

Capítulo 12

Discursos juveniles y estrategias de afrontamiento ante la covid-19

Aideé C. Arellano Ceballos
Alicia Cuevas Muñiz

Introducción

La presencia del virus del Sars-CoV-2 (covid-19) modificó en la vida cotidiana de todas las personas prácticamente todas las actividades familiares, culturales, sociales, educativas y recreativas, con ello nos referimos también a los procesos de interacción entre unos y otros, pues promovió el resguardo en casa y el uso del cubrebocas, no saludar de mano, no se dan abrazos y guardar cierta distancia (de al menos uno punto cinco metros) con las personas.

En el ámbito educativo, la dinámica cambió de un día para otro, pues una de las medidas para hacer frente a esta pandemia fue trabajar desde casa; tanto docentes como estudiantes debieron continuar con el proceso de enseñanza-aprendizaje a través de la mediación tecnológica (desde marzo de 2020 hasta febrero de 2022), lo cual implicó que se enfrentaran varios retos, entre ellos “lidiar con la administración de los tiempos, los espacios, las emociones y los recursos tecnológicos para cursar sus semestres” (Arellano, Cuevas y Olivares, 2021, p. 6).

En cuanto a la administración de los tiempos, el estudiantado expresó que cursar en línea las sesiones sincrónicas y asincrónicas les fue difícil al principio, pues debieron aprender a no distraerse y poner atención en las sesiones de Meet, Zoom o Classroom, y en el trabajo independiente también tuvieron que aprender a dejar un tiempo para realizar las actividades asignadas por los profesores. Hubo quienes comenzaron a trabajar para apoyar con los gastos a sus padres, esto también implicaba aprender a administrar esos tiempos adicionales para cumplir con lo educativo y lo laboral.

Con respecto a los espacios, el estudio realizado por Arellano, Cuevas y Robles (2021) muestra cómo la mayoría del estudiantado no tenía un espacio acondicionado para llevar su proceso formativo desde casa, para una parte sí fue posible adaptarlo en su hogar para las sesiones sincrónicas, para la otra parte no lo fue.

Uno de los retos más complejos del estudiantado universitario fue aprender a manejar sus emociones, pues este periodo de cuarentena que se extendió a cuatro semestres les hizo experimentar un *coctel de emociones*, para “la mayoría las emociones y sentimientos que ha experimentado son negativos: desilusión, inconformidad, incertidumbre, impotencia, frustración, miedo, inseguridad, estrés y ansiedad. Y en algunos casos estas emociones se han prolongado por varios meses” (Arellano, Cuevas y Robles, 2021, p. 20).

Finalmente, los retos asociados con los recursos tecnológicos tienen que ver con que un gran porcentaje no contaba con computadora e internet en casa, lo cual implicó que quienes tenían las posibilidades económicas los adquirieran; de lo contrario, desde su celular y pagando paquetes de datos hicieron frente a esta situación.

En el escenario antes descrito podemos observar que la juventud universitaria enfrentó cuatro tipos de retos, lo que evidenció diferentes formas de expresión de vulnerabilidades: educativa, psicosocial y económica; mismas que nos hicieron preguntarnos ¿qué estrategias de afrontamiento han tenido estos jóvenes?

La fenomenología como perspectiva teórica

La fenomenología es una tradición filosófica cuyas nociones y aspectos metodológicos han sido desarrollados de forma fértil y útil en las ciencias sociales, esta perspectiva está centrada en analizar cómo los

individuos comprenden los significados de las experiencias vividas en el contexto del entorno de la vida cotidiana y, al mismo tiempo, se logra ver las cosas desde el punto de vista de otras personas, describiendo, comprendiendo e interpretando (Rodríguez, 2001).

Desde una perspectiva fenomenológica se pone énfasis e interés en la ciencia de los fenómenos sociales que ocurren y se presentan en un contexto sociocultural determinado. De esta manera, el método fenomenológico explora la conciencia de la persona, es decir, se preocupa por entender el modo y las formas de percibir la vida a través de las experiencias y los significados que las rodean, todo ello a través del lenguaje. Estas objetivaciones proporcionadas por el lenguaje que se utiliza en la vida cotidiana, permiten que cada individuo construya sus propios significados a partir de las interacciones y las redes de relaciones que se establecen en un tiempo y espacio determinados. Es decir, la realidad de la vida está organizada por el *aquí* y el *ahora*, y es en ella donde se objetiviza el realismo de la conciencia, la cual se determina principalmente por las acciones de los individuos (Beger y Luckhmann, 1986).

En este contexto, el mundo de la vida cotidiana se estructura en el espacio y en el tiempo. Se reconoce espacial en el sentido de que nos podemos relacionar por medio de una dimensión social al intersectar nuestras vidas con las demás personas, y temporal porque, la historicidad de nuestras vidas, nos ubican situacionalmente en el mundo. De tal manera que las dimensiones tiempo-espacio determinan la construcción social del significado, por lo que la vida cotidiana y el significado se comparten a través de la interacción social de los individuos (Beger y Luckhmann, 1986).

En resumen, la fenomenología permite identificar las objetividades y subjetividades que se presentan a partir de la experiencia humana y que la persona adquiere al presenciar un fenómeno social. Esas vivencias recopiladas por la fenomenología, y luego plasmadas en descripciones, son eficaces para analizar los discursos juveniles y estrategias de afrontamiento que han adaptado y adoptado ante el fenómeno de la pandemia por covid-19. En tal sentido, la fenomenología nace de la realidad del escenario pandémico y desde la observación se describe lo esencial, tanto externa como internamente. Es un procedimiento que lleva a la

reflexión para otorgarle sentido e importancia a este fenómeno, además de encontrar el significado en cada individuo, lo que les permitirá conocerlo, comprenderlo y transformarlo a partir de la implementación de estrategias de afrontamiento.

Las estrategias de afrontamiento individuales y adaptativas

Durante los últimos años, en los estudios de las ciencias sociales, la psicología de la emergencia ha tomado fuerza para centrarse en comprender la importancia del bienestar en la salud física y mental de las personas que han experimentado eventos adversos. Valero (1998, p. 8) señala que esta rama de la psicología se orienta “al estudio de las reacciones de los individuos y de los grupos humanos en el antes, durante y después de una situación de emergencia o desastre, así como de la implementación de estrategias de intervención psicosocial orientadas a la mitigación y preparación de la población”. De esta manera, la psicología de la emergencia atiende el comportamiento humano antes, durante y después de dichas situaciones, que suelen generar un nivel de estrés e intenta manejarlo a través de ciertas estrategias de afrontamiento.

En un primer momento y a partir de una perspectiva cognitivo sociocultural, Lazarus y Folkman (1986, p. 164) definieron el afrontamiento como: “Esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes, que se desarrollan para manejar las demandas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo”. Por su parte, Girdano y Everly (1986) señalan que las estrategias de afrontamiento son adaptativas o desadaptativas. Las adaptativas tienen como función reducir el estrés y promover la salud a largo plazo; mientras que las desadaptativas reducen el estrés a corto plazo, pero suelen erosionar la salud a largo plazo.

Por lo tanto, las estrategias de afrontamiento juegan un papel importante en las interacciones de las personas y en las múltiples circunstancias de su vida en los contextos socioculturales, ya que estas intentan explicar por qué ante un mismo suceso potencialmente estresante, las personas reaccionan de formas diferentes.

Lazarus y Folkman (1986) dividen las determinantes del afrontamiento en dos grupos, según su objetivo: las personales (salud y energía para enfrentar adversidades, creencias positivas,

habilidades sociales) y las ambientales (apoyo social, recursos materiales, bienes y servicios facilitadores). Al mismo tiempo, dichos autores proponen dos tipos esenciales de estrategias: el afrontamiento orientado al problema y el orientado a la emoción; el primero responde directamente a la situación que provoca estrés, y el orientado a la emoción consiste en los intentos para moderar la respuesta emocional ante eventos estresantes.

Como señalan Holahan, Moos y Schaefer (1996), las estrategias de afrontamiento están en función de los estresores y los recursos sociales, y ambos factores contextuales, junto con las disposiciones de personalidad, determinan la elección de la estrategia de afrontamiento; de esta manera, la personalidad en las estrategias de afrontamiento depende en gran medida del contexto donde ocurre el estresor y se expresa de forma distinta, dependiendo del escenario o contexto (Buss, 1992; Wiggins y Trapnell, 1996).

Ahora bien, es importante resaltar que cada estrategia de afrontamiento puede producir resultados positivos en determinados contextos socioculturales o en una persona en particular, pero esto no significa que sea de igual manera en todos los contextos. Por lo tanto, una estrategia de afrontamiento puede producir resultados adaptativos o desadaptativos (Lazarus, 1993), dependiendo de la influencia de los factores socioculturales que están inmersos en el comportamiento de los individuos. Es decir, a partir del entorno cultural y de las creencias, valores, actitudes o características socioculturales (Díaz-Guerrero, 2003) que definen a una persona o a un grupo determinado, será la manera de adoptar una estrategia de afrontamiento.

La entrevista enfocada y el análisis del discurso como estrategia metodológica

La estrategia metodológica que se empleó para recuperar los testimonios del estudiantado universitario fue la entrevista enfocada, la cual tiene “de antemano un tema o foco de interés, hacia el que se orienta la conversación y mediante el cual hemos seleccionado a la persona objeto de la entrevista” (Sierra, 1998, p. 299).

La entrevista enfocada se aplicó a 40 jóvenes entre 17 y 21 años que estudian el nivel superior en la Universidad de Colima; además de los datos generales, las preguntas que integraron el cuestionario fueron las siguientes:

- Cuéntame... ¿Cómo te sientes al iniciar este semestre? (te pido sea una respuesta amplia, que dé cuenta de lo físico, lo emocional y lo escolar con relación a la pandemia).
- En este año y medio, donde la dinámica de todas nuestras actividades se modificó por el riesgo sanitario por la covid-19 ¿Qué dificultades has enfrentado en el ámbito educativo?
- ¿Qué dificultades has enfrentado en el ámbito laboral?
- En todo este tiempo ¿Cómo has logrado salir adelante?

Para este artículo, damos cuenta de las respuestas que los jóvenes universitarios dieron a la última pregunta: ¿cómo has logrado salir adelante? El análisis se realizó a través del discurso, desde la perspectiva de Haidar (1998), quien señala que hay distintas maneras de entender y materializar los discursos: “La lingüística, la comunicativo-pragmática, la ideológica, la del poder, la cultura, la histórica, la social, la cognoscitiva, la del simulacro, la psicológica, la psicoanalítica, la estético-retórica, la lógico-filosófica” (Haidar, 1988, p. 132). En nuestro caso, comprendemos y operacionalizamos el análisis del discurso desde una perspectiva social-comunicativa, en la que identificamos los temas sobre los cuales nos hablan, temas que abstraemos en categorías y que nos permiten clasificar las respuestas.

Las categorías nos ayudan a darles sentido e interpretación a las respuestas —discursos— a la luz de la teoría, en este caso desde la fenomenología (Beger y Luckhmann, 1986) y la teoría de estrategias de afrontamiento (Lazarus y Folkman, 1986).

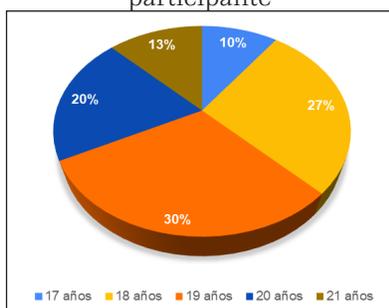
Discursos juveniles y estrategias de afrontamiento ante la covid-19

Comprender las estrategias de afrontamiento que están implementando los jóvenes universitarios ante los cuatro retos de lidiar con la administración de los tiempos, los espacios, las emociones y los

recursos tecnológicos para cursar sus semestres, implica que demos cuenta de algunas de las características que los definen.

La mayoría de quienes participaron (57%) tienen entre 18 y 19 años (gráfica 1), el estado civil es la soltería en 95% (gráfica 2), religión católica en 47% (gráfica 3), 80% nació en el estado de Colima, México (gráfica 4) y 52% trabaja (gráfica 5). La totalidad estudia en la Universidad de Colima en el nivel superior.

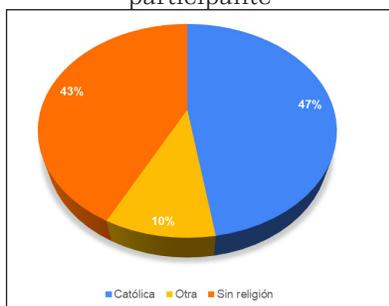
Gráfica 1
Edad del estudiantado participante



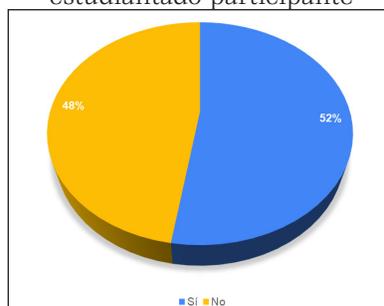
Gráfica 2
Estado civil del estudiantado participante



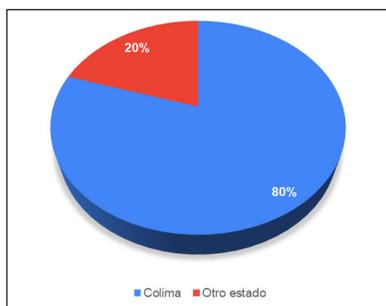
Gráfica 3
Religión del estudiantado participante



Gráfica 4
Lugar de nacimiento del estudiantado participante



Gráfica 5
Porcentaje que trabaja del estudiantado participante



Estrategias de afrontamiento

Cada estudiante, de acuerdo con el reto que se le iba presentando, implementó un conjunto de medios conductuales y competencias inclinadas a solucionar el asunto estresante, a disminuir la respuesta emocional o a variar la evaluación que se realiza sobre el acontecimiento adverso (Lazarus y Folkman, 1986), a esto es lo que hemos denominado como estrategia de afrontamiento.

En cuanto al reto relacionado para lidiar con la administración de los tiempos, encontramos que las determinantes de afrontamiento fueron las personales y ambientales, al expresar que en esta contingencia sanitaria implementaron: ser organizado(a), responsable, el apoyo de los padres y madres, y de compañeros y compañeras de clase; de tal manera que la estrategia de afrontamiento que identificamos a partir de su discurso es la que está orientada al problema. A continuación, se exponen algunos de sus testimonios a manera de ejemplo:

Enfocándome y [...] siendo más organizado (E. 6, hombre, 19 años).

Con el trabajo y la cantidad reducida de tarea (E. 7, hombre, 20 años).

Con apoyo de mis padres, compañeros de clase (E. 8, hombre, 21 años).

Pues quedándome en casa (para atender las actividades de la escuela), salir a lo primordial y con medidas sanitarias (E. 12, hombre, 19 años).

Manteniendo un orden y horario, lo cual [...] estoy por aplicar (E. 16, hombre, 20 años).

Trabajando y estudiando a la vez, [...] lo que me implicó aprender a administrar mis tiempos, (E. 18, mujer, 21 años).

Con esfuerzo en mis tareas y proyectos [para entregarlos a tiempo] (E. 20, mujer, 19 años).

Siendo constante y persistente (E. 21, hombre, 20 años).

Esforzándome en seguir haciendo lo que debo (E. 26, hombre, 19 años).

Con medidas de sanidad y no saliendo [...] concentrándome en atender las actividades de la facultad, (E. 29, mujer, 18 años).

Teniendo siempre en cuenta mi meta, y organizándome (E. 32, mujer, 19 años).

Con respecto al reto relacionado con los espacios, no expresaron alguna estrategia para ello. En este sentido, a partir de nuestra propia experiencia como docentes, seguimos observando que más de 90% del estudiantado mantienen sus cámaras apagadas, y quienes sí abren la imagen se puede apreciar que están en la sala de su casa, el comedor o en su recámara. Sin embargo, al no expresar una acción conductual en este reto, inferimos que la estrategia de afrontamiento está orientada a la emoción; es decir, este grupo de jóvenes intenta moderar su respuesta emocional ante la situación por la que está pasando.

El reto de aprender a manejar sus sentimientos y emociones es el más significativo, pues 63% de quienes participaron orientaron su respuesta a explicar cómo le han hecho. Es evidente que las determinantes de afrontamiento están orientadas hacia las personales y ambientales y el tipo de estrategia de afrontamiento es hacia lo emocional. Expresaron siete acciones conductuales para lidiar con ello: despejar la mente meditando, escuchar música,

realizar una actividad física, pensamientos positivos, apoyo familiar, ir con un especialista y conversar con alguien de su confianza. De tal manera que, en su discurso, se deja ver que las estrategias de afrontamiento fueron adaptativas, es decir, sus acciones conductuales estuvieron más dirigidas a reducir el estrés y promover la salud a largo plazo a partir de las circunstancias adversas por las que tuvieron que lidiar. A continuación, se citan algunos de sus testimonios a manera de ejemplo:

Despejando mi mente y buscando motivación para echarle ganas (E.1, mujer, 19 años).

Con la mentalidad de que esta es una etapa dentro de nuestras vidas, la cual dentro de muchos años más será una excelente anécdota. La palabra resiliencia no creo que logre englobar todo lo que está sucediendo al rededor del mundo postpandemia, pero lo que estoy segura de que es realmente alentador es ver la calidez humana en el apoyo a situación que estamos enfrentando justo ahora, el apoyo ciudadano y la esperanza son una buena razón para pensar en un futuro a salvo (E. 2, mujer, 20 años).

Ha sido difícil pero poco a poco he encontrado soluciones a mis problemas, me ha ayudado mucho meditar y escuchar música porque me relajo bastante y a veces el mismo estrés de no poder solucionar nada me estresaba aún más, llegando al punto de colapso emocional, entonces cuando escucho música me pongo a cantar, a bailar, hago lo que me gusta hacer y me calmo, pienso en todas las opciones que tengo para solucionar el problema y elijo la que más me convenga a mí (E. 3, mujer, 20 años).

Con el apoyo de mis padres, trabajando en mí misma, ha sido una situación difícil, pero en el lugar donde vivo actualmente no se han presentado casos de covid muy recurrentes, por lo que aún se puede salir con toda precaución hacer algunas actividades como salir a correr o sacar a la mascota a pasear, lo que de cierta manera ayuda un poco a despejarse (E. 4, mujer, 18 años).

No ha sido fácil enfrentar la escuela en línea, ya que no es algo a lo que este acostumbrado, sin embargo, mis ganas de saber de esta carrera, el querer en el futuro poder ayu-

dar a las personas, es lo que me motiva a seguir adelante, además de forma de agradecimiento a mi familia por todo el esfuerzo que han hecho porque yo sea la persona que soy hoy en día (E. 5, hombre, 20 años).

Acercándome más a mi familia (E. 6, hombre, 19 años).

Tratando de mentalizarme en que el esfuerzo tendrá recompensa (E. 8, hombre, 21 años).

Ayuda de especialistas, familia y amigos (E. 9, hombre, 21 años).

Buscando actividades en casa para distraerme (E. 10. Mujer, 18 años).

Trabajando en mí, en mi estabilidad emocional, tratando de hacer otras actividades y pensando que todo mejorará (E. 11, hombre, 19 años).

Me ha costado trabajo seguir adelante, sin embargo, me mantengo fiel a que esto no durará, pasará pronto ya que nada dura para siempre y podremos volver a nuestras vidas normales, que hay más tiempo que vida. Y sobre todo, las cosas malas, no son tan malas como parecen, sólo hay que buscarles el lado positivo (E. 13, mujer, 20 años).

He ido a terapia y soy consciente de lo que representa la enfermedad. No puedo parar, pues al hacerlo, me rezagaría para conseguir mis metas a corto, mediano y largo plazo[s]. Además, todo en la vida es un reto y siempre hay que ponerles buena cara a las cosas; además, buscarle, dentro de lo que quepa, el lado positivo (E. 14, hombre, 20 años).

Salgo de vez en cuando para distraerme de la ansiedad que a veces me provoca estar tanto tiempo en el mismo lugar (E. 15, mujer, 19 años).

Manteniéndome ocupado con actividades tanto físicas como mentales (E. 21, hombre, 22 años).

Me gusta pensar positivo, agradezco la salud de mi familia, mis mascotas, que mis plantas sigan creciendo, y mis metas por cumplir, esas son mis motivaciones ♡ (E. 24, mujer, 17 años).

Con asistencia profesional y la implementación de nuevas actividades recreativas posibles de realizar dentro del hogar (E. 27, mujer, 18 años).

En lo personal me ha servido mucho meditar, frente a problemas en la familia o personales siempre me doy mi tiempo para conectarme (E. 28, hombre, 18 años).

Con el apoyo de mi madre, mi hermano y mis amigas/amigos y mi pareja (E. 30, mujer, 18 años).

Pues a veces platicando con mis mejores amigos, mi hermana y pues motivándome yo solo (E. 31, hombre, 20 años).

Con ayuda de amigos y mi pareja más que nada, el apoyo emocional siempre es el que más se agradece (E. 35, hombre, 18 años).

Hablando con personas importantes para mi (E. 36, mujer, 17 años).

Por mi pareja, esa persona es la razón por la que sigo adelante y me da las esperanzas de algún día llegar a superarme; mas, sin embargo, yo soy la persona que intenta sacar lo mejor de sí mismo (E. 38, hombre, 18 años).

Con mucha paciencia (E. 39, mujer, 17 años).

Tratando de aceptar la situación y de no desmotivarme (E. 40, mujer, 18 años).

Respecto al reto de los recursos tecnológicos para cursar sus semestres, identificamos que la determinante de afrontamiento está orientada a los aspectos personales y ambientales, y el tipo de estrategia de afrontamiento está orientada al problema; es decir, sus acciones conductuales responden directamente a solucionar el proceso adverso al que se enfrentan. Mencionaron cinco acciones conductuales: apoyo de la familia, apoyo de las amistades, trabajando para adquirir el equipo tecnológico necesario, adaptándose a esta nueva normalidad y aprendiendo a utilizar las plataformas para las sesiones sincrónicas. A continuación, se muestran algunos de sus testimonios a manera de ejemplo:

Sigo viviendo con mi mamá y me sigue apoyando, [además] trabajo (E. 15, mujer, 19 años).

Echándole ganas, aprendiendo (E. 17, mujer, 19 años).

Pues sólo queda adaptarse a esta nueva normalidad, y tener en cuenta que, si nos cuidamos más, pronto podemos volver a las aulas de estudio:((E. 19, mujer, 19 años).

Con apoyo de mi [...] familia que en todo momento hacen lo posible porque cumpla mis objetivos (E. 23, mujer, 21 años).

Con ayuda de mi familia (E. 25, hombre, 18 años).

En el ámbito económico ha habido dificultades porque aparte de mí, mi hermano entro a estudiar economía, pero no pasaron a ser graves estos problemas, gracias al apoyo de mi familia en general (E. 30, mujer, 18 años).

Mi familia (que me ha apoyado para adquirir el equipo e internet) (E. 33, hombre, 17 años).

Trabajando, estudiando y con ayuda de mis papás (E. 34, hombre, 18 años).

Con apoyo de mis papás (E. 37, mujer, 19 años).

Como podemos observar, las estrategias de afrontamiento que los estudiantes han implementado para continuar con sus estudios han evidenciado su capacidad de adaptación al escenario adverso que están lidiando en el contexto de su vida cotidiana.

Conclusiones

Los retos que más se les han presentado son los emocionales, dos estudios previos coinciden con los resultados aquí expuestos. Uno es de Andrade et al. (2020), titulado *Emociones, jóvenes universitarios y covid-19: Un ejercicio exploratorio con estudiantes de educación física y deporte*, en el que mencionan:

Los resultados obtenidos invitan a los tomadores de decisiones a priorizar el tema emocional en la nueva normalidad. Es decir, la pandemia y este periodo de confinamiento reta a los contextos escolares para tomar esta situación como lección para atender y priorizar el tema de las emociones en los planes y programas de estudio, también para diseñar estrategias que mitiguen los efectos pots-pande-

mia a partir de ejercicios que permitan el reconocimiento de las vivencias emocionales por las que transitaron los estudiantes. Y a los docentes, los invita a la toma de conciencia sobre la importancia de privilegiar los procesos de capacitación y reflexión en el área psicoemocional, para así contribuir e incidir, de manera integral, en la formación de los estudiantes, tanto en las actividades escolares como en situaciones emergentes y externas a la escuela donde ellos intervienen (Andrade et al., 2020, p. 242).

En el otro, *Jóvenes universitarios, covid-19 y vulnerabilidad(es): Cuéntame... ¿Cómo te sientes al iniciar este semestre?*, Arellano, Cuevas y Robles (2021) mencionan que el estudiantado universitario presenta:

Problemas de salud emocional, pues para la mayoría las emociones y sentimientos que ha experimentado son negativos: desilusión, inconformidad, incertidumbre, impotencia, frustración, miedo, inseguridad, estrés y ansiedad. Y en algunos casos estas emociones se han prolongado por varios meses (Arellano, Cuevas y Robles, 2021, p. 18).

Si cruzamos los resultados de estos dos estudios con los aquí expuesto, podemos concluir que en el periodo de resguardo en casa, donde continuaron su proceso formativo a través de la mediación tecnológica, evidenciaron la vulnerabilidad psicosocial, la cual refiere a las características esenciales del funcionamiento sociocognitivo de los individuos o grupos sociales que les permite identificar y evaluar los riesgos (Zapa et al., 2017).

Por otra parte, observamos que cuentan con el capital cultural, social y económico (Bourdieu, 2007) para implementar estrategias de afrontamiento orientadas hacia el problema y a las emociones, lo que les permite, a partir de su contexto sociocultural, responder con estrategias de afrontamiento, que se caracterizan como adaptativas porque están orientadas a resolver los problemas adversos del escenario pandémico. Es decir, cada estudiante, a partir de dichos recursos, reduce las consecuencias de ese evento estresor (Lazarus y Folkman, 1986) al considerar que las estrategias son un conjunto de procesos específicos empleados en diferentes situaciones y que son altamente modificables a par-

tir de los eventos producidos o de los escenarios socioculturales en los que interactúan o se relacionan un grupo de personas.

Referencias

- Andrade, A.I.; Peña, C.S.; Arellano, A.C. y Salazar, C. (2020). Emociones, jóvenes universitarios y covid-19: Un ejercicio exploratorio con estudiantes de educación física y deporte. En: M. Romo, *Covid19: Apuntes desde el timeout*. Elementum.
- Arellano, A.; Cuevas, A. y Robles A. (2021). Jóvenes universitarios, covid-19 y vulnerabilidades diferenciales. Ponencia presentada en el IV Congreso Internacional de las Humanidades, del 19 al 21 de mayo. Universidad Autónoma de Nuevo León.
- Arellano, A. y Cuevas, A. (2021). Voces de mujeres jóvenes rurales: covid-19, educación y empleo. Ponencia presentada en el 13° Congreso AMER: Las sociedades rurales entre múltiples coyunturas y desigualdades: Múltiples realidades y futuros, del 22 al 25 de junio, modalidad virtual.
- Berger, P. y Luckmann, T. (1993). *La construcción social de la realidad*. Amorrortu.
- Billings, A.G. y Moos, R.H. (1981). The Role of Coping Responses and Social Resources in Attenuating the Stress of Life Events. *Journal of Behavioral Medicine*, 4(2): 139-157. <https://doi.org/10.1007/BF00844267>
- Buss, D.M. (1992). Manipulation in Close Relationships: Five Personality Factors in Interactional Context. *Journal of Personality*, 60(2): 477-499. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1992.tb00981.x>
- Bourdieu, Pierre (2007). El capital social. Notas provisionarias. En: P. Bourdieu, *Campo del poder y reproducción social. Elementos para un análisis de la dinámica de las clases* (pp. 203-206). Ferreyra Editor.
- Díaz-Guerrero, R. (2003). *Bajo las garras de la cultura: Psicología del mexicano 2*. Trillas.
- Haidar, J. (1998). El análisis del discurso. En: J. Galindo, *Técnicas de investigación en sociedad, cultura y comunicación*. Ed. Addison Wesley Longman y Conaculta.
- Lazarus, R.S. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos. Evaluación, afrontamiento y consecuencias adaptativas*. Martínez Roca.
- Moos, R.H. (1995). Development and Applications of New Measures of Life Stressors, Social Resources, and Coping Responses. *Euro-*

- pean Journal of Psychological Assessment*, 11(1): 1-13. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.11.1.1>
- Sierra, F. (1998). Función y sentido de la entrevista cualitativa en investigación social. En: J. Galindo, *Técnicas de investigación en sociedad, cultura y comunicación*. Ed. Addison Wesley Longman y Conaculta.
- Schütz, Alfred (1972). *Fenomenología del mundo social. Introducción a la sociología comprensiva*. Paidós.
- Valero, A.S. (1998). *Psicología en emergencias y desastres una nueva especialidad*. https://www.academia.edu/35257652/Psicolog%C3%ADa_en_emergencias_y_desastres_Santiago_Valero_Álamo
- Weber, Max (1978). *Ensayos de metodología sociológica*. Amorrortu.
- Wiggins, J.S. y Trapnell, P.D. (1996). A Dyadic-Interactional Perspective on the Five-Factor Model. En: J.S. Wiggins (Ed.), *The five-factor model of personality: Theoretical perspectives* (pp. 88-162). Guilford Press.
- Zapa Pérez, K.L.; Navarro Carrascal, O. y Rendón Rivera, A.R.R. (2017). Modelo de análisis de vulnerabilidad psicosocial en la gestión del riesgo de desastres. *Revista de Gestão Social e Ambiental*, 11(2): 91. <https://doi.org/10.24857/rgsa.v11i2.1309>