

Sentimientos y Emociones del alumnado universitario a raíz del Covid.
Máster Cambio Social y Profesiones Educativas
30 enero 2024. Esquema/Resumen

La pandemia de COVID-19 generó en el alumnado universitario un impacto emocional profundo y sostenido. La transición repentina a la educación en línea provocó sentimientos de incertidumbre, pues muchos estudiantes no sabían cómo afectaría la situación a su rendimiento académico, sus proyectos profesionales o su vida cotidiana. La ansiedad aumentó debido a la sobreexposición a información, el temor al contagio y la dificultad para conciliar el estudio con situaciones familiares complejas.

Al mismo tiempo, el aislamiento social reforzó sensaciones de soledad y desconexión, especialmente entre quienes dependían de la interacción diaria con compañeros y docentes para mantenerse motivados. La falta de rutinas claras y la pérdida de espacios universitarios tradicionales también generaron desmotivación y una disminución del sentido de pertenencia institucional.

Sin embargo, junto a estas emociones negativas, muchos estudiantes desarrollaron formas de resiliencia y adaptación. Aprendieron a gestionar mejor su tiempo, a utilizar herramientas tecnológicas y a valorar los vínculos de apoyo entre pares y profesorado. En algunos casos, la experiencia fortaleció la autonomía y favoreció una reflexión más profunda sobre sus prioridades personales y académicas.

En conjunto, las vivencias emocionales del alumnado universitario durante el COVID-19 fueron complejas y diversas, combinando malestar, vulnerabilidad y pérdida con procesos de crecimiento, aprendizaje y reconstrucción de la vida universitaria.