



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**

TÍTULO:

**ESTRÉS DOCENTE EN LA GESTIÓN DE AULA DEL PROFESORADO DE UNA
UNIDAD EDUCATIVA BILINGÜE DEL CANTÓN SALINAS, AÑO 2023-2024**

**TRABAJO ESPECIAL DE GRADO PRESENTADO COMO REQUISITO PARA
OPTAR AL TÍTULO DE LICENCIADO EN EDUCACIÓN BÁSICA**

AUTOR:

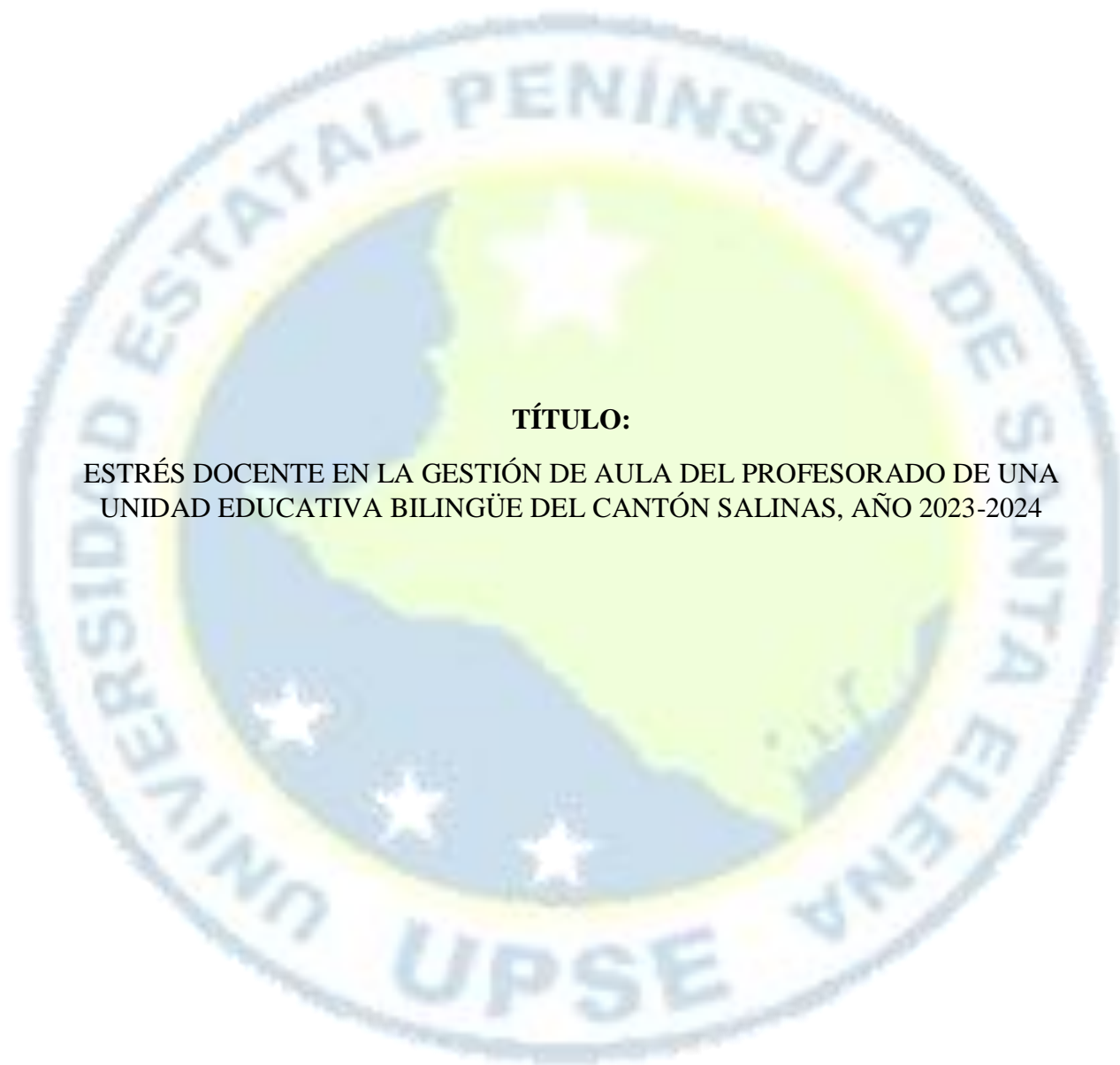
SUAREZ MONTENEGRO LEYTON ERICK

TUTORA:

MEDEROS MACHADO MARÍA. MSC

LA LIBERTAD – ECUADOR

AGOSTO, 2023



TÍTULO:

**ESTRÉS DOCENTE EN LA GESTIÓN DE AULA DEL PROFESORADO DE UNA
UNIDAD EDUCATIVA BILINGÜE DEL CANTÓN SALINAS, AÑO 2023-2024**

DECLARACIÓN DE LA DOCENTE TUTORA

En mi calidad de Tutor (a) del Trabajo de integración curricular, **“ESTRÉS DOCENTE EN LA GESTIÓN DE AULA DEL PROFESORADO DE UNA UNIDAD EDUCATIVA BILINGÜE DEL CANTÓN SALINAS, AÑO 2023-2024”**, elaborado por el estudiante **SUÁREZ MONTENEGRO LEYTON ERICK**, estudiante de la **CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**, de la Universidad Estatal Península de Santa Elena , previo a la obtención del Título de Licenciado en **EDUCACIÓN BÁSICA**, me permito declarar que luego de haber orientado, dirigido científica y técnicamente su desarrollo y estructura final del trabajo, cumple y se ajusta a los estándares académicos y científicos, razón por la cual lo apruebo en todas sus partes.

Atentamente,



LIC. MARÍA CARIDAD MEDEROS MACHADO. MSC.
DOCENTE TUTORA

DECLARACIÓN DEL DOCENTE ESPECIALISTA

En mi calidad de Docente Especialista del Trabajo de integración curricular, “**ESTRÉS DOCENTE EN LA GESTIÓN DE AULA DEL PROFESORADO DE UNA UNIDAD EDUCATIVA BILINGÜE DEL CANTÓN SALINAS, AÑO 2023-2024**”, elaborado por **SUÁREZ MONTENEGRO LEYTON ERICK**, estudiante de la **CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**, de la Universidad Estatal Península de Santa Elena, previo a la obtención del Título de Licenciados en **EDUCACIÓN BÁSICA**, me permito declarar que luego de haber evaluado el desarrollo y estructura final del trabajo, éste cumple y se ajusta a los estándares académicos, razón por la cual, declaro que se encuentra apto para su sustentación.

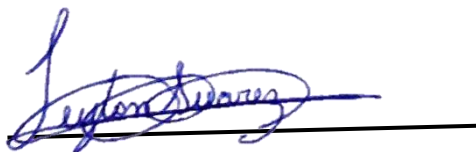
Atentamente,

PSICOPED. GINA PARRALES LOOR, MSC.
C.I.0909135352

DECLARACIÓN DE AUTORÍA DEL ESTUDIANTE

Yo, **SUÁREZ MONTENEGRO LEYTON ERICK**, portador de la cédula número **0928146117**; estudiante de la Facultad de Ciencias de la Educación e Idiomas, Carrera de Educación Básica, en calidad de autor del trabajo de integración curricular titulado, **“ESTRÉS DOCENTE EN LA GESTIÓN DE AULA DEL PROFESORADO DE UNA UNIDAD EDUCATIVA BILINGÜE DEL CANTÓN SALINAS, AÑO 2023-2024”**, me permito declarar y certificar libre y voluntariamente que lo escrito en el presente trabajo investigativo es de mi autoría, a excepción de las citas bibliográficas utilizadas en la literatura investigativa, y la propiedad intelectual de la misma pertenece a la Universidad Estatal Península de Santa Elena.

Atentamente

A handwritten signature in blue ink, reading "Leyton Suárez", is written over a solid black horizontal line.

LEYTON SUÁREZ MONTENEGRO
C.I. 0928146117

TRIBUNAL DE GRADO



MSc. Aníbal Puya Lino
DIRECTOR DE LA CARRERA DE
EDUCACIÓN BÁSICA



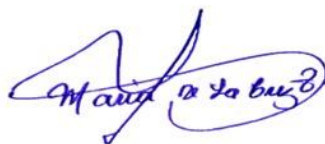
PhD. Mario Hernández Nodarse
DOCENTE DE UNIDAD DE
INTEGRACIÓN CURRICULAR



Lic. María Mederos Machado, Msc
DOCENTE TUTORA



MSc Gina Parrales Loor
DOCENTE ESPECIALISTA



MSc. María De la Cruz Tigero
ASISTENTE ADMINISTRATIVA

AGRADECIMIENTO

Una vez concluido el trabajo de titulación, agradezco a Dios, por la vida, la salud y la sabiduría que me brindó para culminar este importante proyecto de tesis. Quiero también, expresar mi más profundo agradecimiento a mi querida madre, cuyo amor inquebrantable y apoyo incondicional han sido pilares fundamentales en mi camino académico. Gracias por tu infinita paciencia, por animarme a alcanzar mis sueños y por creer en mí incluso cuando yo dudaba de mis propias capacidades.

Quiero aprovechar este espacio para rendir un emotivo agradecimiento a mi querido padre, aunque ya no esté físicamente presente. Aunque su ausencia ha sido dolorosa, su legado de trabajo arduo, integridad y perseverancia me ha impulsado a seguir adelante en momentos difíciles. Gracias, papá, por inculcarme los valores que me han guiado en esta etapa de mi vida y por ser mi inspiración constante.

Por último, pero no menos importante, quiero agradecer al cuerpo docente de la carrera de Educación Básica de la distinguida Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE) quienes semestre a semestre cumplieron con el rol de guía personal y profesional, inculcando en mí, los conocimientos y herramientas necesarias para conseguir mi profesionalización, además de compartir experiencias, anécdotas y recuerdos que formarán parte de mi desarrollo integral y personal.

DEDICATORIA

Dedico este trabajo de titulación a:

A mi amada madre con profundo amor y gratitud, por su apoyo incondicional, sus palabras de aliento y su constante presencia han sido un faro en mi vida universitaria. Esta tesis es el fruto de tu amor y dedicación, y te la dedico con todo mi corazón.

A mi querido padre, aunque ya no estés físicamente presente, dedico esta tesis en su memoria. Sus enseñanzas, su sabiduría y su ejemplo de vida han dejado una huella imborrable en mí. Este logro es en honor a ti, papá. Siempre estarás en mi corazón y te dedico este logro en honor a tu memoria.

A mi novia, mis familiares y mis queridos amigos, les dedico esta tesis por sus palabras de aliento y compañía en los momentos difíciles. Por su comprensión cuando tuve que priorizar mis estudios y su paciencia en momentos en que no pude estar presente. Por tal motivo, esta tesis es también un tributo al cariño por nuestra amistad, por el afecto y al lazo familiar que nos une. Sin ustedes, este logro no tendría el mismo significado. ¡Gracias por estar siempre a mi lado!

RESUMEN

El presente estudio se enfoca en la identificación del nivel de estrés docente en la gestión de aula del profesorado de una unidad educativa bilingüe, ubicada en el cantón Salinas durante el periodo lectivo 2023-2024. Reconociendo que el estrés es un condicionamiento procedente de la activación de respuestas a situaciones o escenarios de peligro físico, emocionales y de conducta, que afecta los órganos del cuerpo al ponerlos en estado de alerta o acción. En este sentido, la docencia es una de las profesiones que frecuentemente convive con agentes estresores. Por tal motivo, esta condición ha llegado a considerarse “estrés docente”. El objetivo principal es registrar los niveles de estrés que experimentan los docentes en su labor diaria. Se utilizó una metodología cuantitativa, descriptiva y transversal, aplicando el test ED-6 para recopilar los datos necesarios. En los docentes estudiados, los componentes que definen el estrés por nivel de ansiedad, por depresión, por creencias desadaptativas, por presión laboral y por mal afrontamiento, se encuentran por encima de lo normal para dicha muestra, en todos los casos más del 40 %, evidenciando niveles de estrés entre moderado y alto.

Palabras Claves: Estrés, Estrés docente, aula, gestión de curso

ÍNDICE GENERAL

DECLARACIÓN DE LA DOCENTE TUTORA.....	iii
DECLARACIÓN DEL DOCENTE ESPECIALISTA.....	iv
DECLARACIÓN DE AUTORÍA DEL ESTUDIANTE	v
TRIBUNAL DE GRADO.....	vi
AGRADECIMIENTO.....	vii
DEDICATORIA	viii
RESUMEN.....	ix
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I.....	3
EL PROBLEMA.....	3
1.1 Planteamiento del problema.....	3
1.2 Formulación y sistematización del problema.....	5
1.2.1 Pregunta principal	6
1.2.2 Preguntas secundarias	6
1.3 Objetivos de la investigación.....	6
1.3.1 Objetivo general	6
1.3.2 Objetivos específicos	6
1.4 Justificación.....	6
1.5 Alcances y limitaciones.....	7
1.5.1 Alcances	8
1.5.2 Limitaciones.....	8
CAPÍTULO II.....	9
MARCO TEÓRICO.....	9
2.1 Antecedentes de la investigación.....	9
2.2 Bases teóricas	10
2.2.1 Variable independiente: Estrés docente.....	11
2.2.1.1 Estrés.....	11
2.2.1.2 Tipos de estrés	12
2.2.1.3 Visión fisiológica del estrés.....	14
2.2.1.4 Visión psicológica del estrés.....	15

2.2.1.5	Visión social del estrés	16
2.2.1.6	Características generales del estrés.....	17
2.2.1.7	Estrés laboral.....	18
2.2.1.8	Estrés docente	19
2.2.1.9	Factores causantes del estrés docente	21
2.2.1.10	Consecuencias del estrés docente	22
2.2.2	Variable dependiente: Gestión de aula	23
2.2.2.1	Aula.....	23
2.2.2.2	Actores educativos dentro el aula	24
2.2.2.3	Docente como gestor de aula	25
2.2.2.4	Gestión de aula.....	25
2.2.2.5	Componentes de la gestión de aula.....	26
2.2.2.6	Elementos que promueve una buena gestión de aula	28
2.2.2.7	Factores que inestabilizan la adecuada gestión de aula	30
2.3	Operalización de variables	33
CAPÍTULO III		35
MARCO METODOLÓGICO		35
3.1	Tipo de investigación	35
3.2	Diseño de investigación.....	35
3.2.1	Instrumentos de recolección de datos	36
3.2.1.1	Test escala ED-6 para el estudio del Estrés Docente.....	36
3.3	Población y muestra	37
3.3.1	Población	37
3.3.2	Muestra	38
3.4	Procedimiento.....	38
3.4.1	Validación del instrumento.....	39
3.4.2	Confiabilidad del instrumento	39
3.4.3	Análisis de datos.....	39
CAPÍTULO IV		41
DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS.....		41
4.1	Resultados de la escala de Estrés Docente por ansiedad.....	42
4.1.1	Análisis de resultados de estrés por ansiedad	43

4.2 Resultados de la escala de Estrés Docente por depresión	43
4.2.1. Análisis de resultados de estrés por depresión.....	45
4.3 Resultados de la escala de Estrés Docente por creencias desadaptativas.....	45
4.3.1. Análisis de resultados de estrés por creencias desadaptativas	47
4.4 Resultados de la escala de Estrés Docente por presión laboral	47
4.4.1. Análisis de resultados de estrés por presión laboral	49
4.5 Resultados de la escala de Estrés Docente por mal afrontamiento	49
4.6 Resultados de la escala de Estrés Docente	51
4.6.1 Análisis de resultados de estrés docente (ED-6).....	54
4.7 Resultados porcentuales en gestión de aula dentro de las dimensiones del ED-6..	54
4.7.1 Resultados por los componentes: profesional-actitudinal, organizativo- pedagógico de la gestión de aula	54
4.8 Discusión	57
CAPÍTULO V	59
CONCLUSIONES	59
RECOMENDACIONES	60
BIBLIOGRAFÍA.....	62
ANEXOS.....	69
ANEXO A: CERTIFICADO ANTIPLAGIO	70
ANEXO B: CUESTIONARIO ESCALA ESTRÉS DOCENTE (ED-6).....	72
ANEXO C: EVIDENCIA DE LA ENCUESTA A LOS DOCENTES.....	73

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1:	17
Signos y síntoma generales del distrés.....	17
Tabla 2	22
Consecuencias del estrés docente.....	22
Tabla 3	37
Descripción del instrumento ED-6.....	37
Tabla 4	39
Prueba de fiabilidad para la variable estrés docente	39
Tabla 5	42
Resultados del estrés por ansiedad.....	42
Tabla 6	44
Resultados del estrés por depresión	44
Tabla 7	46
Resultados de estrés por creencias desadaptativas.....	46
Tabla 8	48
Resultados de estrés por presión laboral	48
Tabla 9	50
Resultados de estrés por mal afrontamiento.....	50
Tabla 10	52
Resumen de los resultados del test ED-6, por dimensión	52
Tabla 11	53
Resultados del test del estrés docente (ED-6).....	53

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro 1	33
Operalización de variable independiente	33
Cuadro 2	34
Operalización de la variable dependiente	34

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1	40
Tabla de correspondencia de la Escala ED-6	40
Figura 2	42
Estadísticos de la dimensión ansiedad	42
Figura 3	43
Resultados del estrés por ansiedad	43
Figura 4	44
Estadísticos de la dimensión por depresión	44
Figura 5	45
Resultados de estrés por depresión	45
Figura 6	46
Estadísticos de estrés por creencias desadaptativas	46
Figura 7	47
Resultados de estrés por creencias desadaptativas	47
Figura 8	48
Estadísticos de estrés por presión laboral	48
Figura 9	49
Resultados de estrés por presión laboral	49
Figura 10	50
Estadísticos de estrés por mal afrontamiento	50
Figura 11	51
Resultados de estrés por mal afrontamiento	51
Figura 12	52
Estadísticos del ED-6	52

INTRODUCCIÓN

La presencia del estrés en el ser humano, recae en el manejo para adaptarse al medio físico, social y al afrontamiento de situaciones o eventos propios de la cotidianidad. Sin embargo, existen individuos que se les resulta difícil adaptarse a las modificaciones repentinas o constantes que se presentan en el quehacer diario, produciendo en ellos, malestares significativos tanto en su estado de ánimo, su conducta y el comportamiento llegando a incluir también perjuicios en la salud.

Ciertamente, la población económicamente activa se enfrenta continuamente a situaciones o factores generadores de estrés en su medio laboral, conjuntamente con el cumplimiento de su deber como profesional o empleado, se somete a una carga de estrés que suele denominarse “estrés laboral”. Dentro de este contexto, la docencia se presenta como una de las profesiones más estresantes, siendo incluso identificado como “estrés docente”, debido a su intervención en el contacto diario con varios estudiantes, quienes representan un universo de distintas emociones y comportamientos, además recaer en él, una responsabilidad importante por desarrollo académico de calidad en los discentes, y la adaptación a las nuevas tecnologías referentes a lo educativo (Maldonado, 2022).

Por consiguiente, el docente debe manejar de manera correcta su carga de estrés para ejercer una correcta gestión de aula. Cuando se habla de gestión de aula, “se implica todas aquellas acciones que permiten crear y mantener un ambiente de aprendizaje” (Hart y Ramos, 2020., p. 666), el mismo que genera instrucciones concernientes al espacio físico del aula, establecimiento de reglas y procedimientos encaminados a la atención de los estudiantes, además, contribuye a “incluir un espacio de convivencia que implica el acompañar a otros” (Pardo, 2018), por medio de la observación, la escucha activa, la empatía y la vinculación con miembros del aula.

El escenario de una gestión de aula adecuada, se ve truncada por la presencia de los factores psicosociales propios de la labor docente, los cuales se definen como “las condiciones intralaborales y extralaborales que influyen en la aparición de estrés cuando estos se vuelven un riesgo” (Osorio y Cárdenas, 2017., p. 82), como por ejemplo: el aumento de responsabilidades, las malas condiciones del trabajo, las exigencias e

inestabilidad laboral, la carga excesiva laboral, las malas relaciones interpersonales, entre otros.

Este trabajo de integración curricular describe estadísticamente la relación entre el estrés docente y los factores psicosociales presentes en la gestión de aula del profesorado de una unidad educativa particular bilingüe, ubicada en el cantón Salinas, provincia de Santa Elena – Ecuador, respaldado en compendios teóricos-bibliográficos que sustentan los datos adquiridos mediante el test aplicado a los docentes de la unidad educativa colaboradora. La investigación consta cinco capítulos, detallados a continuación:

Capítulo I.- Este capítulo describe la situación problema, se plasman los objetivos tanto generales como específicos a cumplir de la investigación, también, se incluyen elementos como la justificación, los alcances y limitaciones que corresponderán al tema planteado.

Capítulo II.- Denominado como marco teórico, este capítulo plantea antecedentes investigativos, fundamentos bibliográficos y estudios científicos publicados en diversas revistas y/o repositorios digitales, que otorgan sustento a la investigación realizada.

Capítulo III.- En este capítulo se aborda el marco metodológico, que incluye los lineamientos y procedimientos de investigación a seguir como: diseño, método, población, muestras, técnica e instrumentos (test ED-6 y FPSIS), para finalmente desarrollar el procesamiento de datos mediante las herramientas tecnológicas: Google Forms, Microsoft Excel y SPSS v.24.

Capítulo IV.- En este capítulo se visualiza la tabulación de los cuadros estadísticos, al mismo tiempo el análisis y discusión de los resultados encontrados dentro de los tests y de la prueba de correlación.

Capítulo V.- Finalmente, este capítulo se relaciona con los objetivos propuestos para esta investigación, e incluye conclusiones y recomendaciones reveladas durante la ejecución de este trabajo de investigación.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1 Planteamiento del problema

El estrés se encuentra presente en la vida de todos los individuos, mediante su incidencia en espacios relacionados con la formación del sistema nervioso, las respuestas hormonales e inmunológicas, el afrontamiento a los problemas cotidianos y la modulación de funciones cognitivas. De tal modo, que la influencia del estrés en estos campos, sumado con la complejidad social del individuo, tiene sus repercusiones en la educación, el trabajo, la cotidianidad, el envejecimiento y la optimización del rendimiento humano (Bairero, 2017).

Desde luego la conflictiva relación estrés-trabajo, ha conllevado a muchas aseguradoras a calificar el estrés como la “epidemia del siglo XXI”. En ese sentido, el estudio sobre los Riesgos psicosociales en Europa en el año dos mil catorce, determinó que el 25 % de los trabajadores habían experimentado estrés relacionado con el trabajo (Organización Internacional del Trabajo OIT, 2016). Este dato coloca actualmente al estrés laboral como uno de los focos de atención en el campo profesional, puesto que se ha convertido en uno de los principales aspectos que compromete no sólo la salud del trabajador si no la productividad y competitividad de las organizaciones, debido a que el estrés laboral registra un fuerte incremento a nivel mundial en los últimos años. En este contexto, los docentes ejercen una profesión que muestra un alto riesgo de presentar estrés laboral debido a la naturaleza del puesto y al entorno de trabajo. (López, 2005).

Por otro lado, la prevalencia de estrés laboral en Latinoamérica correspondiente a profesionales en psicología y docencia radica en 45.6 % (Dávila y Cuadros, 2019), corroborando la postura de Rodríguez, Guevara y Viramontes (2017) quienes sostienen que la docencia es una de las profesiones más vulnerables a sufrir este padecimiento

debido a que debe difundir conocimiento a una gran cantidad de personas con efectividad. Este último autor, expone que uno de los principales factores que originan estrés en los docentes es el deficiente material de trabajo para estructurar un aprendizaje apropiado.

Del mismo modo, el autor mencionado, concuerda con Subaldo (2012) en que un excesivo número de estudiantes en las aulas de clase ocasiona una difícil conexión con cada discente imposibilitando impartir sus conocimientos. Esto, sumado a la falta de materiales didácticos, se ha convertido en una fuente de estrés que evoca desmotivación tanto en docentes como en alumnos. Además, Subaldo determina que, en la docencia, existen agentes estresantes como la atención a una necesidad educativa personalizada y las malas condiciones de la infraestructura educativa. Continuando en esa línea, Karam, Parra, Urrego y Castillo (2019) hacen mención al conjunto de las malas relaciones interpersonales entre miembros de la institución, como un factor que podría generar un nivel de estrés deficiente en el clima laboral.

Sin alejarnos de la realidad, el amplio campo problemático que representa en la docencia la sobrecarga de estrés, se evidencia en la urgencia de realizar actividades con mayor rapidez en un mundo educativo competitivo, donde todo va en aumento: las horas de trabajo, las exigencias profesionales, la presión por mantener el trabajo, el descuido en la salud, los inconvenientes en el proceso de enseñanza-aprendizaje y los conflictos en las relaciones con padres de familia, entre otras, adquiriendo el nombre de estresores o factores psicosociales (Parihuamán, 2017).

Por consiguiente, los profesionales de la educación se ven obligados a trabajar por más horas, no dormir o descansar lo suficiente, reducir ciertas actividades recreativas o físicas, agotamiento físico y mental, la desmotivación, una actitud negativa frente al trabajo, mal humor, mala práctica profesional y un cúmulo de más secuelas que dan paso al mal manejo del nivel de las alteraciones emocionales que aqueja al mundo globalizado, llamado estrés (Llontop, 2016).

Resulta importante abordar que, en el Estado ecuatoriano, según el Ministerio de Salud Pública (MSP, 2019) la prevalencia de estrés laboral es del 72.62 %, del cual el 25.0 % corresponde al profesorado del magisterio. Este dato sugiere que el estrés es uno

de los principales padecimientos que aquejan a los docentes ecuatorianos produciendo un conjunto de condiciones negativas que impiden un correcto desarrollo laboral afectando la gestión de aula y el proceso de enseñanza-aprendizaje en los y las estudiantes.

Es conveniente acotar que el estrés en la gestión de aula interviene, directamente en el manejo de las situaciones o eventualidades que surgen en torno a la labor docente. En el estudio de Castañeda y Villalta (2017) se relaciona a la gestión de aula con la ejecución de habilidades, algoritmos, técnicas y métodos encaminados a un clima de aprendizaje adecuado en el aula. Sin embargo, lograr un clima adecuado en el salón se presenta como un objetivo de muy difícil consecución. Estudios relacionados a esta temática, en ciudades como Ambato y Chillán (Chile), demuestran que los docentes se sienten tensionados por la demasiada sobrecarga laboral (Basantes, 2016), las situaciones de frustración, el bajo desempeño organizativo e injerencia del trabajo en el hogar (Maldonado, 2022), el inadecuado control de la disciplina, la desmotivación estudiantil y las presiones por el cumplimiento de disposiciones de las autoridades. Estos malestares pueden desembocar en altos niveles de agotamiento y estrés (Cifuentes y Fuentes, 2018).

En un contexto más cercano, la provincia de Santa Elena no registra de una investigación relacionada al estrés docente, sin embargo, en el año 2020 se realizó un estudio al alumnado de una unidad educativa de esta provincia, demostrando que un 48 % de niños y niñas encuestados, convive con agentes estresantes (Reategui, 2020). De igual modo, en el 2021 se realizó un estudio en el personal administrativo de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE) que como resultado principal expone que “no existe presencia de estrés laboral en el personal administrativo de la universidad” (Soriano, 2021).

Sobre la base de la información recolectada, el espacio para ejecutar una investigación que involucre el estrés docente en la gestión de aula, es amplio y explorable debido a la múltiple intervención de estresores en los procesos que demanda el docente en cuanto a la planificación, control del aula, tiempos pedagógicos, convivencia, motivación alumno-profesor y en la enseñanza-aprendizaje.

1.2 Formulación y sistematización del problema

1.2.1 Pregunta principal

¿Cuáles son los niveles de estrés docente presentes en la gestión de aula del profesorado de una prestigiosa unidad educativa particular bilingüe en el cantón Salinas?

1.2.2 Preguntas secundarias

¿Qué se conoce del estrés, el estrés docente y la gestión de aula en la labor profesional de los profesores?

¿Cuál es el porcentaje de estrés docente más alto en el profesorado de una unidad educativa particular bilingüe ubicada en el cantón Salinas?

¿Cuáles son los indicadores que afectan mayormente la gestión de aula de los profesores de la una unidad educativa particular bilingüe del cantón Salinas?

1.3 Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

Registrar los niveles de estrés docente en la gestión de aula del profesorado de una unidad educativa bilingüe ubicada en el cantón Salinas.

1.3.2 Objetivos específicos

- Fundamentar bibliográficamente el estrés, estrés docente y la gestión de aula de los profesionales de educación.
- Identificar el porcentaje más alto de estrés docente presente en el profesorado de una unidad educativa particular bilingüe ubicada en el cantón Salinas.
- Demostrar cuáles son los indicadores que afectan mayormente la gestión de aula de los profesores de una unidad educativa particular bilingüe del cantón Salinas.

1.4 Justificación

La docencia es una de las profesiones expuesta a una variación constante de los niveles de estrés en quienes ejercer su labor. Puesto que, el sobreesfuerzo de los docentes

al lidiar con grupos numerosos de individuos conlleva a un proceso de trabajo continuo, ya sea planificando, elaborando recursos didácticos, buscando contenidos o atendiendo padres de familia, entre otras. Además, se ha comprobado que existen docentes que no desarrollan todas las actividades que tienen programadas y que sus clases se convierten en un auténtico caos debido a su agotamiento físico y emocional (López Z., 2014).

Por lo tanto, el objetivo del presente trabajo investigativo es de registrar los niveles de estrés docente presente en la gestión de aula del profesorado de una unidad educativa bilingüe, ubicada en el cantón Salinas, provincia de Santa Elena. Asimismo, el estudio es relevante debido a que permitirá demostrar el porcentaje de estrés en el cuerpo docente y ciertos indicadores que generan un estado de estrés en ellos, además de fundamentar literariamente las categorías en torno al estrés y sus repercusiones en la gestión de aula de la población participante del vigente trabajo de titulación.

La recopilación literaria aborda postulados en referencia al estrés, tipos y características generales. Además, se revisa lo concerniente a estrés laboral, específicamente en el área de la docencia; igualmente, se reconoce los factores que generan variaciones en los niveles normales de estrés en los profesores, asimismo, la incidencia del estrés en la gestión de aula en los docentes.

El impacto novedoso de la actual indagación radica en estudiar un tema sin precedente a nivel de provincia, siendo en el cantón Salinas el pionero de un análisis de un problema presente que no ha sido tratado ni solucionado, pues los resultados a obtener van a incidir en posibles soluciones, facilitando la labor profesional, la salud y el buen vivir de los docentes.

En el punto metodológico, la revisión literaria y la aportación de datos a través del instrumento de recolección de información (ED-6) empleado en la investigación, al mismo tiempo, el enfoque cuantitativo con diseño descriptivo de carácter transversal y método empírico, asiste en la descripción de los resultados del test aplicado a la población participante, en base al objetivo planteado en este trabajo de integración curricular.

1.5 Alcances y limitaciones

1.5.1 Alcances

Dentro del alcance del presente trabajo de investigación se busca el registro de la presencia de estrés docente en la gestión de aula del profesorado participante. Además, identificar cuáles son los niveles de estrés existentes y que indicadores son los de mayor porcentaje de estrés en los docentes de la Unidad Educativa Particular Bilingüe, según el test aplicado.

1.5.2 Limitaciones

Las limitaciones que se precisan en este trabajo investigativo radican principalmente en la disponibilidad de tiempo de la población participante para desarrollar el test de recolección de datos, debido a la ajustada y ajetreada labor que ellos tienen como profesional. Además, se limita la participación de solo una institución educativa particular por el corto lapso de tiempo disponible según el cronograma pre establecido para el desarrollo del trabajo de investigación.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la investigación

La presencia del estrés en la vida laboral enmarca una continua intervención en la mayoría de las profesiones, muchas de ellas demandan un sobreesfuerzo físico y mental por parte de los trabajadores. Desde luego, el informe de la Organización para la Cooperación y Desarrollo Económico (OCDE, 2015) titulado: “Fit Mind, Fit Job: From evidence to practice in Mental Health and work” [Mente en forma, trabajo en forma: desde la evidencia a la práctica en salud mental y trabajo] con un enfoque metodológico mixto, establece que un 20% de las personas que se encuentran activas, sufre o sufrirá algún tipo de enfermedad mental relacionada con el trabajo. Asimismo, la ODCE sostiene que entre un 30% y un 40% de los casos de enfermedades y bajas laborales en Europa, están relacionada con problemas mentales.

En relación a la problemática expuesta, la investigación llevada a cabo por Alvites (2019) con un diseño no experimental, correlacional, transversal de enfoque cuantitativo, titulada “Estrés docente y factores psicosociales en docentes de Latinoamérica, Norteamérica y Europa” corrobora en sus resultados, la correlación significativa entre el estrés docente y los factores psicosociales, predominando en su mayoría el nivel de estrés por ansiedad, depresión y creencias desadaptativas que se correlacionan con los factores psicosociales considerados en el Test de Factores Psicosociales en el Trabajo Académico (FPSIS).

De igual modo, el informe titulado Job-Related Stress Threatens the Teacher Supply [El estrés relacionado con el trabajo amenaza la oferta de maestros] llevado a cabo en Estados Unidos por Research And Development Corporation (RAND Corporation,

2021) con un diseño explorativo-descriptivo y de enfoque cuantitativo; expone que el 40 % de los encuestados sufre de estrés laboral, siendo el 78 % de ellos, pertenecientes a la red de docentes, convirtiéndose en el grupo con mayor porcentaje de afectación de la presencia del estrés en su labor.

Por otro lado, resulta relevante reconocer la prevalencia del estrés laboral en Latinoamérica, se trae a colación una investigación observacional multicéntrica denominada “Factores asociados al estrés laboral”, en donde se determinó que los tres países con mayor prevalencia de estrés laboral son: Venezuela con 63 %, seguido de Ecuador, 54 % y finalmente Panamá 49 %; y entre los impactos de los episodios de estrés en los individuos se puede presentar: ansiedad, apatía, depresión, fatiga, frustración, irritabilidad, baja autoestima, tensión y nerviosismo, entre otros (Mejía, Chacón, Enamorado, Garnica, Chacón, S., García, 2020).

Dentro del contexto ecuatoriano, la investigación de enfoque cuantitativo sobre el “Estrés y el desempeño laboral” realizada a 244 docentes de colegios en la ciudad de Riobamba, tuvo como resultado principal que 69 % de los docentes de bachillerato presentan un nivel de estrés alto debido a los múltiples roles que desempeñan dentro del espacio laboral, el mismo que afecta su actitud y dominio de materia. Además, se obtuvo un alto nivel de agotamiento emocional en los docentes provocando cansancio, irritabilidad, fatiga y pérdida de energía (López y Morales, 2020).

Finalmente, Aguilar y Mayorga (2020) presentan un estudio denominado “Relación entre Estrés Docente y Síndrome de Burnout en docentes de la Zona 3 de Ecuador” con un diseño investigativo descriptivo, correlacional y de corte transversal, donde participaron 21.875 profesionales de las provincias de Cotopaxi, Tungurahua, Chimborazo y Pastaza, seleccionando 91 docentes para la muestra. Consecuentemente, los resultados de la investigación revelan altos niveles de estrés docente en todas las dimensiones del ED-6 (Test para medir el Estrés Docente) sin establecer la presencia del Síndrome de Burnout.

2.2 Bases teóricas

2.2.1 Variable independiente: Estrés docente

2.2.1.1 Estrés

Existen numerosas definiciones del estrés, según el ángulo desde el cual se lo estudie. Los enunciados estrictamente médicos o biológicos excluyen ciertos aspectos importantes relacionados con el hombre, su conducta y su psicología. Para el considerado padre del estrés, Hans Selye (1946) como se citó Pérez, García, García, T., Ortiz y Centelles (2014), el estrés “no es más que la reacción o respuesta no específica del organismo o cualquier cambio engendrado por el impacto de los acontecimientos importantes, resultantes de una acción brusca o continuada, ya sea placentera o desagradable, positiva o negativa” (p. 355). Sin embargo, el acercamiento hacia un concepto idóneo depende de la consideración de los ámbitos médico, biológico, psicológico y social revisadas en la literatura para la elaboración de este trabajo.

Para la Asociación Americana de Psiquiatría (APA, 2014) el estrés es un patrón de respuestas que pueden ser específicas y no específicas que la persona ha podido experimentar ante ciertos estímulos que han perturbado o pueden perturbar su equilibrio y que retan o exceden la capacidad que tenga la persona para hacerles frente. De manera similar, The Leukemia y Lymphoma Society [La sociedad de Leucemia y Linfoma] (LLS, 2019) indica que mayoritariamente se emplea el término “estrés” al experimentar una sensación de estar agobiado por sucesos o experiencias negativas. Sin embargo, el estrés de manera simple, “se puede describir como la reacción de la persona a los cambios o exigencias de su vida” (p. 4).

También, Parihuamán (2017) determina que “el estrés es la respuesta inmediata y natural de nuestro organismo ante las situaciones y escenarios que nos resultan peligrosas, amenazadoras o desafiantes” (p. 27). Asimismo, el Instituto Americano del Estrés (2009) lo define como la consecuencia que sufren los seres humanos o los animales al no poder responder adecuadamente a los retos emocionales o físicos que sufre un organismo. En otra postura, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023) define al estrés como un estado de preocupación o tensión mental generado por una situación a afrontar, siendo la

manera en como se maneja el estrés lo que marca el modo en que afecta al bienestar humano.

Ahora bien, la presencia del estrés se ha tornado un fenómeno frecuente en la sociedad por su afectación al bienestar físico y psicológico de las personas deteriorando la salud. Esta afirmación toma relevancia en base a la postura de López (2005), quien expresa:

Se entiende por estrés aquella situación en la cual las demandas externas (sociales) o las demandas internas (psicológicas) superan nuestra capacidad de respuesta y provocan así una alarma orgánica que actúa sobre los sistemas nervioso, cardiovascular, endocrino e inmunológico, produciendo un desequilibrio psicológico y la consiguiente aparición de la enfermedad (p. 17).

En la postura conceptual sobre el estrés del autor mencionado, se logra evidenciar los componentes de índole biológico, psicológicos y sociales en los que se involucra los efectos del estrés en el cuerpo derivándolo al espacio relacionado con una enfermedad, es decir, López brinda un constructo integral del estrés en una excelente dimensión.

De tal modo, definir el estrés en términos universales es una tarea que involucra varios campos de estudio, sin embargo, de una manera comprensible se puede establecer al estrés como un condicionamiento resultante de la activación de respuestas a situaciones o escenarios de peligro físicos, emocionales y de conducta que afecta los órganos del cuerpo al ponerlos en estado de alerta o acción.

2.2.1.2 Tipos de estrés

En nuestro organismo, durante situaciones de alerta o amenaza, se desencadena una serie de respuestas fisiológicas de adaptación que, en efecto, neutraliza el estímulo estresante conllevando a un estado de normalidad en el medio interno mediante la regulación de la homeostasis corporal (Camargo, 2010). No obstante, un mal control del individuo frente a estímulos de carácter intensos o de prolongada duración, originará “hiperactividad homeostática” provocando alteraciones o cambios fisiológicos agudos (Sánchez, 2010).

Como consecuencia de las respuestas fisiológicas causadas por el estrés, existe una manera de distinguir dos tipos de estrés según el funcionamiento del mismo, en el cuerpo. En palabras de Gallego, Gil y Sepúlveda (2018) se deben tener en cuenta los prefijos calificativos eu- y di-, para referenciar lo “bien o bueno” y la “imperfección o dificultad” producida por el organismo ante una situación. De tal modo, Eustrés se puede interpretar como “buen estrés” y Distrés como “mal estrés” (p. 35).

De acuerdo con Camargo (2010) el eustrés se considera un estrés positivo y necesario, debido a que en cantidades óptimas, no es dañino siendo básico para la vida, el desarrollo integral y la sobrevivencia, permitiendo enfrentar nuevos retos o desafíos, adquirir incentivo para lograr buenos resultados y adaptarse a cambios repentinos.

Por el contrario, el distrés o estrés negativo, es dañino y patógeno porque su mal manejo provoca un desorden fisiológico procedente de la aceleración y sobrecarga de trabajo no asimilable en las funciones del cuerpo frente a estímulos amenazantes de carácter intensos o de prolongada duración. A su vez, es acumulable y eventualmente desencadena un desequilibrio fisiológico y psicológico (Pérez et al., 2014).

Debe señalarse que el efecto tanto el eustrés como el distrés en los individuos, “dependen también de cómo se reciben y se interpretan los acontecimientos” (Naranjo, 2009). En otras palabras, el suceso puede ser igual, todo dependerá de cómo se perciba y se actué ante situaciones que para en algunos individuos pueda llegar a significar estrés negativo (cambio de residencia, nuevo puesto de trabajo, matrimonio); y para otros las mismas situaciones pueden significar estrés positivo.

Por otro lado, Herrera (2012) como se citó en Rodríguez et al. (2018) expone la existencia de tres categorías de estrés, según el grado de duración al cual se expongan ante el estresor. Estas son: 1) Estrés agudo; 2) Estrés agudo esporádico; y, 3) Estrés crónico. En función de lo planteado por Herrera, la Escuela de Postgrado de Medicina y Sanidad (2021) describe estas categorías de la siguiente forma:

Estrés agudo: Reconocido como el estrés que más se experimenta, es producido a raíz de exigencias que nos imponemos nosotros mismos o los demás. Dentro de sus

señales de alerta encontramos: dolores musculares, afecciones digestivas y alteraciones en el sistema nervioso.

Estrés agudo esporádico: Caracterizado por una angustia constante y una sensación de descontrol sobre la exigencia impuesta. Sus reacciones tienen consecuencia la creación de entorno hostil y lleno de angustia con preocupaciones en la toma de decisiones o por el futuro. Entre sus señales tenemos dolores de cabeza y zona lumbr, estreñimiento, taquicardias, diarreas, náuseas y alteraciones en la presión arterial.

Estrés crónico: Esta categoría se identifica por un estrés que dura un periodo de tiempo prolongado convirtiéndose en el más grave por el deterioro mental y el agotamiento fisiológico. Entre sus señales aparecen los síntomas del estrés agudo, pero más intensos. Además de trastorno de ansiedad, depresión, problemas para conciliar el sueño, alteraciones cardiacas, deterioro emocional y de la memoria.

2.2.1.3 Visión fisiológica del estrés

El estrés, desde un estado biológico y fisiológico, aparece como la reacción que se produce en el organismo ante los estímulos estresores o frente a una situación de peligro-acción, a fin de adaptar al cuerpo para enfrentar la amenaza. Según el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST, 2022) este procedimiento de adaptación del organismo ante la presencia del estrés, fue bautizado por Selye en 1936 como el Síndrome General de Adaptación (SGA) y se suele distinguir en tres fases: 1) Fase de alarma; 2) Fase de resistencia o adaptación; y, 3) Fase de agotamiento.

Fase de alarma: Se reconoce la amenaza o los estresores que enfrenta el individuo. Ante ello, el cuerpo entra en un estado de alarma que activa el eje HPA (hipotálamo-pituitario-adrenal) liberando la hormona corticotropina (CRH), la cual induce la segregación de adrenocorticotropina (ACTH) que viaja por el torrente sanguíneo hacia las glándulas suprarrenales y activa las moléculas de cortisol. A su vez, el Sistema Nervioso Simpático junto con la médula suprarrenal liberan adrenalina, dichas hormonas son las responsables de las reacciones del organismo ante la amenaza (Sánchez, 2010). En esta fase se evidencia: dilatación de pupilas, sudoración, resequedad bucal, tensión

muscular, incremento del ritmo cardíaco, disminución de la secreción gástrica y agitación respiratoria (Basantes, 2016).

Fase de resistencia: Esta etapa inicia cuando el organismo mantiene la activación fisiológica tratando de superar la amenaza o adaptarse al estresor para la supervivencia. Si bien el cuerpo mantiene una lucha para lograr la homeóstasis o el reequilibrio de la sobre estimulación de cortisol y adrenalina, no puede mantenerse así indefinidamente, por consiguiente, sus recursos se irán agotando gradualmente causando en el cuerpo un estado de frustración, pérdida de energía, fatiga muscular y dolores de cabeza. Esta fase puede durar horas, días, semanas, meses o años (López Z., 2014).

Fase de agotamiento: Esta etapa surge cuando el cuerpo ha drenado todos los recursos fisiológicos producidos por el estrés y no puede mantener su función normal, perdiendo su capacidad de activación o adaptación. Como resultado aparecen patologías inmunológicas, cardiovasculares, metabólicas y endocrinas; además de infartos cerebrales, insomnio, depresión y ataques de ansiedad (Camargo, 2010).

2.2.1.4 Visión psicológica del estrés

Frente a las reacciones producidas en el cuerpo a causa del estrés, se condiciona también el campo mental de la persona. En condiciones normales, el cerebro puede regular las emociones, pensamientos y el comportamiento, pero bajo los efectos del estrés, el estado de alarma prepara al organismo para la “pelea”. Este mecanismo puede causar la pérdida de equilibrio, fallas cognitivas, conductas disfuncionales y síntomas físicos pasajeros. De no superar la exposición al estrés o la dificultad para adaptarse a la situación, pueden emerger cuadros psicopatológicos o trastornos adaptativos, como el trastorno de estrés postraumático, los trastornos depresivos, trastornos psicósomáticos o conductas suicidas (Muñoz, Molina, Ochoa, Sánchez y Esquivel, 2020).

Ahora bien, se reconoce que no todas las personas manejan de igual modo el estrés o el afrontamiento a estresores. Sin embargo, desde la perspectiva psicológica, Muñoz et al. (2020) señalan que los cuadros psicopatológicos o trastornos adaptativos surgen mayormente cuando el sujeto se encuentra frente a situaciones estresantes

prolongadas o de gran demanda, de modo que, sus reacciones emocionales y conductuales se ven alteradas, causando síntomas relacionados a: depresión, ansiedad, alteraciones de sueño, desconcentración, irritabilidad, autolesiones, inquietud, aislamiento, desmotivación y falta de apetito, entre otras (p. s132).

En cierto modo, la habilidad para manejar situaciones estresantes depende de los recursos de afrontamiento disponibles de cada individuo, entre los cuales se encuentran: el apoyo social, la autonomía, la inteligencia emocional y las destrezas personales. Consecuentemente, a través de la emisión de la respuesta seleccionada, es posible obtener consecuencias favorables para controlar la situación que está provocando el estrés. A su vez, esta conducta se instaurará como reacción positiva al mecanismo de defensa para afrontar futuras situaciones (INSST, 2022).

2.2.1.5 Visión social del estrés

Desde la posición de Molina, Gutiérrez, Hernández y Contreras (2008) la sociología comprende al estrés como un proceso que involucra componentes culturales, sociales y políticos, los cuales generalmente son sucesos repentinos e intermitentes o sucesos que intervienen en cambios de la cotidianidad del individuo de forma inmediata, valorizando el manejo del estrés como respuesta a los eventos sociales. El mismo autor mencionado expresa que existen estresores a corto plazo como: el matrimonio, el divorcio, pérdida de empleo, entre otros; y estresores relacionados a eventos traumáticos sucedidos como: la explotación laboral o el estatus socioeconómico (p. 358).

Dentro de ese marco, el estrés en el campo social del individuo, va en relación a dos componentes: los agentes estresantes o estresores y las respuestas al estrés; ambos productos del ambiente cotidiano en que se inmiscuye las personas, es decir, lo referente a: organización, apoyo social, campo socio-económicos, estado civil, condición laboral, género y otros elementos ligados tanto en el origen como en las consecuencias de experiencias estresantes, induciendo episodios perjudiciales en la salud, en los estilos o hábitos de vida como: consumo de sustancias estupefacientes, sedentarismo, descuido en la dieta saludable, falta de apetito, depresión e incluso el suicidio (Sandín, 2003).

En este sentido, Naranjo (2009) señala la presencia de un estrés interno y de un estrés externo. Considerando al primero, como la preocupación por cosas que el individuo no puede controlar (economía, catástrofes naturales, muerte), así también como, por la constante de sentimientos y pensamientos negativos debido a una baja autoestima, expectativas bajas, nulo apoyo social, entre otros. Por otro lado, el estrés externo recae en los estímulos provocados por agentes sociales del entorno inmediato, como: el ruido provocado, disgustos con otras personas, las relaciones tóxicas, la mala administración de tiempo y el exceso de trabajo.

2.2.1.6 Características generales del estrés

La presencia del estrés en la vida de los individuos va más allá de la categoría de “enfermedad” otorgada coloquialmente por las personas. Si bien es cierto, numerosas acciones de nuestra vida diaria suelen derivar en sensaciones placenteras o de tensión; destacando estas últimas, como los “estresores” que demandan un grado de adaptación regulado para afrontar sus consecuencias (Gálvez, Martínez, A., y Martínez, F., 2015). Es necesario reconocer que el estrés, no solo se origina como consecuencia de escenarios externos a nosotros, sino que es un proceso de interacción entre los eventos propios del medio y nuestras respuestas cognitivas, emocionales y físicas. De modo que, cuando la respuesta al estresor “se extiende o intensifica en el tiempo, nuestra salud, nuestro desempeño académico o laboral, e incluso nuestras relaciones personales y de pareja se pueden ver afectadas gravemente” (Parihuamán, 2017).

Dentro de este marco, en la tabla 1 se prescriben los signos y síntomas que generalmente caracterizan al estrés como enfermedad, ya expuestos en los enunciados anteriores.

Tabla 1:

Signos y síntoma generales del distrés

SIGNOS Y SÍNTOMAS GENERALES DEL ESTRÉS COMO ENFERMEDAD		
Psicológicos/emocionales	Fisiológicos	Sociales
Depresión	Cefalea	Ira

Ansiedad	Dolor de espalda	Irritabilidad
Alteraciones de sueño	Contracturas musculares	Ansiedad
Desconcentración	Diarrea	Miedo
Irritabilidad	Resequedad bucal	Restricción afectiva
Autolesiones	Sudoración	Depresión
Inquietud	Estreñimiento	Hostilidad
Aislamiento	Acidez	Inducción al consumo de sustancias estupefacientes
Desmotivación	Flatulencia	Alcoholismo
Falta de apetito	Debilidad	Sedentarismo
Hipervigilancia	Elevación de la presión arterial	Descuido en la dieta saludable
Incapacidad para recordar	Taquicardia	Falta de apetito
Desapego	Mareos-Vértigo	Depresión
Impaciencia	Dificultades respiratorias	Suicidio
	Insomnio	
	Dolor torácico	
	Fatiga	
	Subida y bajada de peso	
	Indigestión	
	Disfunción sexual	
	Inquietud motora	

Elaborado por: El autor

2.2.1.7 Estrés laboral

El empleo es una actividad llena de cambios que expone a los individuos a diferentes situaciones que pueden producir estrés. Según Parihuamán (2017) las distintas presiones propias del trabajo consiguen provocar una saturación física y/o mental en el trabajador. En forma similar, López Z. (2014) señala al estrés laboral como un estado emocional que experimentan las personas, en situaciones donde perciben que existe un

desbalance entre las demandas ejercidas sobre ellos y su habilidad para cumplir con esas demandas.

En otro sentido, García, Martínez y Linares (2017) consideran que el estrés laboral ocurre cuando hay una incompatibilidad entre las exigencias del trabajo o el ambiente laboral, y las capacidades, recursos y necesidades del trabajador. Del mismo modo, cuando se presente cualquier característica del ambiente laboral que suponga una amenaza para el individuo, se produce un nivel de estrés debido a las demandas excesivas o recursos insuficientes para cubrir sus necesidades (López Z. , 2014, p. 14).

Dentro de este orden de conceptualizaciones, la Organización Iberoamericana de Seguridad Social (OISS, 2021) menciona que el estrés laboral surge en cuando “las demandas del trabajo son altas, y al mismo tiempo, la capacidad de control de toma de decisiones es baja” (p. 3). Siendo sus principales causas, los factores de riesgo psicosociales asociados con la organización, el diseño y las condiciones de empleo.

Por último, es conveniente fijar la presencia del estrés laboral como un problema emergente en la vida del trabajador contemporáneo. Según datos de investigaciones recolectados por la Organización Internacional del Trabajo (OIT, 2016) realizadas en: Europa, Asia, África, América y Oceanía; obtuvieron como resultados que los sectores de educación y salud evidencian una prevalencia más alta que los sectores de administración pública, agricultura y pesca (p. 9). Por consiguiente, los profesionales de educación son un grupo vulnerable a sufrir este padecimiento, tanto así, que se lo ha denominado como “estrés docente”.

2.2.1.8 Estrés docente

La intervención del estrés en el hombre no distingue ni raza, ni estatus económico y mucho menos lo concerniente al campo profesional, por lo que los docentes no son ajenos a padecer de este. Esto significa que, en el ámbito escolar, se ha logrado extender a niveles altos los problemas de estrés, ansiedad y depresión los cuales se traducen frecuentemente en bajas laborales (De la Cruz, 2017).

Según Kyriacou (2001) el estrés docente se expresa como la experiencia que tiene el maestro sobre las emociones desagradables y negativas, tales como rabia, ansiedad, tensión, frustración o depresión, como resultado de algún aspecto de su trabajo como maestro. Idénticamente, García y Gil (2016) como se citó en Alvites (2019) conciben al estrés docente como una angustia que no se disipa en él, produciendo reacciones adversas en su organismo, alterando mecanismos fisiológicos, psicológicos (irritabilidad, ansiedad, ira, depresión) y mecanismos conductuales (aburrimiento, divagación, abuso de tabaco, alcohol, drogas) a modo de reacción ante los súbitos eventos.

Por otro lado, el estrés docente puede ser un estado emocional de agotamiento físico y actitudinal que se desarrolla en los maestros que no han podido trabajar exitosamente con el estrés durante un periodo largo de tiempo (Haberman, 2004), desencadenando en un serie de condiciones en la salud del profesional de educación, tales como: ansiedad, cansancio, agotamiento o pérdida de energía, dolor en la espalda, depresión, dolores de cabeza, hipertensión, insomnio, caída de cabello, obesidad y cambios de humor (García et al., 2017).

Dentro de este orden de ideas, los docentes, no solo se enfrentan a los estresores de un individuo común, desde la posición de Del Hoyo (2014) el profesorado convive con situaciones relevantes a las condiciones ambientales físicas tales como: el ruido, la falta de iluminación, el espacio físico y la temperatura son condicionantes que pueden modificar el bienestar al momento de impartir clases (p. 33). Por ejemplo, una excesiva cantidad de ruido desconcentra al alumnado; un aula con poca luz se puede condicionar como un espacio para dormir y no aprender; el aula pequeña con un gran número de estudiantes induce a la indisciplina e inconformidad; o, la variación en grados centígrados puede provocar fastidio e irritación en los actores del proceso educativo.

Ahora bien, para Rodríguez M. (2010) existen los siguientes condicionantes propios de la profesión: 1) Escasez de recursos materiales y humanos; 2) Atención a las necesidades educativas del alumnado; 3) Falta de motivación e interés del alumno; 4) Problemas disciplinarios; 5) Falta de colaboración de las familias; 6) Innovaciones tecnológicas educativas; y, 7) Inadecuada relación con los demás profesionales. No

obstante, la manera en cómo se enfrenta o se adapta el docente ante estos condicionantes, va a definir el efecto o las secuelas del estrés en la salud de profesional de educación.

2.2.1.9 Factores causantes del estrés docente

La incidencia de un estímulo (estresor) y como el cuerpo reacciona ante ello (reacción física, psicológica o social) interviene directamente en las posibles causas que generan distrés en los docentes. En relación a lo mencionado, Carrilo, Obaco y Ponce (2019) pronuncian tres variables que desencadenan en los factores causantes del estrés en el profesor. Esta clasificación se compone por: variables sociodemográficas, variables de personalidad y variables propias del trabajo. Así mismo, Abarca, Buenaño, Mejía y Huaraca (2022) incluye al “tecnoestrés” como un factor estresante en la profesión docente actual.

Variables o factores sociodemográficos: Dentro de este marco se referencian la edad, género, estado civil, número de hijos, experiencia laboral, área de residencia y remuneración salarial de los docentes como un determinante al manejo del estrés en su vida personal y en las aulas (Carrilo et al., 2019).

Variables o factores de personalidad: La etiología del estrés relacionada con la personalidad del docente, enfrasca la presencia y manejo de locus de control, autoconciencia y autoeficacia; autoestima, pensamientos irracionales, falta de empatía y neuroticismo. De tal manera, que se ve afectado el manejo del estrés frente a situaciones del labor profesión (Moriana y Herruzo, 2004).

Variables propias del trabajo: Estos factores, también llamados factores psicosociales, se conocen como las interacciones del individuo en su puesto laboral con el medio ambiente, la satisfacción en el trabajo y las condiciones de su organización. Además de las capacidades del trabajador, sus necesidades, su cultura y su situación personal fuera del trabajo; y todo aquello que pueda incidir en el rendimiento, el agrado y la salud en el trabajo (Díaz, 2011).

Factores relacionados al Tecnoestrés: Con el desarrollo de las tecnologías de la información y comunicación (TICs) aparece este término como consecuencia de la

aplicación masiva y acelerada de las nuevas tecnologías en el campo laboral. En el campo de la docencia, la necesidad actual de operar recursos tecnológicos, programas informáticos, aplicaciones o softwares con interfaces diferentes, condiciona la adaptación del docente al uso obligatorio y apresurado de las TICs, desencadenando problemas de estrés que acarrearán un malestar en la salud (Abarca et al., 2022).

2.2.1.10 Consecuencias del estrés docente

Dada la revisión de los signos y síntomas generales del estrés en la tabla 1, las consecuencias del estrés docente complementan una visión sobre el padecimiento al que están expuestos los profesionales de la docencia. Si bien se reconoce que el estrés afecta al individuo de manera física, psicológica, social y conductual, su incidencia está condicionada en específico, por la magnitud del suceso y su prolongación en el tiempo (OISS, 2021). En síntesis, Rodríguez et al. (2018) manifiestan las consecuencias del estrés docente en el siguiente cuadro:

Tabla 2

Consecuencias del estrés docente

Falta de competencia	Falta de esfuerzo
Carencia de expectativas	Insatisfacción laboral
Mala relación de trabajo	Insatisfacción económica
Siente que no es reconocido	Falta de seguridad laboral
Fatiga física y emocional	Frustración laboral
Monotonía	Ausencia laboral
Abandono de la profesión	*Problemas de salud
*Problemas emocionales	Violencia física en el aula
Conflictos ideológicos	Aislamiento social

Autor: (Rodríguez et al., 2018)

Nota: *Para conocer a detalle sobre los problemas de salud y emocionales, revisar la tabla 1.

Agregando a lo anterior, Martínez y Pérez (2003) como se citó en Gamarra (2019) sostienen que las diferencias o malentendidos con padres de familia y estudiantes (generalmente amenazas, insultos denigrantes o agresiones) traen como consecuencia la disminución del prestigio social. Además, afectado por el estrés, el profesor busca el alejamiento de actividades educativas produciendo inevitables cambios o traslados de institución y mayor número de quejas (De León, 2020).

Finalmente, la incidencia del estrés tecnológico en el docente desencadena problemas de visión, dolores musculares, cefalea, alteraciones de sueño, desmotivación laboral y sedentarismo. Estas afectaciones se propician por el uso extendido de ordenadores, celulares o AI (Inteligencias Artificiales) destinados o no a la planificación de clases, recursos didácticos, capacitaciones o manejo institucional (González y Pérez, 2019., p. 28).

2.2.2 Variable dependiente: Gestión de aula

2.2.2.1 Aula

Antiguamente, en Europa la escolarización de los niños de sectores marginados inicio en espacios pertenecientes a iglesias, hospitales, albergues y capillas con el fin de instruir doctrinas religiosas cristianas para mejorar el estilo de vida terrenal y espiritual de los necesitados. Con la imposición de la Reforma y Contrarreforma, se habilitaron micro espacios cerrados dedicados netamente a la escolarización cristiana, donde los niños debían asistir y mantenerse bajo el control sistemático del profesor, de ahí que inicia la polémica educación tradicional (Meschiany y Ginestet, 2016).

De esta manera, nacen los salones educativos o aulas de clase como un lugar que disipe los problemas de la sociedad en aquellos tiempos. La idea básica de estos espacios de doctrina rige en torno a una serie de reglas cuyo respeto permite que los dos protagonistas (el profesor y los discentes) puedan a través del uso del lenguaje comunicar e intercambiar pensamientos, ideas y hábitos (Martin y Roco, 2012).

En un sentido actual, Torres (2018) manifiesta que el aula es un lugar donde “se generan los intercambios de saberes, creando expectativas, dudas, sueños, imaginaciones, y permitiendo el fortalecimiento de la gestión académica” (p. 30) para el correcto camino hacia un proceso de enseñanza-aprendizaje significativo. Con base en la información recolectada, un aula es un espacio destinado a la interacción tanto del profesor como de sus estudiantes intercambiando saberes, ideas, actitudes y pensamientos, direccionándose como una micro sociedad de aprendizaje mutuo.

2.2.2.2 Actores educativos dentro el aula

La presencia del docente y del discente en el proceso educativo, diseña una dualidad de suma importancia en el desarrollo integral de los involucrados. Por un lado, tenemos a los estudiantes como el protagonista del proceso de enseñanza-aprendizaje. No obstante, Baeza (2001) enfatiza que ser alumno va más allá del sujeto que ejerce “un conjunto de tareas definidas por el sistema escolar” (p. 109). El alumno en la escuela logra ser “un ser humano protagonista de las interacciones sociales en las que se ve involucrado en su vida escolar y como ciudadano” (Mansilla, 2014., p. 23). En otras palabras, el alumno es el protagonista de adquirir los saberes del sistema escolar y de la interacción social en la escuela para lograr desenvolverse en su vida cotidiana.

Por otro lado, la intervención del educador en el proceso educativo, según el Ministerio de educación (MINEDUC, 2022), es diseñar el proceso de enseñanza-aprendizaje bajo una visión colaborativa y cooperativa en busca de generar experiencias que estimulen aprendizajes significativos, mediante el diálogo y la reflexión. De tal modo, el rol del docente constituye una cohesión entre tutor, mentor y mediador. “En este sentido, el docente será un mediador de los conocimientos, un tutor de nuevos aprendizajes y un mentor de la creación del proyecto de vida” (MINEDUC, 2022., p. 11).

De igual manera, Williams, De Peralta y Marín (2021) indican que el docente es el experto en la instrucción que aporta conocimiento, imaginación y creatividad para hacer del aprendizaje en el alumno un suceso efectivo y atractivo. Para ello, el educador debe adecuar y gestionar los diversos recursos, herramientas, ambiente, metodologías y crear situaciones que generen afectividad y motivación para aprender.

En definitiva, la presencia de estos dos actores resulta en una relación, que en palabras de Vélez (2006) se presenta en dos dimensiones: la dimensión didáctica que encaja los procesos netamente académicos; y la dimensión personal que se relación con las actitudes, emociones y valores. Es decir, cuando el docente imparte una temática establecida en el currículo debe direccionarlo a un lado participativo que genere una praxis de valores en un ambiente armónico. Por ejemplo, si en Ciencias Naturales se lleva una planta para revisar sus partes, también en la misma clase, se debe orientar a la reforestación de dicha planta para concientizar sobre el daño ambiental.

2.2.2.3 Docente como gestor de aula

La presencia del educador en el quehacer educativo diario evoca el flujo de acontecimientos en el salón de clase, debido al manejo en primera instancia de los componentes propios de la pedagogía y didáctica, por lo tanto, los niveles de calidad y/o resultados de aprendizajes dependerán de la aplicación correcta de la gestión educativa que presente el docente. En argumentación a lo escrito, Villanueva (2010) expresa:

La gestión educativa es el conjunto de actividades que se organizan día a día por parte del maestro, en los que se conjugan habilidades, valores y conocimientos concretizados en estrategias didácticas. Es el encuentro y desencuentro cotidiano entre el maestro y el alumno, entre el ideal y la realidad, entre el presente y el futuro; es el espacio cotidiano de negociación de conocimientos, valores, normas (p. 35).

Cabe resaltar, que los procesos de gestión educativos no solo recaen en los docentes. La “empresa” llamada escuela está compuesta por una comunidad educativa que involucra agentes participativos como: personal administrativo y limpieza, padres de familia, departamento de bienestar estudiantil, cuerpo docente y alumnos. Sin embargo, la gestión del salón de clases es una competencia adquirida por el profesor debido a que se desarrolla entre las interacciones del sujeto que instruye y el sujeto que aprende en un espacio micro social llamado aula (Villalobos, 2011).

2.2.2.4 Gestión de aula

El rol del docente es clave para la efectividad de la enseñanza, es decir, debe tener el conocimiento de las técnicas, estrategias e instrumentos adecuados para conducir de manera correcta un grupo; y a su vez, dominar el área comunicativa en las diferentes interrelaciones con sus alumnos, familias, compañeros, así como la gestión de estas relaciones entre los propios alumnos, lo que en gran medida mejora la calidad del proceso de aprendizaje-enseñanza. De esta manera su gestión del aula es un elemento fundamental para la instrucción y el comportamiento en la sala de clases logrando conseguir el éxito educativo, académico y escolar (Castañeda y Villalta, 2017., p. 20).

En palabras de Pardo (2018) “la gestión de aula envuelve un conjunto de acciones de variada índole que permiten construir un contexto propicio para el aprendizaje” (p.1). Estas acciones involucran acciones propias del educador como: la organización de los contenidos y el diseño de metodologías, además, fomenta el desarrollo de interacciones pacíficas y colaborativas entre el alumnado, en un espacio bajo la disciplina y la praxis de valores.

Consecuentemente, la gestión en el aula está relacionada con todo el proceso desarrollado por el docente para lograr aprendizajes en el estudiante, dentro de éste, resultan importantes las estrategias didácticas aplicadas en el aula, por cuanto, constituyen el conjunto de orientaciones didácticas que señalan, en forma clara e inequívoca, los métodos, procedimientos, técnicas y recursos que se planifican para el logro de todos y cada uno de los aprendizajes contemplados (Castro, Clemenza y Araujo, 2014).

Cabe considerar, la evolución conceptualizada de la gestión de aula, anteriormente era comprendida como un requisito técnico centrado en pericias para mantener el silencio, el control del alumnado y el cumplimiento de los tiempos destinados en la jornada laboral (Hart & Ramos, 2020). En la actualidad, una gestión de aula implica una vía para el logro de aprendizajes tanto académicos como socioemocionales y relacionales, mediante un clima escolar de confianza positiva (Pardo, 2018) entre docentes y entre discentes, creando lazos afectivos, que frente a todos los problemas y dificultades que surgen en el aula, se superen fácilmente (Delceva, 2014).

2.2.2.5 Componentes de la gestión de aula

Una de las características de la educación actual, es el cambio de paradigma en el sistema educativo pasando de una instrucción centrada en el docente, metodologías memorísticas y repetitivas con un discente sumiso y receptivo, a una instrucción en donde el alumno es el principal protagonista al asumir un papel activo y reflexivo, en busca de un aprendizaje significativo (Sanz y López, 2013). Desde este nuevo paradigma, estos autores señalan cuatro tipos de componentes en la gestión de aula:

Tipo organizativo-pedagógico.- Centra su gestión en la distribución de recursos y espacio físico del aula, también busca implementar novedosas metodologías de enseñanza, trabajo colaborativos, atiende los diferentes estilos y ritmos de aprendizaje, además se direcciona a la coevaluación y autoevaluación.

Tipo comunicativo.- Se presenta en la diferentes relaciones comunicativas existentes en el espacio destinado al aula, favoreciendo a un clima de respeto, tolerancia, confianza e incentivando acciones participativas en los alumnos.

Tipo convivencial.- Actúa en la búsqueda de una convivencia armónica, en una micro sociedad (aula de clases), logrando un buen manejo en la resolución de conflictos o malentendidos que se logran resolver mediante el diálogo, la mediación y la negociación. Además de resaltar la autonomía responsable en la toma de decisiones de cada estudiante que favorezca el ambiente social en el grado.

Tipo profesional-actitudinal.- Este enfoque centra su atención en el desarrollo y preparación continua del docente para mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje, el dominio de su área, su autorrealización y el manejo del estrés. Además, debe presentarse como modelo en la praxis de valores, comportamientos y buenos hábitos frente a sus estudiantes.

En relación a la postura anterior, el Instituto Internacional de Planeamiento de la Educación y la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2023) reconocen como competencias propias de la gestión de aula, los siguientes enunciados: 1) maximizar la estructura del aula mediante actividades y la minimización de distracciones dentro del salón; 2) intervención en el proceso de enseñanza-aprendizaje con énfasis en seguimiento, refuerzo y evaluación; 3) implicar a

los discentes en las actividades académicas participativas; y, 4) el uso de estrategias fortificadoras para las actuaciones positivas y posteriormente, se reduzcan comportamientos problemáticos.

Se debe señalar que la gestión de aula, desde la teoría resulta un campo que facilita la labor docente. Sin embargo, en la práctica se convierte en acciones casi imposibles de cumplir, especialmente por el contexto en el que se desarrolla la educación, que inciden en: el desorden en el aula, los malos comportamientos, la sobreprotección estudiantil, la baja asistencia a clases y la falta de recursos didácticos, además de los procesos burocráticos propios del sistema educativo (Cifuentes y Fuentes, 2018).

2.2.2.6 Elementos que promueve una buena gestión de aula

A juicio de Trajkov (2007) y Kelly (1982) como se citó en Delceva (2014) la gestión de aula adecuada permite uso racional del tiempo y de los recursos, actividades complementarias a las materias docentes, eficiencia en el logro de los objetivos propuestos y desarrollo de afectividad. En complemento a esta postura, Gomar (2011) describe elementos que promueven una buena gestión de aula:

Distribución y ocupación de espacios: Administrar los espacios del aula generará un ambiente apto para el desarrollo de la clase, logrando la participación activa de todo el estudiantado, la conformación de pares y el recorrido por todos los rincones del salón mientras se instruye.

Distribución y uso del tiempo: Las sesiones de aula responden a un patrón definido en cuanto a la distribución del tiempo propuesto en las planificaciones de clase y/o los estándares de horario impuestos por el sistema educativo.

Discurso del profesor e interacción verbal: Discurso e interacción promueven la enseñanza del contenido y refuerzan determinados tipos de relaciones interpersonales (cooperativas o competitivas, de autonomía o de dependencia) y bloquean otros.

Interacción no verbal y paraverbal: La comunicación en el salón de clase, no es solamente verbal, por lo tanto, el lenguaje del cuerpo, los gestos y los movimientos del

profesor por el aula, son elementos con una incidencia directa y considerable sobre la presencia o ausencia de atención.

Reacción (inmediata) ante la disrupción: Las acciones que toma el docente ante incidentes relacionados a conflictos, distracciones o agentes de interrupción en el desarrollo de la clase. Los comportamientos inadecuados o indisciplina manifestados por el docente con la intención de llamar la atención y ser el protagonista, se denomina disrupción (Rodríguez V. , 2021., p. 6).

Estilo motivacional: La motivación de los alumnos antes de iniciar una tarea o de entrar en un determinado juega un papel determinante en el proceso de enseñanza, mantener al alumnado motivado mejora el estado de concentración para lograr los resultados de aprendizaje deseados.

Preparación y gestión de las actividades y tareas de aprendizaje: El dominio sobre el uso de actividades, recursos o tareas en el curso dependerá de la preparación pre diseñada por el educador, de caso contrario, se convertirá en un detonante de disrupción e indisciplina por el espacio y tiempo destinado a este tipo ejecución.

Uso del elogio y de la cooperación: El trabajo en equipo potencia habilidades o destrezas en el alumnado, que deben ser retribuidas con elogios o un trato de merecimiento y reconocimiento académico.

Distribución del poder y ejercicio de la autoridad dentro del aula: El docente tiene la labor de imponer decisiones sobre cómo se ejerce su autoridad, cómo la presenta y la legitima ante los alumnos, además tiene la facultad de distribuir y transferir cierta cuota de poder en los alumnos que crea aptos.

Ahora bien, los elementos descritos anteriormente abarcan una dimensión extensa en relación a la labor profesional del educador. De modo que, el mal manejo de la gestión no es un tema de desprofesionalización o incapacidad, al contrario, es un hecho de afectación acorde a la edad, el entorno, la identidad institucional, la falta de afectividad y la presencia de las irrupciones en que se desarrolla la educación.

En una visión más reciente, Pardo (2018) propone que un docente gestiona de manera correcta un aula cuando: 1) Organiza y estructura la clase, 2) Instruye un contenido significativo y entusiasman a los estudiantes, 3) Promueve grupos de aprendizaje, 4) Reparar y restituyen el comportamiento del alumnado; y, 5) Propician el desarrollo moral y la praxis de valores. Contribuyendo a la reestructuración del rol del docente actual como guía al servicio de los resultados de aprendizajes tanto académicos como socioemocionales y relacionales.

2.2.2.7 Factores que inestabilizan la adecuada gestión de aula

La docencia representa una de las profesiones con más altas exigencias psicológicas y emocionales, dado su interacción con otro agente complejo, refiriéndose a los niños, niñas y adolescentes (Rodríguez et al., 2017). En cierto modo, las conductas disruptivas o también llamadas conductas de distracción, provocan posibles retrasos en el desarrollo de la enseñanza educativa, además de crear situaciones impropias en las aulas al inducir malas relaciones interpersonales entre compañeros o con el profesores (Rodríguez V. , 2021).

Sin embargo, para Baeza S. (2014) existen más situaciones que perjudican la gestión de aula por parte del docente, entre estas situaciones tenemos:

Los docentes no están preparados para trabajar en los nuevos contextos: Las exigencias de la labor profesional se agudizan en los docentes con menor o mayor experiencia, dado que las condiciones sociales y tecnológicas crecen aceleradamente, siendo los alumnos un grupo adaptado a los nuevos tiempos, en busca de nuevos retos que algunos docentes no saben o no pueden enfrentar.

Alto nivel de inestabilidad laboral docente: Mientras la incertidumbre por el manejo económico alrededor de los estados subdesarrollados, se dispersa la inestabilidad laboral en el docente o por el nivel salarial recibido.

Las prácticas de aula están obsoletas: Cuando todo es burocrático en la educación los espacios para innovar o generar ambientes de cambio educativos se ven

limitados, por ello los educadores retroceden a prácticas obsoletas que permitan por ser repetitivas y aburridas. Todo con el afán de “hacer su clase” y “avanzar en el currículo”.

Familias muy ausentes: Sin duda uno de las principales amenazas de la gestión en el aula, es la poca intervención de las familias en el proceso educativo y de práctica de valores en los educandos. Interrumpiendo el proceso de enseñanza por problemáticas ajenas a la metodología aplicada por el docente.

Alumnos con bajo nivel motivacional: Si no se encuentra motivado, el estudiante no va querer aprender ni prestar atención. En la medida que los niños y niñas encuentren un sentido al aprender, es posible construir aprendizajes de calidad con ellos.

Baja asistencia a clases: Los motivos de una inasistencia de los discentes puede tener muchos factores, pero no siempre son justificables para el correcto desarrollo académico, además, las consecuencias en la gestión de aula son evidentes por el retraso en el contenido o las actividades que luego tendrán que ser reemplazadas para los ausentes.

Falta de material didáctico y tecnológico: El desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje debe estar orientado a generar ciudadanos competentes con habilidades, destrezas e innovación. Para ello, se vuelve indispensable la enseñanza con materiales didácticos o herramientas que pueden cumplir el rol de aprendizaje significativo. Además, el dominio tecnológico es un componente en la adaptación al medio y el uso correcto del internet en la cotidianidad del alumno. Sin estos materiales, la enseñanza se volverá retrograda y nada innovadora.

En función a lo planteado, la carga que lleva el docente en la gestión de aula sin duda es un compuesto titánico, produciendo en el personal docente, cargas de estrés que sobrepasan los niveles normales, afectado su salud, su psicología, su conducta social y su vocación. Dentro de este marco, la OISS (2021) engloba estos elementos estresores, en las dimensiones propias de los factores psicosociales presentes en el entorno laboral, como se expresa a continuación:

Estresores debido a la organización: Jornada de trabajo (rotación de turnos, trabajo en casa, alargamiento de la jornada); comunicación y participación; y, relaciones interpersonales.

Estresores debido a la tarea: Carga excesiva de trabajo, conflicto o ambigüedad de rol, control sobre la tarea y grado de supervisión.

Estresores relativos al entorno físico: Condiciones ambientales (ruido, iluminación, temperatura), exposición a contextos físicos peligrosos.

Ahora bien, las dimensiones expuestas no demuestran la totalidad de los condicionantes que favorecen el desarrollo del estrés laboral. Sin embargo, direccionan a la comprensión de la magnitud de estresores a los cuales se deben enfrentar los profesionales en su labor diaria, y de no ser manejados correctamente pueden ser perjudiciales para la salud y posteriormente para la empresa.

Lo dicho hasta aquí supone que, el afrontamiento del estrés en docentes, es un esfuerzo físico, cognitivo y conductual necesario para resolver demandas internas y/o externas específicas, dichas demandas generalmente son constantes, excesivas y extenuantes para los profesionales que llegan incluso a poner en peligro su bienestar (Alvites, 2019).

2.3 Operalización de variables

Variable independiente: Estrés docente

Cuadro 1

Operalización de variable independiente

Concepto	Categorías	Dimensión	Indicadores (Ítems)	Instrumento
Se define al estrés docente como una angustia que no se disipa en él profesional, causando reacciones adversas en su organismo, afectando procesos fisiológicos, psicológicos y de conducta, a modo de reacción ante eventos inesperados o repetitivos (Alvites, 2019).	Factores sociodemográficos	Estrés por ansiedad	1-10	Test Escala para estrés docentes (ED-6)
		Estrés por depresión	11-17	
	Factores de personalidad	Estrés por creencias desadaptativas	18-21	
	Factores propios del trabajo	Estrés por presión laboral	22-34	
		Estrés por mal afrontamiento	35-39	

Variable dependiente: Gestión de aula

Cuadro 2

Operalización de la variable dependiente

Concepto	Componentes	Dimensión	Indicadores (Ítems)	Instrumento
La gestión de aula implica todas aquellas acciones que permiten crear y mantener un ambiente de aprendizaje, articulando las instrucciones con el fin de la edificación y formación de un ambiente escolar positivo en el aula, estableciendo normas, relaciones afectivas y praxis de valores en los estudiantes (Bropby, 2006).	<p>Profesional-actitudinal</p> <p>Organizativo-pedagógico</p> <p>Comunicativo</p> <p>Convivencial</p>	<p>Presión laboral</p> <p>Mal afrontamiento</p>	<p>22, 23, 24, 34</p> <p>25, 26, 27, 28,</p> <p>29, 31, 35, 38, 39</p>	Test Escala para estrés docentes (ED-6)

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1 Tipo de investigación

Este estudio de investigación corresponde a un Enfoque Cuantitativo porque representa “un conjunto de procesos, es secuencial y probatorio, que nace de objetivos y preguntas de investigación con argumentación dadas por una revisión literaria, determinando variables” (Hernández et al., 2010), que incluye la aplicación del test (ED-6) con mediciones estadísticas que se mostrarán en datos cuantificables los resultados obtenidos mediante la aplicación de los tests antes mencionados, en una población de docentes específica de la ciudad de Salinas.

Además, mantiene un tipo investigación descriptivo, porque “se conocen las características de fenómeno, y lo que se busca es exponer su presencia en una población” (Ramos, 2020., p. 2). Además, consiste en describir una situación real natural mediante “la observación o aplicación de preguntas a una muestra de personas capaces de proporcionar la información deseada sobre opiniones, comportamientos o circunstancias” (García y García, 2013).

3.2 Diseño de investigación

Para proceder con el diseño investigativo, se utilizó el método empírico, los cuales sirven para descubrir y acumular un conjunto de hechos y datos, que sirva de base para dar respuesta a las preguntas científicas pre establecidas u obtener argumentos para la defensa de una idea, pero que no son suficientes para ser profundizarlos esencialmente. (Rodríguez y Pérez, 2017). Para este estudio, el método empírico se ve plasmado con el uso del test o prueba, que en palabras de (López y Ramos, 2021) se convierte en un

elemento de “medida o examen científicamente válido y significativo que se aplica durante el proceso investigativo para diagnosticar el estado de un problema o para constatar el nivel de cambio o mejora de un fenómeno educacional” (p, 27).

También, se empleó el método teórico para constructo literario, específicamente el analítico-sintético y el inductivo-deductivo. Dado que en el primero de ellos, el análisis se debe producir mediante la síntesis, debido a que la descomposición de los elementos que conforman la situación problemática y la información que se posee. (López y Ramos, 2021). Mientras que para Rodríguez y Pérez (2017), el método inductivo-deductivo permite mediante la inducción establecer generalizaciones a partir de lo común en varios casos, luego a partir de esa generalización se deducen varias conclusiones lógicas (p. 187).

El diseño de investigación que asumió el estudio pertenece al grupo de diseño no experimental, específicamente transversal descriptivo. Este tipo de diseño “indaga la incidencia de las modalidades, categorías o niveles de una o más variables en una población, para proporcionar su descripción” (Hernández et al., 2010). Las variables que serán expuestas en esta diseño investigativo pertenecen al estrés docentes y la gestión de aula, mediante la aplicación del test ED-6 para Estrés Docente y sus correspondientes ítems asociados al trabajo dentro del aula.

3.2.1 Instrumentos de recolección de datos

Para la recolección de datos se optó por el uso del test como instrumento de recolección de información, debido a que el test “es utilizado para recolectar datos a través de un conjunto de preguntas respecto de una o más variables a medir” (Hernández et al., 2010).

3.2.1.1 Test escala ED-6 para el estudio del Estrés Docente

El test ED-6, fue aplicado por Parihuamán (2017), pero readaptado por Alvites (2019) para su estudio correlacional entre el estrés docente y los factores psicosociales en profesores de Latinoamérica, Norteamérica y Europa. En este test se presentan 5 dimensiones correspondientes a: Estrés por ansiedad, Estrés por depresión, Estrés por creencias desadaptativas, Estrés por presión laboral; y. Estrés por mal afrontamiento. Los

mismos se componen de 39 ítems tipo escala de Likert, con una valoración de 1 (totalmente de acuerdo) a 5 (Totalmente en desacuerdo); y auto aplicable aproximadamente en 20 minutos. Anexo 1.

Tabla 3

Descripción del instrumento ED-6

Dimensiones	Definiciones, según (Maldonado, 2022)	ítem	Instrumento
Estrés por ansiedad	Recolecta respuestas de características y de mayor frecuencia relacionadas a los cuadros de estrés (las manifestaciones psicofisiológicas, miedos, somatizaciones, trastornos del sueño, entre otros).	1-10	Escala de Estrés Docente ED-6
Estrés por depresión		11-17	
Estrés por creencias desadaptativas	Se relaciona con el grado de acuerdo o desacuerdo del docente con respecto a una serie de tópicos o cuestiones fundamentales dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje.	18-21	
Estrés por presión laboral	Los ítems citados para los profesores como potenciales fuentes de malestar, en estos se incluye problemas de comportamiento de alumnos, responsabilidades, adaptaciones del currículo y demás.	22-34	
Estrés por mal afrontamiento	Análisis de aspectos que pueden influir positiva o negativamente el amortiguamiento de las fuentes de estrés.	35-39	

Elaborado por: El autor

Nota: La descripción del instrumento ED-6 (tabla 3) fue elaborado (Alvites, 2019), pero como aporte a esta investigación, se agregaron las definiciones de las dimensiones citando a (Maldonado, 2022). Esta modificación no altera el sentido del instrumento, ni el significado de los resultados, sino que fue realizado con la intención de clarificar las dimensiones que contiene el ED-6.

3.3 Población y muestra

3.3.1 Población

La población escogida para esta investigación pertenece al cuerpo docente de una unidad educativa particular bilingüe del cantón Salinas, en dicha institución laboran

actualmente 50 profesionales de educación distribuidos en aulas pertenecientes a educación inicial, educación general básica y bachillerato.

3.3.2 Muestra

Para la elección de la muestra probabilística, se contó con 45 docentes de la unidad educativa particular bilingüe, ubicada en el cantón Salinas. Elegidos aleatoriamente, que representan el 95 % en nivel de confiabilidad y 5 % de margen de error. Acreditando, un nivel de impacto real en las respuestas obtenidas mediante el test, permitiendo abordar y conseguir los objetivos planeados para esta investigación.

3.4 Procedimiento

El proceso ejecutorio para este estudio se fue dividido en cinco etapas:

Primera etapa: En esta etapa se hizo una revisión bibliográfica para consolidar la problemática, definir concretamente las variables, identificar antecedentes investigativos y seleccionar los instrumentos de recolección de datos que aportarán validez a los resultados del trabajo.

Segunda etapa: La etapa se caracteriza por la selección de la población a aplicar los instrumentos de recolección de datos, quienes pertenecen al cuerpo docente de una unidad educativa particular bilingüe ubicada en el cantón Salinas.

Tercera etapa: En esta etapa se diseñó el formato digital del test, tanto en la plataforma de Google Forms como en Microsoft Word, utilizando Word para ajustar las dimensiones e ítems propios del test en una hoja de formato A4 e imprimir la cantidad necesaria de hojas, según el número de participantes. Por otro lado, Google Forms servirá como plataforma de base de datos, cuando se digitalice las respuestas obtenidas en las hojas impresas.

Cuarta etapa: La recolección de datos será ejecuta de manera presencial, desde el lunes 05 de junio hasta el viernes 23 de junio, permitiendo al docente encuestado despejar dudas o inquietudes de los ítems expuestos en el formulario. De este modo, se garantiza

una respuesta clara, honesta y verificada. En los diez días posteriores, se subirán los resultados a Google Forms. Ver Anexo C.

Quinta etapa: Luego del plazo establecido para la digitalización de los resultados, se obtuvo el Consolidado del Excel que brinda la plataforma de Google Forms, el mismo que se cuantifico para posteriormente realizar el análisis mediante los programas de Excel y SPSS v.29.

3.4.1 Validación del instrumento

Debido a la adaptación realizada por Alvites (2019), el test Estrés Docente (ED-6) fue validado por un grupos de cuatro expertos en el tema que residen en México, Panamá, Estados Unidos y Perú.

3.4.2 Confiabilidad del instrumento

Con la validación del test, se presenta la confiabilidad de los mismos con la veracidad mediante la prueba de fiabilidad con el Alfa de Cronbach, obteniendo los siguientes datos:

Tabla 4

Prueba de fiabilidad para la variable estrés docente

Instrumento	Alfa de Cronbach	N° de elementos
Escala Docente ED-6	0.932	39

Elaborador por: Alvites (2019)

Nota: El valor de confiabilidad de estos instrumentos de es “Muy alta Confiabilidad”. Argumentado por que “el valor mínimo aceptable para el coeficiente alfa de Cronbach es 0,70; por debajo de ese valor la consistencia interna es baja. Mientras tanto, por encima de este valor se considera una alta y muy alta confiabilidad” (Oviedo y Campo, 2005).

3.4.3 Análisis de datos

Para el análisis de los resultados, se utilizaron los baremos del test ED-6 establecidos por Gutiérrez, Morán y Sanz (2005) que establecen: percentiles inferiores a

20 equivaldrán a muy bajo en la sub escala, de 21 y 40 un nivel bajo, entre 41 y 60 sería normal, de 61 a 80 se consideraría moderado y más de 80 alto. Tomando en cuenta, la suma de las respuestas de cada dimensión se obtiene el valor para determinar el percentil, como se expresa en la figura 1.

Figura 1

Tabla de correspondencia de la Escala ED-6

Tabla de correspondencias

Percentil	Ansiedad	Depresión	Creencias desadaptativas	Presiones	Desmotivación	Mal afrontamiento	Estrés docente	Percentil
5	22	12	23	16	18	19	126	5
10	25	13	25	19	20	21	138	10
15	27	14	26	21	21	22	142	15
20	29	15	27	22	23	23	147	20
25	30	16	28	23	24	24	149	25
30	---	---	29	---	26	25	155	30
35	32	17	30	24	27	26	161	35
40	34	18	31	25	28	27	164	40
45	35	20	---	26	29	28	167	45
50	36	---	32	27	30	29	178	50
55	37	21	33	29	31	30	185	55
60	39	22	---	30	32	31	189	60
65	---	25	36	---	35	32	193	65
70	42	---	37	31	36	33	199	70
75	44	26	38	32	38	34	204	75
80	48	27	40	33	40	36	212	80
85	51	31	42	34	42	37	222	85
90	54	33	44	36	43	38	229	90
95	60	37	45	39	45	41	240	95

Nota: Tabla de correspondencia del ED-6, tomado de Gutiérrez et al. (2005)

CAPÍTULO IV

DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

En el apartado de resultados de la presente investigación, se presentan los datos, rangos, porcentajes y niveles de los componentes del test aplicado en la muestra, mediante tablas y gráficos elaborados para la interpretación de los datos cuantificados por el software IBM SPSS v.29 y Microsoft Excel. De igual manera, se detallan las comparaciones de dichos resultados con otras investigaciones relacionadas a las variables de estrés docente y gestión de aula.

Según la tabla de correspondencia expuesta por Gutiérrez et al. (2005), los percentiles corresponden a veinte, cuarenta, sesenta y ochenta, establecen los niveles de estrés en: muy bajo, bajo, normal, moderado y alto. Para este estudio, el cálculo de los percentiles se obtuvo mediante el software IBM SPSS v.29, tomando como referencia el valor mínimo y máximo de cada dimensión del test. Posteriormente, con los datos obtenidos se elaboraron las tablas y gráficos en Microsoft Excel, permitiendo registrar los porcentajes obtenidos según las respuestas de los docentes. De este modo, se presenta la tabla 10 con las debidas correspondencias y porcentajes resultantes de cada una de las dimensiones de la escala de estrés docente, obtenidas en el test aplicado al profesorado de la unidad educativa particular bilingüe del cantón Salinas.

Por el lado de la variable dependiente, gestión de aula, se detallan los porcentajes más relevantes de cada ítem (situaciones) relacionado a los componentes: profesional-actitudinal, organizativo-pedagógico, comunicativo y convivencial, propios de la gestión de aula. Dichos componentes se encuentran inmersos en los ítems de las dimensiones de presión laboral y mal afrontamiento pertenecientes al test ED-6.

4.1 Resultados de la escala de Estrés Docente por ansiedad

Figura 2

Estadísticos de la dimensión ansiedad

Estadísticos		
D1		
N	Válido	45
	Perdidos	0
Media		30,82
Mediana		29,00
Desv. estándar		9,262
Varianza		85,786
Rango		32
Mínimo		16
Máximo		48
Percentiles	20	22,00
	40	26,40
	60	33,60
	80	41,80

Fuente: Elaboración propia en SPSS V. 29.

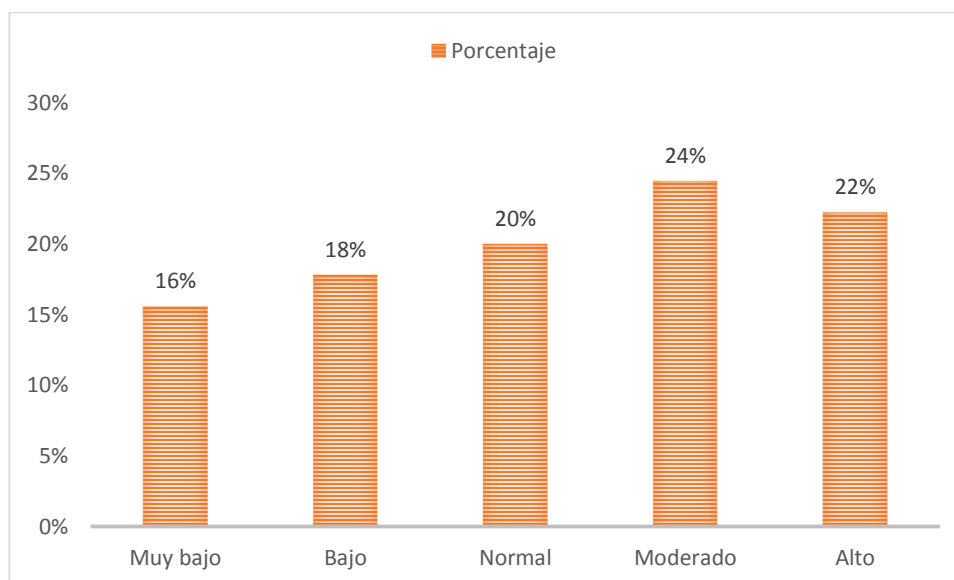
Nota: D1= Dimensión de estrés por ansiedad

Tabla 5

Resultados del estrés por ansiedad

Nivel	Puntaje por percentiles	Frecuencia	%
Muy bajo	16 - 21	7	16%
Bajo	22 - 26	8	18%
Normal	27 - 33	9	20%
Moderado	34 - 41	11	24%
Alto	42 - 48	10	22%
TOTAL		45	100%

Fuente: Elaboración propia

Figura 3*Resultados del estrés por ansiedad*

Fuente: Elaboración propia

4.1.1 Análisis de resultados de estrés por ansiedad

Los resultados de las encuestas presentan al 16 % de los docentes con un nivel muy bajo de estrés y el 20 % con un nivel bajo. Por otro lado, las estadísticas revelan que el 20 % de los encuestados presenta nivel normal de estrés, pero también, un 24 % registra un nivel moderado y otro 20 % un nivel alto en estrés, lo que se traduce en que el 44 % de los docentes de la unidad educativa bilingüe sobrepasa los niveles normales de estrés docente en la dimensión de ansiedad.

4.2 Resultados de la escala de Estrés Docente por depresión

Figura 4*Estadísticos de la dimensión por depresión*

Estadísticos		
D2		
N	Válido	45
	Perdidos	0
Media		23,80
Mediana		24,00
Desv. estándar		7,549
Varianza		56,982
Rango		26
Mínimo		9
Máximo		35
Percentiles	20	16,00
	40	22,00
	60	26,60
	80	32,80

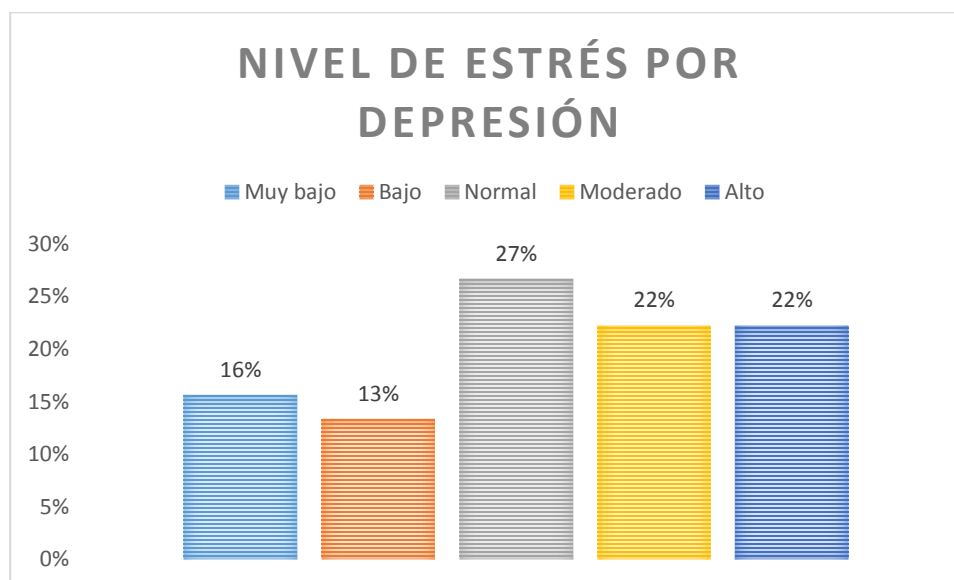
Fuente: Elaboración propia por SPSS v.29.

Nota: D2 = Dimensión por depresión.

Tabla 6*Resultados del estrés por depresión*

Nivel	Puntaje por percentiles	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	9 -15	7	16%
Bajo	16 - 21	6	13%
Normal	22 - 26	12	27%
Moderado	27 - 32	10	22%
Alto	33 - 35	10	22%
TOTAL		45	100%

Fuente: Elaboración propia

Figura 5*Resultados de estrés por depresión*

Fuente: Elaboración propia

4.2.1. Análisis de resultados de estrés por depresión.

Los porcentajes obtenidos en esta dimensión se ven distribuidos en: 16 % muy bajo, 13 % bajo, 27 % normal, 22 % moderado y 22 % alto. Significando que el 29 % de los docentes presenta entre bajo y muy bajo estrés por depresión. Sin embargo, el 44 % de los docentes registra niveles moderado y alto en esta dimensión, tomando en cuenta que el 27 % de los docentes se mantiene en un nivel normal de estrés por depresión.

4.3 Resultados de la escala de Estrés Docente por creencias desadaptativas

Figura 6*Estadísticos de estrés por creencias desadaptativas*

Estadísticos		
D3		
N	Válido	45
	Perdidos	0
Media		14,67
Mediana		15,00
Desv. estándar		3,802
Varianza		14,455
Rango		16
Mínimo		4
Máximo		20
Percentiles	20	12,00
	40	14,00
	60	15,60
	80	18,00

Fuente: Elaboración propia por SPSS v.29.

Nota: D3= Dimensión por creencias desadaptativas.

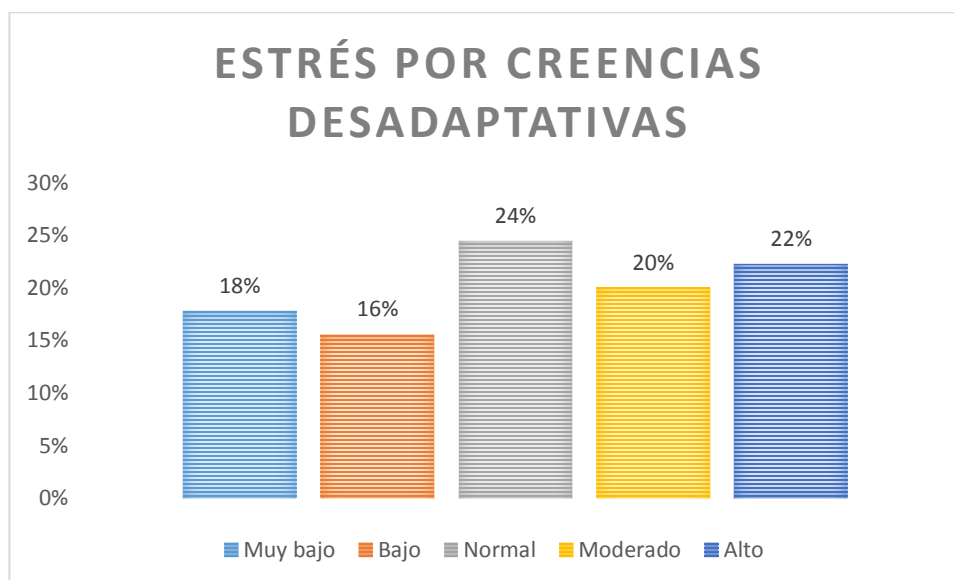
Tabla 7*Resultados de estrés por creencias desadaptativas*

Nivel	Puntaje por percentiles	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	4-11	8	18%
Bajo	12 – 13	7	16%
Normal	14 - 15	11	24%
Moderado	16 – 17	9	20%
Alto	18 - 20	10	22%
		45	100%

Fuente: Elaboración propia

Figura 7

Resultados de estrés por creencias desadaptativas



Fuente: Elaboración propia

4.3.1. Análisis de resultados de estrés por creencias desadaptativas

El apartado relacionado a estrés por creencias desadaptativas, proyecta que el 18 % de los encuestados tiene nivel muy bajo en estrés, el 16 % un nivel bajo y el 24 % se encuentra en un nivel normal de estrés en esta dimensión. En el otro extremo, se encuentra que el 20 % de los docentes tiene nivel estrés moderado pero, el 22 % de los encuestados registra un nivel alto de estrés por creencias desadaptativas. Siendo el nivel normal de estrés docente el predominante en esta dimensión.

4.4 Resultados de la escala de Estrés Docente por presión laboral

Figura 8*Estadísticos de estrés por presión laboral*

Estadísticos		
D4		
N	Válido	45
	Perdidos	0
Media		39,96
Mediana		38,00
Desv. estándar		11,259
Varianza		126,771
Rango		46
Mínimo		14
Máximo		60
Percentiles	20	32,20
	40	36,00
	60	42,60
	80	50,00

Fuente: Elaboración propia por SPSS v.29.

Nota: D4 = Dimensión por presión laboral.

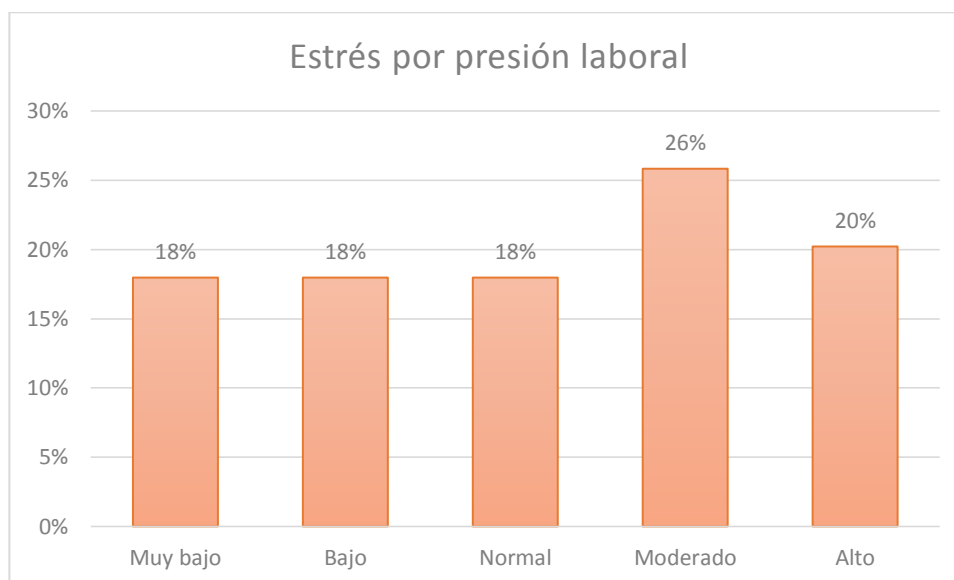
Tabla 8*Resultados de estrés por presión laboral*

Nivel	Puntaje por percentiles	Frecuencia	Porcentajes
Muy bajo	14-31	8	18%
Bajo	32-35	8	18%
Normal	36-41	8	18%
Moderado	42-49	12	26%
Alto	50-60	9	20%
TOTAL		45	100%

Fuente: Elaboración propia.

Figura 9

Resultados de estrés por presión laboral



Fuente: Elaboración propia

4.4.1. Análisis de resultados de estrés por presión laboral

Esta dimensión revela que el 18 % de los encuestados tiene muy bajo, bajo y normal en cada división, pero el nivel moderado presenta el 26 %, colocando al 20 % restante de los docentes en un alto nivel de estrés por presión laboral. El criterio de los docentes en esta dimensión queda demuestra un equilibrio porcentual entre muy bajo, bajo y normal, siendo el 26 % en nivel moderado el conjunto más significativo, sin descuidar el 20 % que presentan el nivel alto en estrés por presión laboral.

4.5 Resultados de la escala de Estrés Docente por mal afrontamiento

Figura 10*Estadísticos de estrés por mal afrontamiento*

Estadísticos		
D5		
N	Válido	45
	Perdidos	0
Media		8,13
Mediana		7,00
Desv. estándar		2,727
Varianza		7,436
Rango		10
Mínimo		5
Máximo		15
Percentiles	20	6,00
	40	6,40
	60	9,00
	80	10,00

Fuente: Elaboración propia por SPSS v.29.

Nota: D5= Dimensión por mal afrontamiento

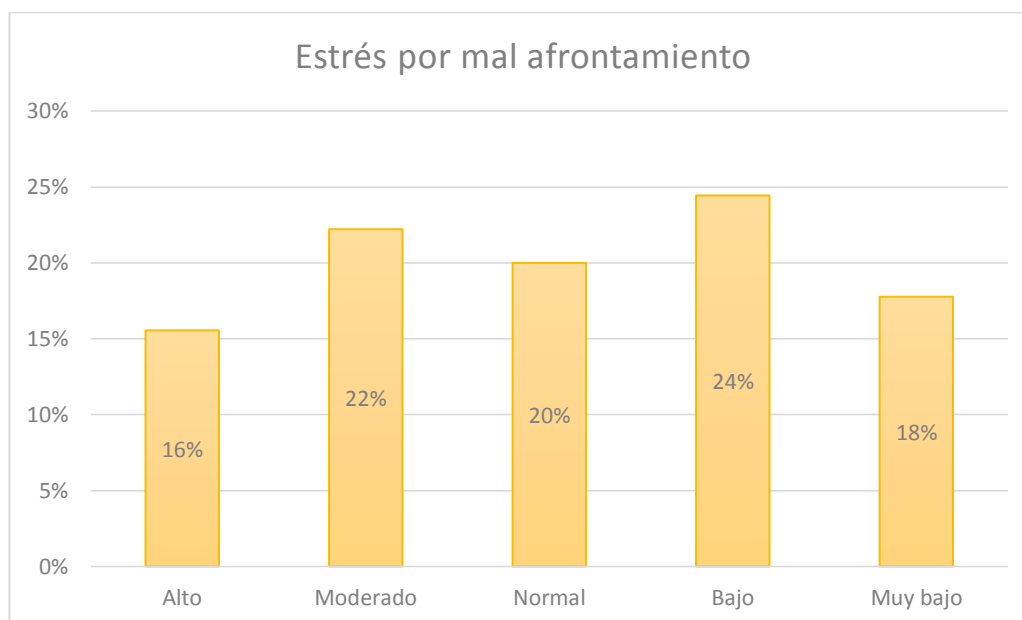
Tabla 9*Resultados de estrés por mal afrontamiento*

Nivel	Puntaje por percentiles	Frecuencia	Porcentaje
Alto	5	7	16%
Moderado	6	10	22%
Normal	7-8	9	20%
Bajo	9	11	24%
Muy bajo	10-15	8	18%
		45	100%

Fuente: Elaboración propia

Figura 11

Resultados de estrés por mal afrontamiento



Fuente: Elaboración propia

4.5.1 Análisis de resultados de estrés por mal afrontamiento

La dimensión de estrés por mal afrontamiento muestra al 16 % de encuestados con un nivel alto, el 22 % con un nivel moderado, el 20 % con un nivel normal, el 24 % con un nivel bajo y finalmente, un imponente 18 % en nivel de estrés muy bajo en la dimensión de estrés por mal afrontamiento. Evidenciando que un total de 38 % de los encuestados mantiene estrés por mal afrontamiento sobre lo normal, sin embargo, el 42 % de los docentes presenta un nivel bajo sobre lo normal.

4.6 Resultados de la escala de Estrés Docente

Tabla 10*Resumen de los resultados del test ED-6, por dimensión*

	Muy bajo	Bajo	Normal	Moderado	Alto
Nivel de estrés por ansiedad	16 %	18 %	20 %	24 %	22 %
Nivel de estrés por depresión	16 %	13 %	27 %	22 %	22 %
Nivel de estrés por creencias desadaptativas	18 %	16 %	24 %	20 %	22 %
Nivel de estrés por presión laboral	18 %	18 %	18 %	26 %	20 %
Nivel de estrés por mal afrontamiento	18 %	24 %	20 %	22 %	16 %

Fuente: Elaboración propia

Figura 12*Estadísticos del ED-6*

Estadísticos		
Estrés Docente		
N	Válido	45
	Perdidos	0
Media		117,38
Mediana		114,00
Desv. estándar		26,659
Varianza		710,695
Rango		112
Mínimo		54
Máximo		166
Percentiles	20	97,00
	40	109,80
	60	124,20
	80	146,40

Fuente: Elaboración propia por SPSS v.29.

Nota: Para una mayor claridad de los resultados, se optó por agrupar en cinco categorías los intervalos de los datos obtenidos en las encuestas, de acuerdo los percentiles establecidos por Gutiérrez et al. (2005), para identificar los niveles: muy bajo, bajo, normal, moderado y alto. Vale destacar que el valor mínimo fue 54 y el máximo 166 con una media de 117.38.

Tabla 11

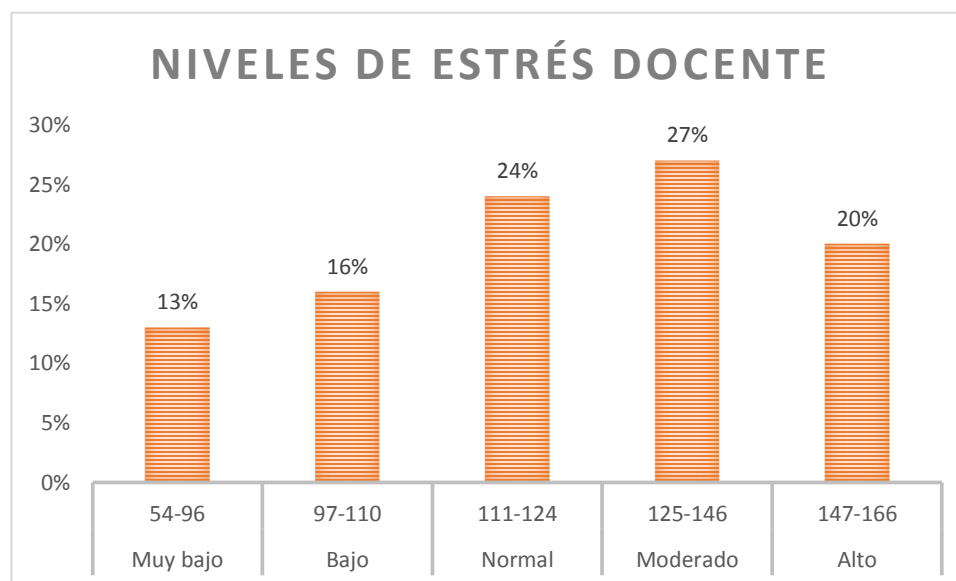
Resultados del test del estrés docente (ED-6)

Nivel	Puntaje por percentiles	frecuencia	porcentaje
Muy bajo	54-96	6	13%
Bajo	97-110	7	16%
Normal	111-124	11	24%
Moderado	125-146	12	27%
Alto	147-166	9	20%
TOTAL		45	100%

Fuente: Elaboración propia

Figura 13

Resultados de los niveles de estrés docente (ED-6)



Fuente: Elaboración propia

4.6.1 Análisis de resultados de estrés docente (ED-6)

En función a cada uno de los resultados obtenidos se indica que, el 27 % de los encuestados tiene nivel de estrés docente moderado y un 20 % en nivel alto. De la misma forma, el 13 % de participantes posee nivel muy bajo y un 16 % precisa un nivel bajo. Por último, se resalta el 24 % de los profesionales corresponde a niveles normales de estrés docente. Vale destacar que aproximadamente el 47 % de los docentes, con nivel de estrés moderado y alto, evidencian una sobrecarga de estrés del 26 % en las dimensiones de ansiedad y presión laboral. Del mismo modo, los encuestados con niveles de estrés normal, registran un 27 % de estrés por depresión, convirtiéndose en el porcentaje más elevado de todas las dimensiones. Esto implica que, si bien los docentes, no están experimentando un estrés extremo, sí se encuentran bajo una carga significativa que puede afectar su bienestar y desempeño profesional.

4.7 Resultados porcentuales en gestión de aula dentro de las dimensiones del ED-6

4.7.1 Resultados por los componentes: profesional-actitudinal, organizativo-pedagógico de la gestión de aula

La dimensión de estrés por presión laboral del test ED-6, mantiene diez ítems que manifiestan situaciones o estresores surgidos en el entorno laboral, ver cuadro 3. Los resultados demuestran que situaciones como: el cansancio (46,70 %), el tiempo de laboro (33,30 %), las planificaciones escolares (28,90 %), el mantener la disciplina en el aula (24,40 %), las agresiones verbales recibidas (33,30 %), la poca intervención disciplinaria de los padres (37,80 %) y la inestabilidad en el puesto de trabajo (31.10 %). Adquieren valores elevados en las categorías de: totalmente de acuerdo y de acuerdo, los cuales representan niveles de estrés entre alto y moderado según los resultados obtenidos en esta investigación. Por otro lado, el resto de ítems mantienen porcentajes adecuados en torno al estrés docente y la gestión de aula.

Cuadro 3

Porcentajes de respuestas en la dimensión "presión laboral" involucradas en la gestión de aula

Ítems/ Categoría	Acabo las jornadas de trabajo extenuado/a	A medida que avanza la jornada laboral siento más necesidad de que ésta acabe	Realizar mis programaciones curriculares me resulta difícil	A algunos alumnos lo único que les pido es que no me molesten mientras enseño a los demás	Hay clases en las que empleo más tiempo en llamar la atención (reñir) que en explicar	Los malos momentos personales de los estudiantes me afectan personalmente	Me afecta las agresiones verbales por parte de los estudiantes	Me desmotiva la falta de apoyo de los padres en problemas de disciplina de sus hijos	Siento estar lejos de mi autorrealización profesional y laboral	Me desalienta la inestabilidad de mi puesto como docente en la institución educativa
Totalmente de acuerdo	46,70%	24,50%	20,00%	8,90%	20,00%	4,40%	4,40%	37,80%	17,80%	31,10%
De acuerdo	31,10%	33,30%	28,90%	17,80%	24,40%	20,00%	33,30%	24,40%	8,90%	11,10%
Indiferente, ni lo uno ni lo otro	8,90%	22,20%	24,40%	13,30%	17,80%	24,40%	17,80%	13,30%	26,70%	15,60%
En desacuerdo	13,30%	13,30%	20,00%	17,80%	20,00%	17,80%	17,80%	15,60%	15,60%	22,20%
Totalmente en desacuerdo	0,00%	6,70%	6,70%	42,20%	17,80%	33,40%	26,70%	8,90%	31,00%	20,00%

Fuente: Elaboración propia

4.7.2 Resultados por los componentes: comunicativo y convivencial de la gestión de aula

Cuadro 4

Porcentajes de respuestas en las dimensiones "mal afrontamiento y creencias desadaptativas" involucradas en la gestión de aula

Ítems/ Categoría	El aula (o aulas) en la que trabajo me resulta acogedora	Afronto con eficacia los problemas que a veces surgen con los compañeros de trabajo	Mis compañeros cuentan con mi apoyo moral y profesional	Resuelvo con facilidad los problemas del trabajo y con mis estudiantes	Incluir alumnos con Necesidades Educativas Especiales (NEE) en el aula es un error que perjudica el rendimiento del resto	Me incómoda tener que enseñar a estudiantes que no valoran la educación
Totalmente de acuerdo	52,20%	30,00%	38,90%	40,00%	8,90%	15,60%
De acuerdo	26,70%	27,00%	24,40%	41,00%	6,70%	26,80%
Indiferente, ni lo uno ni lo otro	8,90%	17,80%	16,70%	11,00%	20,00%	15,60%
En desacuerdo	10,00%	14,40%	10,00%	6,00%	35,50%	20,00%
Totalmente en desacuerdo	2,20%	10,80%	10,00%	2,00%	28,90%	22,00%
	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%	100,00%

Fuente: Elaboración propia

Los ítem pertenecientes a las dimensiones de creencias desadaptativas y mal afrontamiento, del test ED-6, agrupan situaciones relevantes en cuanto a los componentes comunicativo y convivencial de la gestión de aula. Los porcentajes resultantes en líneas como: aula acogedora (52,20 %), dificultades entre compañeros (30 %), apoyo moral y profesional (38,90 %), resolución de problemas (41 %), e inclusión de estudiantes con NEE (35,50 %) son favorables y no representan un grado de estrés sobre lo normal. Sin embargo, se precisa un 26,80 % de incomodidad en los encuestados con respecto a la motivación estudiantil por aprender. Por consiguiente, en el componente comunicativo y

el convivencial de la gestión de aula, seleccionados dentro de los ítems del ED-6 no son generadores de estrés docente.

4.8 Discusión

Con los resultados descritos en los anteriores apartados, se reconoce que en el 27 % de los encuestados predomina el nivel moderado, seguido del nivel normal con un 24 %. Es necesario tener en cuenta, el resultado de nivel normal en la escala del ED-6 como porcentaje relativo para identificar si existe sobrecarga o índice bajo de estrés docente. Ante esta primicia, el 47 % de los docentes participantes en este estudio, presenta estrés sobre lo normal, sin significar aquellos niveles de estrés dañinos o de intervención inmediata. Caso contrario a las investigaciones de López y Morales (2020) y Villarreal (2023) cuyas poblaciones de docentes registraron niveles altos entre el 69 % y el 70 %, recurriendo a una intervención inmediata para reducir los niveles de estrés existentes y mejorar el desempeño académico. Así mismo, se menciona el estudio de Aguilar y Mayorga (2020) que revela niveles extremadamente altos de estrés docente, específicamente en las dimensiones de ansiedad, depresión y presión laboral del ED-6, representados en 91 %, 90 % y 81 % respectivamente, siendo correlacionados con el síndrome de burnout, también llamado síndrome de estar quemado.

Por otro lado, las investigaciones de Novoa (2016), Orozco (2018), Alvarado (2020) y Parihuamán (2017) obtienen como principales resultados, niveles bajo de estrés en los docentes consultados, percibiendo que los docentes no presentan dificultades ni malestares durante la realización de su labor educativa, dado que las exigencias de las instituciones no perturban el estado anímico, mental o físico. Contradiendo los resultados de este trabajo de titulación, aunque también dichos autores registran en sus trabajos, la presencia de niveles sobre lo normal en ciertas dimensiones del ED-6, como en creencias desadaptativas, ansiedad, presiones y mal afrontamiento, pero no son consideradas como estados de preocupación o de afectación en la gestión de aula. Vale destacar, que las investigaciones fueron realizadas en instituciones privadas.

Es necesario tomar en cuenta, la similitud de los resultados de este estudio con otros, para ello se referencia el trabajo de Vásquez (2021) quien demuestra que el 43 %

de 125 docentes peruanos presenta niveles de estrés docente entre moderado y alto, experimentando en un grado considerable sensaciones de tensión y malestar emocional, los cuales estarían relacionados a factores laborales. En relación a ello, la gestión se ve afectada por los niveles de estrés, como se evidencia en el estudio de Saltijeral y Ramos (2015), realizado a un grupo de docentes en México, concluyendo que los principales estresores en la gestión de aula son la presión de concluir el programas educativos, la sobrecarga laboral y la atención a alumnos, la pérdida de prestigio profesional, el escaso contacto entre la familia y la escuela y la falta de respeto hacia la figura del docente.

Dentro de este orden de ideas, el nivel de estrés por presión laboral en los docentes de la unidad educativa bilingüe del cantón Salinas, representa un 46 % sobre lo normal, convirtiéndose junto al estrés por ansiedad, en los más altos porcentajes obtenidos. Los resultados demuestran que situaciones como: el cansancio (46,70 %), el tiempo de laboro (33,30 %), las planificaciones escolares (28,90 %), el mantener la disciplina en el aula (24,40 %), las agresiones verbales recibidas (33,30 %), la poca intervención disciplinaria de los padres (37,80 %) y la inestabilidad en el puesto de trabajo (31.10 %) pertenecen a este cúmulo de estresores considerados en el test ED-6. En forma similar, en el estudio de Maldonado (2022) se evidenció que las dimensiones del test, que generan mayor impacto en los educadores son: mal afrontamiento en un 68,04%, ansiedad con 60,82% y presión laboral con 49,48%, identificando tres categorías: desafíos laborales, problemas administrativos en la dotación de servicios y puesta en práctica de los mecanismos de defensa.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES

Con el análisis precedente de la temática, se concluye que en el cuerpo docente de la unidad educativa particular bilingüe, ubicada en el cantón Salinas. Acorde a los resultados obtenidos por el test ED-6, registran 47 % de estrés sobre lo normal, 26 % bajo lo normal y mantiene un 24 % de nivel de estrés adecuado para la profesión, es decir normal. En concreto, el estrés se encuentra presente en la cotidianidad humana; y según la adaptación, el manejo y la prolongación frente a los estresores o situaciones estresantes pueden conllevar a afectaciones físicas, psicológicas y sociales, que derivan en consecuencias perjudiciales en la salud, el comportamiento y el desempeño laboral. Si bien, los porcentajes de estrés registrados en los docentes de la unidad educativa bilingüe, no representan un escenario perjudicial para la salud de ellos, si se logra abordar afectaciones en relación al desempeño, presión laboral y gestión de aula.

En efecto, el estrés docente es un problema común en el profesorado de las escuelas, que en muchas ocasiones puede ser causado por diversas situaciones, incluyendo: sobre carga laboral, donde a menudo tienen una gran cantidad de trabajo que hacer, incluyendo la preparación de lecciones, la corrección de exámenes y la gestión de aula. Además, los estudiantes pueden presentar problemas de comportamiento, desmotivación por aprender e indisciplina que suelen ser difíciles de manejar. También, se incluye las diferentes relaciones con otros compañeros de profesión. Por lo cual, en los docentes estudiados, los componentes que definen el estrés por nivel de ansiedad, por depresión, por creencias desadaptativas, por presión laboral y por mal afrontamiento, se encuentran por encima de lo normal para dicha muestra, en todos los casos más del 40 %.

Para finalizar, es importante reconocer que el estrés docente, puede tener un impacto negativo en la salud mental, conductual y física de los profesores, así como en la

calidad de la educación que brindan a los estudiantes. De este modo, algunas maneras en que el estrés docente afecta la gestión de aula del profesorado de la unidad educativa bilingüe, incluyen: falta de concentración, cansancio, menos tiempo para su auto preparación y planificación, mal control de la disciplina y el desinterés por enseñar, la poca motivación por aprender de los discentes y la preocupación en cuanto a la inestabilidad del puesto de trabajo. Siendo estos indicadores, resultado del análisis obtenido dentro de la escala de estrés docente (ED-6).

RECOMENDACIONES

A nivel individual, para prevenir el estrés docente, se pueden seguir recomendaciones como:

- Establecer objetivos: Definir metas claras y realistas para el trabajo docente puede ayudar a reducir la sensación de sobrecarga y aumentar la sensación de logro.
- Planificar y organizar: Elaborar un calendario y planificar las tareas y actividades con anticipación puede ayudar a evitar la sensación de estar constantemente apresurado.
- Buscar apoyo y comunicación: Mantener una buena comunicación con los estudiantes, compañeros y padres de familia puede mejorar el ambiente laboral y el trabajo en equipo. Además, buscar redes de apoyo entre docentes puede ser beneficioso.
- Practicar técnicas de relajación: Incorporar técnicas de relajación, como la respiración profunda, la meditación o el yoga, puede ayudar a reducir el estrés y promover la calma mental.
- Cuidar el tiempo fuera del trabajo: Es importante establecer límites y dedicar tiempo para el descanso, el ocio y las actividades que generen bienestar personal.

- Modificar los pensamientos negativos: Identificar y cuestionar los pensamientos negativos o autocríticos puede ayudar a cambiar la perspectiva y reducir el estrés.
- Expresar las emociones: Buscar formas saludables de expresar las emociones, como hablar con un amigo o practicar actividades creativas, puede ser beneficioso para aliviar el estrés.

Es importante recordar que cada persona es única y puede encontrar estrategias de prevención del estrés que funcionen mejor para ellas. Es recomendable experimentar y adaptar estas recomendaciones según las necesidades individuales.

A nivel institucional:

- Desarrollar acciones encaminadas a aligerar las cargas administrativas y burocráticas de los docentes.
- Ejecutar programas de aprendizaje para manejo de estrés en el docente.

BIBLIOGRAFÍA

- Abarca, R., Buenaño, C., Mejía, F., y Huaraca, B. (2022). La pandemia COVID-19 inductor de tecnoestrés en docentes de la educación ecuatoriana de segundo nivel. *Boletín de Malariología y Salud Ambiental, LXII(2)*, 266-279. <https://doi.org/https://doi.org/10.52808/bmsa.7e6.622.018>
- Aguilar, A., y Mayorga, M. (2020). Relación entre Estrés Docente y Síndrome de Burnout en docentes de la Zona 3 de Ecuador. *Uniandes Episteme, 7(2)*, 265-278.
- Alvarado, D. (2020). Nivel de estrés de los docentes de educación primaria de la Institución Educativa De La Cruz Canonesas. *Tesis de grado*. Universidad de Piura, Piura.
- Alvites, C. (2019). Estrés docente y factores psicosociales en docentes de Latinoamérica, Norteamérica y Europa. *Propósitos y Representaciones, 7(3)*, 141-178. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.393>
- Asociación Americana de Psiquiatría (APA). (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5)*. Editorial médica panamericana.
- Baeza, J. (2001). Ser Alumno, La experiencia cotidiana del estudiante de Liceo de sector popular urbano1. *Revista Chilena de temas Sociológicos*, 108-132. <https://doi.org/https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6780116.pdf>
- Baeza, S. (12 de Septiembre de 2014). <https://www.elquintopoder.cl>. <https://www.elquintopoder.cl/educacion/9-problemas-de-la-gestion-educativa-en-contextos-vulnerables/>
- Bairero, M. (2017). El estrés y su influencia en la calidad de vida. *Revista Médica. Granma, 21(6)*, 971-982. <https://doi.org/https://www.medigraphic.com/pdfs/multimed/mul-2017/mul176u.pdf>
- Basantes, A. (2016). El Estrés y el desempeño laboral en los docentes de la Unidad Educativa Mario Cobo Barona de la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua. *Trabajo de titulación*. Universidad Técnica de Ambato, Ambato.
- Bropby, J. (2006). Observational Research on Generic Aspects of Classroom Teaching. En P. Alexander, y P. Winne, *Handbook of Educational Psychology. 2nd edition* (págs. 859-885). Routledge. <https://doi.org/https://doi.org/10.4324/9780203874790>
- Camargo, B. d. (2010). Estrés, Síndrome General de Adaptación o Reacción General de Alarma. *Revista Médico Científica, 2(17)*, 78-86.

- Carrilo, M., Obaco, E., y Ponce, E. (2019). Estrés Docente: Causas y Repercusiones Laborales. *Revista Magazine de las Ciencias*, 4(4), 145-156.
<https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.3605196>
- Castañeda, M., y Villalta, M. (2017). Gestión del aula y formación inicial de profesores. Un estudio de revisión. *Perspectiva Educacional. Formación de Profesores*, 56(2), 4-27. <https://doi.org/10.4151/07189729-Vol.56-Iss.2-Art.484>
- Castro, E., Clemenza, C., y Araujo, R. (2014). La gestión en el aula desde el enfoque crítico. *Omnia*, 20(1), 119-126.
- Cifuentes, T., y Fuentes, M. (2018). Gestión del aula y práctica profesional docente: Una mirada desde los estudiante de enseñanza media. *Tesis de grado*. Universidad del Bio-Bio, Chillán.
- Dávila, K., y Cuadros, J. (2019). El estrés laboral en los trabajadores de Latinoamérica: una revisión sistemática de la literatura científica en los últimos 10 años, 2009-2019. *Trabajo de grado*. Universidad Privada del Norte, Lima.
- De la Cruz, E. (2017). Estrés laboral y desempeño docente en la I.E. *Tesis de maestría*. Universidad César Vallejo, Perú.
- De León, I. (2020). Estrés Docente. *Trabajo de grado*. Universidad de La Laguna.
- Del Hoyo, M. (2014). *Estrés Laboral*. Servicio de Ediciones y Publicaciones. I.N.S.H.T.
- Delceva, J. (2014). Classroom Managment . (*IJCRSEE*) *International Journal of Cognitive Research in Science, Engineering and Education*, 2(1), 51-55.
<https://doi.org/http://repo.stkip-pgri-sumbar.ac.id/id/eprint/12528/3/REFERENCES.pdf>
- Díaz, D. (2011). Estrés laboral y sus factores de riesgo psicosocial. *Rev CES Salud Pública*, 2(1), 80-84.
- Escuela de Postgrado de Medicina y Sanidad . (18 de Agosto de 2021).
<https://postgradomedicina.com>. <https://postgradomedicina.com/tipos-estres-efectos-riesgos/>
- Gallego, Y., Gil, S., y Sepúlveda, M. (2018). Revisión Teórica de Eustrés y Distrés definidos como reacción hacia los factores de riesgo psicosocial y su relación con las estrategias de afrontamiento. *Trabajo de titulación*. Universidad Corporación para Estudios en la Salud (CES), Medellín.
- Gálvez, D., Martínez, A., y Martínez, F. (2015). Estrés. *ContactoS*, 97, 50-54.
- Gamarra, H. (2019). El estrés laboral y sus consecuencias en el desempeño del docente de nivel primario del distrito de Mollepatá-Anta Cusco, 2018. *Tesis Doctoral*. Universidad César Vallejo, Perú.

- García, A., Martínez, L., y Linares, E. (2017). Como Afecta El Estrés del Docente, en el Desempeño Académico del Estudiante de UPIBI-IPN. *Revista Electrónica sobre Tecnología, Educación y Sociedad*, 4(7), 30-42.
- García, M., y García, M. (2013). *Guía práctica para la rerealización de trabajos fin de grado y trabajos fin de Máster*. Universidad de Murcia.
- Gomar, M. (2011). Estrategias de gestión del aula. *Revista Digital para Profesionales de la Enseñanza*, 16, 1-6.
- González, S., y Pérez, S. (2019). Tecnoestrés docente el lado opuesto de la utilización de las nuevas tecnologías por los Docentes del Nivel Medio. *Rev. cient. estud. investig.*, 8(1), 21-35. <https://doi.org/doi: 10.26885/rcei.8.1.21>
- Gutiérrez, P., Morán, S., y Sanz, I. (2005). Estrés Docente: Elaboración de la Escala ED-6 para su evaluación. *RELIEVE*, 11(1), 47-61.
http://www.uv.es/RELIEVE/v11n1/RELIEVEv11n1_3.htm
- Haberman, M. (2004). *Teacher burnout in black and white*. The Haberman Educational.
- Hart, E., y Ramos, C. (2020). Classroom management as a guiding strategy in the teaching of the human condition. *Revista Interdisciplinaria de Humanidades, Educación, Ciencia y Tecnología*, 6(10), 662-673.
<https://doi.org/10.35381/cm.v6i10.294>
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2010). *Metodología de la Investigación*. Interamericana editores S.A.
- Instituto Americano del Estrés. (2009). Stress: <http://www.stress.org>
- Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST). (2022). *Estrés laboral. Estrésores y factores moduladores del estrés. La respuesta de estrés: fisiológica, cognitiva, emocional y conductual*. . INSST.
- Karam, J., Parra, C., Urrego, G., y Castillo, C. (2019). Estrés en el colegio. Dos variables para reflexionar. *Tesis Psicológica*, 14(1).
<https://doi.org/10.37511/tesis.v14n1a2>
- Kyriacou, C. (2001). Teacher stress: Directions for future research. *Educational Review*, 53(1), 27-35.
- Llontop, E. (2016). Características del estrés laboral en docentes universitarios de una Universidad Particular de Chiclayo. *Tesis Magistral*. Universidad de Piura, Chiclayo.
- López, A., y Morales, X. (2020). Síndrome del quemado y desempeño laboral de los docentes de bachillerato de las unidades educativas privadas de la ciudad de Riobamba. *Trabajo de Titulación*. Universidad Técnica de Ambato, Riobamba.

- López, A., y Ramos, G. (2021). Acerca de los métodos teóricos y empíricos de la investigación: Significación para la investigación científica. *Revista Conrado*, 17(S3), 22-31.
- López, D. (2005). *Estrés, epidemia del siglo XXI : cómo entenderlo, entenderse y vencerlo*. Grupo Editorial Lumen.
- López, Z. (2014). Factores que contribuyen al estrés laboral de los maestros de la Escuela Superior de Educación y su impacto en el desempeño de sus funciones docentes. *Tesis doctoral*. Universidad Metropolitana, Puerto Rico.
- Maldonado, L. (2022). Análisis del estrés laboral en docentes de la Unidad Educativa 11 de Noviembre, Riobamba-Ecuador. *Trabajo de grado*. Universidad Regional Autónoma de los Andes, Riobamba.
- Mansilla, S. (2014). Rol del educador y del alumno en aulas de preprimaria de un colegio privado al trabajar según la teoría socio-constructivista. *Tesis de grado*. Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Martin, L., y Roco, M. (2012). El salón de clases como contexto de aprendizaje y como contexto cognitivo. *IV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XIX Jornadas de Investigación VIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Buenos Aires: Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires.
<https://doi.org/https://n2t.net/ark:/13683/emcu/rrT>
- Mejía, C., Chacón, J., Enamorado, O., Garnica, L., Chacón, S., y García, Y. (2020). Factores asociados al estrés laboral en trabajadores de seis países de Latinoamérica. *Revista de la Asociación Española de Especialistas en Medicina del Trabajo*, 23(8), 204-211. e
http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-62552019000300004&lng=es&tyng=es
- Meschiany, M., y Ginestet, T. (2016). *Historia de la Educación: Culturas escolares, Saberes, Disciplinamiento de los cuerpos*. Editorial de la Universidad de la Plata.
https://doi.org/http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/52231/Documento_completo_.pdf-PDFA.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Ministerio de educación (MINEDUC). (2022). *Modelo Educativo Nacional: Hacia la transformación educativa*. MINEDUC.
- Ministerio de Salud Público [MSP]. (2019). *Promoción de la Salud Mental: Manejo del estrés*. MSP.
- Molina, T., Gutiérrez, A., Hernández, L., y Contreras, C. (2008). Estrés psicosocial: Algunos aspectos clínicos y experimentales. *Anales de Psicología*, 24(2), 353-360.

- Moriana, J., y Herruzo, J. (2004). Estrés y burnout en profesores. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 4(3), 597-621.
<https://doi.org/http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=33740309>
- Muñoz, S., Molina, D., Ochoa, R., Sánchez, O., y Esquivel, J. (2020). Estrés, respuestas emocionales, factores de riesgo, psicopatología y manejo del personal de salud durante la pandemia por COVID-19. *Acta Pediatría de Mexico*, 41(1), s127-s136.
- Naranjo, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33(2), 171-190.
- Novoa, S. (2016). Factores que influyen en el estrés de los docentes del nivel de educación. *Tesis de maestría en Educación*. Universidad de Piura, Piura.
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO). (22 de Marzo de 2023). <https://learningportal.iiep.unesco.org>.
<https://learningportal.iiep.unesco.org/es/fichas-praticas/mejorar-el-aprendizaje/tiempo-lectivo-y-gestion-del-aula>
- Organización Iberoamericana de Seguridad Social [OISS]. (2021). *Estándares OISS de seguridad y salud en el trabajo*. OISS.
- Organización Internacional del Trabajo (OIT). (2016). *Estrés en el Trabajo*. OIT.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (21 de Febrero de 2023). www.who.int.
www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress
- Organización para la Cooperación y Desarrollo Económico (OCDE). (2015). *Fit Mind, Fit Job: From evidence to practice in Mental Health and work*. OCDE.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1787/9789264228283-en>
- Orozco, J. (2018). Nivel de estrés, de los docentes de la facultad de humanidades de psicología clínica y psicología industrial/ organizacional de dedicación completa de la Universidad Rafael Landívar. *tesis de grado*. Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Osorio, J., y Cárdenas, L. (2017). Estrés laboral: estudio de revisión. *Revista Diversitas - Perspectivas en Psicología*, 13(1), 81-90.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.15332/s1794-9998.2017.0001.06>
- Oviedo, H., y Campo, A. (2005). Aproximación al uso del coeficiente alfa de Cronbach. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 34(4), 572-580.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502005000400009 y lng = en y tlng = es.
- Pardo, A. (2018). *Desafíos de la Gestión de Aula*. ficha VALORAS.

- Parihuamán, M. (2017). Nivel de estrés de los docentes de las instituciones educativas de Villa Vicús y Kilómetro 50, distrito de Chulucanas - Morropón - Piura. *Tesis de grado*. Universidad de Piura, Piura.
- Pérez, D., García, J., García, T., Ortiz, D., y Centelles, M. (2014). Conocimientos sobre estrés, salud y creencias de control para la Atención Primaria de Salud. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 30(3), 354-366.
- Ramos, C. (2020). Los Alcances de una Investigación. *CienciAmérica*, 9(3), 1-5.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.33210/ca.v9i3.336>
- Reategui, A. (2020). Trastornos Conductuales Asociados al Covid-19 en niños escolares de la comuna Juan Montalvo. *Tesis de grado*. Universidad Estatal Península de Santa Elena, La Libertad.
- Research And Development Corporation (RAND Corporation)). (2021). *Job-Related Stress Threatens the Teacher Supply*. RAND Corporation.
<https://doi.org/https://doi.org/10.7249/RRA1108-1>
- Rodríguez, Á., y Pérez, A. (2017). Métodos científicos de indagación y de construcción de conocimiento. *Revista EAN*(82), 178-200.
<https://doi.org/https://doi.org/10.21158/01208160.n82.2017.1647>
- Rodríguez, J., Guevara, A., y Viramontes, E. (2017). Síndrome de burnout en docentes. *Revista de Investigación Educativa de la REDIECH*, 8(14), 45-67.
- Rodríguez, L., Bermello, I., Pinargote, E., y Durán, U. (2018). El estrés y su impacto en la salud mental de los docentes universitarios. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*(Marzo).
<https://doi.org/https://www.eumed.net/rev/caribe/2018/03/estres-docentes-universitarios.html>
- Rodríguez, M. (24 de Marzo de 2010). <https://www.educaweb.com>.
<https://www.educaweb.com/noticia/2010/03/22/estres-docente-causas-generan-possibles-soluciones-4155/>
- Rodríguez, V. (2021). El manejo de las conductas disruptivas en las aulas. Mejora la convivencia escolar. *Campus Educación Revista Digital Docente*, 23, 5-9.
<https://www.campuseducacion.com/revista-digital-docente/numeros/23/>
- Saltijeral, M., y Ramos, L. (2015). Identificación de estresores laborales y burnout en docentes de una secundaria para trabajadores del Distrito Federal. *Salud Mental*, 38(1), 361-396. <https://doi.org/DOI:10.17711/SM.0185-3325.2015.049>
- Sánchez, J. (2010). Estrés laboral. *Hidrogénesis*, 8(2), 55-63.
- Sandín, B. (2003). El estrés: Un análisis basado en el papel de los factores sociales. *International*, 3(1), 141-147.

- Sanz, R., y López, E. (2013). La gestión del aula. En R. Sanz, *Docencia y práctica educativa. La estilística en la educación* (págs. 85-124). Boreal Libros.
- Soriano, C. (2021). El estrés laboral y su incidencia en el desempeño del personal administrativo. *Revista Killkana Sociales.*, 5(1), 1-8.
<https://doi.org/https://doi.org/10.26871/killkanasocial.v5i1.735>
- Subaldo, L. (2012). Las repercusiones del desempeño docente en la satisfacción y desgaste del profesorado. *Tesis dfe grado*. Universidad de Valencia.
- The Leukemia y Lymphoma Society (LLS). (2019). *Manejo del Estrés, Efectos del estrés y cómo sobrellevarlos*. Sociedad de Lucha contra la Leucemia y el Linfoma.
- Torres, C. (2018). Proyecto de Gestión de aula desde la dimensión lúdica para el fortalecimiento de la autoestima en los estudiantes del curso 102 en la jornada tarde de la Red Unión Europea. *Trabajo de grado*. Universidad Libre, Bogotá.
- Vásquez, S. (2021). Medición del nivel de estrés laboral de docentes que Medición del nivel de estrés laboral de docentes que básica de Piura durante la crisis de la COVID-19. *Trabajo de grado*. Universidad de Piura, Piura.
- Vélez, O. (2006). La relación profesor-alumno en el aula como espacio de formación ética en la Universidad. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 2(1), 1-21.
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6049173.pdf>
- Villalobos, X. (2011). Reflexiones en torno a la gestión de aula y a la mejora en los procesos de enseñanz y aprendizaje. *Revista Ibeoamericana de Educación*, 55(3), 1-7. https://rieoei.org/historico/jano/4048Villalobos_Jano.pdf
- Villanueva, N. (2010). El Profesor como gestor de su práctica docente. *Tesina*. Universidad Pedagógica Nacional, Ciudad Del Carmén.
<http://200.23.113.51/pdf/31247.pdf>
- Villarreal, J. (2023). El Estrés y Burnout percibidos en docentes colombianos en el regreso a la presencialidad en las aulas. Un estudio exploratorio. *Revista de Psicología y Educación*, 18(1), 71-81.
<https://doi.org/https://doi.org/10.23923/rpye2023.01.236>
- Williams, L., De Peralta, M., y Marín, J. (2021). El Papel del Docente frente a las nuevas formas de aprendizaje: Ubicuo, Flexible y Abierto. *Revista Científica Universitaria*, 10(1).
<https://doi.org/http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/228/2281844006/index.html>

ANEXOS

ANEXO A: CERTIFICADO ANTIPLAGIO**UNIVERSIDAD ESTATAL
PENÍNSULA DE SANTA ELENA**

La Libertad, 19 de Julio de
2023.

**CERTIFICADO ANTIPLAGIO
012-TUTOR MMM- 2023**

En calidad de tutora del trabajo de titulación denominado EL ESTRÉS DOCENTE Y SU RELACIÓN CON LA GESTIÓN DE AULA DEL PROFESORADO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA EN LA UNIDAD EDUCATIVA SALINAS, AÑO 2023-2024 , elaborado por el estudiante SUÁREZ MONTENEGRO LEYTON ERICK, de la carrera Licenciatura en Educación Básica, de la Facultad de Ciencias de la Educación e Idiomas de la Universidad Península de Santa Elena, previo a la obtención del título de Licenciados en Ciencias de Educación Básica, me permito declarar que una vez analizado en el sistema anti plagio COMPILATIO, luego de haber cumplido los requerimientos exigidos de valoración, el presente proyecto ejecutado, se encuentra con 5 % de la valoración permitida, por consiguiente se procede a emitir el presente informe.

Adjunto reporte de similitud.

Atentamente,

MSc. María Caridad Mederos Machado
C.I.: 0959417734
DOCENTE TUTORA

Reporte de COMPILATIO



CERTIFICADO DE ANÁLISIS
magister

TTI LEYTON SUAREZ

5%
Similitudes



4% Texto entre comillas
< 1% similitudes entre comillas
< 1% Idioma no reconocido

Nombre del documento: TTI LEYTON SUAREZ.docx
ID del documento: 351cd10cc161dc66929789995ea5ee743802adb8

Tamaño del documento original: 96,93 kB

Depositante: MARÍA CARIDAD MEDEROS MACHADO
Fecha de depósito: 19/7/2023

Tipo de carga: interface
fecha de fin de análisis: 19/7/2023

Número de palabras: 12.610
Número de caracteres: 83.336

Ubicación de las similitudes en el documento:



ANEXO B: CUESTIONARIO ESCALA ESTRÉS DOCENTE (ED-6)

Cuestionario Estrés docente ED-6

A continuación, va a encontrar una serie de afirmaciones, de las cuales deberá elegir la que a su parecer le corresponde, considerando una valoración de 1 a 5, tomando en cuenta que: 1 = totalmente de acuerdo; 2 = de acuerdo; 3 = indiferente, ni uno ni el otro; 4 = en desacuerdo; 5 = totalmente en desacuerdo

No.	Ítems	1	2	3	4	5
	Nivel de estrés por ansiedad					
1	Me cuesta tranquilizarme tras los contratiempos laborales					
2	En muchos momentos de la jornada laboral me siento tenso y nervioso					
3	La tensión del trabajo está alterando mis hábitos de sueño					
4	Hay tareas laborales que afronto con temor					
5	Los problemas laborales están afectando mi salud física					
6	La tensión en el trabajo está alterando mis hábitos alimenticios					
7	En la Institución Educativa se dan situaciones de tensión que hacen que me entre sudores fríos					
8	Ante los problemas en el trabajo siento que se me altera la respiración					
9	La tensión laboral hace que vaya al baño con más frecuencia de lo normal					
10	Tomo algunos tranquilizantes o fármacos para aliviar mi malestar físico por sentir presión en el trabajo.					
	Nivel de estrés por depresión					
11	Me siento triste con más frecuencia de lo que era normal en mí por los problemas laborales					
12	Tiendo a ser pesimista ante los problemas del trabajo					
13	Veo el futuro sin ilusión alguna					
14	Tengo la sensación de estar desmoronándome emocionalmente					
15	Siento ganas de llorar sin una razón aparente					
16	Me falta energía para afrontar la labor de profesor					
17	Me cuesta concentrarme cuando me pongo a trabajar					
	Nivel de estrés por creencias desadaptativas					
18	Creo que no hay buenos o malos profesores, sino buenos o malos alumnos.					
19	Incluir alumnos con Necesidades Educativas Especiales en el aula es un error que perjudica el rendimiento del resto					
20	Me pagan por enseñar, no por formar personas.					
21	Me incómoda tener que enseñar a estudiantes que no valoran la educación					
	Nivel de estrés por presión laboral					
22	Acabo las jornadas de trabajo extenuado/a					
23	A medida que avanza la jornada laboral siento más necesidad de que ésta acabe					
24	Realizar mis programaciones curriculares me resulta difícil					
25	A algunos alumnos lo único que les pido es que no me molesten mientras enseño a los demás					
26	Hay clases en las que empleo más tiempo en llamar la atención(reñir) que en explicar					
27	Los malos momentos personales de los estudiantes me afectan personalmente					
28	Me afecta las agresiones verbales por parte de los estudiantes					
29	Me desmotiva la falta de apoyo de los padres en problemas de disciplina de sus hijos					
30	Me afecta la rivalidad entre grupos de profesores					
31	Siento estar lejos de mi autorrealización profesional y laboral					
32	Estoy bastante distanciado del ideal de profesor con el que comencé					
33	He perdido la motivación por la enseñanza.					
34	Me desalienta la inestabilidad de mi puesto como docente en la institución educativa					
	Nivel de estrés por mal afrontamiento					
35	El aula (o aulas) en la que trabajo me resulta acogedora					
36	Mis relaciones sociales fuera de la institución (familia, pareja, amigos, etc.) son muy buenas					
37	Mis compañeros cuentan con mi apoyo moral y profesional					
38	Afronto con eficacia los problemas que a veces surgen con los compañeros de trabajo					
39	Resuelvo con facilidad los problemas del trabajo y con mis estudiantes					

ANEXO C: EVIDENCIA DE LA ENCUESTA A LOS DOCENTES