afectividad que pueden resultar ambiguos (Thompson, 2007).
- Los estudios entre países muestran que la cultura, al igual que la expresividad emocional, influyen directamente en la experiencia de los afectos (Boiger et al. 2013; Tsai et al., 2006) y que la afectividad puede estar sujeta a variación por características culturales de los contextos (Dufey y Fernández, 2012).



Medición Afectos Positivos y Negativos



- En las poblaciones adultas existen diferencias en la experiencia de estos tipos de afectos debido a la influencia sociocultural de la **socialización de las emociones** en cada país (De Leersnyder et al., 2015).
- Jovanovic et al., 2019) plantean que sigue existiendo un debate sobre qué tipo de escala debe utilizarse para medir los afectos de la forma más adecuada.

TE PRESENTAMOS UNA SERIE DE ESTADOS DE ÁNIMO. CUÉNTANOS ¿CÓMO TE SIENTES O HAS SENTIDO EN EL ÚLTIMO MES?

	1	2	3	4	5
Alegría	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tristeza	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Interés	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Angustia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Alerta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hostil	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Estimulado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Irritable	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Entusiasmado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ausado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Inspirado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Preocupado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Digustado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Avergüenzado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Relajado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Culpable	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Fuerte	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nervioso	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Activo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ansioso	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

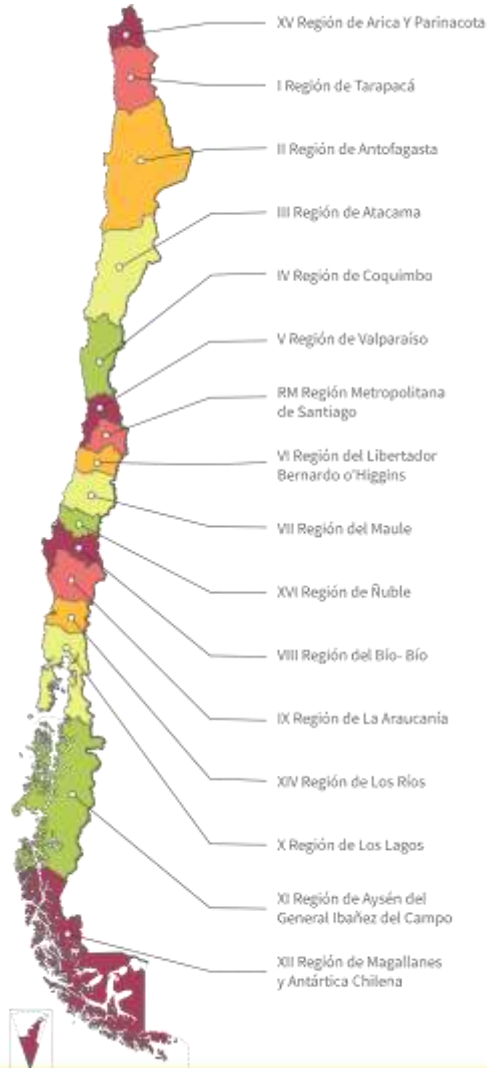
Medición Afectos Positivos y Negativos



- La diferenciación del afecto (la capacidad de diferenciar entre varios afectos según su excitación) experimenta cambios notables desde la infancia hasta la edad adulta (Nook et al., 2018), especialmente, durante el período de desarrollo de la **adolescencia**.

	De Un				
	Insignificante	pequeño	Intermediano	Grande	Extremo
Atanto(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Temeroso(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Interesado(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Arguido(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Alerta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hostil	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Estimulado(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Irritable	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Estupefacto(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Asustado(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Inspirado(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Preocupado(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Orgulloso(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Avergonzado(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Resuelto(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Culpa(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Fuerte	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nervioso(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Activo(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Analítico(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Adolescentes Chilenos(as)



- En Chile la **Escala de Afectos Positivos y Negativos** fue validada en una muestra de adolescentes y jóvenes (Vera-Villarroel et al., 2017) y con universitarios(as) (Dufey y Fernández, 2012).
- Ambos estudios aportan evidencias sobre la confiabilidad y estructura factorial del PANAS en diferentes poblaciones jóvenes en Chile, aunque no son muestras representativas.

Adolescentes Chilenos(as)



- En el Proyecto I+D CIP201903 la aplicación virtual del **PANAS** con muestras de estudiantes (n=755) de nueve establecimientos educacionales en la Región Metropolitana han mostrado que los ítems de la dimensión afectos positivos (alerta y estimulado) y los afectos negativos (angustiado y hostil) generan más preguntas de las(os) estudiantes respecto de que significan estos afectos.

Adolescentes Chilenos(as)



- En el Proyecto I+D CIP201903 los resultados preliminares (n=755) del PANAS muestran que es un instrumento con **evidencias de validez**, similares a las encontradas en las investigaciones nacionales previas (Dufey y Fernández, 2012; Vera-Villarroel et al., 2017).

Adolescentes Chilenos(as)



- Las puntuaciones medias de PANAS muestran que en la dimensión afectos negativos el ítem **ansioso(a)** tiende a ser el más alto ($X=3,48$) y la dimensión afectos positivos es el ítem **interesado(a)** ($X=3,18$).
- Así también, en los reportes preliminares del Proyecto I+D CIP201903 se aprecian diferencias entre las muestras de cada establecimiento educacional en relación a las puntuaciones medias de los ítems de PANAS

Adolescentes Chilenos(as)



- Es importante complementar los resultados estadísticos que miden los afectos positivos y negativos de las(os) adolescentes con **técnicas cualitativas** que faciliten la comprensión de su estado afectivo en un determinado momento del tiempo.
- Por lo que en el Proyecto I+D CIP201903 se ha iniciado la aplicación de la técnica cualitativa denominada **fotoprovocación** con grupos pequeños de cinco a siete estudiantes de forma virtual.



Acompañar o «Caminar» al lado del adolescente compartiendo parte de su vida itinerante, de su recorrido, de sus transiciones, sin pretender tutelarlo, sirviéndole de límite cuando el camino se desvía en exceso, haciéndole sentirse algo más seguro, sirviendo para enriquecer su recorrido (Funes, 2010).



Referencias

- Boiger, M., De Deyne, S., & Mesquita, B. (2013). Emotions in “the world”: Cultural practices, products, and meanings of anger and shame in two individualist cultures. *Frontiers in Psychology*, 4, 867.
- Busseri, M., y Sadava, S. (2011). A review of the tripartite structure of subjective well-being: Implications for conceptualization, operationalization, analysis, and synthesis. *Personality and Social Psychology Review*, 15(3), 290–314. <https://doi.org/10.1177/1088868310391271>
- Casas, F., Oriol, X. & González-Carrasco, M. Positive Affect and its Relationship with General Life Satisfaction among 10 and 12-Year-Old Children in 18 Countries. *Child Ind Res* 13, 2261–2290 (2020). <https://doi.org/10.1007/s12187-020-09733-9>
- Dufey, M., & Fernandez, A. M. (2012). Validez y confiabilidad del Positive Affect and Negative Affect Schedule (PANAS) en estudiantes universitarios chilenos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 2(34), 157-173.
- Jovanović, V., Lazić, M., Gavrilov-Jerković, V., & Molenaar, D. (2019). The scale of positive and negative Experience (SPANE): Evaluation of measurement invariance and convergent and discriminant validity. *European Journal of Psychological Assessment*. Advance online publication. doi: <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000540>.
- Nook, E. C., Sasse, S. F., Lambert, H. K., McLaughlin, K. A., & Somerville, L. H. (2018). The nonlinear development of emotion differentiation: Granular emotional experience is low in adolescence. *Psychological Science*, 29(8), 1346–1357. <https://doi.org/10.1177/0956797618773357>.
- Russell, J. A. (1980). A circumplex model of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(6), 1161.
- Russell, J. A. (2003). Core affect and the psychological construction of emotion. *Psychological Review*, 110, 145–172. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.110.1.145>.
- Russell, J. A. (2017). Cross-cultural similarities and differences in affective processing and expression. In M. Jeon (Ed.), *Emotions and affect in human factors and human-computer interaction* (pp. 123–141). Elsevier Academic Press.
- Thompson, E. (2007). Development and validation of an internationally reliable short-form of the positive and negative affect Schedule (PANAS). *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 38(2), 227-242.
- Tsai, J. L., Knutson, B., & Fung, H. H. (2006). Cultural variation in affect valuation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90(2), 288–307. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.90.2.288>.
- Vera-Villaruel, P., Urzúa, A., Jaime, D., Contreras, D., Zych, I., Celis-Atenas, K., Silva, J. R., y Lillo, S. (2017). Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): Psychometric Properties and Discriminative Capacity in Several Chilean Samples. *Evaluation and the Health Professions*, 42(4), 473–497. <https://doi.org/10.1177/0163278717745344>
- Watson, D., Clark, L. A., y Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063–1070. <https://doi.org/10.1037/00223514.54.6.1063>



Universidad
Central



4 AÑOS ACREDITADA
GESTIÓN INSTITUCIONAL | DESDE DICIEMBRE 2017
DOCENCIA DE PREGRADO | HASTA DICIEMBRE 2021
VINCULACIÓN CON EL MEDIO

www.ucentral.cl