

UNIVERSIDAD MIGUEL HERNÁNDEZ ELCHE



Facultad de Ciencias Sociales y Jurídicas de Elche
Grado en Relaciones Laborales y Recursos Humanos

TRABAJO FINAL DE GRADO

¿ESTAMOS ANTE UNA CRISIS MOTIVACIONAL ACADÉMICA?

Alumna: Carmen María Tejados Giménez

Dirección: Antonio Bolaños López

Curso académico: Cuarto de RRL y RRHH

RESUMEN

Mi Trabajo de Fin de Grado (TFG) tiene como objetivo determinar la existencia de desmotivación en los estudiantes en la actualidad, evaluando si es un fenómeno real o no , en tal caso de ser un problema existente, identificar los principales factores que pueden influir para que se dé. Para ello, se examinarán aspectos psicológicos, sociales y educativos que podrían estar afectando la motivación académica. Comenzaré definiendo conceptos clave como qué es la motivación, que es la desmotivación en el ámbito académico y qué posibles factores externos e internos le afectan. Bajo una primera hipótesis podríamos considerar como influyentes variables como el impacto de la pandemia, el aumento del estrés académico, la precariedad laboral y fenómenos sociales como el burnout o el acoso escolar... Esta posible falta de motivación académica puede estar afectando no solo al rendimiento de los estudiantes, sino que también a su bienestar emocional y su posterior proyección profesional.

Por lo tanto, considero de vital importancia preguntarnos si estamos ante una posible crisis de motivación académica. Comprender si existe una desmotivación generalizada en los estudiantes y qué factores la desencadenan es clave para detener el problema y desarrollar estrategias que mejoren su rendimiento y bienestar. Entendiendo que la educación es para mí un pilar fundamental para el desarrollo tanto como personal como profesional, por lo que identificar y analizar los elementos que afectan la motivación puede aportar información relevante tanto para docentes como para instituciones educativas encargadas de la educación.

En conclusión, este TFG tiene por intención demostrar sí existe un decaimiento en la exaltación y porque motivos se está dando. Para alcanzar estos objetivos, se llevará a cabo mediante una revisión de estudios previos, encuestas y artículos académicos relacionados con la motivación estudiantil. Analizando distintos enfoques teóricos y contrastando variables que aparezcan en estudios recientes sobre el tema.

Palabras clave: Motivación, desmotivación , factores influyentes, bienestar , educación, estudiantes, burnout, pandemia, estrés académico, precariedad laboral y acoso escolar.

ABSTRACT

My Final Degree Project (TFG) aims to determine the existence of demotivation in students today, evaluating whether it is a real phenomenon or not, if it is an existing problem, identifying the main factors that can influence it to occur. To reach these point, psychological, social and educational aspects that could be affecting academic motivation will be examined. I will start by defining key concepts such as what motivation is, what is demotivation in the academic field and what possible external and internal factors affect it. Under the first hypothesis, we could consider variables such as the impact of the pandemic, increased academic stress, job insecurity and social phenomena such as burnout or bullying as influential... This possible lack of academic motivation may be affecting not only the performance of students, but also their emotional well-being and their subsequent professional projection.

Therefore, I consider it vitally important to ask ourselves if we are facing a possible crisis of academic motivation. Understanding whether there is widespread demotivation in students and what factors trigger it is key to stopping the problem and developing strategies that improve their performance and well-being. Understanding that education is for me a fundamental pillar for development both personally and professionally, so identifying and analyzing the elements that affect motivation can provide relevant information for both teachers and educational institutions in charge of education.

In conclusion, this TFG intends to demonstrate whether there is a decline in exaltation and what reasons are being given. To achieve these objectives, it will be carried out through a review of previous studies, surveys and academic articles related to student motivation. Analyzing different theoretical approaches and contrasting variables that appear in recent studies on the subject.

Keywords: Motivation, demotivation, influencing factors, well-being, education, students, burnout, pandemic, academic stress, job insecurity and bullying.

ÍNDICE

RESUMEN.....	2
ABSTRACT.....	3
ÍNDICE.....	4
ÍNDICE SIGLAS Y ABREVIATURAS.....	5
GLOSARIO:.....	7
1. INTRODUCCIÓN.....	8
1.1 Objeto.....	8
1.1.1 Objetivos específicos del TFG.....	9
1.2 Hipótesis:.....	9
BLOQUE I. MARCO TEÓRICO.....	10
1. Teorías generalizadas de motivación.....	10
2. Recorrido histórico de las teorías motivacionales hasta la actualidad.....	11
2.1 Teorías Clásicas.....	11
2.2 Teorías siglo XX.....	11
2.3 Teorías actuales.....	12
2.3.1 Enfoque conductista.....	12
2.3.2 Enfoque Cognitivo.....	13
2.3.3 Enfoque Humanista.....	13
BLOQUE II. METODOLOGÍA.....	15
2. Metodología.....	15
2.1 Tipo y enfoque de investigación.....	16
2.2. Diseño metodológico.....	17
2.3. Fuentes y técnicas de análisis.....	18
2.3.1 Literatura científica y académica.....	18
2.3.2 Informes y estadísticas oficiales.....	18
2.3.3 Otra producción académica (TFGs, TFM, tesis doctorales).....	19
2.4 Criterios de elección de fuentes.....	19
BLOQUE III . DIAGNÓSTICO ACTUAL DE LA MOTIVACIÓN ACADÉMICA.....	19
3.1 Panorama general: ¿Qué muestran los estudios recientes?.....	19
3.2 Factores influyentes clasificados (psicológicos, sociales y estructurales).....	29
3.2.1 Factores Psicológicos.....	29
• Ansiedad y depresión:.....	29
• Síndrome Burnout Académico:.....	32

● Impacto pandemia:.....	33
3.2.2 Factores Sociales.....	33
● Falta de apoyo familiar y social:.....	34
● Presión social:.....	35
● Impacto social de la pandemia:.....	36
3.2.3 Factores Estructurales.....	38
● Precariedad laboral:.....	38
● Dificultades para la emancipación:.....	41
● Acceso desigual a recursos educativos:.....	43
● Impacto de la pandemia a nivel estructural:.....	46
BLOQUE IV. CONCLUSIONES Y PROPUESTAS.....	47
4.Conclusión.....	47
4.1 Conclusiones observadas: rendimiento, bienestar, futuro profesional.....	48
4.2 Discusión crítica: ¿Estamos ante una crisis real o transformación de expectativas?...	52
4.3 Propuestas orientadas a favorecer la motivación académica.....	55
Propuestas dirigidas a las instituciones (públicas y privadas):.....	55
Propuestas dirigidas a los jóvenes:.....	57
Propuestas dirigidas al entorno más cercano (familias y amistades):.....	57
AGRADECIMIENTOS:.....	59
BIBLIOGRAFÍA.....	61

ÍNDICE SIGLAS Y ABREVIATURAS	
TFG	Trabajo de fin de grado
ESO	Educación Secundaria Obligatoria
COVID-19	Coronavirus 2019
TAD	Teoría de la Autodeterminación
UMH	Universidad Miguel Hernández
INE	Instituto nacional de estadística

UE	Unión Europea
BOE	Boletín oficial del Estado
MEFP	Ministerio de Educación y Formación Profesional de España
FP	Formación Profesional
INJUVE	Instituto de la juventud
MCIU	Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades
CRUE	Conferencia de Rectores de las Universidades Españolas
TGNA	Tasa Global Neta de Abandono
UNICEF	Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia
OMS	Organización mundial de la salud
HBSC	Health Behaviour in School-aged Children
CIS	Centro de Investigaciones Sociológicas
CJE	Consejo de la Juventud de España
TIC	Tecnologías de la Información y la Comunicación
TDAH	Trastorno de déficit de atención

GLOSARIO:

- **Motivación:** *“Conjunto de factores internos o externos que determinan en parte las acciones de una persona” (RAE, s.f.).*
- **Motivación intrínseca:** *Aquella que proviene de realizar una actividad por sí misma, por el disfrute o el interés propio, es decir, la conducta es una recompensa en sí misma.*
- **Motivación extrínseca:** *Aquella que procede de fuerzas externas como recompensas económicas, los elogios o la evitación de castigos.*
- **Bienestar:** *“Conjunto de las cosas necesarias para vivir bien” (RAE, s.f.)*
- **Burnout:** Término anglosajón, que en lengua española hace referencia a “quemarse por el trabajo”.
- **Gran renuncia (Great Resignation):** Surgió en EE. UU. en 2021 y describe el aumento masivo de renuncias laborales tras la pandemia.
- **El síndrome de burnout en el ámbito académico:** Se ha identificado como un factor psicológico que afecta directamente al rendimiento, las expectativas académicas y la intención de abandono. Se manifiesta en tres dimensiones: agotamiento emocional, cinismo hacia los estudios y baja percepción de eficacia académica.
- **Cinismo hacia los estudios:** una actitud de distanciamiento y desinterés hacia los estudios.
- **Brecha digital:** La desigualdad en el acceso a Internet y las tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC).
- **Ciberbullying:** Es el acoso o la intimidación que se realiza a través de medios digitales.

1. INTRODUCCIÓN

1.1 Objeto

El objeto de mi Trabajo de Fin de Grado (TFG) es analizar y determinar en profundidad si en la actualidad nos encontramos ante una posible crisis silenciosa de la motivación académica en los estudiantes, comprendida como una pérdida generalizada del interés, la implicación y el compromiso hacia los estudios. Este trabajo parte de la hipótesis de que dicha desmotivación no solo es real, sino que está comenzando a manifestarse de forma preocupante en distintos niveles educativos, afectando de manera directa tanto al rendimiento académico de los estudiantes como a su bienestar emocional y su futura proyección personal y profesional.

Para abordar este objetivo, realizaré una revisión de la literatura existente sobre el concepto de motivación, desmotivación y sus implicaciones en el ámbito educativo, apoyándose en teorías y enfoques clave como la Teoría de la Autodeterminación de Deci y Ryan, la Pirámide de Maslow, la Teoría del Refuerzo o el modelo Expectativa-Valor, entre otros. Asimismo, se examinarán los posibles factores externos e internos que podrían estar incidiendo en este fenómeno, tales como el impacto de la pandemia, el aumento del estrés, la precariedad laboral juvenil, el burnout, el acoso escolar o la falta de sentido de pertenencia al sistema educativo.

Este análisis se complementará con el estudio de datos cuantitativos y cualitativos existentes que serán extraídos de encuestas, artículos científicos, informes oficiales recientes. A partir de esta base, se intentará construir un diagnóstico actualizado de la situación, con el fin de identificar patrones, tendencias y elementos clave que permitan entender el problema para finalmente ofrecer una reflexión crítica sobre la importancia de actuar frente a esta posible crisis motivacional, proponiendo recomendaciones y estrategias que puedan servir de apoyo tanto para los docentes como para las instituciones educativas.

1.1.1 Objetivos específicos del TFG

Los objetivos específicos del presente TFG son:

- Definir los conceptos clave relacionados con la motivación académica, incluyendo la motivación, la desmotivación y los factores internos y externos que pueden influir en ella.
- Determinar si existe una desmotivación generalizada en los estudiantes en la actualidad, analizando datos e investigaciones previas sobre el tema.
- Identificar los principales factores que pueden estar contribuyendo a la desmotivación académica, tales como la situación familiar, el impacto de la pandemia, el estrés académico, la precariedad laboral, el burnout y el acoso escolar.
- Examinar los efectos de la desmotivación en el rendimiento académico, el bienestar emocional y la proyección profesional de los estudiantes.
- Contrastar diferentes enfoques teóricos y estudios recientes sobre la motivación académica para obtener una visión más completa del problema.
- Proponer estrategias y posibles soluciones para mejorar la motivación de los estudiantes, basadas en los hallazgos del análisis.

1.2 Hipótesis:

- **Hipótesis principal:** ¿Existe una desmotivación generalizada en los estudiantes en la actualidad, la cual está afectando su rendimiento académico, bienestar emocional y en su proyección profesional?
- **Hipótesis secundaria 1:** ¿La desmotivación académica está influenciada por factores psicológicos, sociales y educativos, como el impacto de la pandemia, el aumento del estrés académico, la precariedad laboral, el burnout, la situación familiar y el acoso escolar? (Se determinará y examinarán si esos factores afectan o no y de afectar determinaremos de qué manera influye cada uno)

- **Hipótesis secundaria 2:** La falta de motivación académica no solo afecta el desempeño en los estudios, sino que también puede generar consecuencias a largo plazo en el desarrollo personal y profesional de los estudiantes.

BLOQUE I. MARCO TEÓRICO

La motivación es un componente esencial del comportamiento humano y desempeña un papel central en los procesos de aprendizaje, desarrollo y rendimiento académico. Por este motivo, resulta fundamental comprender este concepto para enmarcar correctamente mi Trabajo de Fin de Grado (TFG), ya que sin una clara definición de motivación, difícilmente puede entenderse la conducta del estudiante ni los factores que implican su éxito o fracaso escolar y si realmente hay una crisis motivacional o no.

1. Teorías generalizadas de motivación

Desde un punto de vista general, la motivación se ha estudiado a lo largo de los años en repetidas ocasiones y se han dado muchas teorías sobre ella al igual que definiciones. En términos generales puede definirse como el conjunto de fuerzas internas y externas que impulsan y orientan la actividad de un individuo hacia la consecución de determinados objetivos.

Algunas de las definiciones más populares que encontramos para el término “motivación” son la de Consuegra Anaya (2010) en su *Diccionario de Psicología* (2.^a ed.). “La motivación incluye estados y procesos interiores que canalizan la conducta y pueden tener origen en factores genéticos (como los instintos), necesidades fisiológicas (como el hambre o la sed), aprendizajes previos (como el miedo o la esperanza), emociones, opciones éticas e incluso elementos culturales. Esta perspectiva integradora subraya la complejidad del fenómeno motivacional, que no puede reducirse a una única causa ni a un único tipo de impulso.” Por otro lado, La Real Academia Española (2014), por su parte, define la motivación como el “Conjunto de factores internos o externos que determinan en parte las acciones de una persona”, enfatizando su función como motor de la conducta.

Una vez expuestas algunas de las definiciones más reconocidas sobre el término “motivación”, resulta imprescindible retroceder en el tiempo para comprender los orígenes y la evolución del estudio de las teorías motivacionales. Este recorrido permitirá contextualizar la base y el desarrollo de las teorías hasta llegar a las más aceptadas en la actualidad.

2.Recorrido histórico de las teorías motivacionales hasta la actualidad

2.1 Teorías Clásicas

En la **Antigua Grecia** se establecía una distinción clara entre la razón y las emociones, siendo estas últimas consideradas un aspecto inferior y más primitivo del ser humano, que debía ser dominado por la razón considerada como superior. Los **antiguos filósofos** también se interesaron por el tema, reflexionando sobre la naturaleza de las emociones, que durante la Edad Media se vincularon con las pasiones. Según **René Descartes** (1596-1650), con su dualidad mente-cuerpo, la conducta humana es regulada por la razón, mientras que la conducta animal es emocional, por lo que es , más instintiva.Desde otra postura más alejada, **Thomas Hobbes** (1588-1679) plantea que el comportamiento humano está motivado por la evitación del displacer y la búsqueda del placer. Por su parte otro filósofo relevante, **Jhon Locke** (1632-1704) establece una base importante para la disciplina psicológica al proponer que la asociación estímulo-respuesta es la que permite el aprendizaje de conductas. Otros autores que trataron el concepto de motivación fueron **Hume** con un análisis científico de las emociones para llegar a su génesis, **Darwin** que proponía que la conducta instintiva explicaría la motivación.

2.2 Teorías siglo XX

Estas primeras concepciones filosóficas sentaron las bases para los estudios posteriores, pero no fue sino hasta el **siglo XX** cuando la motivación comenzó a ser abordada desde perspectivas más científicas y sistemáticas. Según **Naranjo** (2009), el desarrollo histórico de la motivación puede dividirse en tres grandes etapas.

La primera, entre los años 1920 y mediados de 1960, centrada en investigaciones experimentales sobre conductas motoras, instintos y pulsiones, donde se buscaba explicar cómo los organismos restablecen su equilibrio interno (homeostasis) a través de estímulos y refuerzos del entorno. En esta etapa predominaron las explicaciones de tipo **fisiológico y conductista**.

A partir de la década de 1960, el enfoque se desplazó hacia las **teorías cognitivas**, donde el interés principal pasó a ser la experiencia, el rendimiento y los logros personales. Se empezaron a considerar variables como las expectativas de éxito, el valor otorgado a la meta y la percepción del control sobre el resultado. Esta perspectiva se consolidó en la década de 1970 y hasta la actualidad. Estas teorías son útiles en el ámbito educativo porque permiten comprender mejor el comportamiento académico del alumnado y aplicar estrategias para fortalecer su motivación.

2.3 Teorías actuales

En este contexto, emergen tres grandes enfoques teóricos fundamentales: el **conductista**, el **cognitivo** y el **humanista**. Cada uno aporta una comprensión distinta del fenómeno motivacional.

2.3.1 Enfoque conductista

El **enfoque conductista** pone el énfasis en los refuerzos y castigos como elementos clave para explicar y modificar la conducta. Desde esta perspectiva, la motivación se genera en función de la recompensa esperada o del castigo evitado. Así, el comportamiento se ve influenciado por consecuencias externas que actúan como incentivos, entre los autores más destacados del conductismo encontramos a **Iván Pávlov**, que hizo uso del método del reflejo condicionado. Un reflejo condicionado se trata de un reflejo aprendido, una respuesta a un estímulo que antes no causaba ninguna reacción. Este reflejo aprendido es fruto de la asociación repetida entre este estímulo que anteriormente no causaba ninguna respuesta con otro que sí es capaz de causarla.

2.3.2 Enfoque Cognitivo

En cuanto a las **teorías cognitivas**, resaltan la de **Vroom** con la *teoría de las expectativas*, la de **Adams** con la *teoría de la equidad* y la de **Trechera**, con su modelo de fijación de metas y objetivos. Estas teorías comparten la idea de que los pensamientos y las percepciones personales tienen un papel determinante en la forma en que las personas actúan y experimentan emociones. Desde esta perspectiva, cuando un individuo cree que es capaz de realizar una tarea, es más probable que la lleve a cabo con éxito. En cambio, si percibe dicha tarea como inalcanzable, es probable que no lo intente o que fracase, lo que evidencia cómo las creencias influyen directamente en la motivación y en la conducta resultante.

2.3.3 Enfoque Humanista

Desde el **enfoque humanista** se estudian las motivaciones a partir de las capacidades de los individuos para desarrollarse y la libertad que tienen para elegir .

Dentro de este grupo de teorías se destacan la de la *jerarquía de las necesidades* de **Maslow**, que clasifica los impulsos humanos en niveles que van desde lo fisiológico hasta la autorrealización. Solo cuando las necesidades básicas están satisfechas puede una persona motivarse hacia niveles superiores. Esta propuesta fue ampliada por **Alderfer** con su teoría E.R.G. (Existencia, Relación y Crecimiento) y por **McClelland**, quien identificó tres necesidades principales que guían el comportamiento: logro, afiliación y poder. Aquí quisiera hacer mención en que puede que estas teorías sean la base para poder indagar en si hay una desmotivación ya que estos autores mantienen que si no están cubiertas las necesidades básicas, como el alojamiento o la estabilidad emocional, la motivación es afectada negativamente, pienso que actualmente estamos en una situación donde los estudiantes nos vemos muy involucrados en tener carencias en estos ámbitos, lo veremos más adelante.

Otra teoría interesante que más tarde profundizaré es la *Teoría de la Autodeterminación* (**Deci & Ryan**, 1985) esta merece una atención especial por ser una de las propuestas más influyentes en el ámbito de la psicología motivacional, para proporcionar un marco sólido para entender cómo las condiciones ambientales y psicológicas impactan el bienestar y la satisfacción personal.

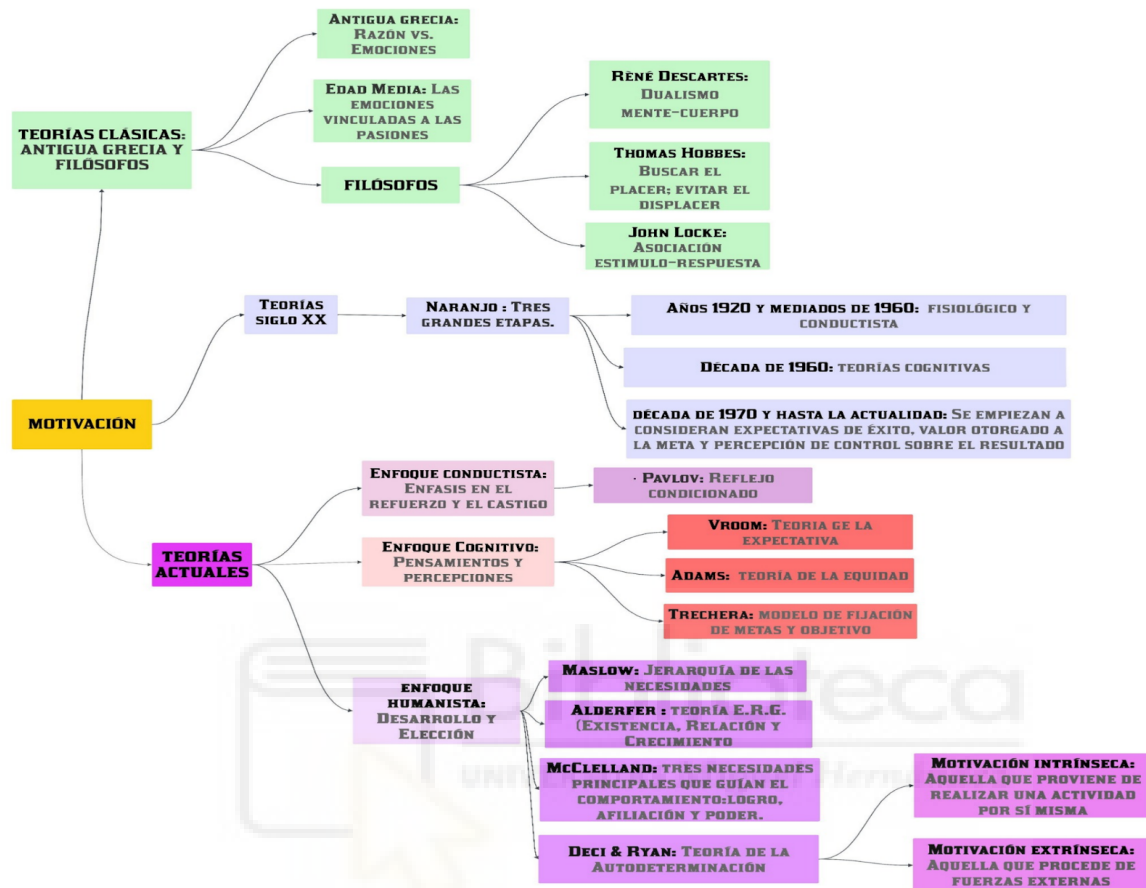
La *Teoría de la Autodeterminación* (TAD) explica cómo y por qué nos motivamos, distingue entre la **motivación intrínseca** que es aquella que proviene de realizar una actividad por sí misma, por el disfrute o el interés propio, es decir, la conducta es una recompensa en sí misma y la **motivación extrínseca** que procede de fuerzas externas como recompensas económicas, los elogios o la evitación de castigos.

Para Ryan y Deci la clave de una motivación saludable está en satisfacer estas tres necesidades básicas: Autonomía que es entendida como sentir que tenemos el control de nuestras decisiones y que actuamos según lo que valoramos y queremos, la competencia entendida como la capacidad de sentirnos capaces para afrontar retos y lograr metas y la relación que es para él la capacidad de sentirnos conectados y apoyados por los demás. Cuando estas tres necesidades están cubiertas, según el autor es más probable que surja una motivación intrínseca donde haremos las cosas por puro interés y disfrute, por ejemplo aprender un idioma solo por curiosidad de conocerlo. Pero si no están bien satisfechas, puede predominar la motivación extrínseca, donde hacemos las cosas más por obligación o para conseguir recompensas externas como por ejemplo estudiar solo para evitar un castigo.

Con todo esto, queda claro que la motivación en los estudiantes es un fenómeno complejo, que depende de múltiples factores tanto internos como externos, y que es y ha sido un tema de interés que varía según las condiciones sociales y personales. A partir de este marco teórico, podemos ahora plantearnos si realmente estamos frente a una crisis de motivación en los estudiantes, cuáles son sus causas principales y qué estrategias podrían proponerse para revertirla. Antes de pasar al siguiente apartado, incluiré un mapa conceptual que resume visualmente lo expuesto, facilitando la comprensión de este apartado de mi TFG.

Figura 1. Mapa conceptual

Nota: Creación propia para un mayor entendimiento visual de todas las teorías mencionadas



BLOQUE II. METODOLOGÍA

2. Metodología

En este apartado se expone el criterio que he seguido para abordar los objetivos e hipótesis de mi TFG, explicando el tipo de enfoque de investigación empleado y justificando la validez y coherencia de las fuentes seleccionadas, asegurando así una base sólida para el desarrollo del proceso de investigación.

2.1 Tipo y enfoque de investigación

Para el desarrollo de este Trabajo de Fin de Grado he optado por una metodología con un carácter exploratorio, descriptivo y analítico, que considero que se adecúa a la naturaleza del objeto de estudio: la posible existencia de una crisis silenciosa en la motivación académica de los estudiantes actuales. Esta elección la he escogido a raíz de considerar que existe una necesidad mayor de comprender este fenómeno complejo y multifactorial que no puede ser reducido únicamente a variables numéricas o resultados inmediatos, sino que requiere una mirada crítica, interpretativa y contextualizada.

Actualmente estamos acostumbrados a etiquetar, clasificar, numerar... y esto es necesario pero sobre esta materia como bien hemos visto en el marco teórico ya se ha analizado mucho y considero que es más enriquecedor un análisis cualitativo aunque también emplearé datos empíricos.

El objetivo principal de esta investigación no es generar nuevos datos empíricos mediante técnicas como encuestas, entrevistas o experimentos, sino llevar a cabo una revisión exhaustiva y razonada de estudios previos de diversos autores, informes institucionales y artículos científicos que ya han abordado el tema desde diversas perspectivas. Una vez tomados estos documentos se realizará un análisis comparativo y reflexivo que me permita identificar patrones comunes, contrastar teorías explicativas y, finalmente, ofrecer una interpretación personal fundamentada, así como una posible propuesta línea de acción o soluciones orientadas a la mejora de la motivación académica en las diversas instituciones académicas.

En resumen, dada la amplitud del tema y la abundante bibliografía ya existente, el enfoque elegido es cualitativo, con un importante apoyo en el análisis de datos cuantitativos secundarios. Esta combinación metodológica tiene por finalidad facilitar una aproximación rica y profunda al fenómeno estudiado, permitiendo no solo describir el problema, sino también comprender sus

causas, implicaciones y posibles consecuencias a corto y largo plazo en el desarrollo personal y académico de los estudiantes.

Como se ha mencionado previamente, esta investigación se sustenta íntegramente en el análisis e interpretación de fuentes secundarias de carácter científico y técnico, entre las que se incluyen artículos revisados y comparados entre ellos, investigaciones académicas nacionales e internacionales, informes emitidos por organismos públicos y privados, así como estadísticas educativas recientes. Este enfoque indirecto, basado en el estudio de documentación ya publicada, permite construir un marco de análisis sólido sin recurrir a la recolección directa de datos primarios, una labor que ya ha sido desarrollada en numerosas ocasiones por expertos en el ámbito educativo y psicológico con una mayor muestra y medios que yo podría obtener.

La elección de esta estrategia metodológica también responde a un interés personal por dotar al trabajo de un enfoque más crítico y reflexivo, que no se limite a replicar datos existentes, sino que motive una lectura interpretativa del problema. En este sentido, pretendo aportar una mirada renovada sin abandonar el rigor académico, que permita abrir un espacio a la reflexión individual e institucional sobre las condiciones reales en las que se desenvuelven los estudiantes hoy en día.

2.2. Diseño metodológico

El diseño de la investigación se centra como bien he mencionado con anterioridad en una revisión documental que incluye tanto la literatura sobre la motivación académica como datos actuales sobre el estado emocional y educativo de los estudiantes. Para ello, se han seleccionado fuentes que permitan examinar de manera interrelacionada los siguientes aspectos:

- El estado actual de la motivación/desmotivación académica.
- Los factores psicológicos, sociales, educativos y estructurales que inciden en ella.
- Las consecuencias en el rendimiento académico, el bienestar emocional y la proyección profesional.

2.3. Fuentes y técnicas de análisis

Para el desarrollo de este estudio se han consultado diversas fuentes secundarias procedentes de tres categorías principales:

2.3.1 Literatura científica y académica

He revisado artículos publicados en diversas revistas especializadas en educación, psicología y sociología, así como libros sobre motivación académica.

Las bases de datos utilizadas han sido:

- Google Académico
- Dialnet
- Biblioteca umh
- CRUE

2.3.2 Informes y estadísticas oficiales

Para poder conocer la dimensión del problema actual con la motivación y su evolución he recurrido a datos empíricos procedentes a organismos nacionales e internacionales como:

- **INE** (Instituto Nacional de Estadística): Tasas de abandono escolar temprano, salud mental juvenil.
- **MEFP** (Ministerio de Educación y Formación Profesional de España): Informes sobre el sistema educativo.
- **INJUVE** (Instituto de la Juventud): Estudios sobre motivación, percepción del futuro y bienestar emocional.
- **UNICEF** (Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia): Datos sobre el impacto de la brecha digital , juventud durante la pandemia y bienestar.
- **OMS** (Organización Mundial de la Salud): Información sobre salud mental juvenil y efectos psicosociales de la pandemia.
- **HBSC** (Health Behaviour in School-aged Children) : Datos sobre hábitos de salud, bienestar emocional y conductas de riesgo en adolescentes.

- **CIS** (Centro de Investigaciones Sociológicas): Encuestas sobre percepciones juveniles y expectativas de futuro
- **CJE** (Consejo de la Juventud de España): Informes sobre la situación juvenil actual

2.3.3 Otra producción académica (TFGs, TFM, tesis doctorales)

Para poder obtener diversos puntos de vista de diversos estudiantes que también han tratado esta cuestión es sus trabajos recientes, ha sido empleado para esta búsqueda:

- Red de Bibliotecas Universitarias y Científicas Españolas (RIBUN)
- RediUmh: Un repositorio de propios estudiantes de mí misma universidad

2.4 Criterios de elección de fuentes

Para garantizar la fiabilidad y la exactitud de la información proporcionada me base en tres simples criterios para escoger mis fuentes:

- **Actualidad:** Priorice los documentos publicados con mayor proximidad a la actualidad (2025), a fin de reflejar una visión lo más cercana a la realidad actual.
- **Relevancia :** He seleccionado aquellos textos que abordan de manera directa cuestiones relacionadas con la motivación académica y sus implicaciones.
- **Rigor científico:** Las fuentes seleccionadas en su inmensa mayoría son verificadas y fiables por ser emitidas o impulsadas por instituciones oficiales.

BLOQUE III . DIAGNÓSTICO ACTUAL DE LA MOTIVACIÓN ACADÉMICA

3.1 Panorama general: ¿Qué muestran los estudios recientes?

Para poder contrastar la hipótesis de que nos encontramos ante una crisis silenciosa de motivación académica, resulta fundamental realizar un análisis basado en datos empíricos procedentes de fuentes científicas y oficiales.

En los últimos años, se han realizado diversos estudios e informes que han reflejado una clara disminución de la motivación entre los jóvenes en España, atribuible a múltiples factores. Entre los más relevantes destacan el abandono escolar temprano, el deterioro de la salud mental y el impacto prolongado de la pandemia.

Uno de los indicadores más evidentes de desmotivación educativa como bien he mencionado anteriormente es el abandono temprano de la educación-formación.

Según datos del *Instituto Nacional de Estadística* (INE, 2023), **España sigue siendo uno de los países con mayores tasas de abandono temprano** en la Unión Europea, especialmente entre los hombres, esta tasa es prácticamente más elevada en hombres en todos los países europeos . Si bien se observa una ligera mejora respecto a años anteriores, persiste una brecha considerable en comparación con la media europea.

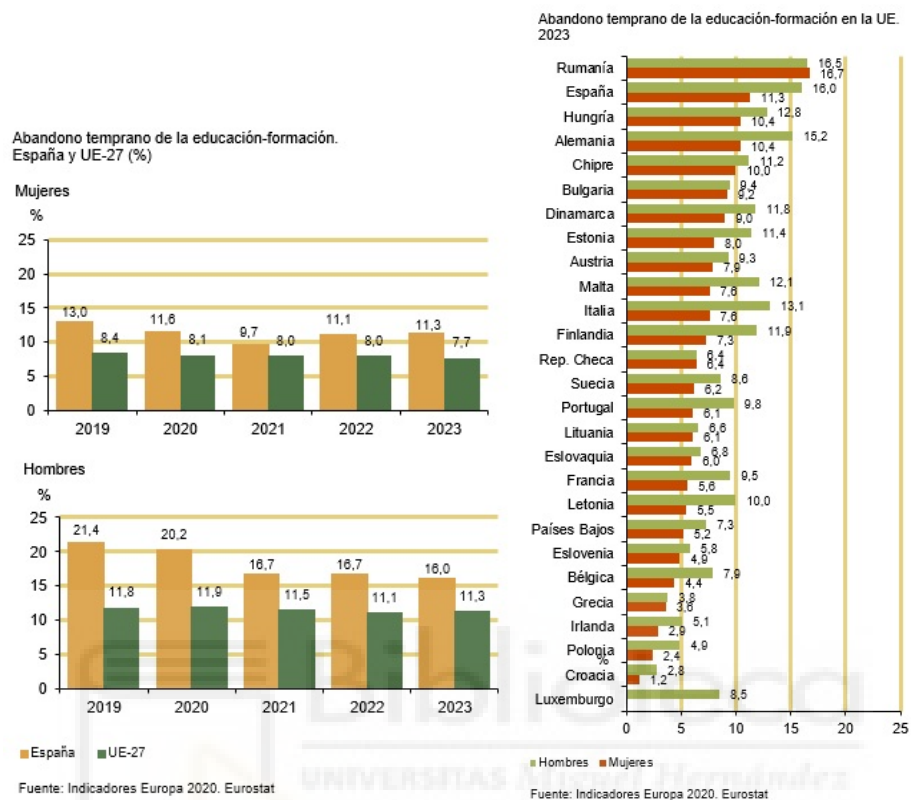
Concretamente, en 2023 la tasa de abandono entre los **hombres españoles** fue del **16 %**, frente al **11,3 %** de media en la UE-27. Esta cifra supone una **mejora respecto al 16,7 %** registrado en 2022, aunque sigue siendo significativamente alta.

En el caso de las **mujeres**, la tasa se sitúa en el **11,3 %**, con un **leve aumento respecto al año anterior (11,1 %)**. Aunque esta variación es pequeña, resulta relevante, ya que mientras la tasa masculina muestra un descenso progresivo, la femenina ha experimentado un ligero ascenso en los últimos años.

Estos datos ponen de manifiesto la necesidad de reforzar los mecanismos de orientación y apoyo educativo, especialmente en las etapas postobligatorias, con el fin de revertir la tendencia y fomentar la permanencia en el sistema educativo.

Figura 2 y 3. Gráficos INE

Nota: Recopilación de datos acerca de la tasa de abandono escolar por parte del INE



Otro factor clave a tener en cuenta en el análisis de la motivación académica, es la salud mental especialmente en jóvenes. La irrupción de la pandemia por COVID-19 alteró significativamente la vida social, emocional y educativa de toda la población.

En el ámbito laboral la pandemia afectó gravemente a todos los niveles pero sobre todo a nivel de salud mental dando a lugar movimientos como “*La gran renuncia*” (o Great Resignation) surgió en EE. UU. en 2021 y describe el aumento masivo de renuncias laborales tras la pandemia.

Esta tendencia llegó también a España, donde el número de personas que abandonaron voluntariamente su trabajo creció un 110 % solo en el primer semestre de 2022, marcando cifras récord (más de 30.000 renuncias según Seguridad Social).

Este fenómeno refleja una transformación en los valores y motivaciones de las personas respecto al trabajo: priorización del bienestar emocional, la conciliación personal-laboral, la búsqueda de propósito y la fatiga post-pandémica.

Según el artículo *Wolters Kluwer TAA España* de 2022 los factores clave que llevaron a suceder este fenómeno son: la fatiga mental, burnout y pérdida de sentido del trabajo, búsqueda de condiciones más flexibles, como el teletrabajo, la insatisfacción económica y sobrecarga laboral, la ruptura del vínculo emocional con el empleo y un mayor deseo de autonomía, estabilidad emocional y sentido personal.

Leyendo este artículo y sabiendo de este fenómeno en el ámbito laboral es imposible no preguntarse cómo ha afectado a los jóvenes estudiantes y buscar si se han producido paralelismos con algún movimiento similar en el ámbito académico.

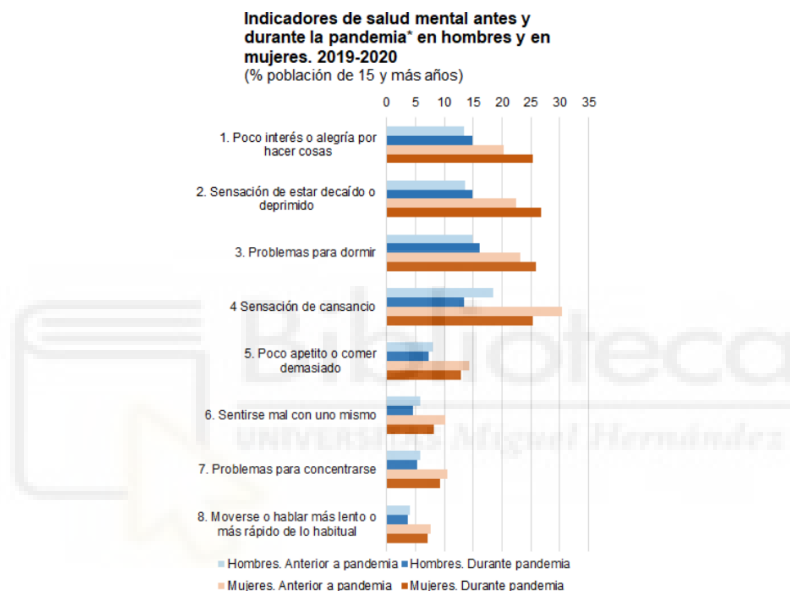
Como todos sabemos, el 14 de marzo de 2020, el Gobierno de España aprobó el estado de alarma Boletín oficial del Estado (BOE) ante la situación de pandemia por Covid-19. Esta situación de emergencia sanitaria no sólo provocó consecuencias en el ámbito laboral, como el fenómeno conocido como “*La Gran Renuncia*”, sino que también tuvo un fuerte impacto en el ámbito educativo. Si bien no existe aún un movimiento formalmente reconocido como equivalente académico, los paralelismos son evidentes: desgaste emocional, pérdida de propósito, y caída generalizada del rendimiento.

Diversos estudios recientes han confirmado esta conexión entre salud mental y rendimiento académico. El Instituto Nacional de Estadística (INE 2020), durante los primeros meses de la pandemia realizaron una encuesta con referencia temporal de julio de 2019 a julio de 2020. En esa encuesta se detectó que se produjo un **aumento en indicadores emocionales negativos** en la población: **creció un 2,8 %** la sensación de estar **deprimido**, un **3,3 %** la **falta de interés** o alegría por hacer las cosas, y un **2 %** los **problemas de sueño**.

Aunque en contraparte se **redujeron ligeramente los cuadros depresivos respecto a 2014** (del **7,4 %** al **5,4 %**). Intensificando más otros **síntomas más sutiles** como el **sentimiento** de estar **abatido**, la **apatía** o el **insomnio** sobre todo en el **grupo 15 y 44 años**. Como bien podemos observar en la siguiente tabla proporcionada por el INE en julio de 2020:

Figura 4. Gráfico INE

Nota: Indicadores de la salud mental antes y durante la pandemia en hombres y mujeres proporcionada por el INE



Otro estudio de interés relacionado con la salud mental fue uno elaborado por la *Universidad de Oviedo* en 2022, con una **muestra** representativa de **5.221 estudiantes** de grados y postgrados de **35 universidades** españolas tanto públicas como privadas. Esta investigación representativa proporcionó unos datos impactantes en diversas áreas: Un **47,6%** del alumnado alcanzó puntuaciones indicativas de **ansiedad**, detectó que el **60%** de los alumnos de primer grado manifestaban tener entre **bastante y mucha dificultad** en sus **técnicas de estudio**, y en **cursos superiores**, hasta un **40 %** indicó el **mismo nivel de dificultad**, otra señal de alerta se encuentra en la **insatisfacción con el rendimiento académico** un **20 %** del alumnado de todos los cursos de grado manifestó sentirse bastante o muy insatisfecho con sus resultados académicos, a su vez, un **60 %** señaló haber sufrido un **deterioro en su rendimiento** debido a los cambios provocados

por la COVID-19, un **70 %** reconoció **problemas de atención** y concentración, la **sobrecarga académica** fue uno de los factores más mencionados un **70 %** del alumnado mencionaba tener una moderada y mucha sobrecarga que **aumenta con la subida de cursos en el grado**, el **miedo a hablar en público** también fue una dificultad significativa más del **50 %** manifestó tener entre bastantes y muchos problemas al respecto, un dato con especial relevancia es que muchos expusieron una **sensación de malestar físico** más del **60 %** de los participantes dijeron presentar dicho malestar en forma de tensión, insomnio, dolores musculares o cefaleas y finalmente el dato más impactante es que al **50%** de los alumnos encuestados tenían una **percepción de incapacidad para afrontar el futuro**.

Figura 5. Tabla 1

Nota: Tabla de creación propia resumiendo los datos anteriores para mayor comprensión

Indicador	Porcentaje (%)
Alumnado con síntomas de ansiedad	47,60%
Dificultades con técnicas de estudio (1.º curso de grado)	60%
Dificultades con técnicas de estudio (cursos superiores)	40%
Insatisfacción con el rendimiento académico	20%
Deterioro del rendimiento por la COVID-19	60%
Problemas de atención y concentración	70%
Sobrecarga académica	70%
Miedo a hablar en público	50%
Malestar físico (tensión, insomnio, cefaleas, etc.)	60%
Percepción de incapacidad para afrontar el futuro	50%

Todos estos datos dejan en evidencia un claro panorama preocupante en el ámbito de la salud mental de los universitarios. Por lo que podemos afirmar que el bienestar mental se ha convertido en un factor determinante para la permanencia, la motivación y el éxito académico. Reflejando que la ansiedad, la depresión y la falta de propósito pueden ser indicadores de una crisis emocional silenciosa que amenaza con aumentar el abandono académico, el estancamiento personal y la desmotivación con los estudios.

Para continuar, quisiera hacer mención a otros estudios también relevantes como el *Informe 2024 sobre el estado del sistema educativo del* Ministerio de Educación y Formación Profesional de España (MEFP,2024) destacan que la población joven en España (tomando como joven las personas de entre 25-34 años) han alcanzado **niveles educativos superiores en comparación con generaciones anteriores**, sobre todo en el caso de las mujeres. El **74,3 %** ha completado al menos la **educación secundaria superior**, a su vez, resaltan que el nivel educativo sigue siendo un factor clave para el acceso al empleo *“las personas con estudios superiores presentan una tasa de empleo del 81,3 %, frente al 59 % de quienes solo cuentan con estudios básicos”* No obstante, **España continúa por debajo de la media europea.**

De cara al futuro, la MEFP estima que el **67 % de los nuevos empleos requerirá cualificación alta**, lo que pone de manifiesto la importancia de descifrar los problemas actuales en la educación, combatir la desmotivación para elevar el nivel formativo de la juventud. Además de este informe también es preocupante que el ministerio observa que la **tasa de paro juvenil sigue siendo elevada**, especialmente entre quienes sólo tienen estudios primarios, reforzando la idea de que un mayor nivel educativo mejora la empleabilidad y la estabilidad profesional por lo que requerimos tener un buen sistema educativo donde los jóvenes estén motivados y puedan formarse profesionalmente correctamente.

En el informe del *Instituto de la juventud* (INJUVE,2019) también resalta la misma correlación que la MEFP “*la educación tiene un impacto directo en la empleabilidad y en el desarrollo de la autonomía juvenil*”. Según la Encuesta INJUVE 2019, “*los jóvenes de 25 a 29 años con mayor nivel educativo y dominio del inglés tienen más probabilidades de estar informados, formarse opiniones sólidas, sentir eficacia política y estar estudiando o trabajando*”. **La probabilidad de estar en activo laboralmente se triplica entre quienes pasan de estudios básicos a superiores.** Esto refuerza la importancia de la educación como base del desarrollo personal y profesional, en línea con los objetivos de la Agenda 2030.

En este informe también trata un debate que últimamente se escucha mucho en las redes sociales “*La percepción de los cursos formativos versus los grados universitarios*” y es que a pesar de que la Formación Profesional (FP) ofrece buenas salidas laborales, **sigue considerándose de menor prestigio respecto a los estudios universitarios.** Esto influye en que jóvenes con buenos resultados académicos tiendan a descartarla como opción pese a que está demostrado que los FP dan más formación práctica. Igualmente las **expectativas educativas** también están fuertemente **condicionadas** por el **rendimiento académico previo**, el **nivel educativo de los padres**, otros **factores sociodemográficos** y también factores personales como la **personalidad** o los **intereses**.

En su totalidad, los datos muestran que las decisiones educativas de los jóvenes no son totalmente libres, sino que responden a patrones estructurales y culturales que condicionan sus trayectorias y oportunidades futuras por lo que considero relevante tratar posteriormente todo un apartado acerca de estos factores psicológicos, sociales y estructurales.

Retomando la cuestión de la **tasa de renuncia escolar universitaria**, considero pertinente matizar si existen diferencias significativas entre instituciones públicas y privadas. Los datos publicados por el *Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades* (MCIU) correspondientes al curso 2019-2020 revelan que, efectivamente, sí se observan **diferencias claras según la titularidad y la modalidad de la enseñanza** como podemos observar en la siguiente tabla:

Figura 6. Tabla 2

Nota: Tabla de creación propia acerca de las diferencias de titularidad y modalidad de enseñanza con datos proporcionados por MCIU 2019-2020

Tipo de universidad	Tasa de abandono (%)
Universidades Públicas	18,79%
Universidades Públicas Presenciales	14,02%
Universidades Públicas No Presenciales	47,21%
Universidades Privadas	18,24%
Universidades Privadas Presenciales	12,63%
Universidades Privadas No Presenciales	30,12%

Como se puede apreciar, las **universidades públicas presenciales** presentan una **tasa de abandono** en el primer año considerablemente **más baja (14,02 %)** en **comparación** con las **universidades públicas no presenciales**, cuya tasa alcanza el **47,21 %**, siendo esta última la más elevada entre todos los tipos de instituciones.

En el **ámbito privado** se detecta una tendencia similar: las **universidades privadas presenciales** registran una tasa de abandono del **12,63 %**, mientras que las **privadas no presenciales** se sitúan en un **30,12 %**. Estos datos ponen de manifiesto que la **modalidad de enseñanza** (presencial o no presencial) **influye** notablemente en las tasas de **permanencia** estudiantil, más allá de la titularidad de la institución, **no influye notablemente** el que la institución sea **pública o privada** a la hora de abandonar la universidad en el primer año según el MCIU 2019-2020.

Para complementar este análisis, revisé también los datos proporcionados por la *Conferencia de Rectores de las Universidades Españolas* (CRUE 2024) en su informe se examina el abandono desde una perspectiva longitudinal a través de la Tasa Global Neta de Abandono (TGNA), que representa el porcentaje de estudiantes que abandonan completamente el sistema universitario.

Los resultados, correspondientes al grupo del curso 2017/2018, confirman la tendencia observada también en los datos ministeriales: **la modalidad no presencial muestra los niveles más elevados de abandono**. En concreto, la UNED (representando a las universidades públicas no presenciales) alcanza una TGNA del **55,4 %**, mientras que las universidades privadas no presenciales registran un **38,3 %**. Por el contrario, las universidades presenciales (tanto públicas como privadas) presentan tasas de abandono neto muy similares, con un **13,65 %** y un **13,20 %**. Esta similitud sugiere que, al igual que en los datos del Ministerio, la modalidad de enseñanza pública o privada no afecta tanto como si la modalidad es presencial o no, esto podría también refirmar los datos que he expuesto anteriormente de que *“al menos el 60% de los estudiantes sintieron un deterioro académico tras la pandemia”* según el estudio realizado por la universidad de Oviedo, al evidenciar como la tasa de abandono es superior en una modalidad no presencial como tuvimos a raíz de la COVID-19.

Figura 7. Tabla 3

Nota: Tabla de creación propia que recoge los datos del artículo del CRUE 2024

Modalidad y tipo	TGNA (%)
Universidades Públicas Presenciales	13,65%
Universidades Privadas Presenciales	13,2%
Universidades Públicas No Presenciales	55,4%
Universidades Privadas No Presenciales	38,3%

3.2 Factores influyentes clasificados (psicológicos, sociales y estructurales)

Pese a que ya he tratado algunos factores en el anterior apartado me gustaría aquí abordarlos de una manera más concreta y específica dividiéndolos en 3 grandes grupos: factores psicológicos, factores sociales y finalmente en factores estructurales.

3.2.1 Factores Psicológicos

- **Ansiedad y depresión:**

En nuestro país cada vez es más normal que los jóvenes hablen de salud mental o identifiquen posibles problemas relacionados. Según un informe elaborado por UNICEF España y la Universidad de Sevilla, el **41%** de los adolescentes en España (4 de cada 10) manifiesta **haber tenido o creer haber tenido un problema de salud mental** en los últimos doce meses. Sin embargo, de ese 41%, más de **1 de cada 3 adolescentes no ha hablado** sobre esos problemas y **más de la mitad no ha pedido ayuda** demostrando que aún hay cierto estigma sobre la salud mental.

En este informe se recoge algunos factores internos y externos que según los propios adolescentes, perjudican su salud mental a **nivel interno**:

- **La baja autoestima:**

La baja autoestima es uno de los factores internos más relevantes que afectan a la salud mental de los jóvenes en la actualidad, y las redes sociales juegan un papel indiscutiblemente fundamental entre la juventud. Según el *Estudio de Salud y Estilo de Vida de Aegon* (2024), el **32 % de los jóvenes españoles afirma sentirse inferior debido al uso de las redes sociales**, al presentar una percepción distorsionada de sí mismos por la constante comparación con otras personas por redes sociales.

Estos datos coinciden con un informe de UNICEF (2023), que revela que el **32 % de los adolescentes manifiestan sentir la necesidad de aparentar una vida perfecta en redes, especialmente las chicas**, de las cuales el **34,3 %** afirman compararse con otros usuarios que aparentan bienestar emocional y físico, **frente al 13,3 % de los chicos**.

Asimismo, cabe decir que aunque las redes sociales no son el único desencadenante de la baja autoestima en los jóvenes, sí constituyen un factor altamente influyente como hemos podido ver. Existen múltiples elementos más que intervienen en el desarrollo de una autoestima frágil, como el **miedo al rechazo social**, el **acoso escolar**, la **presión académica**, la **falta de habilidades de afrontamiento emocional** o un **entorno familiar disfuncional**.

➤ **El consumo de alcohol y otras drogas:**

El ministerio de sanidad el 11 de marzo de 2025 aprobó el Proyecto de Ley de prevención del consumo de bebidas alcohólicas en menores de edad al detectar que la edad media de inicio en el consumo de alcohol es de 14 años (tanto para chicos como para chicas), dato inquietante ya que el consumo de alcohol en personas jóvenes y especialmente en menores de 18 años, puede tener, consecuencias cognitivas a largo plazo con un impacto negativo muy importante en su salud, vida social, resultados académicos, trabajo, amigos, familia y por tanto en su futuro.

El abuso de sustancias durante la adolescencia está relacionado con modelos impulsivos y puede agravar problemas emocionales. La confederación de salud mental españa (2022) alerta de la relación entre adicciones y problemas de salud mental en la población joven española, afirmando que el 70% de las personas que acuden a las consultas por adicciones, tienen además un problema de salud mental, algo que se denomina "*patología dual*".

➤ **Tener dificultades económicas:**

Las dificultades económicas en la familia pueden afectar a la salud mental, manifestándose como estrés o ansiedad por ejemplo.

Los determinantes **externos** que más perjudican la salud mental son:

➤ **Ser víctima de bullying o cyberbullying (modalidad digital del acoso):**

Este es uno de los factores sociales más graves y directos que afectan a la salud mental de los jóvenes. Un reciente estudio sobre el acoso escolar y el ciberacoso en España, realizado por la Universidad Complutense de Madrid y la Fundación ColaCao (2023), recogió datos alarmantes a partir de una muestra de más de **20.000 estudiantes** entre **4º de primaria** y **4º de ESO**.

Según este informe, el **6,2 %** del alumnado se reconoce como **víctima de acoso escolar**, y un **10,3 %** ha sufrido **ciberacoso**. Además, es especialmente preocupante que el **46,4 %** de quienes han sufrido **bullying también declaran haber sufrido acoso digital**, lo que demuestra la **relación entre ambas**. El impacto psicológico es profundo, el **21,1 %** de las **víctimas de ciberacoso** y el **20,4 % de las víctimas de acoso escolar** han pensado en **quitarse la vida** alguna vez.

El **aspecto físico (52,9 %)**, **no cumplir con los estereotipos de género (44,2 %)** y las dificultades **de aprendizaje (34,1 %)** son algunos de los factores más asociados a ser una víctima.

➤ **Tener problemas familiares:**

La falta de apoyo familiar y social constituye un factor de riesgo para la salud mental y el rendimiento académico de los jóvenes. Diversos estudios han demostrado que un entorno afectivo y estable actúa como protector, fomentando la resiliencia, la motivación y los hábitos de estudio.

- **Síndrome Burnout Académico:**

Aunque este fenómeno ha sido especialmente investigado en el ámbito laboral también se da en el ámbito académico. En el contexto universitario español, el **síndrome de burnout** se ha identificado como un **factor psicológico que afecta directamente al rendimiento, las expectativas académicas y la intención de abandono**. Este síndrome se manifiesta en tres dimensiones: **agotamiento emocional**, **cinismo hacia los estudios** (una actitud de distanciamiento y desinterés) y **baja percepción de eficacia académica**. Así lo evidencia el estudio de Isabel M. Martínez Martínez y Alexandra Marques Pinto, en su trabajo de fin de grado *“Burnout en estudiantes universitarios de España y Portugal y su relación con variables académicas”* (2005) en el que analizaron con una muestra de 1.988 estudiantes universitarios de diversas titulaciones de Portugal y España.

La investigación buscaba examinar la relación entre el burnout y variables académicas como el desempeño, las expectativas de éxito y la tendencia al abandono; y por otro, explorar las diferencias en función del país y del sexo del alumnado.

Los resultados que obtuvieron fueron que los **altos niveles de cinismo y baja percepción de eficacia académica** se asociaban con **peor rendimiento académico, menores expectativas y mayor intención de abandonar los estudios**.

Además, se observaron diferencias significativas entre países y géneros: los estudiantes **españoles presentaron niveles más altos de agotamiento y cinismo**, en comparación con los portugueses. Por su parte, las **mujeres obtuvieron mejores resultados en todas las variables**: mostraron menor burnout, mayor eficacia, mejor rendimiento y menor tendencia al abandono que sus compañeros varones.

- **Impacto pandemia:**

La pandemia de la COVID-19 ha tenido un impacto multidimensional, al tratarse de un acontecimiento histórico reciente que ha transformado radicalmente distintos aspectos de la vida juvenil. Dado su carácter transversal, su análisis lo abordaré en los diferentes niveles factoriales, aunque destaca especialmente su repercusión en el ámbito social, concretamente en el bienestar emocional y la salud mental de la juventud.

Diversos estudios han evidenciado este deterioro psicológico. Por ejemplo, Pablo Simón Cosano (2021), en su artículo “*El impacto de la pandemia en los jóvenes: una aproximación multidimensional*”, concluye que el confinamiento y la incertidumbre provocaron un notable **incremento de los síntomas de ansiedad, estrés, insomnio y depresión**, especialmente mayor entre mujeres jóvenes y entre quienes vivieron la pandemia en soledad o en pareja.

Esta tendencia es corroborada por el estudio elaborado por Red2Red Consultores para la Comunidad de Madrid (2021), que en un informe realizado para comprender la situación actual y poder ayudar a su comunidad señalaron que el **78,3% de los jóvenes de entre 16 y 23 años manifestaron** haber experimentado sentimientos de **desánimo o pesimismo**. Asimismo, se detectó que las **mujeres jóvenes** reportaron entre un **15% a 20% más de sintomatología ansiosa** en comparación con los hombres.

Finalmente el informe de la “*Juventud en España 2020*” del INJUVE confirma que el “*Gran Confinamiento*”, ha afectado hasta a un **32%** de la juventud a nivel psicológico.

3.2.2 Factores Sociales

Estos factores son aquellos que hacen referencia al entorno del estudiante afectando a su estado emocional, su integración educativa y su motivación para continuar con los estudios.

Las interacciones con la familia, los compañeros, el profesorado y la comunidad educativa son clave para comprender la implicación académica y el bienestar emocional del alumnado. Algunos de los principales factores sociales que he encontrado que pueden influir a una desmotivación académica son:

- **Falta de apoyo familiar y social:**

La carencia de un entorno familiar que brinde un apoyo emocional es un factor de riesgo. El apoyo y la conexión con los amigos, compañeros y familia actúan como factores protectores del bienestar mental y rendimiento académico. Según la revista científica latinoamericana de ciencias sociales y humanidades en su artículo de “ *Factores asociados al rendimiento académico: El apoyo familiar*” (2024) la familia actúa como un soporte emocional para ayudar a los jóvenes a enfrentar situaciones difíciles.

El diálogo y el respaldo efectivo dentro del hogar fomenta la resiliencia emocional, dotando a los niños con las habilidades necesarias para hacer frente al estrés y la adversidad con una mayor facilidad.

El respaldo familiar no sólo actúa como respaldo emocional ante situaciones de tensión o adversidad, sino que también crea hábitos de estudio y a la construcción de una genera una actitud positiva hacia el aprendizaje.

Los estudios científicos han demostrado de forma consistente que “*El apoyo parental está vinculado a un mayor rendimiento académico y a una mejor salud mental en los estudiantes*” (Desforges & Abouchaar, 2003; OECD, 2012).

Durante la crisis del COVID-19, las familias asumieron un papel más activo en la educación, lo que reveló desigualdades significativas entre hogares, especialmente en cuanto a recursos, nivel educativo de los padres y acceso digital.

Se ha demostrado que el acompañamiento afectivo y la supervisión desde casa tienen mayor impacto positivo que la participación en actos escolares.

Sin embargo, factores como el analfabetismo o las condiciones laborales pueden dificultar dicha implicación. Por ello, es de fundamental que también las instituciones educativas impartan estrategias inclusivas para apoyar y formar al alumno creando un entorno colaborativo que favorezca el rendimiento y la motivación de los estudiantes.

- **Presión social:**

La presión social en el ámbito educativo se ha incrementado en los últimos años, afectando a la salud emocional y al rendimiento académico, especialmente en la etapa de la adolescencia. Un informe reciente de la *Organización Mundial de la Salud* (OMS), en colaboración con el estudio *Health Behaviour in School-aged Children* (HBSC 2021/2022), ha resaltado un aumento en la presión que sienten los y las jóvenes en relación con sus responsabilidades escolares.

Según dicho informe de la HBSC 2021/2022, que analizó la situación de más de **279.000** estudiantes de entre **11 y 15 años** en 44 países, el **63%** de las adolescentes manifestaron **sentirse presionados** por las tareas escolares, **frente al 54%** registrado en 2018.

La doctora Irene García-Moya, coautora del informe, resaltó además que esta presión se ve incrementada sobre todo por la disminución de los sistemas de apoyo, en particular en el ámbito familiar. **Entre 2018 y 2022**, el porcentaje de jóvenes que afirmaban contar con un **alto nivel de apoyo familiar descendió del 73% al 67%**, siendo **más** pronunciado entre las **chicas** (del **72% al 64%**). Esta pérdida de soporte emocional como bien he indicado en el apartado anterior está íntimamente relacionada con una mayor vulnerabilidad del alumnado ante la presión social y escolar.

Figura 8. Tabla 4

Nota: Tabla recopilatoria de los datos anteriores elaborada por mi para observar el contraste entre los años

Indicador	Porcentaje (%)
Adolescentes presionados por tareas escolares (2018)	54%
Adolescentes presionados por tareas escolares (2022)	63%
Apoyo familiar percibido total (2018)	73%
Apoyo familiar percibido total (2022)	67%
Apoyo familiar percibido en chicas (2018)	72%
Apoyo familiar percibido en chicas (2022)	64%

- **Impacto social de la pandemia:**

El impacto de la pandemia en la población joven no se limitó al ámbito psicológico como ya hemos visto anteriormente, sino que también alteró las dinámicas sociales, los vínculos interpersonales y la percepción social.

- **Impacto en los vínculos sociales y convivencia:**

Durante la pandemia, según el barómetro del *Centro de Investigaciones Sociológicas* (CIS 2021), **más del 40% de los jóvenes entre 18 y 34 años redujo su contacto social y familiar**. Este dato desmiente la imagen pública que se extendió masivamente durante la pandemia de que la juventud es irresponsable.

Además, en cuanto a la convivencia familiar según *el estudio del Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud* (Megías et al., 2021), el **47,8% de jóvenes entre 18 y 29 años vivía con su familia**, y el **número de quienes lo hacían para cuidar a sus progenitores se duplicó** entre 2019 y 2020 (del 4,1% al 9,2%). Aunque esto fortaleció algunos vínculos familiares, también generó tensiones, ya que se trataba de una convivencia forzada, lo que disminuyó la satisfacción con las relaciones personales hasta los 7 puntos sobre 10 según este estudio realizado por el centro Reina Sofía.

➤ **Percepción social de los jóvenes**

En muchos medios se señaló a los jóvenes como un grupo desobediente o problemático durante la pandemia, los datos demuestran lo contrario, como se analizó en el apartado anterior. La mayoría respetó las medidas de prevención y expresó preocupación por la salud y el impacto económico (CIS, 2021). Sin embargo, la percepción pública generalizada generó un fenómeno de **estigmatización injusta**.

Esta narrativa negativa de que los jóvenes eran unos irresponsables se reforzó especialmente durante el inicio del desconfinamiento, cuando las imágenes de fiestas y “botellones” (reunión de jóvenes en espacios públicos, normalmente nocturnos, en la que se consume alcohol, escucha música y hablar) dominaron la cobertura mediática, generando un juicio colectivo de que los jóvenes son irresponsables. No obstante, los expertos según el *Servicio de Información y Noticias Científicas* (SINC, 2020) dictan que durante los casi 100 días de confinamiento, el comportamiento general de los jóvenes fue ejemplar, siendo las conductas irresponsables sólo casos minoritarios.

Además en este mismo artículo, destaca que esta generación ha sido doblemente golpeada: primero por la crisis económica de 2008 y posteriormente por la crisis sanitaria de la COVID-19. Esta doble carga ha generado un retraso en su transición hacia la vida adulta, **aumentando el desempleo juvenil y la precariedad** (SINC, 2020) de lo que hablaremos más adelante.

➤ Desigualdades de género

En el análisis de “*la COVID-19 y género: certezas e incertidumbres en la monitorización de la pandemia*” de Unai Martín, Amaia Bacigalupe y Marta Jiménez Carrillo (2021) de la Universidad del País Vasco, se revela que durante la **primera ola de contagios el 65% de los casos correspondieron a mujeres**. Esto puede relacionarse con una **mayor exposición** por trabajos en primera línea en sectores sanitario o de educación que según la INE está mayormente formado por mujeres, o por roles de género en el hogar que normalmente siguen formándose más por el género femenino. Sin embargo, las hospitalizaciones, admisiones en UCI y fallecimientos fueron más frecuentes en hombres, alcanzando hasta 2,5 veces más que en mujeres en determinados casos.

Este fenómeno también tiene una expresión en el ámbito económico y social, como revela el *II Índice ClosinGap de PwC* (2022). En 2021, la **desigualdad entre hombres y mujeres en España empeoró**, alcanzando un **36,7%**, un **aumento respecto al 35,9%** del año anterior. **La parte más afectada fue la conciliación entre la vida laboral y personal:** solo se alcanzó un **40,8% de igualdad** en este ámbito. Esto refleja que, durante la pandemia, muchas mujeres sufrieron más reducciones de jornada o dejaron de trabajar, además de asumir una mayor carga de tareas de cuidado en casa. Como resultado, sus oportunidades laborales y sus ingresos se vieron aún más perjudicados.

3.2.3 Factores Estructurales

- **Precariedad laboral:**

La precariedad laboral es una de las principales problemáticas estructurales que afectan a la juventud en España. Este fenómeno no se limita únicamente a la abundancia de contratos temporales o a bajos salarios, sino que también abarca la sensación generalizada de inestabilidad vital y falta de expectativas de futuro.

El estudio *“La sensación de precariedad afecta a la salud mental de los jóvenes”* (Maestripieri et al., 2024), realizado por el Observatorio Social de la Fundación “la Caixa”, analizó cómo la percepción de inestabilidad laboral influye negativamente en el bienestar emocional de la juventud. La precariedad se experimenta como un obstáculo que impide avanzar, una carga emocional que genera angustia, inseguridad y frustración entre los jóvenes.

Aunque las condiciones laborales varían por género, edad u origen el sentimiento de precariedad es común a todos los grupos. **Un 31% de los jóvenes entrevistados** por este artículo (3.012 participantes) presentaban **riesgos de ansiedad o depresión** por sentir que **su vida carece de estabilidad y futuro**.

Además, la inseguridad económica también impacta negativamente. **El 40,6% de los jóvenes encuestados** declara sufrir algún **problema de salud física o mental a causa de sus dificultades económicas**.

Complementando esta perspectiva el periodico “el economista” (2024) , revela que un **61,7% de los trabajadores de entre 16 y 19 años**, y un **46,4% entre los 20 y 24, tienen contratos temporales**. Esta elevada tasa de temporalidad en sus contratos limita sus ingresos, **que son hasta un 35% inferiores a la media nacional**, retrasando así su desarrollo profesional y vital. Además, un **31,2% de los jóvenes de entre 16 y 29 años** se encuentra en **riesgo de pobreza**, lo que refleja una precariedad estructural más allá de lo laboral.

Figura 9. Tabla 5

Nota: Tabla creada por mí para la recopilación de datos de los artículos anteriores

Indicador	Valor	Fuente
Jóvenes con riesgo de ansiedad o depresión por precariedad	31%	Maestripieri et al. (2024), Fundación la Caixa
Jóvenes con problemas de salud física o mental por dificultades económicas	40,6%	Maestripieri et al. (2024), Fundación la Caixa
Trabajadores de 16 a 19 años con contratos temporales	61,7%	Freemarket Corporate Intelligence (2024), El Economista
Trabajadores de 20 a 24 años con contratos temporales	46,4%	Freemarket Corporate Intelligence (2024), El Economista
Diferencia salarial juvenil respecto a la media nacional	<35%	Freemarket Corporate Intelligence (2024), El Economista
Jóvenes de 16 a 29 años en riesgo de pobreza	31,2%	Freemarket Corporate Intelligence (2024), El Economista

- **Dificultades para la emancipación:**

La emancipación juvenil en España se ha convertido en una meta cada vez más lejana y complicada para los jóvenes. Esta situación **no puede explicarse únicamente por la falta de empleo**, sino que debe entenderse como una **combinación** de múltiples factores estructurales: **Salarios bajos, vivienda inaccesible, condiciones laborales precarias y un sistema que no puede garantizar una economía independiente, ni siquiera teniendo trabajo o estudios superiores.**

Según el *Consejo de la Juventud de España* (CJE, 2023), la **edad media de emancipación** en el país alcanzó en 2023 los **30,3 años**, la cifra más alta de los últimos veinte años, dato realmente alarmante pero no solo se queda aquí el estudio también reveló que **solo el 15,9 % de los jóvenes entre 16 y 29 años están emancipados**, una **tasa muy por debajo de la media europea, que se sitúa en el 31,9 %.**

¿Por qué se da esta situación? Uno de los factores más determinantes es el **coste del alquiler**. Una persona joven tendría que **destinar el 83,7 % de su salario neto anual solo al pago de una vivienda en solitario**. Si se **incluyen suministros y gastos básicos**, esta **cifra asciende al 96,6 % del salario mensual medio, quedando apenas unos 36,93 euros mensuales para otras necesidades** según el CJE, 2023. Esta situación convierte la independencia residencial solitaria en una opción prácticamente inviable y por eso una alta tasa de jóvenes optan por compartir vivienda.

Además, a pesar de tener empleo o estudios superiores, muchos jóvenes en España siguen en situación de pobreza o exclusión social. **Solo el 22,9 % logra emanciparse**, y el **alto coste del alquiler o la hipoteca lo dificulta aún más.**

La **tasa de paro juvenil** es alta (**22,2 %**) y, aunque **ha bajado la temporalidad**, han **aumentado los contratos fijos discontinuos** y a tiempo parcial, que ofrecen una mejor estabilidad laboral aunque el problema no está solucionado es una mejora.

El informe del Observatorio Social de la Fundación "la Caixa" anteriormente mencionado (Maestripieri et al., 2024) añade que esta realidad no se trata únicamente de un obstáculo económico, sino también psicológico. **El 63,6 % de los jóvenes entrevistados experimenta algún tipo de inseguridad económica que afecta su capacidad para independizarse.**

Por tanto, la emancipación juvenil no es solo una cuestión de voluntad, sino de estructura: los ingresos no permiten costear una vivienda. Esta dependencia familiar y precariedad laboral prolongada limita la autonomía de los jóvenes e impacta en su desarrollo emocional, profesional y en su visión de futuro. El desarrollo de nuestros jóvenes es mucho más lento que la media de los europeos debido a todos estos problemas.

Figura 10. Tabla 6

Nota: Tabla de creación propia que recoge los datos aportados de la emancipación juvenil

INDICADOR	VALOR
Edad media de emancipación (2023)	30,3 años
Tasa de emancipación en jóvenes (16-29 años)	15,9 %
Tasa de emancipación media UE	31,9 %
Porcentaje del salario neto necesario para alquilar en solitario	83,7 %

Porcentaje del salario mensual neto incluyendo suministros	96,6 %
Resto disponible mensual tras gastos de vivienda y suministros	36,93 euros
Tasa de paro juvenil (2022)	22,2 %
Porcentaje de jóvenes emancipados	22,9 %
Jóvenes con inseguridad económica (Maestripieri et al., 2024)	63,6 %

- **Acceso desigual a recursos educativos:**

El que todos puedan acceder a la educación de manera equitativa sigue siendo un reto en España, especialmente entre la población más joven y vulnerable. La pandemia de COVID-19, acentuó las desigualdades ya existentes, sobre todo dio a relucir la “*derecha digital*” (La desigualdad en el acceso a Internet y las tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC)) convirtiéndose en un nuevo factor de exclusión educativa. Según el artículo “*La brecha digital impacta en la educación*” (UNICEF, 2020) aunque el **97% de los hogares con niños dispone de acceso a Internet, uno de cada diez con ingresos bajos** (menos de 900 € al mes) **no tiene conexión**, lo que afecta a unos **100.000 hogares**.

La falta de dispositivos adecuados también afecta al rendimiento académico. Según el Comisionado contra la Pobreza Infantil, uno de cada cinco niños de familias con menores ingresos no tiene ordenador en casa, mientras que casi todos los de familias con más recursos sí lo tienen. Esta desigualdad tecnológica afecta negativamente a la continuidad educativa y al aprendizaje.

A esta situación se suman los datos del *Education and Training Monitor de la Comisión Europea* (2024), destacando la existencia de una elevada tasa de alumnado con **bajo rendimiento** en competencias como **matemáticas (27,3%)**, **lectura (24,4%)** y **ciencias (21,3%)**.

Aunque España tiene una menor desigualdad educativa por nivel socioeconómico que otros países europeos, todavía existen obstáculos importantes que dificultan el acceso a la educación para los estudiantes con menos recursos. Además, el **abandono escolar prematuro, aunque ha disminuido significativamente desde 2012, aún afecta al 13,7% de los jóvenes, superando la media europea del 9,5% .**

Otro aspecto preocupante que destaca este artículo es que en 2023, un **35,8% de los jóvenes con estudios superiores ocupaban puestos de baja cualificación**, esto indica una falta de relación entre la formación que reciben los jóvenes y las oportunidades reales que ofrece el mercado laboral (Comisión Europea, 2024).

Este conjunto de factores evidencia que el acceso desigual a los recursos educativos no se limita al ámbito digital, sino que se manifiesta también en el rendimiento académico, el abandono escolar y la inserción laboral.

Figura 11. Tabla 7

Nota: Tabla recopilatoria de creación propia con los datos aportados

Indicador	Valor	Fuente
Hogares con niños con acceso a Internet	97%	UNICEF (2020)
Hogares con ingresos <900€ sin acceso a Internet	9.2% (~100.000 hogares)	UNICEF (2020)
Niños sin ordenador (cuartil más bajo de ingresos)	20%	Comisionado contra la Pobreza Infantil
Niños sin ordenador (cuartil más alto de ingresos)	0.9%	Comisionado contra la Pobreza Infantil
Alumnado con bajo rendimiento en matemáticas	27.3%	Comisión Europea (2024)
Alumnado con bajo rendimiento en lectura	24.4%	Comisión Europea (2024)
Alumnado con bajo rendimiento en ciencias	21.3%	Comisión Europea (2024)
Tasa de abandono escolar en España	13.7%	Comisión Europea (2024)
Media de abandono escolar en la UE	9.5%	Comisión Europea (2024)
Jóvenes con estudios superiores en empleos de baja cualificación	35.8%	Comisión Europea (2024)

- **Impacto de la pandemia a nivel estructural:**

Tal y como hemos desarrollado en los apartados anteriores, la pandemia no solo generó una crisis sanitaria, sino que actuó como un potente amplificador de desigualdades ya existentes entre la juventud española, afectando de manera transversal a múltiples esferas de su vida a nivel estructural:

En el ámbito educativo, como he evidenciado previamente, el cierre de colegios evidenció la brecha digital, afectando en especial a los hogares con rentas más bajas, acentuando las desigualdades y debilitando el progreso académico de muchos jóvenes.

En el área del empleo, la epidemia aumentó la precariedad, el desempleo juvenil y los problemas de salud mental asociados a la falta de estabilidad. Tal como hemos observado, la tasa de contratos temporales siguió siendo elevada, a pesar de una leve mejora, lo que continúa representando un obstáculo para que los jóvenes accedan a empleos con condiciones laborales estables.

En el aspecto de la emancipación, la edad media de independencia alcanzó los 30,3 años, muy por encima de la media europea como hemos visto, debido tanto a la falta de trabajos estables como al incremento de los precios de la vivienda y la pandemia de la COVID-19 no sólo no contribuyó a mejorar esta situación, sino que la agravó, al intensificar la precariedad laboral y generar un contexto de incertidumbre económica que dificulta aún más la autonomía de los jóvenes.

Por último, la pandemia de la COVID-19 amplificó la brecha digital, al trasladar gran parte de la educación y la actividad laboral al entorno virtual. Según diversos informes de organismos como la UNESCO (2020) y la UNICEF (2020), esta situación afectó especialmente a los jóvenes de entornos socioeconómicos desfavorecidos, que carecían de acceso adecuado a dispositivos tecnológicos o a una conexión estable, lo que incrementó aún más las desigualdades educativas.

BLOQUE IV. CONCLUSIONES Y PROPUESTAS

Tras haber realizado un recorrido por las teorías más relevantes sobre la motivación, analizado los datos más recientes relacionados con la situación juvenil actual y reflexionado sobre los múltiples factores que están debilitando el interés de los estudiantes, queda claro que nos encontramos ante una problemática compleja, con consecuencias tanto en el rendimiento como en el bienestar de los jóvenes y en sus futuros laborales.

Por eso resulta más necesario que nunca plantearnos: ¿qué podemos hacer para revertir esta situación?, ¿qué soluciones están a nuestro alcance?, ¿qué estrategias podemos implementar para volver a motivar a las generaciones más jóvenes?

4. Conclusión

Tras analizar los principales factores que influyen en la motivación académica desde una perspectiva teórica, en este último bloque tengo por objetivo extraer las principales conclusiones del trabajo.

En primer lugar, se presentarán las conclusiones más relevantes que derivan de la desmotivación en el ámbito académico, tanto a nivel de rendimiento como de bienestar personal y perspectivas de futuro.

A continuación, expondré una discusión crítica y personal de si realmente sigo pensando que estamos ante una crisis motivacional como planteé en mi hipótesis inicial o si ahora tras una severa investigación documental opinó que se trata de un cambio profundo en las expectativas de las nuevas generaciones y no existe tal desmotivación.

Por último, recogeré algunas propuestas orientadas a favorecer la motivación académica desde una visión de intentar aportar una mejora al ámbito académico para instituciones educativas y docentes.

4.1 Conclusiones observadas: rendimiento, bienestar, futuro profesional

A lo largo de este Trabajo de Fin de Grado he llevado a cabo un análisis sobre la motivación académica en el contexto actual. Bajo el objetivo principal de elaborar un mapa comprensivo de la situación social y educativa que permita reflexionar y extraer conclusiones sobre el panorama de hoy, con el fin de proponer posibles soluciones que contribuyan a su mejora a las instituciones, familias y jóvenes.

Para ello, en los bloques anteriores he revisado documentos, informes institucionales, estudios, artículos y lecturas sobre diversos autores. De este análisis he podido confirmar la hipótesis que planteé al inicio de mi trabajo, **nos encontramos ante una crisis significativa de motivación académica**, tanto en la etapa de educación secundaria como en el ámbito universitario que han sido mi materia de investigación, es decir, que los datos analizados confirman la hipótesis principal existe una desmotivación generalizada en los estudiantes que impacta negativamente en su rendimiento académico, su bienestar emocional y su proyección profesional.

En donde los hallazgos principales de manera resumida son :

- La desmotivación tiene múltiples causas (psicológicas, sociales y estructurales).
- La pandemia ha agravado significativamente esta problemática.
- La falta de motivación se relaciona directamente con el abandono escolar y al malestar emocional y a la situación actual del país (problemas para emanciparse y precariedad laboral) entre los factores más destacables.
- Las expectativas de los estudiantes están cambiando por lo que se requiere un nuevo modelo de aprendizaje más emocional y adaptado a las necesidades actuales de los jóvenes.

Esta crisis, a muchos les puede parecer “invisible” o “silenciosa” pero existe como he demostrado y tiene consecuencias muy significativas tanto en el progreso de los estudiantes como en el futuro de toda la sociedad. Por tanto, es vital para mí reflexionar en profundidad sobre este tema para comprender sus raíces, como para abordar soluciones eficientes que permitan revertir o, al menos, mitigar sus daños.

Algunas de las conclusiones que he podido sacar de este TFG, es que la desmotivación de los estudiantes no tiene una única causa, sino que es multifactorial y se corresponde a un entramado de hechos internos, sociales y estructurales.

Por una parte, están los factores psicológicos (hechos internos) , como la ansiedad, el burnout, la depresión, la falta de autoestima y la situación vivida en los años de la pandemia, así como el auge de redes sociales en plena adolescencia (muchos aseguran compararse o pretender tener una vida perfecta), han contribuido a que muchos de ellos vivan con sentimientos de insuficiencia, falta de propósito o poca resiliencia.

Por lo que hemos podido observar ha habido un auge entre los jóvenes en estos últimos años de problemas de salud mental sobre todo de ansiedad y depresión, esto supone un grave problema porque impacta directamente en su rendimiento académico y en su permanencia en el sistema educativo.

Los niveles elevados de ansiedad y depresión dificultan la concentración, la planificación y la tolerancia a la frustración, lo que a menudo desemboca en desmotivación, bajo rendimiento y, en muchos casos, abandono escolar que como hemos podido observar en los últimos años la tasa de abandono ha aumentado especialmente en la etapa universitaria, donde muchos estudiantes no logran finalizar sus estudios por el malestar emocional acumulado. Además, este fenómeno fue agravado tras la pandemia. Todo esto evidencia la necesidad de incorporar medidas de apoyo psicológico y estrategias educativas que fomenten el bienestar emocional en los centros educativos.

Por otro lado, están los factores sociales como la falta de apoyo familiar (un aspecto que como hemos observado en este TFG, ha sufrido un aumento de esta falta de respaldo), el acoso escolar /ciberbullying o la creciente desigualdad en el acceso a recursos educativos y tecnológicos (aumentar por la pandemia que intensificó la brecha digital).

Una red de apoyo en el entorno más cercano es muy importante y el no contar con una buena cadena de soporte agrava los sentimientos como el de soledad, este debilitamiento del soporte social tiene consecuencias directas en la salud mental y emocional de los jóvenes, y se traduce también en un mayor número de bajas académicas.

El respaldo familiar ofrece un soporte emocional fundamental que ayuda a los jóvenes a enfrentar situaciones difíciles. El diálogo y la presencia activa en el hogar fomentan la resiliencia y hábitos de estudio saludables, generando una actitud positiva hacia el aprendizaje. Por lo que es vital fomentarlo en las casas y así conseguir el desarrollo personal y profesional del estudiante previniendo el abandono y el malestar emocional, pues está demostrado como hemos visto en diversos artículos que el apoyo parental está directamente relacionado con un mayor rendimiento académico y una mejor salud mental.

El acoso escolar y el ciberbullying se han consolidado también como factores de riesgo significativos para la salud mental y la motivación académica. Según lo analizado en este trabajo, ambas formas de violencia generan sentimientos de inseguridad, aislamiento y baja autoestima en los estudiantes, afectando gravemente su bienestar y su rendimiento.

La desigualdad en el acceso a recursos educativos y tecnológicos es otro de los factores que, según lo expuesto en este TFG, ha influido negativamente en la motivación y el rendimiento académico de los estudiantes. Esa brecha ya era existente antes, pero se intensificó aún más durante la pandemia cuando la educación a distancia se impuso dejando en evidencia las diferencias entre estudiantes.

Esta situación no solo afectó el aprendizaje, sino que también generó frustración, desventajas académicas entre los estudiantes y una sensación de exclusión en los entornos más vulnerables pudiendo ocasionar abandono escolar y viendo sus oportunidades limitadas.

Además de los problemas internos y sociales que hemos analizado, en el TFG también hemos podido comprobar la existencia de la precariedad laboral y las dificultades de emancipación. Estos factores también están teniendo un impacto importante en la motivación de los estudiantes.

Hemos observado que encontrar un empleo estable o poder irse de casa es cada vez más difícil para los jóvenes. Esto podría desembocar en que muchos puedan dejar de encontrar sentido al esfuerzo de estudiar, ya que el mensaje que están recibiendo es que la formación no siempre corresponderá con mejores condiciones laborales en el futuro. La incertidumbre es un factor que ataca directamente a la motivación, debilitando en los jóvenes el interés por estudiar, generando ansiedad, falta de control y disminución de expectativas de logro.

Según Bandura (1997), cuando una persona percibe que no tiene control sobre los resultados, su sentido de autoeficacia disminuye, lo que a su vez reduce su implicación y esfuerzo en las tareas. En otras palabras, ante contextos de incertidumbre, la creencia en la propia capacidad se debilita, afectando negativamente tanto al compromiso como al rendimiento y esto es lo que está sucediendo en la actualidad como hemos podido observar.

De hecho, como muestran los datos recogidos en el TFG, es en ambos sectores, tanto en el sector privado como en el público el desempleo juvenil es más alto que la media europea, el acceso al mercado de trabajo es más complejo, y el precio de la vivienda continúa aumentando. Esto priva a muchos jóvenes de la seguridad necesaria para construir una vida autónoma o proyectar nuevas metas, lo que incrementa sensaciones de frustración, vacío y conformismo.

El debilitado acceso tanto al empleo de calidad como a una vivienda estable tiene consecuencias en el progreso tanto personal como profesional de los estudiantes. Esto pone en evidencia que el problema de la desmotivación en el aula va más allá de lo psicológico o social, tiene una base estructural también. Por eso considero importante que tanto las políticas públicas como las comunidades trabajen en proporcionar más estabilidad, más seguridad y más apoyo en el tránsito de los jóvenes hacia la edad adulta.

La desmotivación académica no es un fenómeno aislado ni una simple falta de interés, sino el reflejo de un modelo académico insuficiente y de una realidad social compleja que impacta directamente en el bienestar emocional, el rendimiento escolar y el futuro profesional de los jóvenes. A largo plazo, este debilitamiento del compromiso con el aprendizaje puede que se traduzca en mayores tasas de abandono, en precariedad laboral y en desigualdad social.

Por ello, considero fundamental aplicar diversas estrategias que incluyan métodos pedagógicos centrados en el alumnado, apoyo emocional e institucional, ayudas económicas sobre todo para quienes se encuentran en una situación de vulnerabilidad y una mayor implicación de las familias y del entorno social.

Únicamente a través de un enfoque conjunto, que tenga en cuenta los factores psicológicos, educativos, sociales e institucionales, será posible brindar a los estudiantes el apoyo necesario para recuperar la motivación y avanzar hacia un futuro más equitativo.

4.2 Discusión crítica: ¿Estamos ante una crisis real o transformación de expectativas?

En este apartado busco dar mi opinión personal acerca de este tema y discutir si estamos ante una crisis real en la motivación (aunque en las conclusiones he demostrado que sí) o en una transformación de expectativas.

A lo largo de este trabajo me he detenido en múltiples ocasiones para reflexionar si lo que estamos viviendo en el ámbito académico es una verdadera crisis o más bien era una transformación silenciosa de las expectativas de nosotros como jóvenes. Desde mi mirada personal, creo que ambos enfoques existen y no pueden entenderse por separado. Existe una crisis evidente y la he probado durante este TFG , hay cifras que la respaldan que van desde el aumento de las bajas académicas hasta los niveles de ansiedad, estrés, desmotivación, precariedad laboral, falta de apoyo del entorno, dificultad para encontrar vivienda, acoso, desigualdades de recursos, brecha digital, presión social y el burnout académico (relacionado con el agotamiento emocional, cinismo hacia los estudios (una actitud de distanciamiento y desinterés) y baja percepción de eficacia académica).

Reducir todo eso a “los jóvenes que no quieren trabajar” frase muy repetida en la actualidad me parece que no sólo es de tener una visión muy simplista, sino que también injusta.

Como estudiante, yo también he llegado a sentir en más de una ocasión ese cansancio emocional, esa desconexión con lo que se espera de mí y con el modelo educativo tradicional. Y hablando con compañeros, he notado que no soy la única. No se trata de no querer aprender, sino de no encontrarle sentido a un sistema que muchas veces se enfoca más en los resultados que en las personas. Los jóvenes hoy en día nos hemos visto en una situación donde el estudiar no te da garantías de tener un buen futuro (si es cierto que te da más posibilidades como hemos visto) por eso, me atrevo a pensar que lo que está ocurriendo no es solo una crisis, sino también una transformación: una ruptura con lo establecido y una demanda implícita de cambio.

Los jóvenes de hoy no somos los mismos que hace cincuenta años. Hemos crecido en un entorno marcado por la inestabilidad, la presión social, la sobreexposición digital y una pandemia global que lo alteró todo. Hemos aprendido a priorizar la salud mental, a cuestionar lo que antes se asumía como normal y a exigir una vida con más equilibrio. Pero los datos demuestran que aún queda mucho que trabajar, las mejoras no son suficientes y en este contexto, ¿cómo no iban a cambiar también nuestras expectativas sobre la educación? Ya no basta con aprobar o con

estudiar “porque toca”. Necesitamos una educación que nos escuche y que nos motive de verdad en esta realidad de cambio e incertidumbre.

Por eso creo que la desmotivación que muchos vivimos no siempre es sinónimo de pereza o dejadez, como a veces se nos acusa. Más que una señal de rechazo total, puede entenderse como una oportunidad para revisar y mejorar algunas áreas del sistema, como los métodos de enseñanza, el acompañamiento emocional o la adaptación a las nuevas realidades del alumnado.

No niego que existan síntomas preocupantes, porque los hay como hemos observado a lo largo de mi trabajo de fin de grado : frustración, agotamiento, ansiedad, presión social, burnout... Pero también creo que detrás de todo esto existe una potencial oportunidad de cambio para mejorar . Veo esta transformación de expectativas no como una amenaza, sino una oportunidad de mejora. Una oportunidad para diseñar espacios educativos más conectados con la realidad emocional, social y profesional del alumnado. Esto implicaría integrar el control del bienestar como eje central del aprendizaje, incorporar metodologías más activas y participativas donde los estudiantes puedan sentirse más escuchados , reforzar el apoyo psicológico en los centros (desde mi propia experiencia y la de muchos compañeros podemos decir que el apoyo psicológico de los centros debe mejorar) adaptar los contenidos a los intereses y desafíos actuales de los jóvenes, como la incertidumbre laboral o la presión social.

En conclusión, no me parece útil quedarnos solo en la idea de que estamos en una “crisis”. Pese a que mi objetivo principal del trabajo era probarla, prefiero pensar que estamos en medio de una transición, y como toda transición, es incómoda, pero necesaria de detectar para poder mejorar y ese es el verdadero sentido que quiero que se le de a mi trabajo. Espero haberlo conseguido y haberos invitado a conocer y reflexionar.

4.3 Propuestas orientadas a favorecer la motivación académica

Para finalizar, me gustaría poder ofrecer algunas sugerencias para mejorar el sistema educativo. Estas propuestas las he agrupado en tres bloques para facilitar su entendimiento y aplicación: propuestas dirigidas a las instituciones (públicas y privadas), a los propios jóvenes y a su entorno más cercano (familias y amistades).

Propuestas dirigidas a las instituciones (públicas y privadas):

- **Capacitar al profesorado en materia de salud mental y acoso escolar:** Ofreciendo cursos al profesorado sobre detección de problemas emocionales o dificultades en los estudios (TDAH, dislexia, trastorno del espectro autista, trastornos del lenguaje...), acoso, y cómo intervenir adecuadamente.
- **Uso de dinámicas interactivas en clase que fomenten la participación del alumnado:** Al finalizar cada unidad, es recomendable incorporar actividades interactivas como Kahoots, Quizzes o Flashcards para reforzar el aprendizaje. Herramientas como “Jungle.ai” permiten generar automáticamente preguntas tipo test, de desarrollo o casos prácticos a partir del temario, lo que facilita la preparación de contenidos. Además, plataformas como “Slido.com” ofrecen la posibilidad de que el alumnado responda de forma anónima a las preguntas del profesorado, lo cual favorece la participación de estudiantes más tímidos o inseguros.
- **Digitalización del temario:** En un mundo tan digitalizado, creo que es fundamental empezar a incluir asignaturas prácticas como el manejo de excel o la realización de trámites digitales (solicitud de becas, declaración de impuestos o alta laboral). Obviamente estas materias deben adaptarse por niveles: en la ESO, yo introduciría el uso básico de herramientas digitales, navegación segura y comprensión de páginas oficiales y ya en cursos como bachillerato o FP, introduciría asignaturas que profundizaran en trámites reales, certificados digitales y análisis de datos y así en progresión a los demás

cursos. De manera que el alumnado podría desenvolverse con una mayor autonomía en la vida adulta.

- **Modernización del plan de estudio:** Ajustar los contenidos para fomentar el pensamiento crítico, la creatividad, el trabajo en equipo y el uso de la tecnología desde pequeños.
- **Inversión en infraestructuras educativas:** Renovar aulas, incorporar tecnología (pizarras digitales, Wi-Fi estable, dispositivos electrónicos) y crear espacios de estudio cómodos y bien equipados.
- **Reconocimiento al mérito y al esfuerzo:** Implementar incentivos que premien no solo las mejores notas, sino la constancia, la mejora personal o la participación en proyectos escolares. Por ejemplo, para motivar a los jóvenes, existen páginas como “ClassDojo” que permite al profesorado otorgar puntos o insignias por distintas conductas positivas. Estos reconocimientos pueden canjearse por recompensas no económicas, adaptadas a la edad y al nivel educativo de los estudiantes, haciendo que el sistema sea tanto justo como motivador.
 - **En educación infantil y primaria,** estas recompensas pueden incluir privilegios como llevar un peluche o juguete de casa, obtener un día sin deberes, ser el primero en la fila, asumir el rol de “ayudante del profesor” o recibir un diploma personalizado que reconozca su esfuerzo.
 - **En educación secundaria,** es recomendable ofrecer recompensas que se ajusten a los intereses de los adolescentes, como disponer de tiempo libre al final de la clase para escuchar música o hablar con sus compañeros, utilizar auriculares durante actividades individuales, o conseguir un “día sin tareas” para el grupo que haya acumulado más puntos o personalizar su avatar del juego.

- **En Bachillerato y Formación Profesional**, los incentivos pueden ser más flexibles y acordes al nivel de autonomía de los estudiantes: ampliar plazos para la entrega de tareas, permitir elegir el orden de exposición de trabajos, pases para evitar ser preguntado en clase durante un día.

Propuestas dirigidas a los jóvenes:

- **Enseñarles herramientas para la gestión del tiempo y la organización:** Enseñarles y fomentarles a usar herramientas como Google Calendar para planificar estudios, fechas clave y tiempo libre.
- **Participación en proyectos reales:** Proporcionarles trabajos escolares en los que puedan ver su impacto en el entorno (medio ambiente, campañas solidarias, ferias científicas).
- **Proporcionarles un buen servicio para poder pedir ayuda y orientación:** Darles un servicio donde puedan acudir a tutores o servicios de orientación para resolver dudas sobre estudios, salidas profesionales o bienestar emocional.
- **Practicar idiomas en contextos reales:** Hacer intercambios, videollamadas con estudiantes de otros países o asistir a actividades en otros idiomas fuera del aula.

Propuestas dirigidas al entorno más cercano (familias y amistades):

- **Conversaciones diarias:** A veces es complicado para los familiares sacar tiempo pero veo posible dedicar al menos 10 minutos al día a preguntar cómo se ha sentido el joven en clase, sin juzgar ni interrogar.
- **Proporcionar un buen entorno:** Garantizar que cuente con un espacio de estudio tranquilo, con buena iluminación, silencio y sin distracciones.

- **Asistencia activa al proceso educativo:** Acudir a tutorías, reuniones escolares o talleres para familias, demostrando implicación.
- **Reforzar la autoestima:** Valorar los logros pequeños, animar tras un fracaso y evitar las comparaciones con otros compañeros o familiares.

Para finalizar quiero volver a recalcar que esta situación es urgente y compleja, el sistema educativo no puede quedarse estancado ante este panorama. Es necesario actuar con propuestas como estas que proporcionado, que integran el bienestar, la participación activa del alumnado y una visión más humana de la enseñanza u otras. Solo así podremos reconstruir una motivación académica que no sólo retenga estudiantes, sino que les inspire a prosperar.



AGRADECIMIENTOS:

Quiero agradecer, para empezar, a mis figuras referentes con todo mi corazón, a mis padres. Gracias por estar siempre, por ser mi apoyo, por darme todo sin pedir nada, por sostenerme incluso cuando yo ya no sabía cómo seguir, por cada palabra de ánimo, por cada abrazo, por cada mirada que decía “confío en ti” o “estamos orgullosos de ti”. Gracias por esas noches explicándome, una y otra vez, ese problema matemático que se me resistía, sin perder la paciencia, por cada “cariño, tú puedes, da lo mejor de ti, y sabemos que lo lograrás” que sembraron fuerza en mí cuando más la necesitaba, por creer en mí incluso cuando yo dudaba, por acompañarme sin condiciones, por enseñarme que hay que siempre levantarse y luchar por lo que quieres... y aquí estoy graduada, a un paso de entregar este trabajo que también es vuestro. Porque este logro no lo he conseguido sola. Es tan mío como vuestro. Gracias, por ser el mayor apoyo que una hija puede tener.

También quisiera agradecer a mis amigas de toda la vida y a las que he tenido la suerte de encontrar en este camino. Gracias por los grupos de estudio, los cafés de vainilla de la máquina de bajo, las risas nerviosas antes de los exámenes diciendo “bah seguro que eso no entra” y que luego resultara ser la primera pregunta, los ánimos en los días grises ... En especial, quiero hacer mención a mis amigas Diana y Desi que siempre han estado para animarme siempre a seguir, por celebrar cada pequeño paso como si fuera un gran salto. Diana, tú te leíste todo mi TFG solo para darme feedback y para calmarme diciendo que todo estaba bien. Eso no lo hace cualquiera. Eso solo lo hace quien quiere de verdad y se que soy afortunada porque todos los que aparecéis aquí me queréis bien.

A mi novio, por ser mi lugar seguro en los días difíciles. Y a nivel de apoyo académico por escuchar cada una de mis “chapas” teóricas para que yo interiorizara a la perfección el temario de los exámenes, por hacerme preguntas a deshoras solo para ayudarme a repasar y sobre todo por hacerme sentir capaz incluso cuando yo dudaba. Gracias por ser mi compañero de vida, estando a mi lado en cada momento celebrando mis logros y animándome a seguir adelante en mis fracasos. Gracias Fran.

A mi hermano, con quien las discusiones y los piques vienen casi de serie, aunque se que en el fondo, está ahí. Aunque no siempre lo diga en voz alta y prefiera que parezca que estamos en bandos contrarios, se como su hermana mayor que siempre me ha apoyado y deseado lo mejor. Gracias por tus ideas, por leer y

aportar en mis propuestas de este trabajo para como estudiante intentar mejorar este sistema educativo. Sé que puedo contar contigo, incluso si disimulas bien. Gracias Paco.

A esos profesores que de verdad creen en lo que hacen y que enseñan con el corazón. A mi tutor, que sin duda forma parte de ese grupo y por eso le escogí. Gracias por tu implicación, por ir siempre más allá, por preocuparte por nuestro aprendizaje y también por nuestro bienestar. Gracias por ayudarnos a encontrar nuestro propio camino. Gracias Antonio, Juan Carlos, Hermanos Varela, Lirios, Raphael, Ayuso todos vosotros sois las razones por las cuales he disfrutado mi carrera y habéis hecho que me enamore tanto como del derecho como de la gestión del talento.

A mí misma, a pesar de que me canse y dude de si podría, nunca me rendí . Porque aprendí, me superé y siempre tuve el apoyo necesario. Hoy termina una etapa y empieza otra que me emociona y me llena de ilusión.

Finalmente, quiero agradecer a una persona que ya no está conmigo, a mi abuela que siempre ha creído en mí ,siempre me ha dado un amor incondicional, siempre tuviste fe en que lograría lo que me propusiera ,recuerdo cómo presumías de mí frente a tus amigas, cómo te brillaban los ojos cada que me veías, como nunca faltaste a un recital mío de ballet siempre sonriendo con orgullo, por cada tarde juntas viendo telenovelas ,por cada chuche y palomitas a escondidas de mi madre y por todo el cariño que tu me diste. Me habría encantado abrazarte en este momento, pero sé que, estés donde estés, lo estás celebrando conmigo. Gracias abuelita.

Gracias a todos por vuestro apoyo y estar en mi vida.

BIBLIOGRAFÍA

- *4 de cada 10 adolescentes manifiestan haber tenido o creer haber tenido un problema de salud mental.* (2024, octubre 8). UNICEF España.
<https://www.unicef.es/noticia/adolescentes-manifiestan-problema-salud-mental>
- Abandono temprano de la educación-formación. (s. f.). [Data set]. En *Ine.es*.
https://www.ine.es/ss/Satellite?L=es_ES&c=INESeccion_C&cid=1259925480602&p=1254735110672&pagename=ProductosYServicios%2FPYSLayout
- Ángela, G. J. (s. f.). *Factores de Riesgo y Variables asociadas a la Salud Mental y Rendimiento Académico en Estudiantes Universitarios*.
https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/139325/1/Guill%c3%a9n-Jim%c3%a9nez-%c3%81ngela_TD_2024.pdf
- *Barómetro Jóvenes y Tecnología 2021. Trabajo, estudios y prácticas en la incertidumbre pandémica.* (2021, julio 15). Centro Reina Sofía de Fad Juventud;
<https://www.centroreinasofia.org/publicacion/barometro-jovenes-tecnologia-2021/>
- *Biblioteca.* (s. f.). Umh.Es. <https://biblioteca.umh.es/>
- Campos Manrique, X. (s. f.). *MOTIVACIÓN EN LA EDUCACIÓN*.
https://www.academia.edu/34403324/Motivacion_escolar
- *Casi dos estudiantes por clase sufren acoso escolar en España.* (s. f.).
<https://www.ucm.es/i-estudio-acoso-escolar-ciberacoso-espana>
- *CONSUEGRA ANAYA, Natalia. Diccionario de Psicología. 2a. ed.* (s. f.).
<https://esdocs.com/doc/1641872/consuegra-anaya--natalia.-diccionario-de-psicolog%C3%ADa.-2a.-ed>
- *Definición motivación.* (s. f.). <https://dle.rae.es/motivaci%C3%B3n>
- *El apoyo parental al aprendizaje | Unesco.* (s. f.).
<https://learningportal.iiep.unesco.org/es/fichas-praticas/mejorar-el-aprendizaje/el-apoyo-parental-al-aprendizaje>
- *El Informe «Juventud en España 2020» del INJUVE alerta de las consecuencias en la*

juventud de la crisis de la COVID. (s. f.).

<https://www.eapn.es/noticias/1325/el-informe-juventud-en-espana-2020-del-injuve-alerta-de-las-consecuencias-en-la-juventud-de-la-crisis-de-la-covid>

- España, W. K. T. (2022). *La Gran Renuncia o Gran Dimisión: ¿qué es y cómo gestionarla?*
<https://www.wolterskluwer.com/es-es/expert-insights/la-gran-renuncia-o-gran-dimision-q-ue-es>
- Estrada, L. (s. f.). *MOTIVACIÓN Y EMOCIÓN.*
<https://digitk.areandina.edu.co/server/api/core/bitstreams/721b7ceb-88ef-4320-84dc-83337c95c59c/content>
- *Estudio sobre el impacto socioeconómico del covid-19 en la población joven de la comunidad de Madrid* (s. f.).
<https://www.comunidad.madrid/sites/default/files/doc/juventud/cd-estudio-impacto-covid-juventud.pdf>
- *INFORME JUVENTUD EN ESPAÑA 2020.* (s. f.).
https://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2021/03/informe_juventud_espana_2020.pdf
- *Jóvenes de la pandemia: nuevos riesgos, viejos prejuicios.* (s. f.). Agencia SINC.
<https://www.agenciasinc.es/Reportajes/Jovenes-de-la-pandemia-nuevos-riesgos-viejos-prejuicios>
- *La autoestima de los jóvenes españoles está por los suelos: el 32% se siente inferior por el uso de las redes.* (2024).
<https://okdiario.com/salud/autoestima-jovenes-espanoles-suelos-32-siente-inferior-uso-redes-13290357>
- *La teoría de la autodeterminación de Ryan y Deci: una mirada a la motivación humana.* (s. f.). <https://www.psicoactiva.com/blog/teoria-de-la-autodeterminacion-ryan-deci/>
- *La universidad española en cifras.* (s. f.-a). *Abandono de los estudios universitarios en España.* https://www.crue.org/wp-content/uploads/2024/06/UEC-24_Avance-04.pdf

- *La universidad española en cifras*. (s. f.-b)
<https://www.crue.org/wp-content/uploads/2024/06/UEC-2021-2022.pdf>
- *LaRazon.es: La OMS advierte de un aumento de la presión escolar de los estudiantes, especialmente en las niñas*. (2024).
<https://poimadrid.org/noticias-generales/larazon-es-la-oms-advierde-de-un-aumento-de-la-presion-escolar-de-los-estudiantes-especialmente-en-las-ninas/>
- Martínez, I. M., Pinto, A. M., & Martínez, I. M. (2005). Burnout en estudiantes universitarios de España y Portugal y su relación con variables académicas. *Aletheia*, 21, 21-30.
https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942005000100003
- Mundial, R. E. (s. f.). *España: ¿Por qué dos de cada diez estudiantes universitarios abandonan sus estudios?* – *Otrasvoceseneducacion.org*.
<https://otrasvoceseneducacion.org/archivos/414086>
- *Prevención del consumo de alcohol en jóvenes*. (s. f.).
<https://www.sanidad.gob.es/va/areas/promocionPrevencion/alcohol/jovenes.htm>
- PricewaterhouseCoopers. (s. f.). *La pandemia intensifica las brechas de género en España y aleja el horizonte para la paridad plena hasta 2058*. PwC.
<https://www.pwc.es/es/sala-prensa/notas-prensa/2022/pandemia-intensifica-brecha-genero-espana.html>
- *Red de Bibliotecas Universitarias y Científicas Españolas*. (s. f.). Rebiun.org.
<https://rebiun.org/>
- *Revista de educación*. (s. f.).
<https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/article/view/510/525>
- *SALUD MENTAL ESPAÑA alerta de la relación entre adicciones y problemas de salud mental en la población joven*. (2022, junio 24). Confederación Salud Mental España.
<https://consaludmental.org/sala-prensa/relacion-adicciones-salud-mental-joven/>
- Sano, P. S. C. (s. f.). *El impacto de la pandemia en los jóvenes: una aproximación multidimensional*. <https://www.funcas.es/wp-content/uploads/2021/07/Simon.pdf>

- Suárez Reyes, G. S., Rialpe Valiente, F. X., Muñoz García, J. A., Neira Yagual, M. A., & Solano Clemente, B. A. (2024). Factores asociados al rendimiento académico: El apoyo familiar: Associated factors with academic performance: Family support. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, <https://doi.org/10.56712/latam.v5i4.2407>
- *Tasas de abandono del estudio (cohortes de nuevo ingreso en el estudio) por ámbito de estudio y sexo.* (s. f.). https://estadisticas.universidades.gob.es/jaxiPx/Datos.htm?path=/Universitaria/Indicadores/2023/1_Grado/10/&file=Abandono_Grado_Univ.px
- *Teoría de la autodeterminación.* (s. f.). The Decision Lab. <https://thedecisionlab.com/es/reference-guide/psychology/self-determination-theory>
- *Vista de COVID-19 y género: certezas e incertidumbres en la monitorización de la pandemia.* (s. f.). <https://ojs.sanidad.gob.es/index.php/resp/article/view/563/837>
- La sensación de precariedad afecta a la salud mental de los jóvenes. (s. f.). <https://elobservatoriosocial.fundacionlacaixa.org/es/-/sensacion-precariedad-afecta-salud-mental-jovenes>
- García, N. (2024, octubre 6). La precariedad laboral se intensifica: el 61,7% de los jóvenes en España tiene un contrato temporal. <https://www.eleconomista.es/economia/noticias/13015685/10/24/la-precariedad-laboral-se-intensifica-el-617-de-los-jovenes-en-espana-tiene-un-contrato-temporal.html>
- La brecha digital impacta en la educación. (2020, abril 7). UNICEF. <https://www.unicef.es/educa/blog/covid-19-brecha-educativa>
- Surgen alarmantes brechas digitales en el aprendizaje a distancia. (s. f.) <https://www.unesco.org/es/articles/surgen-alarmanentes-brechas-digitales-en-el-aprendizaje-distancia>
- Autoeficacia, Autorregulación y Comportamiento Percibido. (s. f.) <https://eqpsi.org/autoeficacia-autorregulacion-y-comportamiento-percibido/>