



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

UTN
IBARRA - ECUADOR
Facultad de
POSGRADO

FACULTAD DE POSGRADO

**MAESTRÍA EN INNOVACIÓN EN EDUCACIÓN CON
MENCIÓN EN PEDAGOGÍA Y DIDÁCTICA CON UN
ENFOQUE BASADO EN COMPETENCIAS**

“Determinación de los Factores de Estrés que Afectan el Estado Psicoemocional y la Competencia Laboral durante la Pandemia por Covid 19, en el Personal Docente de la Unidad Educativa Del Milenio “Alfonso Herrera” y la Unidad Educativa “Libertad”, Carchi- Espejo, 2020-2021”

**Trabajo de Titulación previo a la obtención del Título de Magíster
en Innovación en Educación con mención en Pedagogía y Didáctica con
un Enfoque Basado en Competencias.**

AUTORA: Ximena Maribel Caicedo Delgado

DIRECTOR: PhD. Wilson Antonio Bolívar Buriticá

ASESORA: PhD. María Elicenia Monsalve Upegui

IBARRA – ECUADOR

2023

APROBACIÓN DEL TUTOR

En calidad de tutor del Trabajo de Grado “DETERMINACIÓN DE LOS FACTORES DE ESTRÉS QUE AFECTAN EL ESTADO PSICOEMOCIONAL Y LA COMPETENCIA LABORAL DURANTE LA PANDEMIA POR COVID 19, EN EL PERSONAL DOCENTE DE LA UNIDAD EDUCATIVA DEL MILENIO “ALFONSO HERRERA” Y LA UNIDAD EDUCATIVA “LIBERTAD”, CARCHI- ESPEJO, 2020-2021” presentado por la Licenciada Johanna Alexandra Criollo Ibujés, para optar por el grado de Magíster en Innovación en Educación con Mención en Pedagogía y Didáctica con un Enfoque Basado en Competencias., doy fe de que dicho trabajo reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a presentación (pública o privada) y evaluación por parte del jurado examinador que se designe.

En la ciudad de Ibarra, a 20 día del mes de enero 2023

Lo certifico:



PhD. Wilson Antonio Bolívar Buriticá
CI.: 98531399
DIRECTOR

APROBACIÓN DEL JURADO

“DETERMINACIÓN DE LOS FACTORES DE ESTRÉS QUE AFECTAN EL ESTADO PSICOEMOCIONAL Y LA COMPETENCIA LABORAL DURANTE LA PANDEMIA POR COVID 19, EN EL PERSONAL DOCENTE DE LA UNIDAD EDUCATIVA DEL MILENIO “ALFONSO HERRERA” Y LA UNIDAD EDUCATIVA “LIBERTAD”, CARCHI- ESPEJO, 2020-2021”

Por: Ximena Maribel Caicedo Delgado

Trabajo de Grado de Maestría aprobado en nombre de la Universidad Técnica del Norte, por el siguiente jurado, al 18 de octubre de 2022.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE BIBLIOTECA UNIVERSITARIA



AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

En cumplimiento del Art. 144 de la Ley de Educación Superior, hago la entrega del presente trabajo a la Universidad Técnica del Norte para que sea publicado en el Repositorio Digital Institucional, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD:	0402016125		
APELLIDOS Y NOMBRES:	Caicedo Delgado Ximena Maribel		
DIRECCIÓN:	Mira-Chontahuasi, Barrio la Tola		
EMAIL:	ximecaicedo1993@yahoo.com		
TELÉFONO FIJO:	<u>063010271</u>	TELÉFONO MÓVIL:	0999109386
DATOS DE LA OBRA			
TÍTULO:	“Determinación de los Factores de Estrés que Afectan el Estado Psicoemocional y la Competencia Laboral durante la Pandemia por Covid 19, en el Personal Docente de la Unidad Educativa Del Milenio “Alfonso Herrera” y la Unidad Educativa “Libertad”, Carchi- Espejo, 2020-202”		
AUTOR (ES):	Caicedo Delgado Ximena Maribel		
FECHA:	20 de enero del 2023		
SOLO PARA TRABAJOS DE TITULACIÓN			
PROGRAMA:	<input type="checkbox"/> PREGRADO <input checked="" type="checkbox"/> POSGRADO		
TÍTULO POR EL QUE OPTA:	Magíster en Innovación en Educación con mención en Pedagogía y Didáctica con un Enfoque Basado en Competencias.		
ASESOR /DIRECTOR:	Dr. Wilson Antonio Bolívar Buriticá PhD.		

2. CONSTANCIAS

La autora Ximena Maribel Caicedo Delgado, manifiesta que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló, sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto, la obra es original y que es el titular de los derechos patrimoniales, por lo que asume la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a 24 día del mes de enero del 2023

LA AUTORA:



Nombre: Ximena Maribel Caicedo Delgado
C.C.: 0402016125

DEDICATORIA

A Dios por la dicha de poner al frente a personas honestas y empáticas que me han guiado, y sobre todo han confiado en mi capacidad para enfrentar a los obstáculos de la vida y cumplir las metas que me han formado como una gran mujer, fuerte y valiente, capaz de asumir y aceptar con orgullo las responsabilidades, habilidades y debilidades en el campo personal y profesional.

A mis padres, hermanos, primos, abuelos y amigos que son mi mayor prioridad, porque los considero el mejor obsequio que Dios y la vida me ha dado, y si hubiera otra vida ese sería mi más anhelado deseo tener la misma familia, volverlos a ver con sus sonrisas día a día, sus cálidos abrazos, su amor sincero y desinteresado.

A mis queridos Docentes de la Unidad Educativa San Isidro, una pequeña y humilde institución con docentes que fueron como padres y madres, he ahí el privilegio de luchar y seguir una maestría en docencia, porque me siento orgullosa de haber cumplido con mis sueños, aquellos sueños que un día escribí en un diario con la tinta de un esfero azul, metas que había prometido cuando era adolescente, ser una profesional luchadora y una persona que a pesar de mis defectos ser frontal y sincera sin miedo al qué dirán los demás.

A mis amigas Karen Mafla, Johanna Criollo, Yadira López y Anita López que a pesar de los años de lejanía Dios ha permitido acercarnos más y ser inseparables en las buenas y en las malas experiencias de la vida, porque los verdaderos amigos son pocos y su apoyo es incondicional.

A las distinguidas Autoridades de la prestigiosa Unidad Educativa “Mario Oña Perdomo” Dra. Cecilia Arteaga, MSc. Reinela Portilla y MSc. Marcelo Benavides por su gran aporte y colaboración en la validación de los instrumentos.

Finalmente, a mi querida prima Fernanda Pabón, por su grato apoyo emocional, sus consejos y correcciones, una gran prima y amiga a la vez, la consideraría como una hermana, una excelente profesional, franca y carismática que ha llenado mi vida de felicidad.

¡Gracias a Todos!

XIMENA

AGRADECIMIENTO

Me inspiro en la gran capacidad intelectual de la PhD. Patricia Aguirre, agradezco a esta gran mujer honorable y pulcra, digna de admiración por su gran vocación como docente investigadora, por su personalidad autoritaria y perfeccionista que ha formado a estudiantes y a profesionales que ha demostrado su conocimiento y valores en su vida laboral y personal.

Agradezco a mi Tutor. PhD, Wilson Antonio Bolivar Buriticá por su paciencia y gentileza, por su buen temperamento emocional y saber guiarme, corregirme y dar sugerencias en mi trabajo de investigación. Un buen ser humano dotado de conocimiento y experiencia en el campo de la investigación.

A mi ingeniosa amiga extranjera Nancy Burke, por su amabilidad y gran capacidad de enseñanza del idioma inglés, pues uno de mis objetivos fue aprender inglés, y gracias a ella estoy mejorando y aprenderé otros idiomas.

Y a mí misma, por lograr una meta más, por ser una mujer emprendedora, creativa e rebelde de un hogar humilde, que se siente orgullosa de haber nacido en una hermosa comunidad Palo Blanco rodeada de gente trabajadora y solidaria.

XIMENA

ÍNDICE DE CONTENIDOS

APROBACIÓN DEL TUTOR	ii
APROBACIÓN DEL JURADO.....	iii
IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA	iv
DEDICATORIA.....	v
AGRADECIMIENTO	viii
ÍNDICE DE CONTENIDOS.....	ix
ÍNDICE DE FIGURAS	xii
RESUMEN	xiv
CAPÍTULO I.....	1
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	1
1.1. Antecedentes.....	1
1.2. Planteamiento del Problema	6
1.3. Justificación.....	9
1.5. Preguntas Directrices	11
1.6. Objetivos.....	12
1.6.1. Objetivo General.....	12
1.6.2. Objetivos Específicos	12
CAPÍTULO II.....	13
MARCO referencial	13
2.1. Marco Teórico	13
2.2.1. Antecedentes de la investigación.....	13
2.2.2. Definición de estrés	15

2.2.3. Estrés laboral	16
2.2.4. Factores que Inciden en el Estrés de los Docentes de secundaria durante la Pandemia	17
2.2.5. Definición de competencia	18
2.2.6. Competencia laboral	19
2.2.7. Competencias docentes.....	19
2.2.8. Resiliencias docentes	19
2.2.9. Riesgo psicosocial laboral	20
CAPÍTULO III	21
MARCO metodológico.....	21
3.1. Ubicación del Sitio	21
3.2. Descripción del Sitio y Grupo de Estudio	21
3.3. Enfoque y Tipo de investigación	23
3.3.1. Enfoque.....	23
3.3.2. Tipo de investigación.....	23
3.4. Fases del Estudio	24
3.4.1. Consideraciones bioéticas.....	25
CAPÍTULO IV	26
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	26
4.1. Diagnostico.....	26
4.2. Resultados por Categorías	26
4.2.1. Descripción de resultados encontrados en el grupo de estudio	27
4.3. Discusión	54
4.4. Propuesta Educativa para la Promoción de Orientaciones Didácticas de Diagnóstico y Prevención del Estrés Psicoemocional en el Personal Docente	62
4.4.1. Definición de estrés	64

4.4.2. Actividades que pueden prevenir el estrés en los docentes en el campo laboral.....	68
4.4.3. Actividades que pueden prevenir el estrés en los docentes y las pueden desarrollar en casa	73
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	75
5.1. Conclusiones.....	75
5.2. Recomendaciones	76
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	78
ANEXOS	84

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Fachada principal de la Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera”	21
Figura 2. Fachada principal de la Unidad Educativa del Milenio “Libertad”	22
Figura 3. Categorías de los factores de estrés que afectan el estado psicoemocional y la competencia laboral durante la pandemia por covid 19	26
Figura 4. Datos sociodemográficos	27
Figura 5. Distribución porcentual del grupo etario en el personal docente	28
Figura 6. Factores de estrés que afectan la competencia laboral durante la pandemia por COVID 19.....	31
Figura 7. Factores de riesgo que provocan la incidencia de estrés psicoemocional en la competencia laboral docente durante la pandemia en la modalidad virtual	35
Figura 8. Disposición de herramientas adecuadas para la impartición de clases virtuales	37
Figura 9. Estado emocional del personal docente durante la pandemia por COVID 19 en la modalidad virtual.....	42
Figura 10. Relación entre factores de estrés, competencia laboral y salud ocupacional docente durante la pandemia por COVID 19 en la modalidad virtual.	44
Figura 11. Competencia laboral docente durante la pandemia por COVID 19.....	45
Figura 12. Dificultades que tuvieron los Docentes en su desempeño laboral docente durante la pandemia por COVID 19 en la modalidad virtual.....	46
Figura 13. Efectos del estrés psicoemocional en los Docentes durante la pandemia por COVID 19 en la modalidad virtual.....	49
Figura 14. Hexágono del proyecto mis vegetales en mi huerto	72

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Nivel de ansiedad en el ambiente laboral según la edad y el género.....	29
Tabla 2. Nivel de ansiedad en el ambiente laboral según el estado civil y genero.....	30
Tabla 3. Carga laboral y niveles de ansiedad en el personal docente.....	32
Tabla 4. Niveles de ansiedad según el desempeño laboral y el género	33
Tabla 5. Niveles de ansiedad en el personal docente según la dificultad y complejidad para usar las plataformas virtuales	36
Tabla 6. Estado emocional del personal docente durante la pandemia por COVID 19 modalidad virtual según el género.....	42

TÍTULO: DETERMINACIÓN DE LOS FACTORES DE ESTRÉS QUE AFECTAN EL ESTADO PSICOEMOCIONAL Y LA COMPETENCIA LABORAL DURANTE LA PANDEMIA POR COVID 19, EN EL PERSONAL DOCENTE DE LA UNIDAD EDUCATIVA DEL MILENIO “ALFONSO HERRERA” Y LA UNIDAD EDUCATIVA “LIBERTAD”, CARCHI- ESPEJO, 2020-2021”

Autora: Ximena M. Caicedo Delgado

Director de trabajo de titulación: Wilson Antonio Bolívar Buriticá

Año: 2022

RESUMEN

Este estudio se realizó con la finalidad de identificar y determinar los factores que afectan el estado psicoemocional y la competencia laboral durante la pandemia por COVID 19, en el personal docente de la Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera” y la Unidad Educativa “Libertad”. Se seleccionaron la Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera” y la Unidad Educativa “Libertad” por la ubicación geográfica, ya que pertenecen a la misma provincia y cantón, por lo tanto, el levantamiento de datos es más factible y accesible, en lo que corresponde a datos sociodemográficos, económicos, factores de riesgo que afectan el estado psicoemocional y la competencia laboral tiene la finalidad de comparar el impacto de la pandemia entre los docentes del sector rural y urbano.

Es una investigación con un diseño mixto que recolecta, analiza y vincula datos cuantitativos y cualitativos en una misma investigación y justifica la utilización de este enfoque en su estudio considerando que ambos métodos (cuantitativo y cualitativo) se entremezclan en la mayoría de sus etapas (Guelmes y Nieto, 2015).

Se determinaron, analizaron y describieron los datos sociodemográficos del personal docente de la Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera” y la Unidad

Educativa “Libertad. Se aplicó un test psicoemocional para identificar el estado psicoemocional y una encuesta virtual sobre los factores que afectan la competencia laboral de los docentes durante la Pandemia.

El presente estudio hizo uso de la investigación descriptiva puesto que describió y analizó los problemas o situaciones que afectaron el estado psicoemocional y la competencia laboral de los docentes, ya que el estrés laboral es un factor de riesgo que desencadena enfermedades que afectan la calidad de vida de las comunidades educativas.

La presente investigación tiene un diseño transversal porque se lo realizó en un determinado tiempo, se recolectarán datos, se describieron las variables y se analizaron en un solo momento. Se solicitó permiso a la Dirección Distrital con a las autoridades de las Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera” y la Unidad Educativa “Libertad”, las Autoridades dieron apertura y autorizaron la ejecución del estudio.

La finalidad de la presente investigación fue comparar entre los datos sociodemográficos como (género, edad, estado civil y otros factores de riesgo como número de horas laborables, carga laboral en 57 personas (20 hombres y 37 mujeres); pertenecientes al personal docente de las Unidades Educativas, Carchi-Ecuador. Se elaboró y aplicó una encuesta validada (datos sociodemográficos). Para la determinación de los factores de riesgo que afectan el estado psicoemocional y la competencia laboral del docente se obtuvieron resultados de altos niveles de estrés correspondiente al género se indagó y se estuvo las diferencias en los niveles de estrés entre hombres y mujeres. Aquí se encontró que el 35% de las mujeres presentaron altos niveles de estrés y ansiedad, mientras que el 17% de los hombres presentaron menores niveles en los resultados. El grupo etario de mayores índices de estrés se encuentra entre los 36 a 42 años específicamente en el género femenino, como se lo puede observar en la tabla docentes son casados con un 47,37% mientras que el 29,82%

son solteros, además se indica que las demás categorías el 8,77% son divorciados, el 7,02% se encuentra en unión libre y el 7,02%.

Palabras claves: Docentes, competencia laboral, estrés psicoemocional, factores de riesgo, pandemia por Covid 19, modalidad virtualidad.

TITLE: DETERMINATION OF THE STRESS FACTORS THAT AFFECT THE PSYCHO-EMOTIONAL STATE AND LABOR COMPETENCE DURING THE COVID 19 PANDEMIC, IN THE TEACHING STAFF OF THE "ALFONSO HERRERA" MILLENNIUM EDUCATIONAL UNIT AND THE "LIBERTAD" EDUCATIONAL UNIT, CARCHI- ESPEJO, 2020-2021"

Author: Ximena M. Caicedo Delgado

Titling work director: Wilson Antonio Bolivar Buriticá

Year: 2022

ABSTRACT

This study was carried out with the purpose of identifying and determining the factors that affect the psycho-emotional state and job competence during the COVID 19 pandemic, in the teaching staff of the "Alfonso Herrera" Millennium Educational Unit and the "Libertad" Educational Unit. . The Educational Unit of the Millennium "Alfonso Herrera" and the Educational Unit "Libertad" were selected due to their geographical location, since they belong to the same province and canton, therefore, the data collection is more feasible and accessible, in what It corresponds to sociodemographic, economic data, risk factors that affect the psycho-emotional state and job competence. Its purpose is to compare the impact of the pandemic between teachers in the rural and urban sectors.

It is an investigation with a mixed design that collects, analyzes and links quantitative and qualitative data in the same investigation and justifies the use of this approach in its study considering that both methods (quantitative and qualitative) are intermingled in most of their stages (Guelmes and Nieto, 2015).

The sociodemographic data of the teaching staff of the “Alfonso Herrera” Millennium Educational Unit and the “Libertad” Educational Unit were determined, analyzed and described. A psychoemotional test was applied to identify the psychoemotional state and a virtual survey on the factors that affect the labor competence of teachers during the Pandemic.

The present study made use of descriptive research since it described and analyzed the problems or situations that affected the psychoemotional state and job competence of teachers, since job stress is a risk factor that triggers diseases that affect quality of life. of educational communities.

The present investigation has a cross-sectional design because it was carried out in a certain time, data will be collected, the variables were described and analyzed in a single moment. Permission was requested from the District Directorate with the authorities of the “Alfonso Herrera” Millennium Educational Unit and the “Libertad” Educational Unit, the Authorities opened and authorized the execution of the study.

The purpose of the present investigation was to compare sociodemographic data such as (gender, age, marital status and other risk factors such as number of working hours, workload in 57 people (20 men and 37 women); belonging to the teaching staff of the Educational Units, Carchi-Ecuador A validated survey (sociodemographic data) was developed and applied To determine the risk factors that affect the psychoemotional state and the teacher's job competence, results of high levels of stress corresponding to gender were obtained. The differences in stress levels between men and women were investigated and found. Here it was found that 35% of women presented high levels of stress and anxiety, while 17% of men presented lower levels in the results. The age group with the highest rates of stress is between

36 and 42 years of age, specifically in the female gender, as can be seen in Fig. taba teachers are married with 47, 37% while 29.82% are single, it is also indicated that the other categories 8, 77% are divorced, 7.02% are in a free union and 7, 02 %.

Keywords: Teachers, job skills, psycho-emotional stress, risk factors, Covid 19 pandemic, virtual modality.

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Antecedentes

Durante los años 2020 y 2021 se han realizado análisis y estudios que han permitido reflexionar sobre el impacto del COVID 19 en la educación y los efectos adversos en la calidad educativa, así como en el proceso de enseñanza aprendizaje y en especial el estado psicoemocional en los docentes.

Según la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (2020), la pandemia afectó el ámbito educativo debido al cierre masivo en 190 países de las instituciones educativas, con el propósito de evitar los contagios entre los docentes y estudiantes. Según este mismo estudio, en el que se cita a la UNESCO, a mediados de mayo del 2020 más de 1.200 millones de estudiantes se encontraban sin recibir sus clases de manera presencial.

Para el caso del Ecuador, el Ministerio de Educación propuso dar continuidad a la labor educativa a través de la modalidad virtual, con el fin de garantizar el derecho a la educación de los niños y niñas del país, de modo que a pesar de las dificultades presentadas se pudiera avanzar con el proceso de enseñanza aprendizaje. Para esto se aplicaron estrategias como las aulas virtuales y la entrega de fichas pedagógicas a los estudiantes que no disponían de internet fijo. También se implementó un currículo priorizado para la emergencia que se enfocó en el aprendizaje interdisciplinario, socioemocional y una flexibilización de la evaluación.

Los docentes durante este periodo fueron asesorados para el uso adecuado de las herramientas y plataformas virtuales. Esto consistía en que el docente obligatoriamente tenía que asistir a talleres virtuales, cursos propuestos por el MINEDUC en la plataforma “Me Capacito” y cursos promocionados por las distintas universidades del país,

Según la CEPAL-UNESCO (2020), se puede considerar que estas estrategias aplicadas fueron efectivas con el fin de evitar el contagio masivo. Sin embargo, nadie estaba preparado para enfrentar esta situación, los docentes tuvieron que adaptarse a la nueva modalidad virtual y continuar con su labor profesional lo que llevó a que se presentaran dificultades para familiarizarse con las herramientas y plataformas tecnológicas. Además, el factor económico influyó especialmente a docentes que no disponían de recursos de conectividad para afrontar el reto de educar con metodologías totalmente nuevas a su quehacer tradicional.

Los principales desafíos de todos los países para dar continuidad a la educación fueron modificar el diseño curricular, proporcionar recursos educativos y didácticos, reajustar calendarios escolares y horarios virtuales. Además, se tomó en cuenta las características sociodemográficas y ubicación geográfica tanto de los docentes como de los estudiantes con el fin motivar a todos los integrantes de la comunidad educativa para darle continuidad a la actividad docente a pesar de la emergencia sanitaria.

Estudios como los de López, Adorno, y Cárdenas (2021) señala que la crisis causada por la pandemia afectó a estudiantes, docentes, padres, madres, representantes, miembros de otras comunidades. Ante esta situación, los docentes tuvieron que salir de la zona de confort y adaptarse a la nueva realidad para poder ejercer sus labores diarias en beneficio de los estudiantes. Entre las acciones que afectaron la parte emocional de los docentes estuvo la prolongación de la jornada laboral que incluyen los fines de semanas, lo que generó estrés en los docentes por la sobrecarga laboral, afectando directamente a la calidad de enseñanza y el nivel de aprendizajes de los estudiantes.

Según Zapata (2021), en una investigación ejecutada por la Central Sindical Independiente y de funcionarios (CSIF, 2020) se demostró que alrededor de un 92,9% de los docentes padece de agotamiento emocional, profesional y estrés a raíz del confinamiento por

Covid19. Este estudio es una evidencia más que demuestra que un alto porcentaje de los docentes han desarrollado agotamiento emocional durante la pandemia. Además, se puede considerar que el estrés es un factor de riesgo que no solo afecta al estado psicoemocional, sino al estado fisiológico del personal docente y administrativo. Además, ha generado efectos negativos en la competencia laboral, limitando su capacidad de asumir sus responsabilidades con eficacia.

En un estudio realizado por Hacca y Tapia (2021), sobre el nivel de estrés en los docentes durante la educación virtual, mostró un 95% de casos de “estrés, fatiga crónica, dolores de cabeza, sentimientos de depresión, desgano al realizar tareas académicas, entre otros efectos físicos, psicológicas y conductuales”. Además, se puede apreciar que el 90% de los encuestados presentó niveles altos de reacciones conductuales por estrés. Esto sugiere que, llevar una vida no equilibrada puede afectar negativamente la salud, manifestándose en enfermedades. No es sólo un hecho psicológico que daña al individuo, sino también un desgaste mental que puede afectar a su entorno y calidad de vida.

Según Herrera et al. (2021), se analizó los efectos del estrés en los docentes mayores de 50 años durante el confinamiento. Los datos de esta investigación arrojaron que el 91% de ellos señalaron que el uso de las herramientas tecnológicas les produjo estrés laboral. Los participantes en el estudio manifestaron que el uso prolongado de recursos digitales les produjo agotamiento y efectos negativos en su salud mental.

Otros estudios han analizado el impacto psicológico durante la pandemia en estados como la irritabilidad, el enfado, mal humor y el sueño. En este sentido Quishpe y Garcia (2020) encontraron que siete de cada diez docentes afirmaron tener estos problemas, a tal punto que solicitaron ayuda profesional para manejar y mejorar su situación psicoemocional, lo que genera gastos económicos, tiempo e incomodidad en los docentes con el fin de mantener un buen estado mental.

Estudios realizados sobre el estrés en el contexto del covid-19 y su incidencia en la educación, como el realizado por Gómez y Rodríguez (2021) indican que una de las principales causas de estrés en los docentes es el trabajo bajo presión y la falta de apoyo tecnológico. Además, de considerar las horas extras de la jornada laboral sin ningún incentivo económico, más los problemas personales, emocionales y psicosociales que ponen en riesgo a la salud del personal docente y hace que aumente la incapacidad de afrontar las funciones laborales diarias. Sin embargo, los docentes se enfocan en la calidad del proceso de enseñanza aprendizaje, que se podría decir que es un arduo trabajo práctico de la vida real y que muchas veces no es valorado ni gratificado adecuadamente por la sociedad y los gobiernos.

La inestabilidad laboral y el desempleo también han generado situaciones de angustia, frustración, preocupación y desesperación en los docentes. Esto lo afirma la OMS en un estudio sobre estrés laboral durante la pandemia citado por Quiranza (2021, p. 3-4). La preocupación o la experiencia de ser despedido también es un factor que puede desencadenar problemas de salud mental. Los docentes que tienen la seguridad de ser contratados a largo plazo tienen una mayor estabilidad socioeconómica y emocional porque les garantiza su bienestar psicoemocional y les permite mejorar la calidad de vida, lo que incide en que estas personas tengan una menor preocupación y estrés.

La identificación del estrés en los docentes que trabajan en el sector rural durante la Pandemia por el COVID-19, también se ha analizado encontrándose que el confinamiento ha causado conflictos en los equipos de trabajo. Según Trujillo (2020) esto provocó complicaciones por la falta de organización y empatía entre docentes, la carencia de equipos tecnológicos en las instituciones educativas y poco reconocimiento social para el profesor, lo que generó desmotivación. Además, el proceso de enseñanza aprendizaje en el sector rural tiene sus desventajas y uno de los factores que impiden una educación igualitaria fue la falta de recursos económicos para el acceso a herramientas tecnológicas de alta calidad.

La pandemia ha provocado un desfase en el proceso enseñanza aprendizaje, ya que resulta difícil garantizar una educación de calidad e igualitaria. Un estudio realizado por Inciarte et al. (2020, p. 205), señala que un 72, 27% de los docentes manifestaron que no estaban preparados para asumir las funciones laborales virtuales y un 99,99% afirmaron no haber recibido asesoría y talleres previos sobre estrategias pedagógicas virtuales, lo que les generó estrés. Para los docentes fue un reto continuar con la modalidad virtual y teletrabajo, además de las dificultades que se presentaron para el uso adecuado de las plataformas virtuales al momento de dar una clase, hacer seguimiento y control de la asistencia de los estudiantes.

Referente a la relación entre nivel de estrés y género en un estudio realizado por Santos, Scorsolini y Barcellos (2021) afirman que las docentes del género femenino se encuentran mayormente expuestas a los riesgos de contraer enfermedades profesionales durante la pandemia por COVID-19, ya que cumplen múltiples funciones laborales en el aspecto personal y en el hogar. Las docentes que tienen hijos o se encuentran a cargo de personas son más propensas a presentar altos niveles de estrés debido a las intensas actividades del hogar, presentando sentimientos como preocupación, cansancio físico y fatiga mental.

Por otro lado, Flores, Coila, Yapuchura y Pino (2021) en un estudio sobre la actividad física, estrés y su relación con el índice de masa corporal en docentes, señala que para prevenir y evitar las enfermedades profesionales se sugiere que el ejercicio físico se utiliza como estrategia ampliamente disponible para fortalecer el funcionamiento cognitivo, especialmente de las funciones ejecutivas y memoria, y retardar la aparición de la depresión, estrés y demencia. Durante la pandemia la vida sedentaria en los docentes ha provocado cambios en el estado nutricional (sobrepeso y obesidad) y emocional (estrés y depresión).

Los resultados demostraron que un 58.86% de varones presentan actividad física baja, en comparación con las mujeres 41.14%. Además, un 91.95% del personal docente presentó estrés por presión laboral. En este estudio se deduce que los varones presentan mayor

tendencia al sobrepeso con el 67.59%, en comparación con las mujeres 32.41% y obesidad grado II 33.96%, siendo más propensos a las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT).

A partir de las investigaciones relacionadas se puede establecer que existen dificultades de los docentes que surgieron a partir de las condiciones complejas producto de la pandemia del COVID 19, por lo que el presente estudio de investigación permite conocer cómo se han visto afectados los docentes de la Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera” del sector urbano y “Libertad” del sector rural por los distintos factores de estrés, y estado psicoemocional durante la pandemia. Además, la importancia de realizar una comparación entre el desempeño laboral docente del sector urbano y rural e identificar el nivel de estrés respectivamente.

Esta investigación, tuvo como objetivo describir el grado de afectación de la competencia laboral, el estado psicoemocional provocados por la sobrecarga laboral, depresión, ansiedad y estrés, ocasionado por el aislamiento social y las medidas de bioseguridad. La muestra fue de 97 participantes; 50 docentes de la Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera” y 47 docentes de la Unidad Educativa “Libertad”, de los cuales participaron en el estudio 20 docentes del género masculino y 37 docentes del género femenino dando un total de 57 docentes voluntarios.

1.2. Planteamiento del Problema

El confinamiento trajo complicaciones a las actividades profesionales de los docentes, en especial en lo relacionado con los procesos de enseñanza- aprendizaje. Esto como consecuencia de la desmotivación por parte de los estudiantes, quienes al tener problemas de conectividad y carencia de herramientas tecnológicas presentaron dificultades para desarrollar las actividades pedagógicas en la clase. Además, una parte de los docentes tuvieron problemas para manejar las herramientas tecnológicas y plataformas digitales, lo que ocasionó dificultades

para desarrollar las tradicionales actividades académicas en las unidades educativas, y aumentó la deserción de los estudiantes.

La inasistencia de estos, el incumplimiento de las tareas, la deserción escolar y la falta de compromiso de los padres de familia, hizo que aumentara el nivel de estrés y preocupación, causándoles tensión emocional, lo que afectó la salud e incidió negativamente en el desempeño profesional de los docentes.

Estudios como los de Gurumendi, Panunzio, Calle y Borja (2019) considera que la sobrecarga laboral y las constantes responsabilidades en las funciones educativas ha desencadenado enfermedades psicológicas en los docentes (cansancio mental, depresión, ansiedad) y enfermedades fisiológicas (alteraciones del sistema nervioso, gastritis, migrañas, etc.), situaciones que influyen en la salud emocional, por cuanto se afectan las capacidades para atender adecuadamente las obligaciones profesionales.

Esto es un problema que incide negativamente en la calidad educativa y el proceso enseñanza aprendizaje. La afectación de la salud de los docentes causa dificultades en su desarrollo profesional que se extiende a los estudiantes, además se pierde la posibilidad de contar con el talento humano y las capacidades plenas de sus profesores y profesoras.

Para los docentes de secundaria, trabajar con niños y adolescentes en tiempos de pandemia implicó dificultades, por la falta de interés de los estudiantes y padres de familia, lo que afectó directamente el nivel de aprendizaje, la interacción social y afectiva. Trabajar con adolescentes requiere de paciencia y persistencia, ya que están en una edad vulnerable, lo que agrega una carga emocional adicional al docente, además de cumplir con sus obligaciones tradicionales, como el preocuparse por las situaciones personales de cada estudiante.

Según Robinet y Pérez (2020) se hace necesario analizar los factores que generan en los docentes situaciones de estrés y cómo esto afecta la vida tanto profesional como personal y

las implicaciones en su salud mental. Las cifras presentadas muestran un alto índice de personas afectadas por las condiciones de la pandemia, por lo que causaron perjuicios a la mayoría de los docentes de los sistemas educativos mundiales. Además, la administración educativa hace que esta situación se vea agravada por la presión constante de presentar el registro de actividades, matrices de evidencia, cronogramas de actividades, planificaciones que exigen que se demostrara que efectivamente se laboró desde el hogar con la estrategia de teletrabajo. Sin embargo, las plataformas y espacios mediados por tecnologías implican que esta forma de trabajar aumenta el trabajo, aunque aparentemente se sigan realizando las mismas tareas.

Ballén, Baquero, Padilla y Bernal (2021), argumentan que la situación económica personal y la falta de estabilidad laboral de los maestros en Latinoamérica puede eventualmente incrementar el estrés. La situación generada por los bajos salarios, representan un problema para la estabilidad emocional que se ve afectada ante las preocupaciones por cumplir con las obligaciones adquiridas y la necesidad de cubrir sus necesidades básicas familiares,

Además, hay que recalcar que, en tiempos de pandemia debido a la virtualidad, los docentes para ejercer su labor tuvieron que asumir los gastos en herramientas tecnológicas de alta calidad y otros servicios básicos que son importantes para dar continuidad a la labor educativa.

Las desventajas educativas del sector rural durante la pandemia es otro factor que agrega estrés emocional en los docentes, debido a las dificultades que han tenido para desarrollar sus clases virtuales. Inicialmente por las dificultades de los estudiantes para conectarse debido a la limitada infraestructura tecnológica y, por otra parte, no se sienten motivados para hacerlo. Además, presentan dificultades económicas, ya que no pudieron disponer de internet y herramientas digitales de alta calidad, lo que provocó que los tutores legales retiraran a sus hijos. Esto terminó por afectar también a los docentes que se sintieron frustrados al ver que sus estudiantes perdieron la oportunidad de educarse.

Figuroa, Montalvo, Calderon y Albuquerque (2021) sostienen que existieron brechas entre las escuelas rurales y urbanas durante la pandemia en lo relacionado con los recursos digitales, en tanto las primeras tenían mayores posibilidades de conectividad y profesores más preparados que los docentes de los sectores rurales, en donde la infraestructura es más limitada o inexistente. Finalmente se puede deducir que se ha visto afectada la calidad educativa y el nivel de aprendizaje en los estudiantes del sector rural, mientras que los estudiantes del sector urbano tienen mayor probabilidad de aprender con menos complicaciones.

En otros escenarios, los docentes han tenido que realizar la búsqueda activa de los estudiantes que han desertado de la continuidad educativa, porque sus padres han decidido retirarlos, esto ha implicado que hayan tenido que exponerse a varios riesgos de contagio para poder contactarlos, volverlos a reintegrar y apoyarlos a nivel emocional y educativo. Sin embargo, esto tiene un costo en la salud emocional y económico en los docentes que ven agregada una presión adicional a sus obligaciones.

Los docentes como actores fundamentales de los procesos de aprendizaje de los estudiantes deben tener las condiciones de salud óptimas que les permitan desarrollar sus habilidades y capacidades para realizar su trabajo. Además, es un derecho y una obligación de la sociedad garantizar su bienestar para que ellos puedan seguir prestando el servicio que la comunidad requiere.

1.3. Justificación

El sistema educativo enfrentó una difícil situación durante la pandemia, dificultando la competencia laboral y alterando el estado emocional en los docentes y los estudiantes.

Según Gómez y Sacta (2021) señala que:

El paradigma educativo pandemia y postpandemia se ha situado en una realidad compleja en el que el rol del docente y el estudiante exigen (re)pensarse desde múltiples

ópticas como territorios, conectividad, exigencias locales y globales, desarrollo de competencias digitales, uso de herramientas tecno pedagógicas, diversificación y actualización de modelos educativos, priorización de contenidos curriculares, entre otros. Actualmente, el ser docente es similar a una navaja suiza... un actor educativo con múltiples funciones que atiende a cambios acelerados. (p. 77)

Los docentes tuvieron que adaptarse a la nueva modalidad, a inicios de la pandemia tuvieron que aprender a usar adecuadamente las herramientas tecnológicas y las plataformas virtuales, planificar estrategias para acercarse con fichas pedagógicas a los hogares de los estudiantes que no disponían de internet, brindar apoyo emocional a los estudiantes para que asistan a clases virtuales y realizar monitoreo y seguimiento de las actividades educativas, todas estas actividades han generado cansancio físico y mental en el personal docente.

El estrés laboral fue un factor de riesgo que afectó el nivel de productividad en la competencia laboral y la salud psicoemocional en los docentes. La educación virtual fue un gran desafío para la mayoría de los docentes. Adaptarse a la nueva modalidad virtual fue complejo porque los estudiantes no cumplieron a cabalidad con las actividades diarias, no asistieron con regularidad a las clases virtuales y la participación durante las clases fue poco frecuente. Sin embargo, los docentes lograron ejercer su labor educativa a pesar de las dificultades que se presentaron durante la pandemia.

Este estudio permitió identificar los efectos negativos del confinamiento por la pandemia COVID-19 en el estado psicoemocional y en la competencia laboral de los docentes de la Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera” del sector urbano y la Unidad Educativa “Libertad” del sector rural. El propósito del presente estudio fue comparar el impacto de la pandemia entre los docentes del sector rural y urbano; el porcentaje de docentes que tienen dificultades para impartir clases vía online y cumplir sus funciones laborales en la modalidad teletrabajo. Se indicarán algunas estrategias pedagógicas que implementaron las Autoridades

de las Unidades Educativas para que los estudiantes cumplan con sus actividades educativas desde el hogar.

Finalmente se proponen orientaciones formativas para la promoción y prevención del estrés laboral en los docentes como un recurso educativo para los docentes con el propósito de evitar o tratar el estrés laboral en los docentes, para este proceso se aplicó una prueba psicoemocional para identificar los diferentes factores de riesgo que provocan el estrés en los docentes. Una vez realizado esto se establecerán estrategias para la prevención del estrés como material que contenga pautas e instrucciones para manejar o evitar el estrés en la competencia laboral del personal docente.

Por tanto, conocer cuál es su estado emocional permitirá mejorar sus condiciones de trabajo y fortalecer aquellas políticas y acciones que le permitan al sistema educativo plantear alternativas y soluciones a las problemáticas originadas en su desempeño profesional en tiempos de COVID 19, en este sentido este trabajo propone las siguientes preguntas de investigación:

1.5. Preguntas Directrices

- ¿Cuáles son factores de estrés que afectan el estado psicoemocional y la competencia laboral del personal docente de la Unidad Educativa “Alfonso Herrera” del sector urbano y la Unidad Educativa “Libertad” del sector rural, Carchi- Cantón Espejo durante los años 2020-2021?
- ¿Cuál es el estado psicoemocional del personal docente en la Unidad Educativa “Alfonso Herrera” del sector urbano y la Unidad Educativa “Libertad” del sector rural, Carchi- Cantón Espejo 2020-2021?
- ¿De qué modo se vieron afectadas las competencias laborales durante la pandemia causada por COVID 19, en el personal docente de la Unidad Educativa “Alfonso

Herrera” del sector urbano y la Unidad Educativa “Libertad” del sector rural, Carchi- Cantón Espejo 2020-2021?

1.6. Objetivos

1.6.1. Objetivo General

- Determinar el estado psicoemocional y la competencia laboral del personal docente durante la Pandemia por COVID 19 de la Unidad Educativa “Alfonso Herrera” del sector urbano y la Unidad Educativa “Libertad” del sector rural, Carchi- Cantón Espejo 2020-2021.

1.6.2. Objetivos Específicos

- Identificar los factores de estrés que afectaron el estado psicoemocional del personal docente de la Unidad Educativa “Alfonso Herrera” del sector urbano y la Unidad Educativa “Libertad” del sector rural, Carchi- Cantón Espejo 2020-2021.
- Caracterizar el estado psicoemocional del personal docente en la Unidad Educativa “Alfonso Herrera” del sector urbano y la Unidad Educativa “Libertad” del sector rural, Carchi- Cantón Espejo 2020-2021
- Analizar los factores de estrés afectan la competencia laboral del personal docente de la Unidad Educativa “Alfonso Herrera” del sector urbano y la Unidad Educativa “Libertad” del sector rural, Carchi- Cantón Espejo 2020-2021.
- Proponer un blog educativo que contenga una guía con orientaciones formativas para la promoción y prevención del estrés laboral en los docentes.

CAPÍTULO II

MARCO REFERENCIAL

2.1. Marco Teórico

2.2.1. *Antecedentes de la investigación*

El impacto de la pandemia en la competencia laboral de los docentes ha provocado situaciones de estrés y cambios en su estado psicoemocional. Uno de estos factores fue el económico que no permitió la accesibilidad a herramientas tecnológicas de alta gama. Además, de lo anterior, también se presentaron situaciones como la carencia de un espacio cómodo para impartir las clases virtuales. Igualmente, algunos docentes manifestaron que no contaron con el apoyo del gobierno en lo que fueron las capacitaciones para el uso adecuado de las herramientas y plataformas tecnológicas, lo que hizo que el proceso de enseñanza aprendizaje en la modalidad virtual fuera deficiente.

En un estudio realizado por Campos et al. (2021), titulada Educación en Tiempos de Pandemia. Una Revisión Teórica, señala que:

El contexto actual impone nuevos desafíos en cuanto a las competencias docentes requeridas para que los estudiantes logren un aprendizaje relevante; sin embargo, no todos los maestros tienen la experticia necesaria ni los medios para brindar un acompañamiento efectivo en el aprendizaje digital individual; tampoco para fomentar, monitorear y valorar los aprendizajes de los estudiantes.

Al respecto, estudios realizados en el Perú evidencian que, si bien la mayoría de los docentes tienen una computadora en su domicilio, su uso no es exclusivo. Solo el 20% de los docentes dispone de un buen acceso a internet, con lo que de manera general, es limitada la capacidad de realizar el debido acompañamiento y buscar material pedagógico en la red; asimismo, el 70% de los docentes no cuenta con un espacio de trabajo adecuado en casa, el

90% no ha recibido el apoyo por parte del Estado en cuanto a los recursos necesarios, y el 70% reconoce que sus conocimientos en educación virtual se encuentran en niveles deficientes, limitándose así a realizar el acompañamiento de sus alumnos por talleres vía WhatsApp (Terre des Hommes Suisse, 2020).

De este modo, a pesar de que el Perú ha ofrecido asistencia gubernamental a los trabajadores de la educación con vistas a desarrollar las habilidades que se requieren para el desempeño de la enseñanza remota, resulta cuestionable el alcance de tales medidas (Dreesen, y otros, 2020).

En los resultados del estudio de Téllez (2020) señala que:

El 60% del personal docente tiene entre 40 y 60 años, es decir, que son personas mayores a los cuales se les dificulta un poco más el aprendizaje de nuevas herramientas tecnológicas y el diseño de la planeación de las clases, esto ha generado en ellos, un mayor nivel de estrés. (p.51)

Respecto al anterior estudio se puede determinar que un alto porcentaje de docentes tienen dificultad en el manejo adecuado de las herramientas y plataformas tecnológicas al momento de impartir clases virtuales, en especial los adultos de mayor edad. Esto hace que los docentes se desmotiven y por ende baje la productividad y la calidad del proceso de enseñanza aprendizaje afectando directamente en el nivel de aprendizaje en los estudiantes.

En un estudio realizado sobre el desgaste profesional docente inmerso en las Escuelas de Tiempo Completo durante la pandemia, según Zeballos (2021), indica que:

En lo que refiere a la situación socioemocional durante el confinamiento el 77% de los docentes se ha sentido agobiado por las exigencias laborales y al 68% la nueva forma de enseñar le ha generado bastante estrés. El 46% del profesorado se ha sentido triste y el 41% ha tenido dificultades para dormir. El 82% se ha sentido apoyado por el equipo

directivo y el 89% por sus compañeros. El 64% ha valorado el apoyo recibido por las familias, un porcentaje mayor en los maestros de Educación Infantil y Primaria e inferior en los profesores de Secundaria y de FP (Formación Profesional). El 42% de los docentes valora especialmente durante el confinamiento la mayor eficacia de las reuniones online y el 31% haber cuidado más la dimensión emocional. (p.15)

En un estudio realizado por Rodríguez (2020), señala que los docentes entrevistados manifestaron que se encuentran en una constante tensión sobre sus propios procesos personales y profesionales generando la tensión suficiente para impactar en la mediación pedagógica con sus estudiantes. Y si a esto, le sumamos la falta de infraestructura tecnológica y pedagógica sobre la nueva modalidad. Entonces si podremos establecer que, nuestros docentes se encuentran totalmente estresados y con mucha necesidad de ser tomados en cuenta como personas.

2.2.2. Definición de estrés

López, Adorno y Cárdenas (2021), en su estudio señalan que:

El estrés es un término utilizado para denominar el estado de activación biológica anti homeostática que se produce cuando el organismo fracasa en sus intentos de adaptarse a las demandas de su entorno inmediato. Las situaciones estresantes pueden generarse como resultado de diversos acontecimientos vitales, entre los que destacan los problemas laborales, las dificultades económicas y las amenazas a la salud. (p. 68)

Para López, Adorno y Cárdenas (2021), existen factores o situaciones que conllevan al estrés y denomina lo siguiente:

Los factores de riesgo más predisponentes para este evento son aspectos que se relacionan con los antecedentes familiares, personalidad, experiencias en la vida diaria, aislamiento social, introducción de nuevas tecnologías, adaptación a las nuevas

exigencias que obligan al docente a capacitarse para poder seguir cumpliendo la labor de enseñar y sortear las adversidades que esto conlleva. El estrés y la depresión pueden interferir con las actividades diarias de los maestros, especialmente en el trabajo, perjudicando su desempeño. El reconocimiento de este problema es urgente para que las estrategias de prevención puedan enumerarse para abordar el problema. La docencia en particular muchas veces obliga a la realización de tareas en forma simultánea, en un sinfín de actividades que van desde la organización de las clases, disponibilidad de materiales de apoyo, comunicación con autoridades, colegas, estudiantes, padres lo que conlleva a un desgaste emocional y físico para el docente. (p. 69)

2.2.3. Estrés laboral

Al referirse a estrés, según Navinés, Martín, Olivé y Valdés (2016), considera que:

El estrés laboral se puede definir como la respuesta psicobiológica nociva que se produce cuando el trabajo exige, y las presiones no se corresponden con los conocimientos y habilidades del trabajador y superan su capacidad de afrontamiento. Puede ocasionar diferentes afecciones emocionales y físicas como depresión, ansiedad, ataques cardíacos, accidentes cerebrovasculares, malestar gastrointestinal, obesidad e hipertensión. Cuanto mayor es el estrés, pueden aparecer más síntomas: dolores de cabeza frecuentes, alteraciones del sueño, dolor de espalda y/o cuello, mareos, irritabilidad, problemas gastrointestinales, preocupación excesiva, tensiones musculares, sensación de estar abrumado. (p.359)

Las responsabilidades y el cumplimiento con los parámetros de la modalidad de teletrabajo a los docentes les ha generado graves problemas de salud mental y fisiológica, afectando la calidad de vida y la productividad laboral. Esta situación no solo afecta al docente

sino al estudiante, ya que, si el docente no está en óptimas condiciones de salud, la calidad educativa y proceso de enseñanza aprendizaje serán deficientes.

2.2.4. Factores que Inciden en el Estrés de los Docentes de secundaria durante la Pandemia

Según Ahumada y Gil (2021) en su estudio plantea la siguiente lista de los factores que en el estrés de los docentes ocasionado por la pandemia.:

1. El aumento de las horas de trabajo
2. La adaptación de contenido de asignaturas presenciales al aprendizaje remoto
3. El uso de herramientas tecnológicas con las cuales no se está familiarizado
4. El uso extendido de plataformas online o digitales
5. El confinamiento social
6. La incertidumbre y angustia por temor al contagio. (p.425)

En un estudio realizado por Cueva, Chica y Lituma (2021) sobre la “Medición del nivel de estrés en los docentes de educación básica y bachillerato de la Unidad Educativa CEBCI y de la Unidad Educativa Cristiana Verbo de la ciudad de Cuenca, encontraron que al pasar de la presencialidad a la virtualidad se generaron impactos en materia psicológica de los trabajadores como también desafíos laborales para poder cumplir con todas las obligaciones que tenían como profesores. Se evidenciaron diversas enfermedades psicológicas ya que produce ansiedad, estrés y soledad para algunos individuos, puesto que el aislamiento y distanciamiento físico los alejó de sus seres queridos. (p.13)

El anterior estudio hizo una comparación entre la modalidad virtual y presencial, se deduce que la modalidad virtual durante la pandemia desencadenó enfermedades que afectaron al estado psicoemocional por la falta de interacción social y afectiva. Uno de los desafíos de los docentes fue salir de la zona de confort y adaptarse a la nueva modalidad virtual llamada

teletrabajo, dominar las herramientas tecnológicas fue un desafío para los docentes de mayor edad, lo que generó cambios en el temperamento de las personas.

Según Téllez (2020), en los resultados del estudio sobre salud mental en el ámbito laboral docente y directivo en tiempos de pandemia, afirma que:

El nuevo cambio a la modalidad virtual no solo estaría afectando la salud mental de los docentes y directivos, sino también como consecuencia de esto, la salud física; deteriorando la integridad de los docentes, teniendo en cuenta que el 80% de las enfermedades comunes son generadas por niveles altos de estrés. Sin dejar a un lado que un 21.3% de la población manifiesta tener depresión, estado en el cual un 70% de personas toman la decisión de quitarse la vida, sumando el sector educativo a las grandes tasas de suicidios a nivel nacional. (p.47).

En lo que corresponde a las evaluaciones para identificar el nivel de aprendizaje alcanzado en los estudiantes de secundaria durante la pandemia se ha visto muy afectado, ya que la modalidad virtual no garantiza la confiabilidad en la asistencia frecuente de los estudiantes y en el cumplimiento de las actividades educativas. Los resultados de aprendizaje no han sido los esperados, el déficit de aprendizaje por la falta de compromiso y responsabilidad en los estudiantes hace que la modalidad virtual no sea totalmente exitosa.

Según Cueva et al. (2021), los programas educativos virtuales han avanzado conjuntamente a la emergencia sanitaria, presentando nuevos modelos pedagógicos y avances en las tecnologías del aprendizaje, pero la evaluación hacia los estudiantes sigue siendo uno de los puntos más débiles en dicha modalidad.

2.2.5. Definición de competencia

En cuanto a la variada definición de competencia la presente investigación plantea la de Machado y Montes de Oca (2020) que la define como:

La síntesis intelectual de conocimientos, habilidades y valores que se manifiesta en la práctica de forma motivada, reflexiva y socializada, siendo consecuente con las prioridades y necesidades del contexto en que se forma y desarrolla; se enriquece, para su concreción pertinente, por la comunicación, el uso de las tecnologías, la autogestión del conocimiento y la concientización medioambiental, todo lo cual hace que se llegue a alcanzar un desempeño óptimo en la solución de problemas del escenario socio-profesional. (p. 418)

2.2.6. Competencia laboral

Respecto a los fundamentos teóricos de la competencia laboral, según Ortiz (2018) un concepto generalmente aceptado la establece como una capacidad efectiva para llevar a cabo exitosamente una actividad laboral plenamente identificada. La competencia laboral no es una probabilidad de éxito en la ejecución del trabajo, es una capacidad real y demostrada.

2.2.7. Competencias docentes

Según Castillo y Villalpando (2019) señala que las competencias laborales comprenden no sólo las competencias básicas adoptadas en las instituciones académicas, sino también una gran diversidad de actitudes, hábitos y valores esenciales para el correcto funcionamiento de una sociedad cada vez más exigente e influenciada por las nuevas tecnologías, la productividad y competitividad.

2.2.8. Resiliencias docentes

Rodríguez (2020) indica que la resiliencia docente busca entre otras cosas ser un camino de reflexión y de esperanza, para los profesores en el camino de ser docentes y el propósito de vida. Elementos, para generar la pasión necesaria para seguir en este recorrido de encuentro en esta nueva forma de aprendizaje remota. Con la finalidad de encontrar herramientas personales y profesionales que le aporten en el aspecto socioemocional para

seguir contribuyendo en la construcción de conocimientos significativos en la vida de sus estudiantes.

2.2.9. Riesgo psicosocial laboral

Según Spencer, Silva, Mederos y Gutiérrez (2018) al riesgo psicoemocional laboral lo define como situaciones que afectan habitualmente de forma importante y grave la salud de los docentes, física, social o mentalmente. Un clima laboral autoritario y desconsiderado es un factor psicosocial de riesgo, pero es también el marco propicio para que aparezcan riesgos psicosociales como el abuso, la violencia y el acoso. En este sentido, la prevención comienza al nivel de los factores psicosociales de riesgo. No es extraño que los riesgos psicosociales tengan consecuencias graves, que alteren el equilibrio mental de la persona con afectaciones claramente psicopatológicas o psiquiátricas. Los riesgos psicosociales, a diferencia de los factores psicosociales, no son condiciones organizacionales sino hechos, situaciones o estados del organismo con una alta probabilidad de dañar la salud de los docentes de forma importante.

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1. Ubicación del Sitio

El presente estudio tomo como punto focal al personal docente de dos establecimientos educativos, uno en el sector urbano con la Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera”, ubicado en la provincia del Carchi, cantón Espejo, parroquia el Ángel. Además de la Unidad Educativa “La Libertad” del sector rural, ubicada en la provincia del Carchi, cantón Espejo, parroquia La Libertad.

3.2. Descripción del Sitio y Grupo de Estudio

Las mencionadas Unidades Educativas están ubicadas en la provincia del Carchi, Cantón Espejo. La Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera” se encuentra ubicada en el sector urbano de la Ciudad “El Ángel”.

Figura 1.

Fachada principal de la Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera”



Con una la infraestructura y los servicios tecnológicos de alta calidad, en su mayoría de los docentes cuentan con una instrucción de cuarto nivel lo que corresponde a educación

posgraduada con una la situación económica de los participantes es favorable para los participantes del estudio

Por otro lado, la Unidad Educativa “Libertad” se encuentra ubicada en el sector rural de la parroquia la Libertad, su infraestructura no está en las mejores condiciones, ya que se encuentra deteriorada y no dispone de los equipos tecnológicos suficientes. La mayoría de los docentes no cuentan con una instrucción de cuarto nivel, es decir, carecen de una educación posgraduada, por lo tanto, su situación económica es menos favorable.

Figura 2.

Fachada principal de la Unidad Educativa del Milenio “Libertad”



Se seleccionaron la Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera” y la Unidad Educativa “Libertad” por la ubicación geográfica, ya que pertenecen a la misma provincia y cantón, por lo tanto, el levantamiento de datos es más factible y accesible, en lo que corresponde a datos sociodemográficos, económicos, factores de riesgo que afectan el estado psicoemocional y la competencia laboral tiene la finalidad de comparar el impacto de la pandemia entre los docentes del sector rural y urbano.

La población objeto de análisis son 50 docentes de la Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera” y 47 docentes de la Unidad Educativa “Libertad”; de los cuales participaron en el estudio 20 docentes del género masculino y 37 docentes del género femenino dando un total de 57 docentes que participaron voluntariamente.

3.3. Enfoque y Tipo de investigación

3.3.1. Enfoque

Es una investigación con un diseño mixto que recolecta, analiza y vincula datos cuantitativos y cualitativos en una misma investigación y justifica la utilización de este enfoque en su estudio considerando que ambos métodos (cuantitativo y cualitativo) se entremezclan en la mayoría de sus etapas (Guelmes y Nieto, 2015).

Se determinaron, analizaron y describieron los datos sociodemográficos del personal docente de la Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera” y la Unidad Educativa “Libertad. Se aplicó un test psicoemocional para identificar el estado psicoemocional y una encuesta virtual sobre los factores que afectan la competencia laboral de los docentes durante la Pandemia.

3.3.2. Tipo de investigación

El presente estudio hizo uso de la investigación descriptiva puesto que describió y analizó los problemas o situaciones que afectaron el estado psicoemocional y la competencia laboral de los docentes, ya que el estrés laboral es un factor de riesgo que desencadena enfermedades que afectan la calidad de vida de las comunidades educativas.

3.3.2.1. Diseño

La presente investigación tiene un diseño transversal porque se lo realizó en un determinado tiempo, se recolectarán datos, se describieron las variables y se analizaron en un solo momento.

3.4. Fases del Estudio

Se solicitó permiso a la Dirección Distrital con a las autoridades de las Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera” y la Unidad Educativa “Libertad”, las Autoridades dieron apertura y autorizaron la ejecución del estudio.

Establecimiento del cronograma

Diseño de la prueba Psicoemocional y la encuesta virtual

- Fase 1.- Se identificó los factores de estrés que afectan el estado psicoemocional del personal docente de la Unidad Educativa “Alfonso Herrera” del sector urbano y la Unidad Educativa “Libertad” del sector rural, Carchi- Cantón Espejo 2020-2021.
- Fase 2.- Se caracterizó el estado psicoemocional del personal docente de las dos unidades educativas antes mencionadas por medio de los instrumentos que se detalla en el anexo que se encuentran en las siguientes páginas: 84 hasta la 126.
- Una vez obtenida la información de la prueba psicoemocional se realizó la respectiva análisis y descripción del estado psicoemocional, cómo se vieron afectados durante la pandemia y cuáles fueron sus causas y efectos. En los que corresponde a los Análisis e Interpretación de resultados.
- Fase 3.- Se analizó los factores de estrés que afectaron la competencia laboral del personal docente de la Unidad Educativa “Alfonso Herrera” del sector urbano y la Unidad Educativa “Libertad” del sector rural. Para analizar los factores se realizó

una encuesta virtual a cada docente y se logró determinar los factores de riesgo durante la pandemia.

- Fase 4.- Además, se propuso orientaciones formativas para la promoción y prevención del estrés laboral en los docentes en las que se describió el siguiente contenido:
 1. Orientaciones educativas, para la prevención y manejo del estrés en la competencia laboral.
 2. Actividades que podrían minimizar los niveles de estrés laboral en el personal docente.

3.4.1. Consideraciones bioéticas

Para la elaboración de la presente investigación se tomó en cuenta las siguientes consideraciones bioéticas:

- Se informó a las autoridades de las dos Unidades Educativas sobre el tema de estudio para el respectivo permiso y autorización de la investigación en el personal Docente.
- El personal docente de las dos Unidades Educativas firmó un registro donde consta el consentimiento autorizado para la ejecución del presente estudio.
- Finalmente se socializó los resultados del estudio a los participantes y se les proporcionó una guía digital sobre estrategias para la prevención y manejo del estrés en la competencia laboral.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Diagnostico

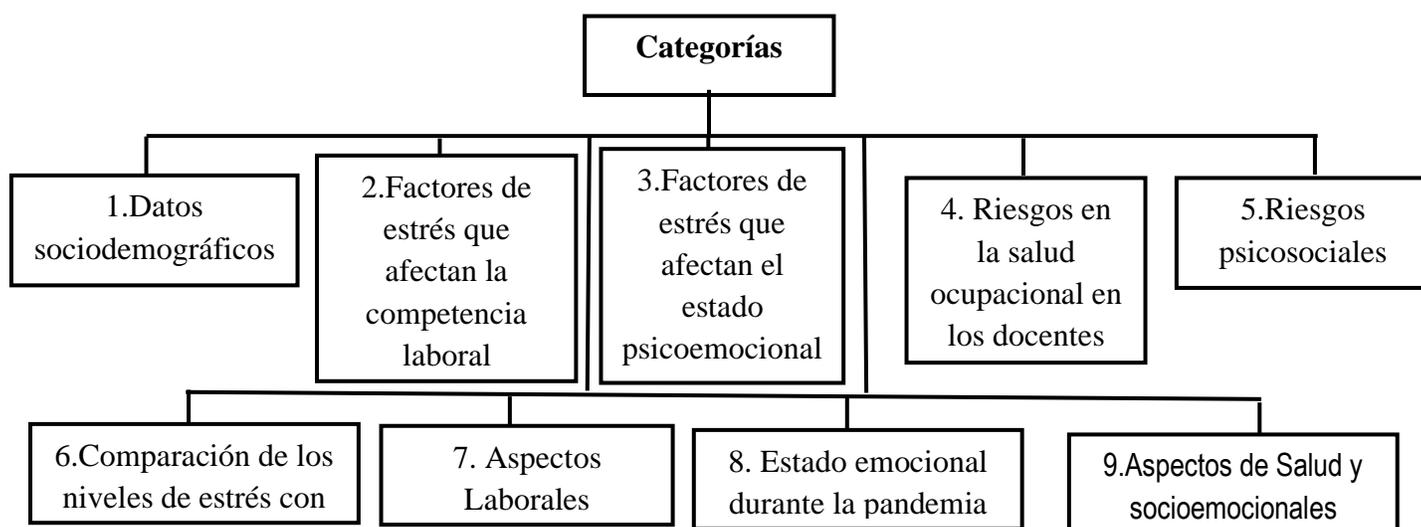
Se socializo y aplico el test psicoemocional y la encuesta virtual del tema al personal docente de la Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera” y la Unidad Educativa “Libertad” con el fin de para la determinar los factores de estrés que afectan el estado psicoemocional y la competencia laboral durante la pandemia por COVID 19, en el personal

4.2. Resultados por Categorías

La finalidad del presente estudio fue recabar información sobre los factores de estrés que afectan el estado psicoemocional y la competencia laboral durante la pandemia del COVID 19, por lo que se recolectó información que permitió una categorización del personal docente de dos Unidades Educativas y que pueden evidenciarse en la Figura 3.

Figura 3.

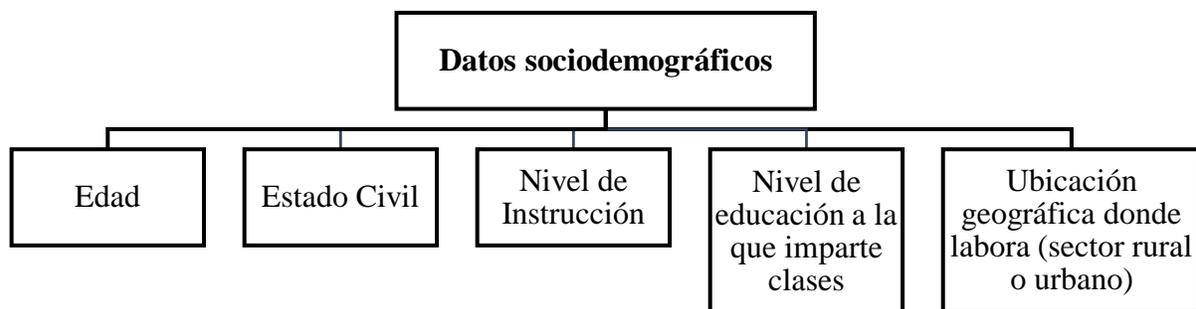
Categorías de los factores de estrés que afectan el estado psicoemocional y la competencia laboral durante la pandemia por covid 19



A continuación, se explica los análisis en cada una de las categorías, de los hallazgos obtenidos a partir de la recolección de datos de instrumentos aplicados (figura 4). Además, se puede indicar que el presente gráfico muestra el orden como se irá detallando los análisis de los resultados encontrados del grupo estudiado.

Figura 4.

Datos sociodemográficos



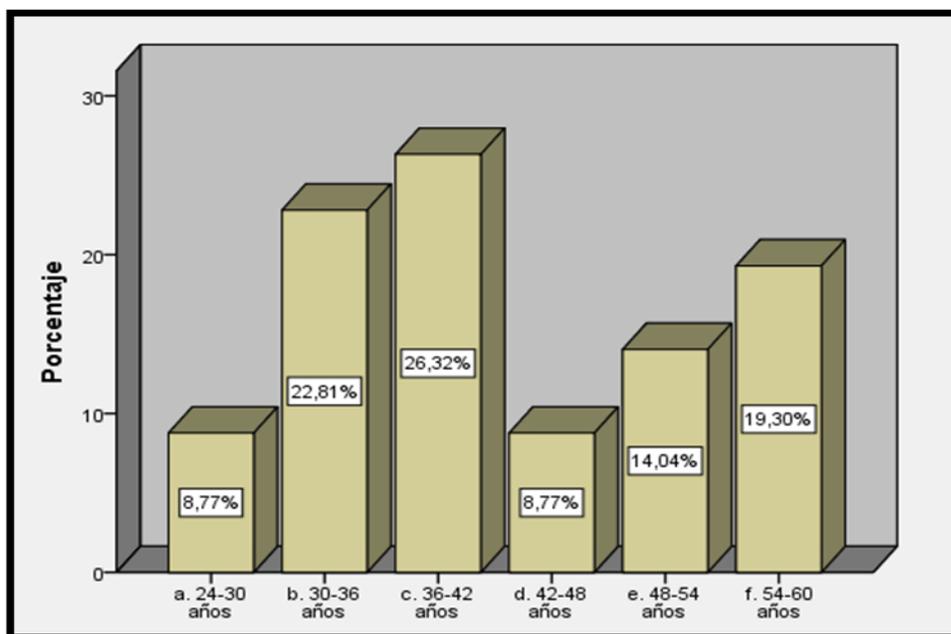
Además, se recolecto e indagó datos socioeconómicos de la muestra de estudio para que con esta manera conocer si las condiciones de vida eventualmente podrían afectar su estado socioemocional y dar contexto a las posibles situaciones que se generaron durante el proceso.

4.2.1. Descripción de resultados encontrados en el grupo de estudio

El estudio indagó los grupos etarios con el fin de encontrar la relación entre nivel de estrés, género y edad. Se pudo evidenciar que la mayor parte de la población está conformada por adultos jóvenes, comprendido entre 36 a 46 años con el 26,32% y de 26 a 36 años el 22,81% como se lo observa en la figura 5.

Figura 5.

Distribución porcentual del grupo etario en el personal docente



Con el fin de establecer más adelante la comparación entre nivel de estrés y género, se identificó que en este grupo de estudio la mayor parte de los docentes son casados con un 47,37% mientras que el 29,82% son solteros, además se indica que las demás categorías el 8,77% son divorciados, el 7,02% se encuentra en unión libre y el 7,02% restante son docentes viudos. Estos resultados se los consideraría relevantes porque permiten identificar una posible relación entre estrés psicoemocional y el estado civil de los docentes.

En lo que corresponde al nivel de instrucción en las dos unidades educativas en su mayoría pertenecen al tercer nivel con el 73,68%; mientras que el 19,30% de docentes cuentan con un título de cuarto nivel y el 7,02% pertenecen al nivel tecnológico.

Referente a lo pedagógico la distribución porcentual del nivel educativo en la que desarrollan sus clases, el 42,11% de docentes trabajan con estudiantes de educación básica,

el 38,60% de docentes realizan sus actividades en bachillerato, el 8,77% de docentes se distribuyen en educación inicial y media superior, finalmente el 1,75% corresponde a educación superior.

En lo relacionado con la distribución geográfica de los docentes encuestados, el 82,46% estuvieron ubicados en la Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera” del sector Urbano, mientras que el 17,54 % son de la Unidad educativa “Libertad” del sector rural. Esta información permitió conocer y analizar las diferencias que pudieron existir entre las personas que realizaron sus actividades de enseñanza en un contexto rural y otro urbano.

Otra variable por la que se indagó estuvo relacionada con las diferencias en los niveles de estrés entre hombres y mujeres. Aquí se encontró que el 35,05% de las mujeres presentaron altos porcentajes de ansiedad, mientras que los hombres presentaron un 17,52%. Además, se puede visualizar que el grupo etario de mayores índices de estrés se encuentra entre los 36 a 42 años específicamente en el género femenino, como se lo puede observar en la tabla 1.

Tabla 1.

Nivel de ansiedad en el ambiente laboral según la edad y el género

Edad	Masculino				Femenino			
	Si presenta		No presenta		Si presenta		No presenta	
	n	%	n	%	n	%	n	%
24-30					2	3,50	2	3,50
30-36	4	7,01	4	7,01	2	3,50	4	7,01
36-42	3	5,26			8	14,02	4	7,01
42-48					4	7,01	1	1,75
48-54	2	3,50	2	3,50			4	7,01
54-60	1	1,75	4	7,01	4	7,01	2	3,50
Total	10	17,52	10	17,52	20	35,04	17	29,78

Además, por otro lado, en lo que corresponde a estado civil indica que el 15,78% de las docentes que se encuentran casadas son las que mayor ansiedad presentaron durante la pandemia mientras que los docentes hombres presentaron menores porcentajes de ansiedad con el 5,26%, sin embargo, los hombres solteros presentaron el 10,52% de ansiedad.

Tabla 2.

Nivel de ansiedad en el ambiente laboral según el estado civil y genero

Estado civil	Masculino				Femenino				Total	
	Si presenta		No presenta		Si presenta		No presenta		Si	No
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Soltero	6	10,52	4	7,01	4	7,01	3	5,26	17,53	12,27
Casado	3	5,26	5	8,77	9	15,78	10	17,54	21,04	26,31
Divorciado					3	5,26	2	3,50		8,76
Viudo	1	1,75	1	1,75	2	3,50			5,25	1,75
Unión libre					2	3,50	2	3,50	3,50	3,50
Total	10	17,54	10	17,54	20	35,08	17	29,82	52,62	47,36

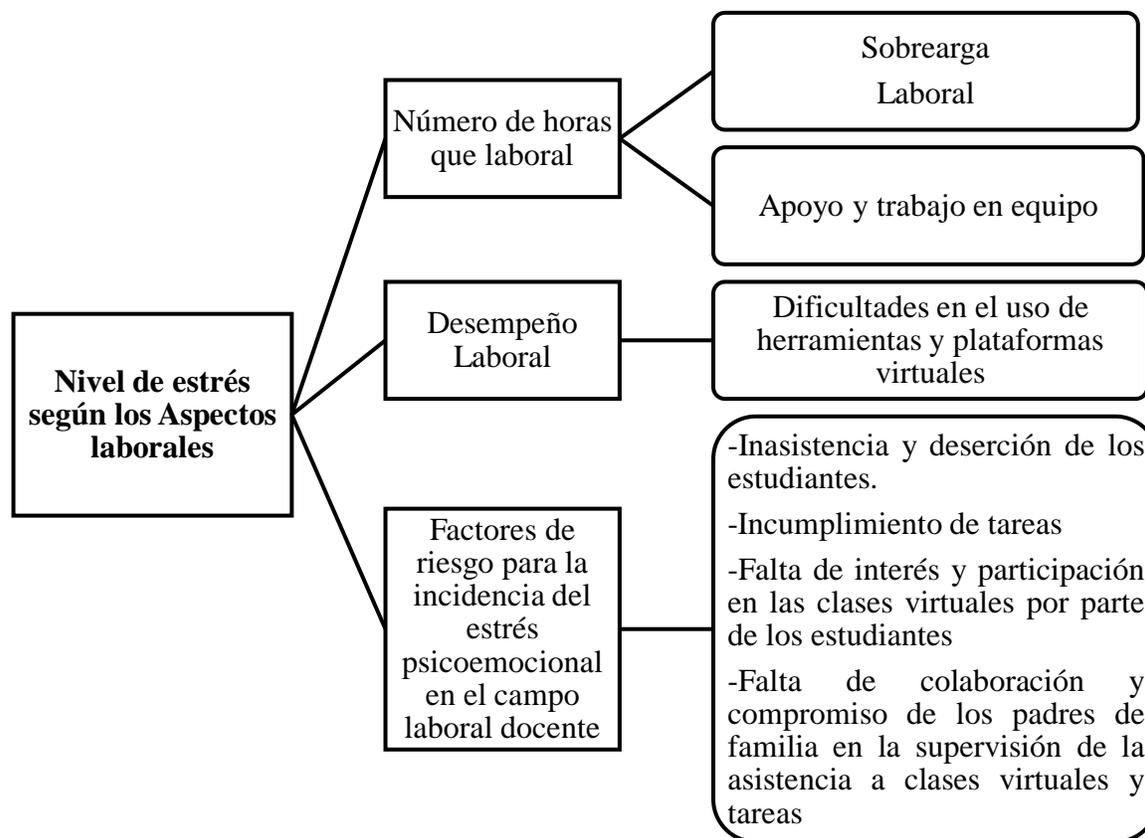
4.2.1.1. Nivel de estrés según los aspectos laborales

En esta categoría se relacionó cómo influyen los aspectos laborales en el estado psicoemocional del personal docente, se identificó la incidencia y los factores de estrés que afecta la competencia laboral, es decir, el número de horas pedagógicas, sobrecarga laboral y actividades adicionales en los hogares, evaluación de tareas, pruebas, preparación de material didáctico y planificación de clase. Se realizó la valoración del nivel de desempeño o competencia laboral del equipo docente y el nivel de ansiedad, las dificultades para usar las herramientas y plataformas.

En este sentido se indagaron los siguientes factores relacionados con los aspectos laborales como se puede observar en la figura 6:

Figura 6.

Factores de estrés que afectan la competencia laboral durante la pandemia por COVID 19 durante la pandemia



La identificación y valoración de los factores estrés psicoemocional permitió establecer las principales dificultades que tuvieron los docentes en su desempeño laboral con los estudiantes, compañeros y padres de familia durante la pandemia en la modalidad virtual, además priorizar la salud ocupacional de los docentes con orientaciones que permitan alcanzar los estándares de calidad sobre la prevención del estrés, mejorar la productividad y mantener una adecuada salud mental con el fin de evitar otras enfermedades desencadenadas por el estrés. Una de las estrategias es mejorar las habilidades virtuales hacer que no sean monótonas, hacerlas más recreativas que llamen a la atención de los estudiantes y no generen desinterés y cansancio tras la pantalla de un computador ante cualquier

afrontamiento o circunstancia que lo amerite en casos de endemias, epidemias y pandemias, incluir métodos propicios para lidiar con situaciones estresantes que pueden ayudar a enfrentar un problema en el ambiente laboral, la tomar medidas y ser flexible.

En lo que se refiere al desempeño laboral y el nivel de ansiedad el 52, 61% del personal docente presentaron altos porcentajes de ansiedad, el 26,31% indicaron que laboran de 5 a 7 horas.

Tabla 3.

Carga laboral y niveles de ansiedad en el personal docente.

Carga laboral	Nivel de ansiedad			
	Si presenta ansiedad		No presenta ansiedad	
	n	%	n	%
5 a 7 horas	15	26,31	7	12,28
7 a 9 horas	9	15,78	16	28,00
más de 9 horas	6	10,52	4	7,01
Total	30	52,61	27	47,29

Sobre los niveles de ansiedad según el desempeño laboral y género durante las actividades realizadas en la modalidad virtual, se identificó que el 35,08% del género femenino presentaron ansiedad y su desempeño laboral lo calificaron como bueno, mientras, que los docentes del género masculino presentaron menores porcentajes de ansiedad con el 17,53% y su desempeño laboral fue bueno.

Esto indicaría que a pesar del estrés los docentes aparentemente lograron seguir realizando sus actividades académicas a pesar de las tensiones y preocupaciones que les demandaba el trabajar en condiciones complejas y con exigencias a las que no estaban acostumbrados.

Igualmente se puede observar como el género femenino tiene una mejor valoración sobre el desempeño de su trabajo, lo que podría explicarse por su disposición para afrontar de manera más práctica las situaciones laborales difíciles y estar acostumbradas a realizar en paralelo otras actividades que les demanda mayor tiempo como de crianza de los hijos que suele recaer con mayor responsabilidad en la mujer, sin que esto quiera decir que no existan responsabilidades de crianza también por parte de los hombres.

Otra de las situaciones indagadas fue la relación entre competencia laboral y trabajo en equipo. Ellos veían las orientaciones que tuvieron de las autoridades como una oportunidad para apoyar su trabajo durante la pandemia y desarrollar de la mejor manera las actividades diarias en su jornada pedagógica.

Tabla 4.

Niveles de ansiedad según el desempeño laboral y el género

Desempeño Laboral	Género							
	Masculino				Femenino			
	Si presenta		No presenta		Si presenta		No presenta	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Excelente	4	7,01	3	5,26	8	14,03	6	10,52
Bueno	6	10,52	7	12,28	12	21,05	10	17,54
Regular							1	1,75
Malo								
Total	10	17,53	10	17,54	20	35,08	17	29,82

Es así como se encontró que durante la pandemia el 49, 12% de los docentes manifestaron que algunas veces recibieron apoyo por parte de las autoridades y compañeros de su institución educativa. Sin embargo, el 42,11% de docentes mencionaron que siempre tuvieron apoyo por parte de sus compañeros y el 7,02 de docentes mencionan que no han recibido ningún tipo de apoyo por parte de sus compañeros.

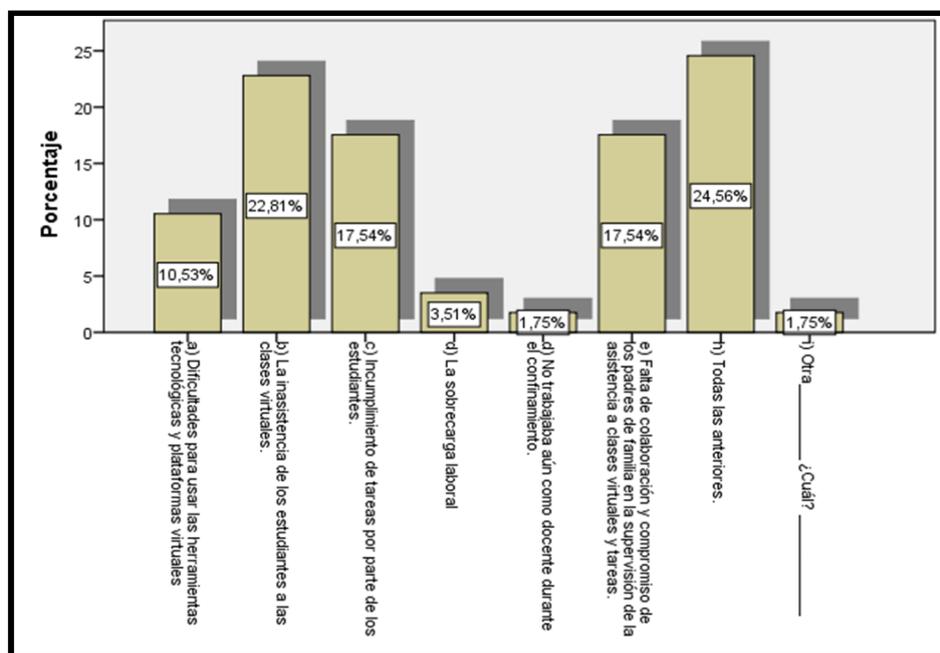
Por otro lado, para mantener una adecuada salud mental es importante contar con redes de apoyo que permitan a los docentes tener un adecuado acompañamiento. Esto debería incluir acciones de inclusión, comunicación y liderazgo por parte de las autoridades educativas, proyectos de bienestar emocional, psicológico y social para una convivencia armónica en la comunidad educativa.

Igualmente es importante contar con redes de apoyo conformadas por los mismos docentes que permitan apoyar las necesidades de apoyo psicoemocional de los profesores. En caso de no haber apoyo emocional y laboral de las autoridades y compañeros docentes inducirían a la aparición de estrés emocional y dificultaría la labor docente. La salud mental y ocupacional docente es importante para la ejecución de un trabajo de calidad y calidez con los estudiantes y padres de familia.

En lo que corresponde a los factores de riesgo que provocaron estrés psicoemocional en la competencia laboral se pudo identificar que el 24, 56% de los docentes les desencadenó estrés emocional la inasistencia por parte de los estudiantes a las clases virtuales, la dificultad para usar adecuadamente las plataformas y herramientas tecnológicas, el incumplimiento de tareas por parte de los estudiantes (figura 7).

Figura 7.

Factores de riesgo que provocan la incidencia de estrés psicoemocional en la competencia laboral docente durante la pandemia en la modalidad virtual



En cuanto a la falta de compromiso por parte de los padres de familia en la supervisión de clases y tareas, mientras que el 22,81% de los docentes en sus instituciones educativas indicaron que uno de los indicadores de incidencia de estrés psicoemocional es la inasistencia de los estudiantes a las clases virtuales.

Además, el 98,25% de docentes mencionan que han mejorado su conocimiento y uso en herramientas y plataformas tecnológicas, sin embargo, el otro 1,75% de docentes encuestados mencionan que ellos no han mejorado su conocimiento debido a que se les dificulta el uso adecuado de este tipo de herramientas.

Respecto al uso adecuado de las plataformas virtuales para impartir las clases vía online, el grupo de docentes mujeres manifestaron que mayores dificultades tuvieron con la plataforma Microsoft Teams con el 28,07% y en el caso de los hombres con el 12,28% en

comparación a las demás plataformas virtuales donde se observa que tuvieron menores dificultades para el uso adecuado como lo indica la (Tabla 5).

Tabla 5.

Niveles de ansiedad en el personal docente según la dificultad y complejidad para usar las plataformas virtuales

Plataformas Virtuales	Género							
	Masculino				Femenino			
	Si presenta		No presenta		Si presenta		No presenta	
	n	%	n	%	n	%	n	%
microsoft teams	7	12,28	4	7,02	16	28,07	9	15,79
zoom	1	1,75	1	1,75	1	1,75	2	3,51
google classroom	1	1,75	1	1,75	2	3,50	1	1,75
google meet	1	1,75			1	1,75	4	7,02
skipe							2	3,51
Ninguna dificultad			1	1,75			2	3,51
Total	10	17,54	10	17,54	20	35,08	17	29,82

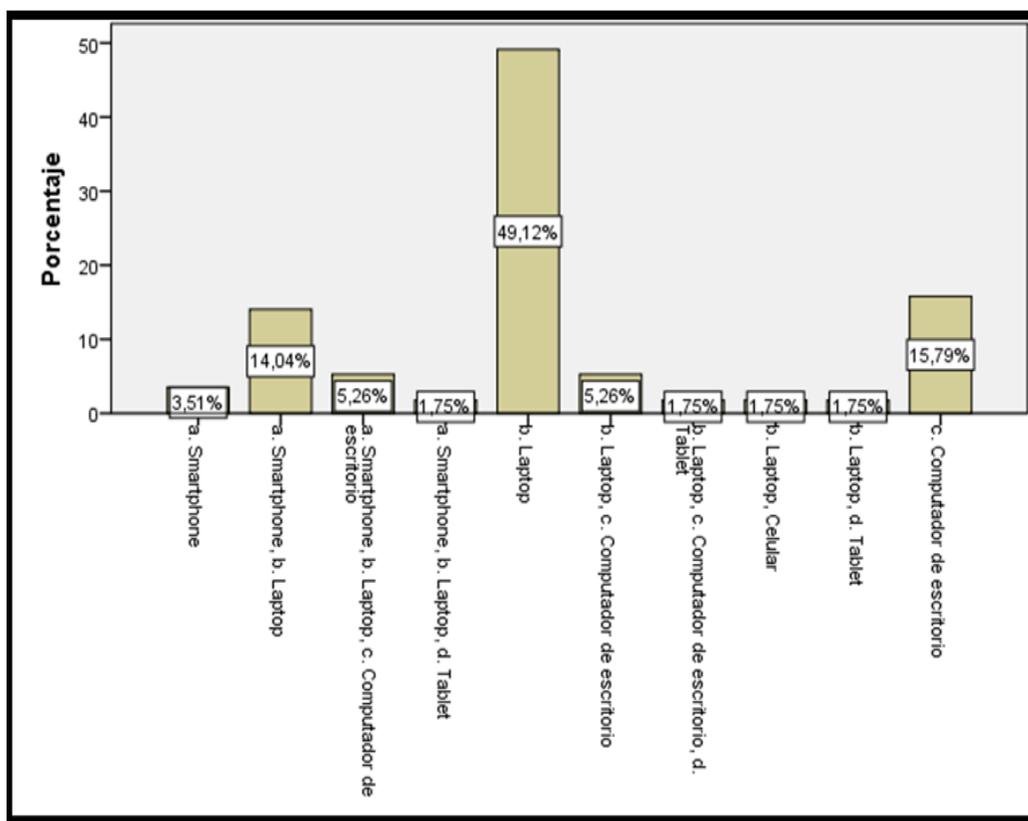
Otro elemento que se indagó estuvo relacionado con los espacios al interior de los hogares para desarrollar sus actividades docentes. En este ítem manifestaron que el 89,47% disponen de un lugar adecuado para impartir sus clases virtuales, mientras que el 10,53% no cuentan con un lugar apropiado para dictar sus clases. En este sentido, aparentemente las condiciones logísticas de los docentes en sus hogares facilitaron la labor pedagógica y fueron más bien las actitudes y condiciones de sus estudiantes lo que generaron situaciones difíciles de afrontar por parte de los docentes.

El 85,96% de docentes mencionan que ellos sí disponen de las herramientas adecuadas para impartir sus clases virtuales y el 14,04% de docentes manifiestan que ellos

no cuentan con las herramientas debido a la falta de presupuesto o de un salario que solvente los gastos necesarios para poder adquirir todas las herramientas necesarias. Sin embargo, ellos buscaron los medios para poder impartir sus clases de la mejor manera lo que denota el compromiso que tuvieron por apoyar en todo momento el esfuerzo de sus estudiantes y ayudarles en sus tareas.

Figura 8.

Disposición de herramientas adecuadas para la impartición de clases virtuales



El 56,14% de docentes mencionan que tuvieron poca dificultad para desarrollar las actividades educativas porque ellos contaron con todas las herramientas para desempeñar satisfactoriamente su trabajo durante la pandemia. El 26,32% de docentes indicaron que tuvieron dificultad para realizar las actividades educativas porque no recibieron ningún tipo de capacitación para el uso de herramientas y plataformas virtuales. Sin embargo, el 12,28%

de docentes mencionan no haber tenido ningún tipo de dificultad porque se capacitaron y contaban con los recursos y las herramientas. Sin embargo, el 5,26% de docentes no se adaptaron a esta modalidad de estudio.

En los resultados sobre la conectividad a internet, se logró identificar que el 73,68% de los docentes contaron con una conexión a internet de alta calidad durante el confinamiento y desarrollaron sus actividades pedagógicas con normalidad, sin embargo, los estudiantes por factores socioeconómicos no asistieron con regularidad a clases, mientras que el 24,56% de los profesores mencionaron que la conexión a internet era de baja calidad y el 1,75% señalaron que contaban con una conexión de mala calidad debido a la ubicación geográfica o domiciliar rural, dificultado su desempeño laboral con los estudiantes.

Respecto a la competencia laboral docente el 56,14% de docentes mencionaron que tuvieron poca dificultad para desarrollar las actividades educativas virtuales, como es la planificación diaria de las clases y preparación de material didáctico virtual, sin embargo, uno de los factores que impidieron que sea exitosa la modalidad virtual fue la falta de interés, la falta de conectividad, inasistencia e incumplimiento de tareas de los estudiantes.

Mientras, El 26,32% de docentes manifestaron que ellos tuvieron bastante dificultad para realizar las actividades educativas porque ellos no recibieron ningún tipo de capacitación para el uso de herramientas utilizadas en las clases virtuales, mientras que el 12,28% de docentes mencionan no tener ningún tipo de dificultad porque su grupo de estudiantes asistían con mayor frecuencia a clases virtuales, además se auto capacitaron para el manejo adecuado de herramientas y plataformas virtuales, y el 5,26% de docentes mencionaron tener dificultades porque no se adaptaban a esta modalidad de trabajo.

En lo referente al desempeño laboral docente y las dificultades en lo que corresponde (planificación de clases virtuales, dominio de las plataformas virtuales, falta de interés, participación e inasistencia por parte de los estudiantes a las clases virtuales) durante la pandemia el 55,5% de docentes indicaron que los efectos de la modalidad virtual desencadenaron estrés psicoemocional y baja productividad en el desempeño laboral, afectando la calidad de enseñanza y posiblemente en el aprendizaje de los estudiantes.

Además, la monotonía virtual hizo que los estudiantes no se motivaran en el aprendizaje y desarrollo de sus tareas. Los docentes manifestaron que, durante la pandemia, los estudiantes se interesaron en otras actividades como el dominio de redes sociales y juegos virtuales, lo que complicó su actividad y dificultó el interés de los estudiantes por cumplir con sus tareas y actividades en el espacio virtual.

De otro lado, un 33,33% de los docentes señalaron estar en desacuerdo con que el trabajo virtual dificultó sus actividades, ya que no manifestaron que no presentaron estrés psicoemocional durante la modalidad virtual e indicaron que esto no fue un motivo para bajar la productividad en el desempeño laboral.

Sin embargo, el 11,11% de docentes mencionan que están totalmente en desacuerdo, con que fue la virtualidad la que dificultó las actividades de clase y que los principales factores que desencadenan problemas de salud mental en los docentes son los problemas en el hogar, la inestabilidad laboral y los salarios que no son suficientes para solventar sus gastos. Otro dato que evidencia que el estrés emocional es un marcador de riesgo que afecta a la salud mental de los docentes

Además, en cuanto a los factores de riesgo a presentar estrés emocional en los docentes, el 66,67% mencionaron que una de las causas de la inasistencia e incumplimiento

de tareas por parte de los estudiantes, es la falta de conectividad a internet y compromiso de los padres de familia en la supervisión de las actividades educativas de sus representados.

Por otro lado, 33,33% docentes señalaron que algunos padres de familia desconocen sobre temas académicos, por lo que no podían ayudarles a sus hijos en el cumplimiento de tareas. Respecto a la disponibilidad de tiempo durante la pandemia el 68,42% de los docentes indicaron que si disponían del tiempo suficiente para planificar sus clases virtuales, a pesar de la sobrecarga laboral y las actividades del hogar consideraron que si se ajustan al horario indicado y cumplieron con todas las actividades asignadas por las autoridades de la Unidades Educativas, sin embargo los docentes señalaron que la extensión de tiempo de la Educación Virtual generó cansancio y agotamiento mental, mientras que el 31,58% de los docentes señalaron que no disponen del tiempo necesario para preparar y planificar sus clases virtuales por razones de salud y actividades del hogar.

Referente al espacio para impartir clases virtuales desde los hogares el 22,22% de docentes mencionaron estar totalmente de acuerdo en sentirse cómodos con la modalidad virtual para cumplir con sus funciones laborales diarias, ya que contaban con los recursos para realizar sus actividades. El 44,4% de docentes encuestados manifestaron estar satisfechos con su espacio de trabajo y el 11,11 % mencionaron estar en desacuerdo ya que ellos manifestaron no se sienten cómodos al trabajar de manera virtual debido a que muchas veces ellos trabajaban más horas de lo establecido. El 22,22% mencionó estar totalmente en desacuerdo porque esta modalidad no proporciona los medios adecuados para el óptimo aprendizaje de los estudiantes sobre todo en las zonas rurales.

Por otra parte, en cuanto a la deserción escolar el 77,78% de docentes mencionan que uno de los motivos es la falta de recursos económicos y problemas familiares de los

estudiantes, el otro 22,22% de docentes manifestaron que los malos hábitos de estudio en la modalidad virtual y la falta de control por parte de los padres de familia en la asistencia y cumplimiento de actividades educativas desencadenaron la pérdida del interés por estudiar, ya que para los estudiantes las clases en la modalidad virtual fueron monótonas y poco interesantes por la falta de interacción, contacto social y afectivo entre compañeros.

El 77,78% de docentes mencionaron que el estrés es un factor de riesgo y el principal causante de incidencia de algunas enfermedades que afectan el estado fisiológico y emocional. Uno de los indicadores de riesgo es la sobrecarga laboral y la presión en el ambiente virtual con las autoridades, compañeros docentes, estudiantes y padres de familia.

Según la OMS considera que la ansiedad y el estrés es un factor intermediario que afecta directamente la salud del docente y puede causar algunos riesgos fisiológicos como presión arterial alta, insuficiencia cardíaca, gastritis, diabetes, obesidad, depresión, ansiedad, acné y alteraciones en el ciclo menstrual en el caso de las mujeres. El 11,11% de docentes manifestaron estar en desacuerdo con la incidencia de enfermedades causadas por el estrés.

Por otro lado, algunos docentes manifestaron tener mucho trabajo sobre todo cuando las autoridades los mantienen bajo presión para la entrega inmediata de actividades, esto ha aumentan los niveles de adrenalina y estrés provocando dificultades para la concentración y el agotamiento mental.

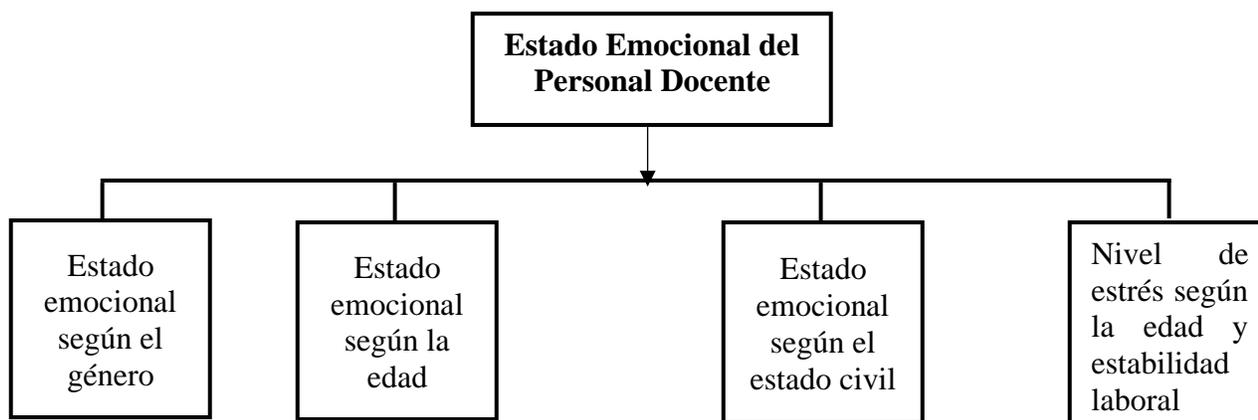
4.2.1.2. Aspectos psicoemocionales del personal docente

En este aspecto, la finalidad fue identificar las emociones, comportamientos y salud mental durante la pandemia en la modalidad virtual y determinar las siguientes emociones (tristeza, enojo, emotividad, preocupación, cansancio, indiferencia, susto y felicidad. Por otro

lado, se tomó en cuenta los siguientes indicadores para relacionar el estado emocional según el género, estado civil, edad y estabilidad laboral

Figura 9.

Estado emocional del personal docente durante la pandemia por COVID 19 en la modalidad virtual



Además, se tomó en cuenta los siguientes indicadores para relacionar el estado emocional según el género, estado civil, edad y estabilidad laboral con el fin de relacionar las variables y reconocer cómo estas incidieron en el estado de ánimo de los profesores.

Tabla 6.

Estado emocional del personal docente durante la pandemia por COVID 19 modalidad virtual según el género

Emociones	Género			
	Masculino		Femenino	
	N	%	n	%
Tristeza	2	3,51	11	19,30
Enojo	1	1,75	1	1,75
Emotividad	1	1,75		
Preocupación	11	19,30	17	29,82
Cansancio	5	8,77	3	5,26
Indiferencia			2	3,51
Susto			2	3,51
Felicidad				
Total	20	35,09	36	63,16

El cambio de modalidad presencial a virtual fue radical para los docentes, estudiantes y padres de familia, esto provocó desequilibrios psicoemocionales sobre todo en las docentes mujeres con el 29, 82% que presentaron preocupación y 19, 30% tristeza, mientras que los hombres presentaron menores niveles de desequilibrio emocional y una de sus emociones fue la precaución que prevaleció con el 19,30% durante el confinamiento.

4.2.1.3. Factores de riesgo que afectaron a la competencia y salud ocupacional en el personal docente

En el análisis de resultados de la entrevista a grupos focales sobre los factores de riesgo que inciden al estrés psicoemocional, se pudo analizar como los docentes se vieron afectados en su desempeño laboral por las situaciones de estrés y de qué manera se enfrentaron a esta situación.

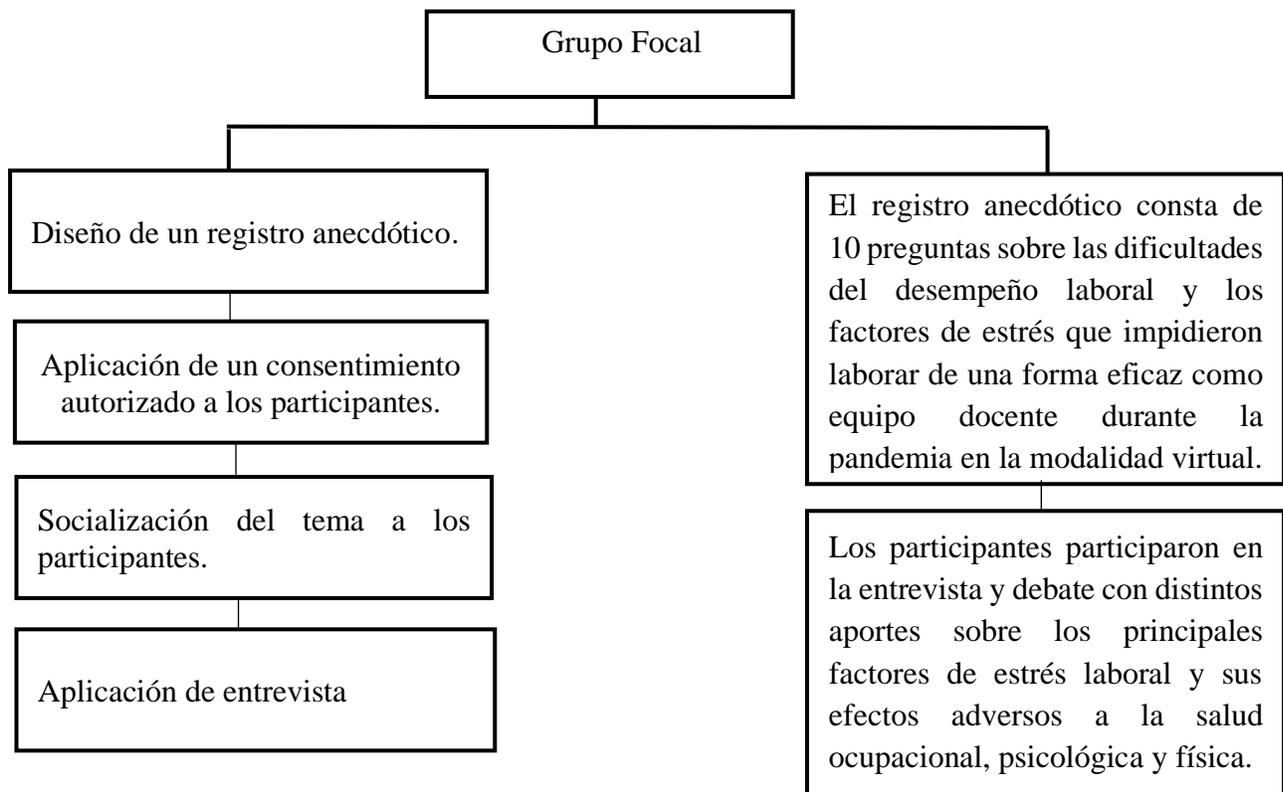
En la Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera” de los 10 docentes que colaboraron voluntariamente para este debate el 44,44 % manifestaron que están totalmente de acuerdo en la capacidad de ajustarse a los estándares de desempeño para los estudiantes en la modalidad virtual. El otro 44,44% de docentes mencionaron estar de acuerdo, mientras que el 11,11% de docentes de la unidad educativa manifestó estar en desacuerdo debido a que la falta de medios y recursos por parte de los estudiantes lo que impedía ajustarse a los estándares de esta modalidad, esto impidió el trabajo óptimo por parte de los estudiantes.

Sobre el desempeño pedagógico, plan de clase y evaluaciones a los estudiantes se encontró que el 77,78% de los docentes del grupo focal no tuvieron dificultades para desarrollar estas actividades porque contaron con los recursos y materiales para realizar un eficiente trabajo de manera virtual sobre todo los docentes del sector urbano, sin embargo, el rendimiento académico de los estudiantes fue regular, es decir, los estudiantes no lograron

alcanzar el aprendizaje requerido durante la modalidad virtual, por razones como la falta de motivación, carencia de conexión a internet, desmotivación por estudiar con esa modalidad.

Figura 70.

Relación entre factores de estrés, competencia laboral y salud ocupacional docente durante la pandemia por COVID 19 en la modalidad virtual.



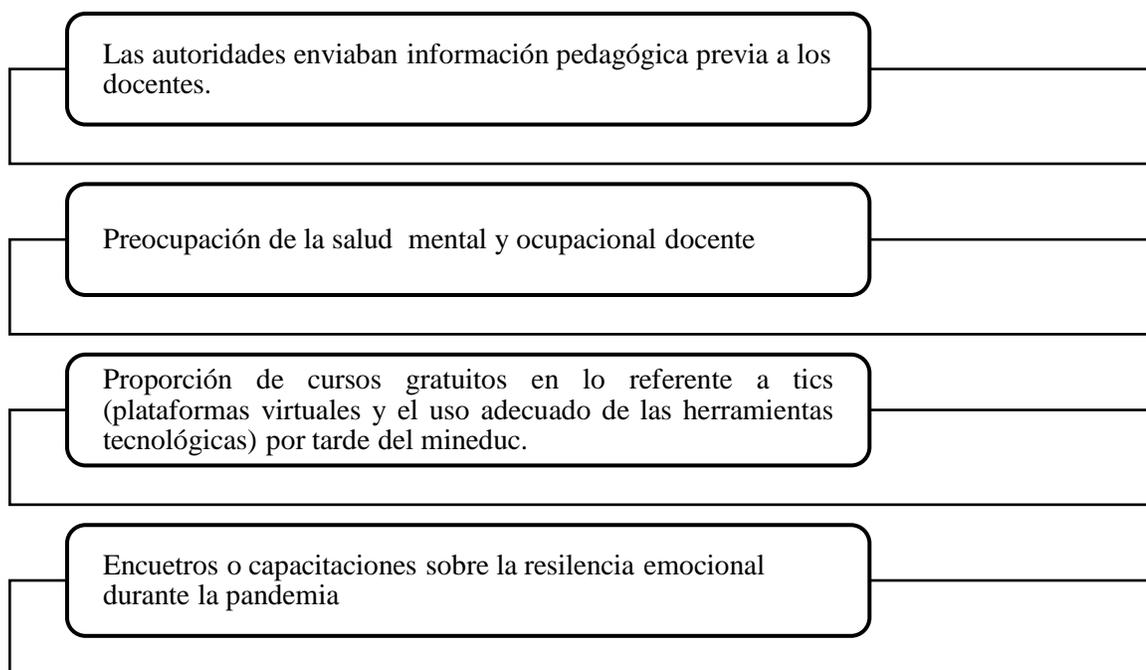
Por otro lado, para los docentes uno de los marcadores de estrés fue la falta de colaboración e interés por parte de los estudiantes y padres de familia, por lo tanto, en lo que corresponde a la educación secundaria, la modalidad virtual no fue totalmente exitosa, ya que solo el 22,22% de los docentes del sector rural valoró su trabajo durante la pandemia como bueno debido a que presentaron dificultades con los estudiantes y padres de familia.

En el debate, los docentes indicaron que las autoridades si les apoyaron y realizaron un trabajo eficiente en el equipo en la Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera”.

En cuanto a este estudio se puede evidenciar que, no tuvo inconvenientes y realizaron un trabajo eficiente en equipo, además contaron con todos los materiales y herramientas tecnológicas, que permitieron promocionar y garantizar la continuidad educativa durante la pandemia, en la mencionada Unidad Educativa contaron con las siguientes estrategias para trabajar en equipo.

Figura 81.

Competencia laboral docente durante la pandemia por COVID 19



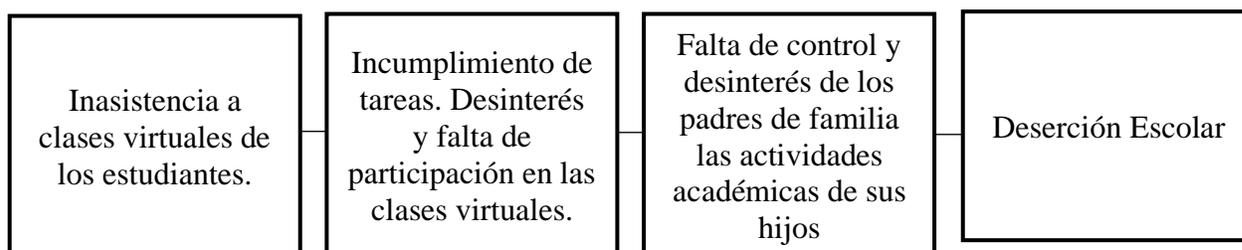
Mientras que el 55,56% de los docentes que participaron en este grupo focal indicaron que recibieron apoyo emocional y laboral de las autoridades y de sus compañeros docentes, además mencionaron que realizaron un buen trabajo en equipo durante la modalidad virtual en tiempos de pandemia por COVID 19.

El 33,33% de docentes mencionan estar en desacuerdo debido a que no tuvieron un apoyo en su totalidad. Sin embargo, el 11,11% de docentes manifestaron no haber tenido apoyo por parte de las autoridades para poder tener un buen desempeño laboral como equipo de trabajo.

Además, en la socialización y el debate del grupo focal sobre las funciones laborales realizadas en la modalidad de teletrabajo encontró que el 22,22% de los docentes señalaron sentirse cómodos con la modalidad virtual para cumplir con sus funciones laborales diarias, ya que contaban con los recursos para realizar sus actividades mientras que 44,4% de los entrevistados manifestaron estar de acuerdo porque los estudiantes no participaban en las clases virtuales no asistían y no presentaban sus tareas.

Figura 92.

Dificultades que tuvieron los Docentes en su desempeño laboral docente durante la pandemia por COVID 19 en la modalidad virtual



El 11,11 % mencionaron estar en desacuerdo, ya que ellos no se sintieron cómodos al trabajar de manera presencial, sin embargo, por el confinamiento por COVID 19 tuvieron que habituarse a la modalidad virtual, además mencionaron que sus horas de trabajo se extendían más que en la presencialidad, es decir, más horas de lo establecido y el 22,22% mencionó estar totalmente en desacuerdo porque esta modalidad no proporcionó los medios adecuados para el óptimo aprendizaje de los estudiantes sobre todo en las zonas rurales.

El 55,56% de docentes del grupo focal mencionaron estar totalmente de acuerdo que en la modalidad virtual han tenido dificultades para impartir clases y los docentes son más propensos al estrés y depresión, debido a la falta de asistencia, deserción y participación por parte de los estudiantes.

El 22,22% de docentes manifestaron haber sufrido estrés debido a las clases virtuales y el otro 22,22% mencionaron, ya que no tuvieron ninguna dificultad y tampoco sufrieron estrés ya que se acoplaron en su totalidad a esta modalidad. Además, los estudiantes y padres de familia colaboraron para tener éxito en el aprendizaje de los estudiantes.

Con respecto al nivel de aprendizaje de los estudiantes el 100% de docentes manifestaron estar totalmente de acuerdo en que la educación de manera presencial garantiza un aprendizaje óptimo en los estudiantes, así como una educación de calidad y confiable, además se puede controlar la asistencia, comportamiento y evaluar el nivel de desempeño real de los estudiantes y docentes.

En la socialización y entrevista a los docentes sobre las dificultades que presentaron al momento de ejercer su labor docente en las horas virtuales pedagógicas asignadas, se demostró que el 66,67% de los docentes mencionaron que una de las causas de la inasistencia e incumplimiento de tareas por parte de los estudiantes, es la falta de compromiso de los padres de familia en la supervisión de las actividades educativas de sus representados.

El 33,33% docentes manifestaron que están de acuerdo, pero no totalmente de acuerdo ya que algunos padres de familia desconocen sobre temas académicos entonces ellos no pueden ayudar a sus hijos en el cumplimiento de tareas.

Además, uno de los indicadores que permite identificar las causas de la inasistencia son los bajos recursos económicos de las familias, a inicios del confinamiento los estudiantes no disponían de herramientas tecnológicas y conectividad fija a internet de alta gama, los padres de familia con los medios necesarios fueron adquiriendo las herramientas digitales e instalado internet para que sus hijos continúen estudiando,

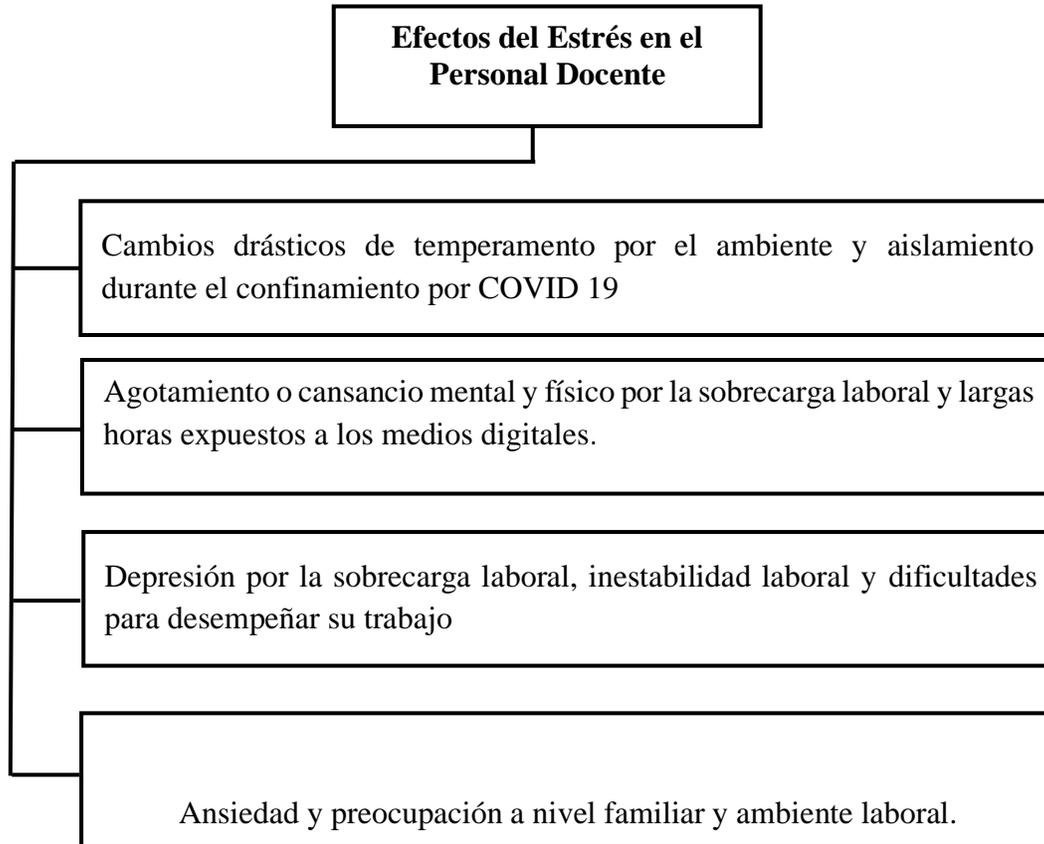
Sin embargo, la modalidad virtual en los estudiantes del nivel de secundaria (niños, púberes y adolescentes) no fue accesible para todos los estudiantes, ni factible referente a la calidad de aprendizaje debido a que no tuvieron las mismas posibilidades adquirir una educación virtual igualitaria hubo estudiantes de bajos recursos económicos que no disponían de las herramientas tecnológicas ni internet de alta calidad en sus hogares;

Mientras que para otros estudiantes los estudiantes en el transcurso del tiempo fueron monótona la virtualidad y perdieron el interés por aprender y participación en las clases, en lo que corresponde a la entrega virtual de tareas no realizaban la entrega de portafolio digital ni en físico. La falta de motivación de los representantes fue otro factor para que los estudiantes no cumplan con las tareas asignadas por cada docente.

El estrés es un factor de riesgo prevalente para la aparición de enfermedades que afectan a la salud mental y física. En el debate del grupo focal el 77,78% de docentes mencionaron que el estrés repercute o es el causante de la incidencia de algunas enfermedades que afectan al estado fisiológico y emocional, debido a la presión laboral por parte de los compañeros, autoridades, padres de familia e incumplimiento de las actividades de los estudiantes, lo que les ha provocado ansiedad, preocupación y cambios emocionales en el temperamento. El 11,11% de docentes manifestaron que el estrés no repercute en su estado emocional.

Figura 103.

Efectos del estrés psicoemocional en los Docentes durante la pandemia por COVID 19 en la modalidad virtual



El estrés es un factor de riesgo prevalente para la aparición de enfermedades que afectan a la salud mental y física. En el debate del grupo focal el 77,78% de docentes mencionaron que el estrés repercute o es el causante de la incidencia de algunas enfermedades que afectan al estado fisiológico y emocional, debido a la presión laboral por parte de los compañeros, autoridades, padres de familia e incumplimiento de las actividades de los estudiantes, lo que les ha provocado ansiedad, preocupación y cambios emocionales en el temperamento. El 11,11% de docentes manifestaron que el estrés no repercute en su estado emocional.

En lo que corresponde a los efectos del estrés en el personal docente en la socialización y debate el 22,22% de docentes manifiestan que uno de los efectos del estrés en los docentes es la baja productividad, cansancio mental, agotamiento y ansiedad en el desempeño laboral afectando a la calidad del proceso de enseñanza y aprendizaje de los estudiantes.

Además, el 33,33% mencionaron estar de acuerdo, pues el nivel, el 33,33% de docentes están en desacuerdo y mencionan que el estrés no es un motivo para bajar la productividad. El 11,11% de docentes mencionan que están totalmente en desacuerdo sobre la relación entre estrés y nivel de desempeño laboral, ellos indicaron que no es el motivo para que productividad en el desempeño laboral no sea eficiente.

4.2.1.4. Resultados estadísticos del debate en la Unidad Educativa “La Libertad”

Según la socialización y debate con un grupo conformado por 10 docentes de la Unidad Educativa “Libertad” indicaron que el 30% de docentes encuestados están totalmente de acuerdo en ajustarse a los estándares de desempeño exigidos para atender a los estudiantes en la modalidad virtual. El otro 60% de los participantes en el grupo focal mencionaron que no están totalmente de acuerdo debido a la falta de medios y recursos para poder cumplir de manera óptima el trabajo. El 10% mencionó estar en desacuerdo sobre la adaptación a la modalidad virtual por la falta de apoyo por parte de estudiantes, padres de familia y autoridades. La modalidad virtual ha permitido mejorar el uso adecuado de las herramientas y plataformas virtuales, no obstante, la calidad de la enseñanza aprendizaje en el nivel de secundaria no fue exitosa, es decir que por la inasistencia y bajo recursos de los estudiantes de secundaria que son estudiantes que corresponde a niños, púberes y adolescentes no se pudo alcanzar los conocimientos y habilidades necesarias tanto en la teoría y práctica no fue

satisfactoria en el proceso de enseñanza aprendizaje eso señalaron en el debate de los grupos focales.

El 40% de docentes del grupo focal de la Unidad Educativa “Libertad” en la socialización y debate informaron que tenían la capacidad de diseñar planificaciones pedagógicas y evaluaciones de buena calidad para los estudiantes en tiempo de pandemia. El otro 60% mencionaron estar de acuerdo, pero los resultados no son fiables sobre todo de las evaluaciones, además las planificaciones pueden ser excelentes en su diseño, pero la falta de interés por parte de los estudiantes en el cumplimiento y asistencia a clases virtuales es un indicador que demuestra que así se realicen las mejores planificaciones y clases magistrales, si no existe la participación y cumplimiento de las actividades educativas del estudiante la calidad de enseñanza aprendizaje no será la óptima.

En lo que se refiere al apoyo por parte de las autoridades para realizar un trabajo eficiente en el equipo docente, el 40% de los encuestados manifestaron estar totalmente de acuerdo, ya que ellos recibieron un apoyo total por parte de las autoridades y compañeros en lo que es la recepción de datos, portafolios y documentos de los estudiantes de forma virtual. Sin embargo, otro 50% de los docentes mencionaron estar en desacuerdo, porque no tuvieron un apoyo completo por parte de las autoridades. Otro 10% de los docentes están totalmente en desacuerdo debido que ellos no tuvieron ningún tipo de apoyo por parte de las autoridades. Los docentes manifestaron que durante la pandemia la organización y el trabajo en equipo fue necesaria para obtener resultados sean eficientes, además resaltaron la necesidad de tener lazos de compañerismo, respeto y armonía en la comunidad educativa.

El 20% de los docentes que participaron en el grupo focal mencionaron estar totalmente de acuerdo en sentirse cómodos con la modalidad virtual para cumplir con sus

labores diarias. El otro 30% de los encuestados manifestaron estar de acuerdo, sin embargo, el otro 50% mencionaron estar en desacuerdo, ya que ellos no se sintieron cómodos con la modalidad virtual debido a que los estudiantes no cumplían a cabalidad sus actividades educativas. La mitad de los docentes prefieren las clases presenciales porque garantizan un proceso de enseñanza aprendizaje de calidad y confiable.

El 50% de docentes que participaron en el grupo focal manifestaron que en la modalidad virtual tuvieron dificultades para impartir las clases por tal motivo son más propensos al estrés y a la depresión al no poder desempeñar su trabajo de manera adecuada. Mientras que el 40% de docentes mencionaron estar de acuerdo, sin embargo, el otro 10% de docentes están en desacuerdo, ya que la modalidad virtual no ha sido un impedimento para cumplir a cabalidad su trabajo. Los docentes de este grupo focal indicaron que para impartir una excelente clase magistral todos los estudiantes deben tener la misma disponibilidad de internet y herramientas tecnológicas de alta gama, un espacio adecuado para recibir sus clases.

Al comparar la educación virtual con la presencial el 70% de docentes manifestaron que la educación presencial garantiza un buen nivel de aprendizaje en los estudiantes, porque existe la interacción directa entre compañeros y docente, trabajos colaborativos y en equipo. Además, las evaluaciones presenciales garantizan que el estudiante se esfuerce y tenga mayor interés por aprender y estudiar a igual que las calificaciones de los estudiantes son más fiables, mientras que el otro 30% de docentes encuestados mencionaron estar en desacuerdo, ya que el docente debe ajustarse a garantizar un buen nivel de aprendizaje en los estudiantes, ya sea de forma virtual o presencial.

En lo que corresponde a la asistencia y cumplimiento de tareas por parte de los estudiantes, en el debate, el 70% de los encuestados mencionan que una de las causas de la inasistencia e incumplimiento de tareas por parte de los estudiantes, es la falta de compromiso de los padres de familia, ya que los estudiantes perdieron el interés por estudiar y participar en las clases virtuales.

El otro 20% manifiestan estar de acuerdo con el nivel de interés a las clases virtuales debido a que el confinamiento generó no solo estrés psicoemocional en los docentes sino también en estudiantes y padres de familia, el encierro la falta de interacción social y afectiva en clases presenciales hacía que los estudiantes tiendan a perder el interés de aprender desde sus hogares específicamente en el grupo etario de (prescolares, escolares y adolescentes)

Sin embargo, el 10% está en desacuerdo ya que muchos padres de familia desconocen los temas sobre el uso y manejo adecuado de las herramientas tecnológicas, además depende del nivel de instrucción de los padres de familia para el desconocimiento del manejo de las herramientas y estar en constante supervisión de sus hijos en la asistencia y cumplimiento de tareas.

El 40% de docentes encuestados manifestaron que uno de los efectos del estrés es la baja productividad en su desempeño laboral, afectando el proceso de enseñanza y aprendizaje. Además, no contaron con el apoyo por parte de los estudiantes ya que estos en muchos casos no contaban con los medios y recursos para la modalidad virtual. El otro 50% de los docentes mencionaron estar de acuerdo. Sin embargo, el un 10% de los docentes manifestaron estar en desacuerdo, ya que ellos no sufrieron ningún tipo de estrés y por ende no tuvieron una baja productividad en su desempeño laboral.

La realización de la encuesta virtual se puede visualizar que los docentes participaron en su mayoría con un porcentaje del 73,68%.

De los datos obtenidos en las dos unidades educativas mediante los grupos focales realizados se determinó que tanto en la unidad educativa de la zona rural como en la zona urbana la mayoría de las docentes sufrieron de estrés debido a la modalidad de trabajo realizado en la pandemia, debido a la falta de apoyo por parte de las autoridades, padres de familia y estudiantes impidiendo un desempeño laboral excelente.

Finalmente se implementó un blog con orientaciones didácticas que permitirán prevenir o tratar el estrés psicoemocional en el personal docente, además el presente blog prestará una atención de calidad que satisface las necesidades y expectativas de la población bajo principios fundamentales de la salud y bioética, utilizando la tecnología y los recursos didácticos de forma eficiente y transparente.

4.2.1.5. Validación

Antes de la aplicación de la encuesta se realizó la validación del instrumento.

4.3. Discusión

En el presente estudio sobre la determinación de los factores de riesgo que afectan el estado psicoemocional en los docentes que laboran en la Unidad Educativa “La Libertad” y la Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera” la información permitió establecer que el personal docente durante este periodo se vio sometido a situaciones de estrés que complicaron el desarrollo de sus actividades académicas y afectaron sus condiciones emocionales durante este periodo.

Para la identificación del diagnóstico del estrés psicoemocional y su relación con la competencia laboral docente fue necesario investigar los datos sociodemográficos de los como la edad, nivel instrucción, género, estado civil y ubicación geográfica del lugar donde se encontraban laborando el personal docente que participó voluntariamente en este estudio. En la presente investigación se identificó los factores de riesgo como la falta de disponibilidad de herramientas tecnológicas e infraestructura deteriorada como es el caso de la Unidad Educativa “La Libertad” del sector rural, por lo tanto se sugiere otra investigación prospectiva de cohorte a largo plazo con la finalidad de comparar la calidad de enseñanza aprendizaje en los estudiantes y como repercutió la modalidad virtual en la salud del personal docente, este estudio permitiría asegurar y mejorar la salud ocupacional de los docentes para la identificación de la incidencia, prevalencia o predisposición de enfermedades en los docentes que se pueden complicar o afectar al estado fisiológico, nutricional y psicoemocional de los docentes sobre todo en los adultos mayores que se les considera como grupo de edad susceptible.

Se logró evidenciar en los datos presentados que las mujeres o parejas matrimoniales con carga familiar o estado civil casadas presentaron mayores porcentajes de estrés frente a aquellas personas de sexo masculino solteros o mujeres solteras o sin hijos. Esto podría explicarse porque durante este tiempo, además de su papel como docentes tuvieron que seguir realizando sus actividades de cuidado de la familia, lo que suele ser una tarea demandante y en la que infortunadamente en sociedades patriarcales como la latinoamericana esta actividad se deja a la mujer, cuando esta debe ser una acción compartida por ambos géneros.

Otra de las situaciones consideradas fue el mayor estrés que se evidenció en los docentes del sector urbano, en cambio aquellos que estaban laborando en las zonas rurales presentaron menos niveles de estrés. Lo que se explicaría por el mayor número de estudiantes que atienden y que hace más compleja la atención a los mismos. Igualmente se suma la planificación de actividades de clase que tuvieron realizarse mediadas por las tecnologías, lo que implicó más trabajo para los docentes.

En las zonas rurales, posiblemente se encontró menores índices de estrés laboral por las siguientes razones: menor número de estudiantes y menor carga laboral en lo que se refiere planificaciones de actividades de clase.

En otros estudios (Raymundo, Y. (2020, p. 68) indica que según el Informe de políticas: COVID-19 y la necesidad de actuar en relación con la salud mental, publicado por las Naciones Unidas (2020), hay una prevalencia elevada de la angustia psicológica en la población mundial, específicamente los datos corresponden a la República Popular China (35%), Irán (60%) y Estados Unidos (45%). El estrés laboral, para un total de 50 encuestados, el 8% manifiesta un estrés laboral baja y un 92% manifiesta un estrés laboral moderada, por lo que se puede inferir que los docentes de educación básica regular estarían sufriendo episodios de estrés en sus centros de trabajo en el contexto de la pandemia del COVID-19.

Según Iriarte, Martínez & De La Ossa (2021, p. 108) indica que estudios similares sobre la relación entre niveles de estrés y estabilidad laboral en Perú y Cuba (2019) se evidenció que los docentes que no tienen un contrato laboral indefinido presentan un nivel medio de estrés (76.37%) estos docentes tienden a presentar preocupación por la inestabilidad laboral sobre todo aquellos que tienen carga familiar.

En un estudio realizado por Díaz (2022, p.1-2). Encontró que el 60.4% de los docentes presentaban estrés afectando su salud física y mental. Además, el 27.3% presentaban ansiedad, un 16.2% presentaban depresión, entre otros. Se encontró también que el 49.7% no recibió apoyo psicológico. En una lógica similar el MINEDU (2021) en su portal “Te escucho, docente”, enfatiza en la importancia del cuidado que se debe tener con la salud mental, ya que, si el docente muestra signos de frustración, ansiedad, enfado, emociones negativas, entre otras, esto puede repercutir en la salud, no solo física sino también mental, por tal motivo los docentes deben de tener los recursos necesarios para asegurar su bienestar en todos los aspectos.

En otro estudio realizado en la parroquia Abdón Calderón del cantón Portoviejo del Ecuador a 20 docentes de educación general básica de cuatro entidades educativas se evidenció que el 90% de la muestra seleccionada padece de estrés laboral. Una de las consecuencias del confinamiento y la modalidad virtual fue el desgaste mental en los docentes por la sobrecarga laboral y extendidas horas de trabajo frente a un computador, se podría decir que esto no es nuevo, ya que está presente en la comunidad educativa latinoamericana, debido, entre otros factores, a los bajos sueldos, intensos horarios de trabajo, desgaste cognitivo-afectivo y precario ambiente laboral en el que deben manejarse esto demuestra que el cambio abrupto de modalidad presencial a teletrabajo de clases ha incidido en la salud mental de los docentes (Párraga-Párraga y Escobar, 2020). Además, se puede evidenciar que la población con hijos mostró mayor predisposición a padecer de estrés laboral (Ticona, 2018, p.72- 79) lo que se convierte en un factor predominante al momento de evaluar la situación mental de los docentes, tal y como pudo evidenciarse en este estudio que mostró comportamientos similares en los docentes de las unidades analizadas.

En lo que corresponde a la relación entre niveles de ansiedad, desempeño laboral y género durante las actividades realizadas en la modalidad virtual, se identificó que el 35,08% del género femenino presentaron mayores niveles de ansiedad y su desempeño laboral lo calificaron como bueno, mientras, que los docentes del género masculino presentaron bajos niveles de ansiedad con el 17,53% y su desempeño laboral fue bueno. Esto indicaría que las mujeres son más propensas de presentar ansiedad y estrés debido a las funciones complementarias que tienen que realizar en su hogar.

En la investigación sobre los factores de riesgo que afectaron al estado psicoemocional en los docentes de las dos comunidades se realizó la valoración del nivel de desempeño o competencia laboral del equipo docente y el nivel de ansiedad, y una de las causas que generaron estrés en los docentes adultos fueron las dificultades para usar las herramientas y plataformas, el número de horas pedagógicas, sobrecarga laboral y actividades adicionales en los hogares sobre todo las personas que tenían cargas familiares e hijos, evaluación de tareas, pruebas, preparación de material didáctico y planificación de clase.

En el estudio realizado al personal Docente de las dos Unidades Educativas indicaron que uno de los indicadores que aumentaban los niveles de estrés era la deserción escolar, el 77,78% de docentes mencionan que uno de los motivos de preocupación y estrés, los estudiantes que no asistían a clases o desertaban era por la falta de recursos económicos, problemas familiares pérdida del interés de estudiar, ya que para los estudiantes la modalidad virtual fue monótona y poco interesante por la falta de interacción, contacto social y afectiva entre compañeros. Las deserciones en los estudiantes fueron porque varias familias no podían cubrir con los gastos necesarios para dar continuidad con los estudios de sus hijos, familias

de bajos recursos académicos, mala conectividad y la falta de interés tanto de los representantes como de los representados.

El estudio realizado sobre la determinación de los factores de riesgo en la Unidad Educativa Mario Oña Perdomo y la Unidad Educativa Libertad se logró identificar que el 78% de docentes indicaron que el estrés es un factor de riesgo y el principal causante de incidencia de algunas enfermedades que afectan el estado fisiológico y emocional. Uno de los indicadores de riesgo es la sobrecarga laboral y la presión en el ambiente virtual con las autoridades, compañeros docentes, estudiantes y padres de familia.

Además, se consideraría que la ansiedad y el estrés es un factor intermediario que afecta directamente a la salud del docente y puede causar algunos riesgos fisiológicos como presión arterial alta, insuficiencia cardíaca, gastritis, diabetes, obesidad, depresión, ansiedad, acné y alteraciones en el ciclo menstrual en el caso de las mujeres. En la socialización y debate que se realizó en el grupo focal el 11,11% de docentes manifestaron estar en desacuerdo con la incidencia de enfermedades causadas por el estrés, ya que laboraron sin ninguna dificultad, disponían del espacio adecuado, las herramientas necesarias y la colaboración, asistencia y cumplimiento de las tareas de la mayor parte de los estudiantes.

Los docentes manifestaron tener mucho trabajo sobre todo cuando las autoridades los mantienen bajo presión para la entrega inmediata de actividades, esto ha aumentan los niveles de adrenalina y estrés provocando dificultades para la concentración y el agotamiento mental, ellos propusieron actividades que logren minimizar los niveles de estrés por ejemplo dentro de horario o carga horaria establecida realizar actividades dinámicas o lúdicas con los estudiantes que permiten fortalecer las habilidades

psicomotrices como dinámicas o actividades intelectuales en el caso de los estudiantes de inicial juegos de rompecabezas, el púberes manualidades o juegos de ajedrez y damas chinas, los adolescentes llevarlos a bibliotecas a que elijan algún libro que les interese leerlo, son actividades que el docente incentivaría a que el estudiante desarrolle otras habilidades eliminando el estrés tanto en docentes como en los estudiantes. .

Según un estudio sobre estrés en tiempos de pandemia realizado por Cortés (2021, p. 9) indica que el impacto psicológico y social de esta pandemia en el personal docente es indiscutible. La nueva modalidad de enseñanza generó cambios radicales en la interacción educativa. Los docentes como estudiantes tuvieron que adaptarse a la modalidad virtual desde su propio hogar. Se demuestra que algunos docentes como estudiantes tuvieron dificultades debido a que no contaban con los recursos tecnológicos necesarios para cumplir su propósito.

A algunos profesores les invadía el sentimiento de impotencia al escuchar a sus estudiantes manifestar la imposibilidad de tener acceso a las clases virtuales debido que carecían de los medios necesarios para continuar con sus estudios. A fin de evitar la deserción, algunos docentes demostraron su profesionalismo y buscaron la manera de apoyar a aquellos que mostraron alguna necesidad. Buscaron los medios para lograr que los universitarios cumplieran con el programa y concluyeran el periodo.

Según Navarrete y Zambrano (2021, p. 208) en un estudio realizado en docentes de secundaria en el Ecuador se identificó que la Escala de Estrés Percibido se obtuvo como

resultado que un 66,67% a menudo está estresado, un 33,33% de vez en cuando estaba estresado

Estudios como el de Párraga y Escobar (2020, p. 14), realizaron una recolección de datos en donde se evidenció que el 90% de docentes tanto varones como mujeres, mostraron síntomas de estrés durante la pandemia siendo los predominantes el estrés leve y medio, lo cual demostró que el cambio repentino del trabajo presencial al remoto afectó la salud mental de los docentes y las actividades diarias en el trabajo, lo que causa un efecto negativo en su juicio al elegir y asumir decisiones, lo cual está vinculado a los diversos eventos de estrés intrínseco y extrínsecos en el trabajo, lo que contribuye a la presencia del mismo (Mendes et al., 2019).

En Ecuador, Patiño y Ricuarte (2021p, 14) realizaron una investigación sobre la ansiedad y la depresión a 112 docentes por confinamiento, en donde demostró que las puntuaciones más altas pertenecían a los docentes de inicial y primaria, demostrando que el desgaste emocional se produce más al trabajar con niños.

Según Mendes et al. (2019) realizaron un estudio en 163 docentes, donde evidenciaron niveles mínimos y leves, tanto en el 67% de varones como en el 63% de mujeres, y de la depresión el 79.8% en mujeres y 64.8% en varones, lo que demostró que la mayor parte de las mujeres presentaron altos niveles de estrés y manifestaciones depresivas, en otras palabras, el estrés y los síntomas de depresión están proporcionalmente relacionados.

Finalmente, en una investigación realizada en el 2020 a docentes de Latinoamérica, el 80% de los encuestados indicaron que su estado de estrés actual era más alto que antes de la situación de COVID-19, las causas principales del mismo

fueron la excesiva cantidad de tareas a calificar, así como la atención a las responsabilidades propias del hogar Díaz (2020, p. 209).

La investigación permitió evidenciar que existen afectaciones por estrés en los docentes y los cambios educativos a los que han tenido que adaptarse en el contexto de la pandemia, también es necesario mencionar que los niveles de estrés encontrados pueden ser el resultado de la abrumante situación que se atraviesa alrededor del mundo a causa situación pandémica.

4.4. Propuesta Educativa para la Promoción de Orientaciones Didácticas de Diagnóstico y Prevención del Estrés Psicoemocional en el Personal Docente

Para la identificación del diagnóstico del estrés psicoemocional y su relación con la competencia laboral docente fue necesario indagar los datos como la edad, nivel instrucción, género, estado civil y ubicación geográfica del lugar donde se encontraban laborando el personal docente que participó en este estudio.

En la presente investigación se identificaron factores de riesgo como la falta de disponibilidad de herramientas tecnológicas en los estudiantes para receptar clases y la infraestructura deteriorada como es el caso de la Unidad Educativa “La Libertad” del sector rural, por lo tanto, se sugiere otra investigación prospectiva a largo plazo con la finalidad de seguir comparando la calidad de la enseñanza aprendizaje en los estudiantes y como repercutió la modalidad virtual en la salud no solo del personal docente, sino también de los estudiantes. Ese estudio permitiría identificar la incidencia, prevalencia o predisposición de enfermedades que se pueden complicar o afectar al estado fisiológico, nutricional y psicoemocional, de la comunidad educativa.

Fueron varias situaciones las que afectaron a los docentes durante la pandemia. Entre estas estuvieron las socioeconómicas que influyeron en la calidad de la educación por la falta de fuentes de trabajo de los padres de familia, lo que impidió una adecuada accesibilidad a las herramientas tecnológicas y la disponibilidad de internet en los estudiantes.

La desvinculación o la deserción fue una dificultad para una educación igualitaria debido a la necesidad de atender otros servicios prioritarios como la alimentación, la salud y otros servicios básicos en las familias de los estudiantes desvinculados. Esto terminó por agregar una preocupación más a los docentes que se vieron abrumados por las condiciones desfavorables de sus estudiantes.

El nivel de instrucción también es un determinante significativo, lo que dificulta encontrar un trabajo bien remunerado para los docentes que están en proceso de ejercer la profesión. Hay profesiones cuya prioridad es garantizar la salud a través de consejerías, control y seguimiento psicológicos con lo que se puede prevenir la mayoría de las enfermedades que afectan el estado emocional. Sin embargo, para el caso de los docentes estas garantías no son las mejores. En muchos casos las autoridades tienen las herramientas para atender de la manera debida la situación mental de los docentes al no estar preparadas ante eventos tan complejos como por ejemplo la pandemia.

La atención segura por parte de los profesionales enfocados al cuidado de la salud psicológica del personal docente debe tener como finalidad el abordaje de la problemática con énfasis en los grupos más vulnerables ejemplos docentes con enfermedades predisponentes entre ellas cáncer, insuficiencia renal, diabetes entre otras, por lo que urge avanzar en programas que ayuden a los docentes a encontrar asesoría para mejorar sus hábitos de vida tanto personales como en sus hogares.

Conscientes que invertir en la salud mental especialmente en situaciones de estrés emocional ha sido probada como una estrategia efectiva, no solo de promoción de la salud, sino también de prevención de otras enfermedades que comprometan la vida del docente, la propuesta es difundir información en beneficio y en cumplimiento de los derechos del Buen Vivir.

El estado emocional se relaciona directamente con la salud, el desempeño físico, mental y productivo, además tienen repercusiones importantes en todas las etapas de la vida, por lo que la salud mental sobre todo los episodios de estrés, si no son tratados a tiempo, tienen efectos adversos como: la disminución del desempeño laboral, aumento del riesgo a enfermedades crónicas no transmisibles, reducción de la capacidad de trabajo y el rendimiento intelectual.

4.4.1. Definición de estrés

Para el APA el estrés es descrito como “aquella sensación de agotamiento, la cual presenta preocupación y agobio, afecta a todo tipo de personas de cualquier edad, en determinadas circunstancias da origen a problemas de salud a nivel emocional y físico. Por su definición, el estrés es percibido como cualquier experiencia emocional que generar malestar a la persona acompañada de una serie cambios a nivel fisiológico, bioquímico y conductual” (APA, 2013. p 19).

La identificación y valoración de los factores de estrés psicoemocional permitió establecer las principales dificultades que tuvieron los docentes en su desempeño laboral con los estudiantes, compañeros y padres de familia durante la pandemia en la modalidad virtual.

Además, este estudio buscó contribuir a la salud ocupacional de los docentes con orientaciones que permitan la prevención del estrés psicoemocional y mantener una adecuada salud mental con el fin de evitar otras enfermedades desencadenadas por el estrés. Una de las estrategias es mejorar las habilidades de afrontamiento ante cualquier circunstancia que lo amerite, incluir métodos propicios para lidiar con situaciones estresantes que pueden ayudar a enfrentar un problema en el ambiente laboral.

La morfofisiología de una mujer es diferente a la del hombre. Si una mujer es sometida a altos niveles de estrés se produciría un desequilibrio hormonal. Igual es en el caso de las mujeres que se encuentran en planificación familiar o usan algún método anticonceptivo que podría ser el causante de los desequilibrios emocionales, lo que ocasiona irritabilidad, ansiedad y depresión, dolor físico y problemas para conciliar el sueño.

Los docentes que tienen carga familiar o están pendientes de familiares con enfermedades catastróficas o adultos mayores tienen un factor de estrés mayor. En este sentido, hay que considerar que las mujeres juegan un papel importante en el hogar es el caso de las madres de familia que tienen que estar en constante vigilancia y supervisión de sus hijos, ellas deben dedicar horas adicionales al trabajo profesional como docentes, realizar planificaciones de las clases y desarrollar búsqueda de materiales didácticos, digitales, así como de recursos educativos para socializar los respectivos temas de clase dependiendo de la asignatura.

Con los datos demostrados en el presente estudio fueron las parejas con un estado civil casados las que presentaron altos niveles de estrés, por lo tanto, una estrategia para evitar este problema es asistir a terapias matrimoniales, con el fin de evitar una ruptura y mantener una buena comunicación en la relación.

En lo que corresponde al nivel de instrucción, si bien los docentes tenían un nivel de formación que permitió que se adaptaran a la modalidad virtual durante la pandemia, no fue la misma situación vivida por los estudiantes y padres de familia, quienes presentaron dificultades para enfrentar la educación virtual.

Los bajos recursos económicos y la rutina por estar al frente de una pantalla durante varias horas provocó desinterés en los estudiantes lo que en algunos casos desmotivó su continuidad en sus estudios y generó deserción escolar. Además, la falta de conectividad por parte de los estudiantes para receptar clases virtuales con normalidad y la falta de interacción afectiva y social hizo que los docentes también presentaran altos niveles de estrés.

Las dificultades con los estudiantes y padres de familia (inasistencia de los estudiantes a clases, incumplimiento de tareas y falta de compromiso por parte de los padres de familia en la supervisión de tareas), hicieron más estresante la relación de los docentes con el entorno, lo que generó que el ambiente para desempeñar las actividades laborales fuera difícil, pesado y en ocasiones se generara angustia emocional en los docentes, sin que existiera por parte del del MINEDUC acciones y programas concretos para prevenir el estrés psicoemocional.

La educación virtual tiene ventajas y desventajas. Una ventaja es la facilidad para que las personas se comuniquen indaguen con mayor facilidad sobre temas de su interés, obtener resultados interesantes en sus búsquedas y acercarlos a la información, además es autodidáctico y educativo. Con respecto a las desventajas para los estudiantes del grupo etario como niños, púberes y adolescentes fue la pérdida del interés por asistir a clases virtuales y el agotamiento debido a que en esta modalidad no se puede interactuar de una forma eficiente entre compañeros y profesores. La monotonía hizo que los estudiantes de secundaria se

aburrieran y dedicaran su tiempo a otras actividades recreativas para ellos como son los video juegos, redes sociales, etc.

La remuneración y la sobre carga laboral en los docentes también fue un factor de riesgo emocional, en especial para quienes son diagnosticados con enfermedades catastrófica o tienen familiares enfermos. Los gastos en el tratamiento, alimentación, vestido, más servicios básicos se duplican y aunque para los docentes que ya tienen nombramiento definitivo la situación es menos difícil por su estabilidad laboral que para aquellos que están por contrato, no deja de ser motivo de preocupación, lo que termina afectando su salud emocional y mental.

Igualmente, la modalidad virtual implicó más horas de preparación de clases, mayor exposición a las pantallas y por ende fatiga al verse los docentes sometidos a un sobre esfuerzo al que no estaban acostumbrados. A esto se sumó la realización de actividades adicionales en casa después de haber cumplido la jornada laboral, ya que en ocasiones los estudiantes fueron atendidos en horarios extras.

Las orientaciones que se debe aplicar para que los docentes tengan un buen desempeño en su competencia laboral es el fomento de pausas de descanso para evitar el cansancio mental, es muy importante tomar lapsos de descanso para despejar la mente y continuar con la labor diaria, en esa pausa se puede realizar actividades en clase donde los estudiantes realicen trabajos colaborativos en grupo, actividades lúdicas y dinámicas donde interactúen, participen y expongan su producto final, en ese tiempo el docente puede tomarse un descanso y realizar la técnica de observación donde se centre únicamente en que todos los grupos trabajen y aprendan a trabajar en equipo e interactuar de una forma colaborativa y afectiva.

En este apartado se ofrecerán algunas orientaciones que permitirán prevenir o tratar el estrés psicoemocional en el personal docente. Estas se fundamentan en principios de la salud y la bioética, además recoge el sentir de los docentes que participaron en la investigación.

4.4.2. Actividades que pueden prevenir el estrés en los docentes en el campo laboral

Tomar pausas durante la jornada laboral: existen espacios o lugares verdes de la comunidad educativa que el docente puede aprovechar para salir a tomar aire fresco y despejar la mente. Esta actividad se la puede realizar con los estudiantes o de forma personal, además, pueden realizarse actividades de relajación y pausas activas mientras se realizan estos recorridos por la unidad educativa. Si el lugar de trabajo se encuentra en las zonas rurales se pueden aprovechar el paisaje para programar actividades que ayuden a entrar en contacto con los árboles y demás elementos del ambiente natural.

Crear un ambiente agradable y tranquilo puede generar mejores condiciones para que los docentes desempeñen sus labores de una manera más acogedora. Por esto también puede fomentarse lazos de amistad e interacciones mediante la práctica de juegos como el ajedrez, las damas chinas o los deportes de conjunto como el baloncesto, voleibol o fútbol, entre otros. Realizar actividades programadas por las autoridades de las unidades educativas en las que se anime a los docentes a practicar la pintura, la danza, el teatro. Es importante crear las condiciones para que los docentes puedan tener espacios para lúdicos y agradables que les permitan desconectarse por un momento de sus actividades laborales.

Fomentar el deporte en los docentes para mejorar su estilo y hábitos rutinarios, el deporte se lo considera como una estrategia saludable para evitar las enfermedades metabólicas y depresivas, no solo en el grupo de docentes si no a la población en general el

deporte es una excelente estrategia para mantener un estado nutricional y mental saludable y equilibrado.

- Dibujar o pintar. – Potencia la motricidad fina y la actividad cerebral, estimula la creatividad y la capacidad de concentración. Esta técnica la pueden aplicar las áreas de educación cultural y artística, permitiendo el desarrollo creativo e imaginativo tanto del docente como de los estudiantes, es un método que permite alejarse de lo rutinario o monótono y descubrir las habilidades de los jóvenes estudiantes.

En este mismo orden de días, tocar instrumentos musicales es una actividad que potencia la imaginación y la creatividad. Además, ejercita la disciplina, reduce el estrés y la ansiedad. Esta actividad la realizan y promocionan los docentes que pertenecen al área de Educación Cultural y Artística donde el principal objetivo es promover la práctica de actividades sanas en los estudiantes que contribuyen al descubrimiento de sus habilidades.

- Hacer yoga. - Es una técnica o actividad que permite mejorar la coordinación, la concentración y aumenta la calidad del sueño. Se pueden realizar en espacios libres ejercicios de respiración en caso de ansiedad o estrés, en los hogares de forma individual o grupal, haciendo que la frecuencia cardiaca no se acelere y el sistema nervioso no se altere, hacer yoga evita la depresión y mejora la calidad de vida e ir al trabajo con menores niveles de estrés y ansiedad.
- Cuidar mascotas y sembrar plantas. - aumenta la autoestima, la responsabilidad de cuidar otro ser vivo, la capacidad de organización y disminuye la ansiedad. Además, promueve el cuidado del medio ambiente, es un aporte a la disminución de la contaminación sobre todo en lo que corresponde las prácticas de reforestación que contribuye a ser generosos con nuestro planeta y las próximas generaciones.

- Realizar socializaciones emotivas o capacitaciones sobre la convivencia armónica y afectiva entre compañeros para una comunicación efectiva y afectiva en el equipo docente.

4.4.2.1. Realización de proyectos escolares.

Aunque estas son actividades que se realizan con los estudiantes, puede contribuir a crear espacios más agradables para desarrollar la actividad docente y de esta manera hacer más agradable al docente su labor educativa. Realizar trabajos interactivos con los estudiantes como proyectos basados en problemas, proyectos escolares, permita al docente realizar actividades que promuevan la actividad física, la recreación, el emprendimiento, mejorar sus destrezas y habilidades (autoconocimiento, empatía, comunicación asertiva, trabajo colaborativo y en equipo, solución de problemas comunitarios, relaciones interactivas, pensamiento recreativo y crítico.

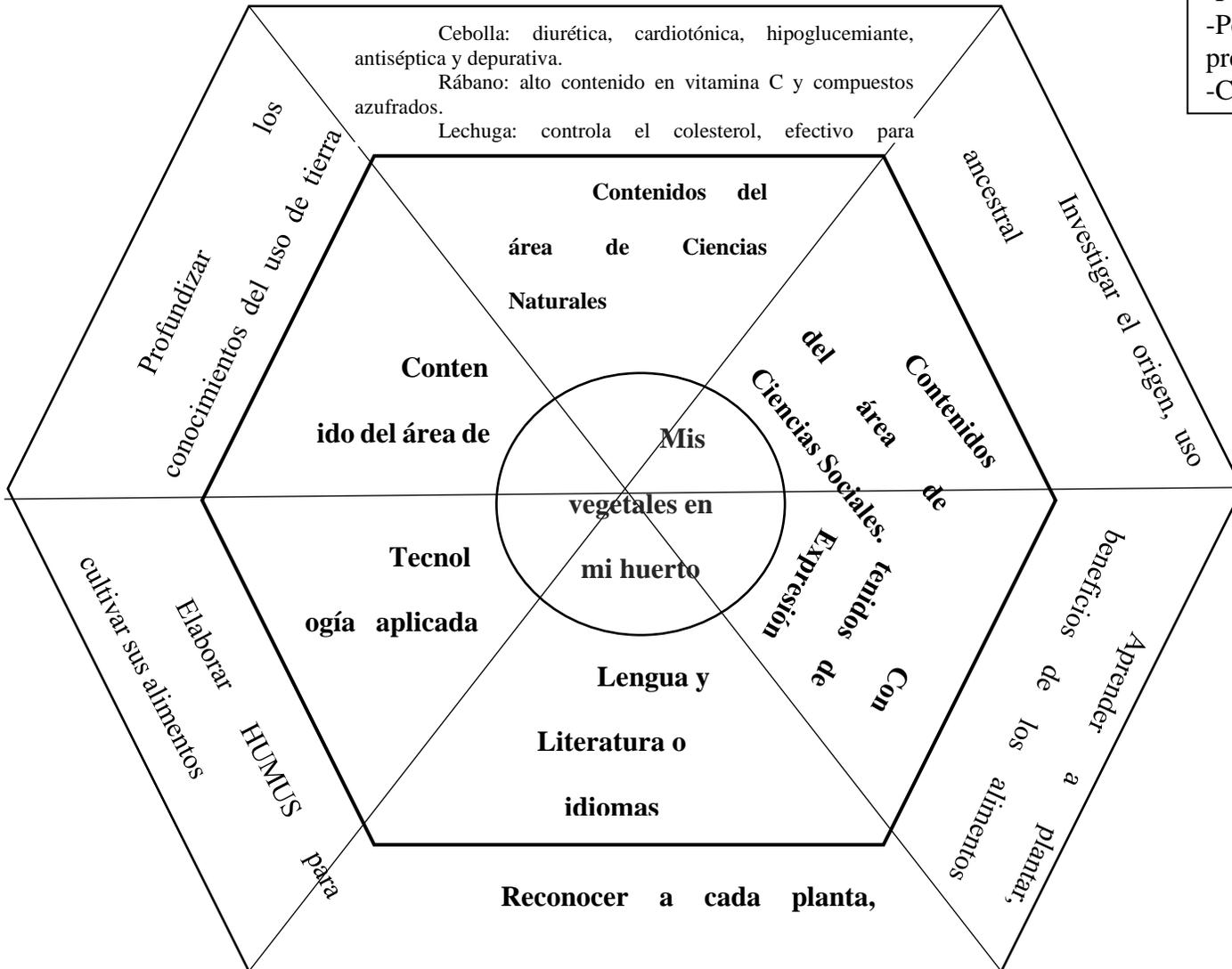
Por ejemplo, fomentar proyectos saludables basados en problemas como la producción de huertos con abono orgánico que promocióne la sostenibilidad y sustentabilidad ambiental. El cultivo de los huertos familiares y la jardinería puede generar espacios para el disfrute y el contacto con la naturaleza a la vez que genera actividades para el aprendizaje de los niños y jóvenes.

Además con este tipo de proyectos se pueden incentivar hábitos de vida saludable que incentiven una alimentación equilibrada, lo que permite prevenir enfermedades metabólicas que pueden afectar al estado emocional, para esta actividad es importante darles charlas o talleres sobre una alimentación saludable que permita fortalecer su salud corporal como mental.

Estas actividades debidamente planeadas pueden generar proyectos productivos que mejoren las condiciones de vida de las comunidades al permitirles tener fuentes alternativas de ingresos a la vez que les fortalecen su salud mental y crea alternativas para una sana alimentación.

Figura 114.

Hexágono del proyecto mis vegetales en mi huerto



Valores:

- Participación con respeto en las actividades
- Perseverancia ante las fallas que se pudiesen presentar.
- Cooperación para obtener los mejores

Colaboración:

- Estrechar lazos familiares durante todo el proyecto

Emprendimiento:

- Utilizar, semillas y recursos que se tiene en casa.

Creatividad:

- Uso adecuado de la tierra a manera de huerto

4.4.3. Actividades que pueden prevenir el estrés en los docentes y las pueden desarrollar en casa

Ir de paseo con amigos o familia disminuyen los niveles de ansiedad, oxigena el cerebro, rebaja la tensión y el estrés. Permiten a las personas ser más activas, productivas y eliminar toxinas del cuerpo. Además, tener una interacción social hace que la persona exprese sus sentimientos, aumenta sus lazos de amistad y empatía. En el Ecuador existen lugares turísticos y atractivos para los turistas que les gusta viajar. Esto permite liberar hormonas que permiten mejorar el estado físico y emocional.

Una actividad que también puede mejorar de manera significativa la salud mental es la práctica del senderismo o caminatas, ya que además conectar a las personas con paisajes y sitios naturales, los llevan a la práctica de actividad física que mejora la tonificación muscular, ayuda a controlar el peso, mejora la calidad del sueño y genera un estado de bienestar que hace que las personas se sientan más felices. La práctica regular de las caminatas genera bienestar y permite mejorar tanto la salud cardiovascular como la salud mental y controlar el estrés emocional. También el senderismo puede complementarse con actividades como realizar camping, el avistamiento de aves o bañarse en riachuelos turísticos lo que puede llevar al disfrute de quienes lo practican.

Otras actividades que pueden crear condiciones de bienestar son el visitar las playas, ya que las olas del mar ayudan a mejorar la circulación sanguínea, ejercitan los músculos y crean un clima de relajación y tranquilidad. Las sensaciones que la inmensidad del mar produce pueden influir en mejorar el estado emocional y generar un estado de renovación personal que ayuda a la salud mental de las personas.

Finalmente, aprender nuevos idiomas también puede ayudar a retener información a largo plazo, pues aumenta la memoria, reduce las posibilidades de la incidencia de enfermedades que afectan a la salud mental como estrés y depresión. Aprender otro idioma es una forma recreativa de autoaprendizaje con los medios virtuales que se dispone hoy en día, se puede incorporar nuevas palabras escuchando música en otros idiomas, cantado, leyendo e introduciendo nuevo vocabulario.

A continuación, se anexa un link de test auto evaluativo que permite detallar si una persona presenta estrés psicoemocional y el link de un blog educativo que permite prevenir o manejar las situaciones de estrés psicoemocional en el personal docente:



Test psico-evaluativo:

<https://forms.gle/F5xQcqV63JNZUdKr7>

Blog educativo que permite prevenir o manejar las situaciones de estrés psicoemocional en el personal docente:

<https://63891ff3e4374.site123.me/>

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

- En este estudio se identificó el estado emocional del personal docente de las dos unidades educativas caracterizando y describiendo los datos sociodemográficos, y la estrecha relación como factores de riesgo para presentar estrés psicoemocional en el personal docente durante la pandemia en la modalidad virtual.
- Se determinó las siguientes emociones (tristeza, enojo, emotividad, preocupación, cansancio, indiferencia, susto y felicidad), fueron indicadores que afectaron el estado emocional y físico sobre todo en las docentes con inestabilidad laboral, mujeres con carga familiar o en parejas matrimoniales. Según el análisis realizado se encontró que el 35,04% de las mujeres presentaron altos porcentajes de estrés y ansiedad, mientras que el 17,52% de los hombres presentaron menores porcentajes de estrés y ansiedad. Además, se puede visualizar que el grupo etario de mayores porcentajes de estrés se encuentra entre los 36 a 42 años específicamente en el género femenino.
- En lo que corresponde a las actividades docentes durante la pandemia y debido al confinamiento, la virtualidad hizo que la carga laboral fuera mayor, haciendo que los docentes trabajen hasta altas horas de la noche. Se identificó la incidencia y los factores de estrés que afecta la competencia laboral como el número de horas pedagógicas y actividades adicionales en los hogares, evaluación de tareas, pruebas, preparación de material didáctico y planificación de clase. Se realizó la valoración del nivel de desempeño o competencia laboral del equipo docente y el nivel de ansiedad, las dificultades para usar las herramientas y plataformas virtuales.

- La virtualidad afectó a la salud mental del personal docente. Según la OMS la depresión es considerada como una enfermedad que pueden afectar emocional y físicamente a la persona que es diagnosticada. La identificación y valoración de los factores de estrés permitió establecer las principales dificultades que tuvieron los docentes en su desempeño laboral con los estudiantes, compañeros y padres de familia durante la pandemia en la modalidad virtual, por lo cual no se priorizó la salud mental y ocupacional de los docentes.
- En lo que corresponde a los factores de riesgo que provocaron estrés psicoemocional en la competencia laboral se pudo identificar los factores que provocaron que en los estrés psicoemocional en los docentes la inasistencia por parte de los estudiantes a las clases virtuales, la falta de compromiso de los padres de familia en la supervisión de la asistencia y cumplimiento de las tareas de sus hijos, la dificultad para usar adecuadamente las plataformas en los docentes y estudiantes, falta de disposición herramientas tecnológicas en los estudiantes para recetar clases.

5.2. Recomendaciones

- Es importante realizar convenios con el Ministerio de Salud Pública y el Ministerio de Educación para socializar sobre estos resultados e intervenir con talleres, cursos y debates para la promoción con las orientaciones didácticas propuestas con el fin de prevenir el estrés psicoemocional en la comunidad educativa.
- Correspondiente a la salud ocupacional docente fue necesaria la equiparación salarial, desde hace años se ha vulnerado este derecho y no se ha visto la importancia del ejercicio docente como una profesión digna y merecedora de un salario que cubra con sus gastos en el hogar, la UNE hizo realidad esta propuesta en el magisterio como derecho a ser

cumplido.

- Se recomiendan más incentivos, cursos, talleres en las comunidades educativas públicas y privadas, la labor docente es valiosa porque promueve el aprendizaje y garantiza una educación de calidad y calidez en los estudiantes.
- Poner en práctica las orientaciones educativas que permitan alcanzar los estándares de calidad sobre la prevención del estrés psicoemocional en la competencia laboral, mejorar la productividad y mantener una adecuada salud mental con el fin de evitar otras enfermedades desencadenadas por el estrés. Una de las estrategias es mejorar las habilidades de afrontamiento ante cualquier circunstancia que lo amerite, incluir métodos propicios para lidiar con situaciones estresantes que pueden ayudar a enfrentar un problema en el ambiente laboral, tomar medidas y ser flexible.
- Otra de las situaciones indagadas fue la relación entre competencia laboral, trabajo en equipo y apoyo psicoemocional que tuvieron los docentes, dado que se veía es una oportunidad para mejorar la salud mental de los docentes se sugiere proponer estrategias que permitan desarrollar de la mejor manera las actividades diarias de los docentes en su jornada pedagógica en equipo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- American Psychological Association, (2013). Psicoterapia y depresión. Recuperado de:
<https://www.apa.org/topics/depression/depression>
- Andrade Minango, M. V. (2022). Depresión, ansiedad, estrés y bienestar psicológico en deportistas a nivel élite y amateur.
<https://repositorio.uisek.edu.ec/bitstream/123456789/4755/1/Andrade%20Minango%20%20Marco%20Vinicio.pdf>
- Ahumada, D., & Gil, A. (2021). En tiempos de coronavirus: ¿cuáles son los factores que aumentaron los niveles de estrés en los docentes? *Revista Boletín Redipe*, 10(8), 422-429. doi:<https://doi.org/10.36260/rbr.v10i8.1416>
- Castillo, J. C., & Villalpando, P. (2019). El papel de las competencias laborales en el ámbito educativo: una perspectiva de reflexión e importancia. *Daena: International Journal of Good Conscience*, 14(1), 30-51. Obtenido de [http://www.spentamexico.org/v14-n1/A3.14\(1\)30-51.pdf](http://www.spentamexico.org/v14-n1/A3.14(1)30-51.pdf)
- Dreesen, T., Akseer, S., Brossard, M., Dewan, P., Giraldo, J., Kamei, A., . . . Ortiz, J. (2020). *Promising practices for equitable remote learning Emerging lessons from COVID-19 education responses in 127 countries*. UNICEF Office of Research - Innocenti. Obtenido de https://www.observatoriodelainfancia.es/oia/esp/documentos_ficha.aspx?id=7098
- Flores, A., Coila, D., Yapuchura, R., & Pino, M. (2021). Actividad física, estrés y su relación con el índice de masa corporal en docentes universitarios en pandemia. *Comuni@cción*, 12(3), 175-185. doi:<http://dx.doi.org/10.33595/2226-1478.12.3.528>

- Gómez Dávalos, N., & Rodríguez, P. (2020). Estrés En Docentes En El Contexto De La Pandemia De Covid-19 Y La Educacion, *Fenob. Academic Disclosure*, 1(1), 216-234. Obtenido de <https://revistascientificas.una.py/index.php/rfenob/article/view/89>
- Navinés, R., Martín, R., Olivé, V., & Valdés, M. (2016). Estrés laboral; implicaciones para la salud física y mental. *Medicina Clínica*, 146(8), 359-366. doi: DOI: 10.1016/j.medcli.2015.11.023 *
- Alvites, G. (2019). Estrés docente y factores psicosociales en docentes de. *Norteamérica y Europa. Propósitos y Representaciones*, 7(3), 141-178. doi:doi: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.393>
- Bada, O., Salas, R., Castillo, E. F., Arroyo, E., & Carbonell, C. (2020). Estrés laboral y clima organizacional en docentes peruanos. *MediSur*, 18(6), 1138-1144. Obtenido de <http://www.medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/4621>
- Ballén, O., Baquero, L., Padilla, J., & Bernal, D. (2021). el bienestar docente y la calidad educativa: una aproximación a algunas variables determinantes en bogotá. *Nota, Política Pública*, 1-18. Obtenido de https://www.academia.edu/49454654/EL_BIENESTAR_DOCENTE_Y_LA_CALIDAD_EDUCATIVA
- Bañon, G., & Pinedo, L. (2020). *Estudio Comparativo del Estres Laboral en*. Repositorio digital [Tesis de Licenciatura en Psicología, Universidad Autonoma de ICA. Obtenido de <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/870/1/Fihama%20Lynn%20Pinedo%20Galindo.pdf>
- CEPAL-UNESCO. (2020). *La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19*. OREALC/UNESCO Santiago. Obtenido de <http://hdl.handle.net/11362/45904>

- (2011). *CONSTITUCION DE LA REPUBLICA DEL ECUADOR 2008*. Obtenido de https://www.oas.org/juridico/pdfs/mesicic4_ecu_const.pdf
- Cueva, P., Chica, M., & Lituma, K. (2021). *Medición del nivel de estrés presentado en los docentes de educación básica y bachillerato de la Unidad Educativa CEBCI y de la Unidad Educativa Cristiana Verbo de la ciudad de Cuenca, provocado por el teletrabajo durante la pandemia de COVID 19*. Repositorio digital [Tesis de Psicología, Universidad del Azuay]. Obtenido de <http://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/11115>
- Elgueta, F. (2020). Desafíos de la educación jurídica latinoamericana Desafíos de la educación jurídica latinoamericana. *Revista Pedagogía Universitaria y Didáctica del Derecho*, 7(1), 1-5. doi:<https://doi.org/10.5354/0719-5885.2020.57763>
- Figuroa, T., Montalvo, J., Calderon, I., & Albuquerque, C. (2021). Escuelas rurales en el Perú: factores que acentúan las brechas digitales en tiempos de pandemia (COVID-19) y recomendaciones para reducirlas. *Educación*, 11-33. doi:<https://doi.org/10.18800/educacion.202101.001>
- Flores Paredes, A., Coila Pancca, D., Ccopa, S. A., Yapuchura Saico, C. R., & Pino Vanegas, Y. M. (2021). Actividad física, estrés y su relación con el índice de masa corporal en docentes universitarios en pandemia. *Comuni@ ción*, 12(3), 175-185. <http://dx.doi.org/10.33595/2226-1478.12.3.528>
- Gómez, B., & Sacta, R. (2020). Educación en Emergencia: Retos y Desafíos en Tiempos de Pandemia, caso Napo. *Mamakuna*(17), 67 - 77. Obtenido de <https://revistas.unae.edu.ec/index.php/mamakuna/article/view/520/508>

- Guelmes, L., & Nieto, E. (2015). Algunas reflexiones sobre el enfoque mixto de la investigación pedagógica en el contexto cubano. *Revista Universidad y Sociedad*, 7(1), 23-29. Obtenido de <http://scielo.sld.cu/pdf/rus/v7n1/rus03115.pdf>
- Gurumendi, E., Panunzio, P., Calle, A., & Borja, A. (2019). Síndrome burnout en docentes universitarios. *RECIMUNDO*, 5(3), 205-219. doi:[https://doi.org/10.26820/recimundo/5.\(2\).julio.2021.205-219](https://doi.org/10.26820/recimundo/5.(2).julio.2021.205-219)
- Iniciarte, A., Paredes, J., & Zambrano, M. (2020). Docencia y tecnologías en tiempos de pandemia covid-19 / Teaching and technologies in times of covid-19 pandemic. *Utopía Y Praxis Latinoamericana*, 25(1), 195-215. Obtenido de <https://produccioncientificaluz.org/index.php/utopia/article/view/34170>
- López, M., Adorno, E., & Cárdenas, B. (2021). Estrés percibido por docentes de nivel escolar básico y medio del Paraguay durante la pandemia de Covid-19. *Rev. virtual Soc. Parag. Med. In*, 8(2), 67-75. doi:<https://doi.org/10.18004/rvspmi/2312-3893/2021.08.02.67>
- Machado, E., & Montes de Oca, N. (2020). Competencias, currículo y aprendizaje en la universidad. Examen de los conceptos previos y configuración de una nueva definición. *Transformación*, 16(3), 405-434. Obtenido de <http://scielo.sld.cu/pdf/trf/v16n3/2077-2955-trf-16-03-405.pdf>
- Ortiz, C. (2018). Riesgo psicosocial de los docentes de la provincia de Málaga (España). *Revista Enfermería del Trabajo*, 8(1), 2-8. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6536490>
- Ortiz, M. (2019). *Competencia laboral y desarrollo organizacional desde la perspectiva de los docentes de formación general de la Universidad Privada Cayetano Heredia*,

2017. Repositorio digital [Tesis de Posgrado, Universidad Nacional de Educacion "Enrique Guzman y Valle"]. Obtenido de <http://hdl.handle.net/20.500.14039/4720>
- Pavie, A. (2011). Formación docente: hacia una definición del concepto de competencia profesional docente. *REIFOP*, 14(1), 67-8. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3678767>
- Quishpe, F., & Garcia, G. (2020). Impacto psicológico del covid-19 en la docencia de la Educación Básica Regular. *Alpha Centauri*, 1(2), 30-41. doi:<https://doi.org/10.47422/ac.v1i2.10>
- Revilla, T., & Palacios, S. (2020). Ser docente en tiempos de pandemia por COVID-19: evaluación del desempeño docente en una universidad pública de Lima. *Ágora Rev.Cient.*, 7(2), 58-62. doi:<http://dx.doi.org/10.21679/arc>.
- Robinet, A., & Pérez, M. (2020). Estrés en los docentes en tiempos de pandemia Covid-19. Polo del Conocimiento. *Polo de Conocimiento*, 5(12), 637-653. Obtenido de <https://orcid.org/0000-0003-4829-6544>
- Rodríguez, P. (2020). *La Resiliencia Docente como herramienta socioemocional y personal en la enseñanza remota*. Obtenido de https://investigacion.upaep.mx/micrositios/ebpd/assets/la_resiliencia_docente_como_herramienta.pdf
- Santos, M. D., Scorsolini, F., & Barcellos, C. (2021). Ser docente en el contexto de la pandemia de COVID-19: reflexiones sobre la salud mental. *Index de Enfermería*, 29(3), 137-141. Obtenido de https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S11321296202000020000
- Spencer, J., Silva, M., Mederos, C., & Gutiérrez, M. (2018). Entorno laboral saludable en las instituciones educativas y riesgos psicosociales del personal docente. *Revista de*

Investigación Científica, 2(4), 121-126.
doi:https://doi.org/10.26871/killkana_social.v2i4.371

Téllez, Á. (2020). *Salud mental en el ámbito laboral docente y directivo en tiempos de pandemia*. Repositorio digital [Tesis de Posgrado, Universidad Ecci]. Obtenido de <https://repositorio.ecci.edu.co/bitstream/handle/001/1078/Trabajo%20de%20grado.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Terre des Hommes Suisse. (2020). *Educación en tiempos de pandemia: Elementos de respuesta ante la contingencia por parte de los docentes*. Obtenido de <https://terredeshommessuisse.org.pe/wpcontent/uploads/2020/07/Educaci%C3%B3n-en-tiempos-de-Pandemia.-Encuesta-Resultados-Per%C3%BA-1.pdf>

Trujillo, C. (2020). *Manifestaciones del Estrés en los Docentes Rurales en el Contexto de la Pandemia Por el COVID-19*. Repositorio digital [Tesis de Psicología, Universidad Antonio Nariño]. Obtenido de <http://repositorio.uan.edu.co/bitstream/123456789/2195/1/2020CarolinaTrujilloTamayo.pdf>

UNESCO. (2020). *ODS4: EDUCACIÓN*. Obtenido de <https://es.unesco.org/gem-report/node/1346>

Veiga, J., Fuente, E. d., & Zimmermann, M. (2008). Modelos de estudios en investigación aplicada: conceptos y criterios para el diseño. *Medicina y Seguridad del Trabajo*, 54(210), 81-88. Obtenido de <https://scielo.isciii.es/pdf/mesetra/v54n210/aula.pdf>

Zapata, A. (2021). *Inteligencia emocional y desempeño autopercebido en docentes de instituciones educativas privadas de Chincha Alta, Ica-Perú*. Repositorio digital [Tesis de Licenciatura en Psicología, Universidad San Ignacio de Loyola]. Obtenido de <https://repositorio.usil.edu.pe/handle/usil/11783>

ANEXOS

Anexo 1. Consentimiento Informado para Participantes de Investigación

El propósito de esta ficha de consentimiento es informar a las personas participantes en

esta investigación sobre la finalidad de la misma, así como su papel y contar con su consentimiento.

Usted ha sido invitada(o) a participar en el proyecto de investigación “Determinación de los factores de estrés que afectan el estado psicoemocional y la competencia laboral durante la pandemia por COVID 19, en el personal docente de la Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera” del sector Urbano y la Unidad Educativa “Libertad” del sector Rural, Carchi- Cantón Espejo 2021-2022.

La institución que respalda el proyecto es la Universidad Técnica del Norte. Departamento de Posgrado, Maestría en Innovación en Educación con Mención en Pedagogía y Didáctica con un Enfoque Basado en Competencias. La investigación es conducida por la estudiante Caicedo Delgado Ximena Maribel, bajo la dirección de PhD. Wilson Antonio Bolívar Buriticá.

Dentro de las Unidades Educativas que hacen parte de nuestro estudio incluimos la Unidad Educativa” Libertad” y la Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera” y hemos querido invitarle a participar en la elaboración del instrumento que les será entregado.

Si usted accede a participar en este estudio, le invitaremos a responder preguntas y formuladas en el cuestionario y el grupo focal, el cual tendrá una duración máxima de (3)

horas de su tiempo. Acorde a las prescripciones y directrices vigentes, desarrollaremos el diálogo de manera presencial. Las intervenciones en este grupo de discusión serán grabadas, de modo que el investigador pueda categorizar las ideas que usted haya expresado. Sus repuestas serán confidenciales y anónimas, para lo cual serán codificadas usando un número de identificación y jamás se empleará su nombre, teniendo en cuenta que sus aportes serán utilizados exclusivamente con fines académicos de esta investigación. Una vez transcritas las intervenciones presentadas en este grupo focal, la grabación se destruirá.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria, en cualquier momento puede decidir retirarse. Las personas que participan en esta investigación no recibirán ninguna retribución, pero serán informadas, si así lo desean, de los resultados de la investigación. Si tiene alguna duda o inquietud sobre esta investigación, puede expresarlo en cualquier momento y si alguna de las preguntas durante el grupo de discusión le resulta incómoda, usted tiene el derecho de hacérselo saber al investigador y podrá omitir responderla.

Agradecemos su participación.

Firma: _____

Nombre: _____

CI: _____

Fecha: _____

Anexo 2. Acuerdo de consentimiento informado**ACUERDO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Estimado: _____

Yo, Ximena Maribel Caicedo Delgado, estudiante de la “Maestría en Innovación en Educación, Mención Pedagogía y Didáctica con un Enfoque Basado en Competencias” de la Universidad Técnica del Norte, solicito la autorización para la ejecución del siguiente estudio “Determinación de los Factores de estrés que afectan el estado psicoemocional y la competencia laboral durante la Pandemia por COVID 19, en el personal docente de la Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera” del sector urbano y la Unidad Educativa “Libertad” del sector rural, Carchi- Espejo, 2021-2022”, cuyo objetivo es desarrollar mecanismos y estrategias efectivas que permitan prevenir las enfermedades que afectan el estado emocional, por su participación en la investigación para mejorar la salud psicoemocional de los docentes.

A tal fin, solicito su autorización para su participación voluntaria en una encuesta virtual y la conformación de grupos focales que permita obtener información para la construcción de una guía didáctica digital que contenga orientaciones para prevenir el estrés en la competencia laboral de los docentes.

Este estudio no conlleva ningún riesgo. Sin embargo, es importante la participación y su aporte que contribuirá al aprendizaje e investigación, además se garantizando el pleno derecho de los participantes de conocer los resultados de la investigación.

Nombre: _____

Nombre: _____

Firma del investigador: _____

Firma del participante: _____

Anexo 3. Cuestionarios



INSTRUMENTOS: CUESTIONARIO

Factores de estrés que afectan el estado psicoemocional y la competencia laboral durante la sindemia por COVID 19, en el personal docente de la Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera” del sector Urbano y la Unidad Educativa “Libertad” del sector Rural, Carchi- Cant3n Espejo 2021-2022.

EDAD:	ESTADO CIVIL:
FECHA DE REALIZACIÓN:	SEXO:
NIVEL DE INSTRUCCIÓN:	NIVEL DE EDUCACIÓN A LA QUE IMPARTE CLASES:
AREA PEDAG3GICA:	UBICACIÓN GEOGRÁFICA:

OBJETIVO:

La presente encuesta tiene la finalidad de recabar informaci3n sobre los factores de estrés que afectan el estado psicoemocional y la competencia laboral durante la pandemia por COVID 19, en el personal docente de la Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera” del sector Urbano y la Unidad Educativa “Libertad” del sector Rural, Carchi- Cant3n Espejo 2021-2022.

Seg3n su realidad escoja la/las alternativas con las que m3s se identifica.

Anexo 3.1. Aspectos o competencias laborales en los docentes

- 1. ¿Cuántas horas labora durante el día?**
 - a) 5 a 7 horas
 - b) 7 a 9 horas
 - c) más de 9 horas
- 2. ¿Usted cómo califica el desempeño laboral durante de pandemia?**
 - a) Bueno
 - b) Regular
 - c) Malo
- 3. ¿Cree usted que ha recibido de parte de sus compañeros de trabajo y autoridades apoyo en las actividades laborales durante este confinamiento?**
 - a) Siempre
 - b) A veces
 - c) Nunca
- 4. ¿Qué es lo que más le estresa durante este tiempo de pandemia? Elija los literales según su criterio.**
 - a) Dificultades para usar las herramientas tecnológicas y plataformas virtuales
 - b) La Inasistencia de los estudiantes a las clases virtuales.
 - c) Incumplimiento de tareas por parte de los estudiantes.
 - d) La sobrecarga laboral
 - e) Falta de colaboración y compromiso de los padres de familia en la supervisión de la asistencia a clases virtuales y tareas.
 - f) Deserción de los estudiantes no contactados.
 - g) Problemas socioemocionales de los estudiantes en sus hogares.
 - h) Todas las anteriores.
- 5. ¿Usted dispone de internet alta calidad?**
 - a. Sí, dispongo de una buena conexión.
 - b. Solo algunas veces, la conexión no es de buena calidad.
 - c. No tengo acceso.
- 6. ¿Cuál plataforma tecnológica virtual fue más complicada manejarla para impartir las clases virtuales durante la pandemia?**
 - a) Microsoft Teams
 - b) Zoom
 - c) Google meet
 - d) Google classroom
 - e) Skype
- 7. Durante la pandemia por parte del ministerio de educación ha recibido capacitaciones o cursos para el manejo de plataformas y aplicaciones digitales.**
 - a. Si _____
 - b. No _____

8. **¿En este tiempo de pandemia he mejorado el uso de herramientas y plataformas tecnológicas?**
- Si _____
 - No _____
9. **¿Usted dispone de las herramientas y el espacio adecuado para impartir sus clases virtuales?**
- Si _____
 - No _____
10. **¿Qué herramienta tecnológica usa para impartir clases durante esta pandemia?**
Elija el literal según su criterio.
- Smartphone
 - Laptop
 - Computador de escritorio
 - Tablet
11. **¿Usted dispone de internet alta calidad?**
- Sí, dispongo de una buena conexión.
 - Solo algunas veces, la conexión no es de buena calidad.
 - No tengo acceso.
12. **Elija las redes sociales que ha usado para enviar y receptor tareas**
- WhatsApp
 - Facebook
 - Correo electrónico
 - Microsoft Teams
 - Todas las anteriores
13. **¿Ha tenido dificultades para realizar sus actividades educativas con efectividad y la atención a su familia?**
- Muchas _____
 - Bastantes _____
 - Pocas _____
 - Ninguna _____
14. **¿Durante la pandemia, usted cree que ha tenido mayor carga laboral en la modalidad virtual?**
- Si _____
No _____
15. **¿Usted piensa que si dispone del tiempo suficiente para planificar las clases virtuales?**
- Si _____

- b. No_____
- 16. Usted es tutor de curso.**
- a. Si_____
- b. No_____
- 17. Si la respuesta anterior es sí. Usted cómo califica la responsabilidad de ser tutor.**
- a. Muy complicado
- b. Complicado
- c. Poco complicado
- d. Fácil
- 18. ¿Durante la pandemia usted ha apercibido apoyo en sus actividades laborales por parte de sus compañeros de trabajo y las autoridades de la institución educativa?**
- a. Si_____
- b. No_____
- 19. ¿Durante la pandemia en las actividades que planificó para la clase pudo concentrarse?**
- a. Si_____
- b. No_____
- 20. ¿Usted tiene nombramiento indefinido en el MINEDUC?**
- a. Si_____
- b. No_____
- 21. ¿Le habría gustado afrontar la pandemia trabajando en otra profesión deferente a la docencia?**
- a. Si_____
- b. No_____
- 22. ¿En el campo laboral elija las situaciones de estrés o dificultades que se le ha presentado con los estudiantes?**
- a. Inasistencia
- b. Deserción escolar
- c. Incumplimiento de tareas
- d. Problemas de relacionamiento con los estudiantes.
- 23. ¿En el campo laboral elija las situaciones de estrés o dificultades que se le ha presentado con los padres de familia?**
- a. Falta de compromiso en la revisión de tareas y asistencia de sus representados.
- b. Inasistencia a las reuniones convocadas por parte de los docentes.
- c. Acoso laboral
- d. Dificultades en el relacionamiento con los padres de familia.

Anexo 3.2. Test psicoemocional

1. ¿Durante la pandemia cuál de las siguientes sensaciones pudo haber llegado a sentir? Puede elegir varios literales según su criterio.

- a) Feliz
- b) Triste
- c) Enojado
- d) Relajado
- e) Asustado
- f) Emotivo
- g) Preocupado
- h) Me fue indiferente
- i) Cansado
- j) Aburrido

2. Durante este periodo de pandemia, como ha sido la relación con su núcleo familiar. Elija el literal.

- a. Excelente
- b. Buena
- c. Regular
- d. Mala

3. ¿Cómo mide el nivel de estrés durante la pandemia?

- a. Muy Alto
- b. Alto
- c. Medio
- d. Bajo

4. ¿Durante la pandemia ha tenido dificultades para desarrollar su trabajo en la modalidad virtual?

Si _____
No _____

5. ¿Durante la pandemia, usted se ha sentido ansiedad en su ambiente laboral?

Si _____
No _____

6. En la siguiente escala, determine el nivel de fatiga mental que ha sentido durante sus labores educativas en tiempos de pandemia.

- 1. Fatigado
- 2. Poco fatigado
- 3. Considerablemente fatigado
- 4. Muy fatigado

7. En la siguiente escala. ¿Cuál cree usted que es su nivel de optimismo frente a esta pandemia a futuro?

1. Pesimista
2. Algo pesimista
3. Algo optimista
4. Muy optimista

Aspectos de Salud y Socioemocionales:

1. Del 1 al 5, ¿Cómo considera usted la calidad de sueño durante la pandemia?:

1. Excelente
2. Buena
3. Regular
4. Mala

2. ¿Durante el tiempo de pandemia cuáles de las siguientes sensaciones ha presentado en su entorno laboral?

- a) Motivado con las actividades virtuales
- b) Dificultad para impartir la clase virtual a los estudiantes.
- c) Concentrado en las actividades pedagógicas
- d) Falta de concentración en las actividades pedagógicas.
- e) Confortable con el entorno virtual
- f) Siento mayor seguridad laborar desde casa
- g) Feliz
- h) Deprimido
- i) Activo
- j) Cansancio mental.
- k) Sin preocupaciones
- l) Somnolencia

3. Puedo mantener la calma en situaciones de estrés.

Sí_____ No_____

5. ¿Durante esta pandemia ha tenido que compaginar sus actividades laborales con el cuidado de otras personas como hijos o adultos mayores?

- a. Si_____
- b. No_____

6. ¿Ha sentido que, durante la pandemia, ha tenido que asumir responsabilidades adicionales en el hogar?

a. Si _____

b. No _____

8. ¿Cree usted que las mujeres son más propensas a presentar estrés emocional porque tienen mayor responsabilidad tanto en la parte laboral como actividades del hogar?

a. Si _____

b. No _____

9. Durante la pandemia ha realizado actividades recreativas y deportivas que eviten el estrés.

a. Si _____

b. No _____

10. ¿Qué actividades deportivas o recreativas ha realizado usted durante la pandemia?

a. Salir a caminar

b. Trotar

c. Ir de paseo con la familia a lugares turísticos

d. Nadar

e. Yoga

f. Rutinas de entrenamiento en casa

g. Practicar un deporte

Anexo 4. Registro Anecdótico

A continuación, según la escala de Likert, se presentan 10 actividades sobre lo que piensa o siente sobre algunos aspectos del desempeño laboral en el campo docente en tiempos de Pandemia. Cada actividad ha sido provista de una escala ordinal: TA= Totalmente de Acuerdo, A= De Acuerdo, D= En desacuerdo, TD= En total desacuerdo. Marque en cada una de ellas la alternativa que responde mejor a lo que Ud. cree o siente. No omita ninguna respuesta.

N°	Actividades	Totalmente de Acuerdo	De Acuerdo	En Desacuerdo	Totalmente en Desacuerdo
1	Soy capaz de ajustarme a estándares de desempeño para mis estudiantes en la modalidad virtual.	1	2	3	4
2	Soy capaz de diseñar planificaciones pedagógicas y evaluaciones de buena calidad para los estudiantes en estos tiempos de pandemia.	1	2	3	4
3	Las autoridades apoyan y realizan un trabajo eficiente en el equipo docente.	1	2	3	4
4	Me siento cómodo con la modalidad virtual para cumplir con las funciones laborales diarias.	1	2	3	4
5	Pienso que en la modalidad virtual se ha tenido dificultades para impartir clases y los docentes son más propensos al estrés y depresión.	1	2	3	4
6	Si comparamos la educación virtual con la presencial, usted determinaría que la educación presencial garantiza un buen nivel de aprendizaje en los estudiantes	1	2	3	4

7	Una de las causas de la inasistencia e incumplimiento de tareas por parte de los estudiantes, es la falta de compromiso de los padres de familia en la supervisión de las actividades educativas de sus representados.	1	2	3	4
8	El estrés repercute o es el causante de la incidencia de algunas enfermedades que afectan al estado fisiológico y emocional en los docentes.	1	2	3	4
9	Uno de los motivos de la deserción escolar es la falta de recursos económicos y problemas en el hogar, siendo otro factor de estrés para los docentes.	1	2	3	4
10	Uno de los efectos del estrés en los docentes es la baja productividad en su desempeño laboral afectando el proceso de enseñanza aprendizaje.	1	2	3	4
		ELABORADO POR:	nombre del docente	FIRMA	
<hr/>		Lic. Ximena Caicedo			
FIRMA					

Anexo 5. Formato para Evaluar Instrumentos

“Determinación de los factores de estrés que afectan el estado psicoemocional y la competencia laboral durante la pandemia por COVID 19, en el personal docente de la Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera” del sector Urbano y la Unidad Educativa “Libertad” del sector Rural, Carchi- Cantón Espejo 2021-2022.

Formato para Evaluar Instrumentos

Cuestionario para determinar los Factores de estrés que afectan el estado psicoemocional y la competencia laboral durante la pandemia por COVID 19.

El siguiente instrumento pretende evidenciar los Factores de estrés que afectan el estado psicoemocional y la competencia laboral durante la pandemia por COVID 19 en el personal docente.

El instrumento está compuesto por un cuestionario de 23 preguntas cerradas, opción múltiple y escala numérica que determinarán los aspectos de competencia laboral, un test psicoemocional donde constan 7 preguntas para identificar el estado emocional de los docentes durante la modalidad virtual en tiempos de pandemia, además se le atribuye al estudio con un cuestionario de 10 preguntas sobre aspectos de salud y socioemocionales; y un registro anecdótico para recoger datos del grupo focal.

Conociendo su experticia como investigador, agradecemos su colaboración evaluando la calidad de las preguntas y pertinencia para identificar la temática que se quiere realizar de acuerdo con el objetivo de investigación.

OBJETIVO GENERAL:

La presente encuesta tiene la finalidad de recabar información sobre los factores de estrés que afectan el estado psicoemocional y la competencia laboral durante la pandemia por COVID 19, en el personal docente de la Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera” del sector Urbano y la Unidad Educativa “Libertad” del sector Rural, Carchi- Cantón Espejo 2021-2022.

CUESTIONARIO SOBRE ASPECTOS O COMPETENCIAS LABORALES EN DOCENTES							
Número de Pregunta	La pregunta es pertinente para el objetivo del proyecto.		Representatividad			Considera que la redacción de cada ítem es clara, precisa y concisa	
	SI	NO	OPTIMA	REGULAR	DEFICIENTE	SI	NO
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							

TEST PSICOEMOCIONAL							
Número de Pregunta	La pregunta es pertinente para el objetivo del proyecto.		Representatividad			Considera que la redacción de cada ítem es clara, precisa y concisa	
	SI	NO	OPTIMA	REGULAR	DEFICIENTE	SI	NO
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							

CUESTIONARIO DE ASPECTOS DE SALUD Y SOCIOEMOCIONALES							
Número de Pregunta	La pregunta es pertinente para el objetivo del proyecto.		Representatividad			Considera que la redacción de cada ítem es clara, precisa y concisa	
	SI	NO	OPTIMA	REGULAR	DEFICIENTE	SI	NO
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							

REGISTRO ANECDÓTICO PARA EVALUAR ASPECTOS DEL DESEMPEÑO LABORAL GRUPO FOCAL DOCENTE							
Número de Pregunta	La pregunta es pertinente para el objetivo del proyecto.		Representatividad			Considera que la redacción de cada ítem es clara, precisa y concisa	
	SI	NO	OPTIMA	REGULAR	DEFICIENTE	SI	NO
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							

UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

INSTITUTO DE POSGRADO

Si considera tener alguna observación en los ítems planteados, agradecemos ubicar en este espacio sus sugerencias:

Agradecemos su colaboración.

INSTITUTO DE POSGRADO

UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

Resolución No. 001-073 CEAACES-2013-13

INSTITUTO DE POSGRADO

**INSTRUMENTO PARA DETERMINAR LA VALIDEZ DEL CONTENIDO DEL
CUESTIONARIO DE OPINION SOBRE ESTRATEGIAS PSICOPEDAGÓGICAS/
PSICOEMOCIONALES.**

Para:.....

Presente:

De mis consideraciones:

Primeramente, quiero dirigirme a usted y extenderle un atento y cordial saludo y solicitarle a la vez su colaboración para la validación de los instrumentos que serán aplicados para recabar información diagnóstica sobre la “Determinación de los factores de estrés que afectan a la competencia laboral docente de la Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera del sector urbano y la Unidad Educativa “Libertad” del sector rural como requisito previo a la obtención del título de Maestría en Innovación en Educación con Mención en Pedagogía y Didáctica con un Enfoque Basado en Competencias.

El material a validarse trata sobre **“cuestionario a docentes y un registro anecdótico para evaluar el grupo focal.**

A continuación, se encuentran las instrucciones para la validación de los instrumentos.

- **Un cuestionario para determinar los factores de estrés que afectan el estado psicoemocional y la competencia laboral de los docentes de la Unidad Educativa del Milenio “Alfonso Herrera” y la “Unidad Educativa “Libertad”.**
- **Un test psicoemocional para identificar el estado emocional de los docentes en la modalidad virtual durante la pandemia por Covid 19.**

UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

INSTITUTO DE POSGRADO

- **Un registro anecdótico para conocer las opiniones o sugerencias de los docentes sobre las dificultades en la competencia laboral durante la pandemia.**

Por la atención que sirva dar a la presente, desde ya me anticipo en darle mis debidos agradecimientos no sin antes extenderle mis sentimientos de consideración y estima más distinguidos.

Atentamente:

Firma:

Nombre: Lic. Ximena Caicedo

CI: 0402016125

INSTITUTO DE POSGRADO

UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

Resolución No. 001-073 CEAACES-2013-13

INSTITUTO DE POSGRADO

Instrucciones para la validación de contenido del instrumento sobre la determinación de los factores de estrés que afectan el estado psicoemocional y competencia laboral docente.

1. Analice la pertinencia entre los objetivos e indicadores con los ítems del instrumento y exprese su juicio de valor en la hoja de registro correspondiente.
2. Determine la calidad técnica de cada ítem del cuestionario, del test psicoemocional y el registro anecdótico para la identificación de los factores de estrés que afectan el estado psicoemocional y la competencia laboral docente.
3. Considere pertinente el registro anecdótico para la evaluación del grupo focal como una estrategia para mejorar en el campo laboral docente y evitar el estrés psicoemocional.

Para realizar la evaluación de cada ítem, analice los siguientes aspectos:

UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

INSTITUTO DE POSGRADO

Correspondencia de las preguntas del instrumento con los objetivos, variables e indicadores.

(A) PERTINENCIA

Marque en la casilla correspondiente:

	Pertinente
P	No Pertinente

(B) REPRESENTATIVIDAD

Marque en la casilla correspondiente:

Representatividad		
o	Reg	Defici
ptima	ular	ente

(C) REDACCIÓN

Redacción	
Adecua	Inadecuado
do	

UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

INSTITUTO DE POSGRADO

NOTA: Al final de cada instrumento encontrará la matriz de validación para que realice las respectivas observaciones.

Gracias por su colaboración.

Firma: _____

Nombre del validador/a: _____

CI: _____