

El Bienestar Socioemocional de los Docentes The Socio-emotional Well-Being of Teachers

Artículo de investigación

Miguel Uvalle Becerra¹
migueluvalle05@hotmail.com

Recibido: 15 de febrero de 2020

Evaluado: 6 de marzo de 2020

Aceptado para su publicación: 10 de abril de 2020

Resumen

Una de las profesiones con mayor impacto en la salud y el bienestar de los trabajadores lo constituye la docencia. En este artículo documental se incluyeron distintas aportaciones que abordan desde enfoques diversos el bienestar o malestar de los docentes, siendo el principal propósito. Para su sistematización se organizó la información en cuatro categorías: concepto, componentes del bienestar socioemocional; estado socioemocional positivo y negativo de los docentes y sus causas; acciones socioformativas para potenciar el bienestar docente. El concepto de bienestar socioemocional como tal no existe en las referencias conceptuales y el concepto más cercano es el de bienestar docente. Puede entenderse

Abstract

One of the professions with the greatest impact on the health and well-being of workers is teaching. In this documentary type article, different contributions were included that approach the welfare or discomfort of the teachers from different approaches, being the main purpose of the study. For its systematization, information was organized into four categories: concept, components of socio-emotional well-being; positive and negative socio-emotional state of teachers and their causes; socioformative actions to enhance teacher welfare. The concept of socio-emotional well-being as such does not exist in conceptual references and the closest concept is that of teacher welfare. The socio-emotional well-being of the teacher can be understood as the progressive formation

¹ Mtro en Educación, estudiante del Doctorado en Socioformación y Sociedad del Conocimiento en Centro Universitario CIFE, México. Docente en la Escuela Normal Profr y Gral. Alberto Carrera Torres de Jaumave, Tamaulipas, México. Orcid: <http://orcid.org/0000-0001-5151-830X>

el bienestar socioemocional del docente como la formación progresiva de un equilibrio emocional para responder holísticamente ante los retos de la sociedad del conocimiento, actuando con profundo sentido ético e impulsando la solución de problemas con la colaboración conjunta de los distintos actores educativos, para transformar su entorno social y calidad de vida.

Palabras clave: Bienestar socioemocional, bienestar docente, bienestar laboral, bienestar psicológico, felicidad docente.

of an emotional balance to respond holistically to the challenges of the knowledge society, acting with a deep ethical sense and driving the solution of problems with the joint collaboration of the different educational actors, to transform their social environment and quality of life.

Keywords: Social-emotional well-being, teaching well-being, work well-being, psychological well-being, teacher happiness.

Introducción

La docencia constituye una de las profesiones con gran impacto emocional en quienes la desempeñan, debido a sus múltiples implicaciones que van desde el compromiso de conocer los distintos elementos de la planificación, las características de las personas que atiende, las herramientas y estrategias más convenientes, los instrumentos de evaluación, entre otras; pero, además, está en constante relación afectiva con los propios alumnos, con sus compañeros de trabajo y con los padres o tutores. Aunado a lo anterior, se encuentran inmersos sus deseos, sus expectativas, sus problemas y las incertidumbres ante los nuevos desafíos docentes (Bernal y Donoso, 2013; Donoso y Muñoz, 2013).

En esta dinámica se encuentra en juego la capacidad que el docente tiene para asumir las diversas responsabilidades y al mismo tiempo resolver de forma asertiva las dificultades que se le presentan, cuando los resultados no son lo suficientemente favorables inician complicaciones de diversas índoles afectando la salud del docente; las alteraciones más frecuentes pueden manifestarse físicamente en cefaleas, dolores musculares, infecciones, indigestión, inflamaciones; de tipo

psicológico en ansiedad, irritabilidad, insomnio, nerviosismo, angustia; de tipo afectivo en tristeza, depresión, apatía, baja autoestima, entre otras distintas conceptualizaciones o enfoques (Beckett, Schultendorff y Zubiri, 2015; Bermejo, 2016; Cuadra, Jorquera y Pérez, 2015; Ruiz, 2016).

La resultante anterior constituye un desajuste en el docente que implica un malestar para la salud y por lo tanto una denominación particular con base en los distintos enfoques teóricos, encontrando entre ellas: Desgaste Profesional (Gaxiola, 2014), estrés laboral (Millán, García y D'Aubeterre, 2014), estrés docente (Aris, 2014), burnout (Bermejo, 2016; Díaz y Carolina. 2016), enfermedad profesional (Cuadra, Jorquera, y Pérez, 2015), conceptualizaciones que denotan al mismo tiempo un tratamiento desde perspectivas opuestas, bien considerándolo como causa o como consecuencia, de la falta de bienestar.

Una de las primeras aproximaciones hacia la temática expuesta consiste en preguntarse si el desempeño de los docentes conduce a un desarrollo pleno, cuáles son algunas de sus condiciones en la vida laboral, social y familiar, qué aproximaciones existen y cómo es estudiado el bienestar de los profesionales en la docencia, todo ello englobado en un cuestionamiento muy sencillo en relación con la felicidad del docente. Sin embargo, el término felicidad lleva implícito una postura filosófica que dificultaría un análisis más preciso, más objetivo, optando por presentar la temática desde el término bienestar o bienestar subjetivo, refiriéndose con ello a una estabilidad saludable del docente en todos sus aspectos (Perandones, Herrera y Lledó, 2013).

En esta búsqueda documental se considera el término socioemocional porque de manera general se trata de subrayar la importancia que juegan las emociones en la respuesta del docente respecto a las interacciones con los distintos actores del proceso educativo y en ese sentido no se localiza información desde la perspectiva del bienestar socioemocional, sin embargo, los diversos estudios que abordan el bienestar (subjetivo, psicológico) o las consecuencias de la falta de bienestar tales como el estrés o el burnout, sí refieren el impacto que tienen las emociones o el

estado emocional en dicho proceso (Gaxiola, 2014; Perandones, et. al., 2013; Donoso y Muñoz, 2013).

En una relación más directa se retoma el análisis de Serio, Jiménez y Rosales (analizado por Leal, Dávila y Valdivia, 2014), donde se destaca la relevancia de las competencias sociales y emocionales como un factor de impacto que contribuyen a lograr un mejor desempeño docente, incluso que las competencias cognitivas. De igual forma Valverde, Fernández y Revuelta (2013), consideran que el bienestar psicológico y social son elementos que se complementan dando paso a un bienestar emocional favoreciendo las decisiones, intervenciones e interacciones del docente; ello sin definir una postura o línea delimitante o dominante entre lo cognitivo y lo emocional, sino interconectado.

Las orientaciones conceptuales referidas hasta el momento, proporcionan un acercamiento hacia la diversidad que envuelve el estudio de la labor docente, con la intención de explicar cuáles son los factores o detonantes que conducen a la presentación de dos escenarios opuestos: el que esboza el desempeño docente como positivo, estimulante, productivo, satisfactorio; y el que dibuja un panorama negativo, difícil, hostil, complicado y con escasa realización personal. Retomando las aportaciones de los estudios al respecto puede expresarse como polos: el bienestar y malestar, o la realización “engagement” y el agotamiento “burnout” (Bernal y Donoso, 2013; Bernal y Donoso, 2017).

En la actividad profesional docente se hace presente los dos polos o escenarios que hasta el momento se han mencionado: satisfacción e insatisfacción, bienestar o malestar, entre otras interpretaciones; sin embargo, en el presente estudio documental se pretende rescatar los factores, circunstancias o acciones encaminadas a explicar y propiciar el ejercicio docente positivo: (Millán, et. al., 2014); en particular se estaría buscando qué iniciativas hay desde la sociedad del conocimiento y la socioformación.

Metodología y métodos

Tipo de estudio

El análisis documental permite lograr un acercamiento meticuloso en relación con una particularidad del conocimiento, con la finalidad de explicar el estado que guarda un estudio específico e incorporar una nueva sistematización que sintetice el conocimiento científico presentado hasta el momento, o generar nuevos tópicos de investigación (Bernal, Martínez, Parra y Jiménez, 2015). Una fuente directa la constituyen las bases de datos científicas.

Categorías de análisis

La búsqueda documental se organiza con base en cuatro categorías (tabla 1). La selección de documentos teóricos para el estudio del tema sobre el bienestar de los docentes se realizó considerando los siguientes criterios: a) Se buscaron artículos y libros mediante las siguientes bases de datos: Google Académico, Scielo, Redalyc, Latindex, Base, Jurn y Science Direct; b) Se emplearon las siguientes palabras esenciales “Bienestar socioemocional docente”, “Bienestar docente”, “Bienestar laboral”, “Felicidad docente”; junto con una o varias de las siguientes palabras complementarias: “Satisfacción laboral”, “Satisfacción docente” y “Bienestar subjetivo”; c) Se seleccionaron los artículos localizados en revistas indexadas y en algunos casos, documentos o programas resultados de trabajo serios de investigación, relevantes para fundamentar la temática de análisis; d) Los documentos debían estar dentro del periodo 2015-2020 y si se presentaban dificultades de ubicación de fuentes en estos periodos, considerando también el 2013-2014, con la finalidad de reunir la información pertinente; y e) Los documentos debían abordar algún elemento de las categorías establecidas.

Tabla 1

Categorías	Preguntas o componentes
1. Concepto y componentes del bienestar socioemocional	¿Cuáles son los principales acercamientos conceptuales del bienestar socioemocional de los docentes?
2. Estado socioemocional positivo de los docentes y causas	¿Qué factores propician un bienestar en los docentes?
3. Estado socioemocional negativo de los docentes y causas	¿Qué factores generan un estado socioemocional negativo en los docentes?
4. Acciones socioformativas como alternativa para potenciar el bienestar docente	¿Qué alternativas o acciones se han puesto en práctica para fomentar el bienestar en los docentes?

Resultados

Categoría 1. Concepto y componentes del bienestar socioemocional

Con esta categoría se pretende conceptualizar la temática de estudio y aunque directamente no hay un término que aluda al desarrollo socioemocional se encontraron distintas acepciones que se refieren en general a la intención del estudio; es decir, no hay una claridad conceptual que sea retomada como concepto válido y aceptado por distintos autores, cada uno utiliza términos diversos para explicar el hecho que el docente pueda mantener un estado óptimo que le permita un desempeño armónico, feliz, productivo, con entrega a su labor docente diaria y que al mismo tiempo se desenvuelva con esa sintonía en su vida cotidiana, tanto en las relaciones con sus compañeros de trabajo, con sus amigos y en particular con su familia.

Uno de los motores de búsqueda lo constituye precisamente el lado positivo o favorable de la actividad docente, el que conduce a la realización personal, a disfrutar de las distintas acciones pedagógicas y sentirse en armonía, alegría y entusiasmo, siendo denominado por algunos teóricos como capacidad de

realización o “engagement” (Bermejo, 2016; Bernal y Donoso, 2013; Bernal y Donoso, 2017), considerando este estado emocional como una entrega y satisfacción por el trabajo donde el docente puede ejecutar sus actividades incluso perdiendo la noción temporal, debido a la sincronización lograda con el trabajo.

Lo anterior es un acercamiento a la conceptualización generalizada de los estudios sobre el tema y es oportuno expresar de manera directa los términos que emplean los autores localizados. Así, Millán, et. al. (2014) se refieren al bienestar y a la felicidad como términos genéricos y que constituyen el fin de la psicología positiva, a diferencia de Perandones, Herrera y Lledó (2013) quienes diferencian al bienestar como un concepto más amplio y holista que la felicidad; afirman que los investigadores prefieren el término bienestar subjetivo o simplemente bienestar, para evitar el análisis histórico y filosófico del término felicidad.

Se encuentran otros términos que contemplan el bienestar del docente, como el que se considera a partir del acrónimo PERMA, por sus siglas en inglés (Positive emotions, Engagement, Relationships, Meaning, Achievements) retomado por Millán, et. al., (2014), así como señalado por López, Jiménez y Guerrero (2017), para referirse a componentes como emociones positivas, entrega, relaciones interpersonales, significado y logros; también está el de Satisfacción docente y Bienestar docente, conceptualizado este último como “una evaluación positiva realizada por el docente sobre sí mismo, dentro de un periodo amplio de tiempo, en función a su satisfacción con su labor profesional. Esto implica un bienestar físico, mental y social del docente” (Donoso y Muñoz, 2013, p. 334). Así se observan distintos términos pero que presentan una estrecha relación con la temática del estudio.

En otro análisis sobre la relación bienestar-felicidad, donde se retoman la postura hedónica y eudaimónica, con la intención de lograr consenso para referirse de manera clara al trabajar el concepto de “bienestar” se afirma lo siguiente:

El concepto de bienestar va más allá de la satisfacción de las necesidades vitales, sociales y emocionales y se evalúa en función de indicadores como menor sufrimiento y malestar, mejores apreciaciones personales, así como manejo saludable del entorno y de sus vínculos personales. Además, puede ser aprendido,

tiene un carácter universal, temporal, fenomenológico y positivo, asociado a ciertos rasgos de la personalidad (López-Sánchez, Jiménez-Torres y Guerrero-Ramos, 2017, pp.467-468)

Categoría 2. Estado socioemocional positivo de los docentes y causas.

Dentro de la información localizada en referencia al bienestar docente se consideró pertinente separar los estudios que se enfocan en los aspectos positivos y negativos, o en causas y consecuencias que generan un estado sano y uno más enfocado al malestar o desgaste del docente. Dentro del estado positivo se menciona la conclusión de Millán, et. al. (2014) en relación a un estudio con docentes universitarios de Venezuela que en la medida en que un docente universitario posea una mayor disposición a fluir en el trabajo y una mayor inteligencia emocional, mayor será su capacidad resiliente ante la indisciplina de sus estudiantes y la dedicación excesiva a su labor docente. Por su parte Bernal y Donoso (2013), consideran que la capacidad de afrontamiento que realizan los docentes frente a las dificultades aumenta cuando se cuenta con los recursos personales adecuados, además de otros factores tales como fácil acceso a la información y a los recursos, gestión eficaz de las reuniones, la participación efectiva de los miembros de la organización, relaciones personales cordiales, que contribuyen de manera directa en la salud y bienestar de los docentes.

De manera análoga Bermejo (2016) se refiere a la aplicación de estrategias proactivas y positivas como un recurso que puede generar mayor percepción de autoeficacia y con ello un mejor bienestar en el docente, estados emocionales positivos, adecuada salud y plenitud en el trabajo. Beckertt, et. al., (2015) también coinciden que las emociones positivas fortalecen un trabajo docente satisfactorio tendiente a mejorar la salud y el bienestar. Sin embargo, es necesario el apoyo directo (institucional, organizacional, gubernamental) que pueda tener el docente para que llegue a ese estado positivo.

Se complementa la importancia que reviste el aspecto relacionado con las emociones que otros estudios señalan, aplicables a las estrategias utilizadas por estudiantes en sus actividades escolares, con la intención de superar las

dificultades diarias y más en culminación o transición de periodos escolares (Morales, 2017). En ellos se especifica, como factores que redundan en aspectos favorables para los estudiantes, la inteligencia emocional y el autoconcepto, elementos que requieren su presencia en los docentes para que se encuentren en posibilidades de convertirse en fuentes de desempeño a seguir por los estudiantes. Al abordar la elaboración de una escala para el ámbito universitario, Unda, et. al., (2016) expone también como generador de aspectos positivos el factor de motivación y autovaloración, con lo cual se amplia y confirma la importancia del aspecto emocional como una variable para lograr el bienestar. De forma análoga se analiza la aplicación de distintas capacidades psicológicas tales como la autoeficacia, la autoestima, el optimismo o la resiliencia para establecer la habilidad personal de protección ante situaciones laborales adversas (Soler, Meseguer y García, 2015).

Se localiza en la recopilación documental algunos estudios desde la perspectiva del uso de las tecnologías como un mecanismo de apertura o reforzador afectivo que impulse a los docentes a mantener estados óptimos de bienestar e innovación educativa (Valverde, Fernández y Revuelta, 2013) y aunque ciertamente algunos resultados muestran una tendencia favorable para los docentes innovadores, existen otros planteamientos sobre los retos que tiene el mundo educativo ante la sociedad red que analiza el efecto contrario con los cambios tecnológicos que pueden causar tensión y estrés en el docente (Aris, 2014).

Categoría 3. Estado socioemocional negativo de los docentes y causas.

La mayoría de los estudios seleccionados como referentes para explicar el bienestar socioemocional de los docentes menciona dentro de sus aportaciones como causas de un problema social que redundan en desequilibrio o malestar los cambios vertiginosos en el desarrollo tecnológico, en los programas de estudio, en el contexto social; en las formas de planear, de evaluar, de abordar los problemas sociales como la escasa participación de las familias, las precarias condiciones laborales de muchos trabajadores, entre muchos otros que progresivamente van

generando desesperación, conflictos, tensión; distintos malestares, físicos y psicológicos, que impactan de manera directa en el desempeño y en la salud general de los docentes (Arís, 2014; Beckertt, et. al., 2015; Bermejo, 2016; Cuadra, et. al., 2015; Donoso y Muñoz, 2013; Millán, et. al., 2014; Ruiz, 2016).

Por lo tanto, se puede generalizar que los estudios se han enfocado y profundizado mucho más a las probables causas y consecuencias para el malestar o falta de bienestar docente, existiendo por ello varios artículos que versan directamente sobre el estrés docente (Palacios y Montes de Oca, 2017; Morales, 2017), desgaste profesional y burnout (Bermejo, 2016; Díaz y Carolina 2016). Como una temática de impacto se localizan aportaciones de estudios que analizan elementos estresores desde diversos niveles educativos (Pinazo, García-Prieto y García-Castellar, 2020; Charry, Garzón, Pozo y Bretones, 2018 y la necesidad de desarrollar alternativas o estrategias de solución para contar con una sociedad más plena e incremento en estilos saludables y calidad de vida (Leyton, Batista y Jiménez-Castuera, 2020)

En México los docentes pasaron por una etapa de incertidumbre laboral con presión ante distintas etapas de evaluación, desconociéndose el impacto directo en las condiciones de estrés, vida y salud (Ketck, 2015).

Categoría 4. Acciones socioformativas como alternativa para potenciar el bienestar docente.

Respecto a las alternativas localizadas de estudios encaminados a favorecer el bienestar docente fue más limitada esta categoría, en virtud de que pocos estudios se han preocupado por buscar variables que impacten de manera directa en el trabajo del docente y a través de este proceso el docente obtenga mayor satisfacción personal; en esta vertiente Leal-Soto, et. al., (2014) realizaron un estudio sobre el impacto motivacional tanto de la práctica docente como del clima de aprendizaje para ver los resultados en los estudiantes y de manera indirecta se fortalecieron las competencias docentes y con ello tuvieron también un impacto positivo en lo social y emocional del docente.

Dentro de las investigaciones que buscan establecer indicadores que expliquen de manera clara el estado de bienestar del docente, las primeras discrepancias que

presentan son precisamente en relación a la noción conceptual y por consecuencia los enfoques aplicados se perfilan en torno a los factores que provocan la falta de bienestar. Por su parte los estudios que buscan cómo fomentar la felicidad, bienestar o calidad de vida han abordado entre otras variables: la influencia que tiene la inteligencia emocional (Donoso y Muñoz, 2013; Mérida-López y Extremera, 2020; Morales, 2017, Sánchez y Tobón, 2020; otros resaltando la capacidad de realización o engagement (Bernal y Donoso, 2017; o rescatando el papel de la resiliencia (Soler, Meseguer y García, 2016), con la intención de llegar a un estado óptimo o de bienestar para que el docente logre un desempeño con mejores indicadores de plenitud y satisfacción con su vida laboral y social.

Un programa localizado más directamente con el bienestar laboral y que pudiese tener una relación más estrecha con algunos elementos del enfoque socioformativo lo constituye el Programa de Bienestar Laboral Docente emitidas por el Ministerio de Educación Nacional (2013), en Barranquilla, Colombia, el cual se ha tomado como punto de referencia central en la Formulación de los Lineamientos del Programa de Bienestar Laboral Docente. Este programa observa una amplia justificación y fundamentación considerando que el diseño e implementación de políticas, planes, programas y proyectos coherentes, sistemáticos, con pertinencia social y académica sobre el bienestar docente, orientados al mejoramiento de su calidad de vida, de las condiciones de trabajo y salud física y mental, y al incremento de los niveles de satisfacción personal, profesional y laboral (Cortés, 2013). Es meritorio reconocer que la perspectiva desde donde emerge este programa considera la naturaleza esencialmente humana y orientada al desarrollo integral del ser humano. Razón de peso para ubicarlo como un programa ideal para que los docentes, alumnos, padres, instituciones, organismos, dependencias y sociedad en general, se encaminen a la consecución de sus metas a través de la colaboración y el desarrollo sustentable, características del enfoque socioformativo.

También resulta importante mencionar dentro de esta categoría el enfoque humanista que señala Ojalvo y Curiel (2018) que permita formar docentes con

profundo sentido ético y social, a través de una educación socioafectiva que facilite el bienestar personal y social de los ciudadanos en general.

Discusión

La búsqueda de información para analizar el bienestar socioemocional de los docentes permite expresar a través de la presentación introductoria y la metodología del estudio algunos elementos generales que si bien requieren de una mayor profundidad, constituyen un avance en los estudios latinoamericanos y en particular en México, por la clara ausencia de programas destinados a mejorar las condiciones emocionales, sociales, psicológicas, físicas y de bienestar general de los docentes que fortalezcan a su vez los procesos de mejora y desempeño. Considerando que los avances al respecto en su mayoría corresponden a otros contextos donde se han iniciado investigaciones desde distintos enfoques o retomando los instrumentos de investigación de otros teóricos como la Escala de Bienestar Psicológico y el Cuestionario de Salud Docente (Millán, et. al., 2014), el modelo de Ryff (Leal, et. al., 2014), entre otros; resulta urgente la aplicación y mejoramiento de estos procesos en la educación mexicana, que contribuya a consolidar la formación y bienestar docente.

Las condiciones que caracterizan a los docentes mexicanos pudieran no diferir mucho del contexto latinoamericano, sin embargo, como se precisó con el programa de bienestar de los docentes promovido en Colombia (Cortés, 2013) abre una clara diferencia con los avances observados y trabajos a partir de un programa oficial debidamente fundamentado. Adicionalmente se conoce por distintos medios los procesos de evaluación a los que están sometidos la mayoría de los docentes en México lo que pudiera considerarse un detonador de las condiciones socioemocionales negativas y por ende un detrimento de la salud y bienestar, sino de todos, de muchos de los trabajadores en el campo docente.

Las características del enfoque socioformativo apuntan hacia una sociedad más satisfecha y plena, hacia personas que establezcan un proyecto ético de vida y en particular a mejorar las condiciones inherentes a la enseñanza y el aprendizaje en

las aulas. En este sentido, el panorama que se obtenga sobre la satisfacción docente puede vincular e impulsar proyectos formativos que contribuyan con la estabilidad docente, con resultados transformadores e innovadores o con la implementación de programas alternativos para mejorar el bienestar socioemocional de los docentes.

Conclusiones

Existe cada vez mayor interés por encontrar mejores resultados en la educación y un papel fundamental lo tiene el docente, de ahí la relevancia de profundizar en el estado de bienestar y calidad de vida de los docentes, así como en las acciones que permitan vincular su vivencia positiva con los alumnos que atienden, para incrementar las expectativas hacia estilos de vida óptimo (escolar, familiar y social). Estas características parciales del estado que guarda el docente en México indican la necesidad de impulsar algunos estudios en relación con el bienestar docente, adecuando los instrumentos de acuerdo a las expectativas o metas que se establezcan para tal fin; en el mejor de los casos resultará de sumo interés, la creación de instrumentos sencillos en congruencia con el enfoque socioformativo y con las características del contexto mexicano que permitan continuar con investigaciones directas respecto al estado de la cuestión de los docentes en México.

Este estudio permite considerar el bienestar socioemocional del docente como la formación progresiva de un equilibrio emocional para responder holísticamente ante los retos de la sociedad del conocimiento, actuando con profundo sentido ético e impulsando la solución de problemas con la colaboración conjunta de los distintos actores educativos, para transformar su entorno social y calidad de vida.

Referencias bibliográficas

- Aris, N. (2014). Aspectos sociales y sociológicos en el estrés de los docentes. *Vivat Academia*, Vol 0 (126), 79-88. Recuperado de: <http://goo.gl/o4aUVV>
- Bernal, A. y Donoso, M. (2013). El cansancio emocional del profesorado. Buscando alternativas al poder estresante del Sistema escolar. Secretariado de publicaciones Universidad de Sevilla. *Cuestiones Pedagógicas*, 22, 2012/2013, 259-285. Recuperado de: <http://goo.gl/HzCOJC>
- Bernal, A. y Donoso, M. (2017). "Engagement" y bienestar en el profesorado universitario. Hacia la delimitación de indicadores evaluativos. **Contextos Educativos. Revista de Educación**, [S.l.], n. 20, 183-199. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.18172/con.2997>
- Bernal, D., Martínez, M., Parra, A. y Jiménez, J. (2015). Investigación documental sobre calidad de la educación en instituciones educativas del contexto iberoamericano. *Entramados: educación y sociedad*, Vol. 0 (2) 107-124. Recuperado de: <https://fh.mdp.edu.ar/revistas/index.php/entramados/article/view/1389/1386>
- Beckett, E., Schultendorff, A. y Zubiri, F. (2015). Diseño e implementación de una intervención educativa para elevar el bienestar docente basado en la evidencia de la psicología positiva y las neurociencias. *Pensamiento Educativo. Revista de Investigación Educativa Latinoamericana*. Vol. 52(2), 151-171. Recuperado de <http://goo.gl/rE7gQi>
- Bermejo, L. (2016). Bienestar docente. Estrategias para una vida emocionalmente más saludable en el trabajo del profesor. *Padres y Maestros/ Journal of Parents and Teachers*. Vol. 0(368), 18-23. Recuperado de: <http://goo.gl/f4bDbX>
- Charry, C., Garzón, A., Pozo, C. y Bretones, B. (2018). Invarianza factorial del burnout académico para estudiantes hispanohablantes. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*. Vol. 23, (79), 1195-1215. Recuperado de: <http://www.scielo.org.mx/scielo.php?>
- Cuadra, D., Jorquera, R. y Pérez, M. (2015). Las teorías subjetivas del profesor acerca de su salud laboral: Implicancias en la promoción de la salud preventiva en el trabajo docente. *Ciencia & trabajo*, 17(52), 1-6. Recuperado de: <http://goo.gl/sGUK3q>
- Cortés, O. (2013). Lineamientos del Programa Laboral de los Docentes y Directivos del Sector Educativo Oficial del Distrito de Barranquilla/Universidad de la Costa.

- Díaz, F. y Carolina, I. (2016). La investigación sobre el síndrome de burnout en Latinoamérica entre 2000 y 2010. *Psicología desde el Caribe*, Vol. 33(1), 113-131. Recuperado de: <http://goo.gl/6BYgPc>
- Donoso, M. y Muñoz, M. (2013). Incidencia del bienestar docente en la construcción de la identidad personal y profesional. *En International Conference Reconceptualizing the professional identity of the European teacher. Sharing Experiences* (329-342). Sevilla, España. Recuperado de: <http://goo.gl/n97TsZ>
- Gaxiola, E. (2014). Bienestar psicológico y desgaste profesional (DP) en amas de casa docentes universitarias. *Journal of Behavior, Health & Social Issues* Vol. 6 (1), 79-88. Recuperado de: <http://goo.gl/rDjgN1>
- Keck, C.S. (2015). Education reform in Mexico: neo-liberalism, "schizophrenia" and the ethical challenge within the agendas for educational change. *Sinéctica. Revista Electrónica de Educación*, (45), 1-17, Recuperado de: <http://www.scielo.org.mx/pdf/sine/n45/n45a12.pdf>
- Leal, F., Dávila, J. y Valdivia, Y. (2014). Bienestar psicológico y práctica docentes con efectos motivacionales orientadas al aprendizaje. *Universitas Psychologic*, Vol. 13(3), 1037-1046. Recuperado de: <http://goo.gl/om5BM2>
- Leyton, M., Batista, M. y Jiménez-Castuera, R. (2020). Modelo de predicción de los estilos de vida saludables a través de la Teoría de la Autodeterminación de estudiantes de Educación Física. *Revista de Psicodidáctica*. Vol. 25(1), 68-75. Recuperado de: <https://doi.org/10.1016/j.psicod.2019.05.002>
- López-Sánchez, M., Jiménez-Torres, M. y Guerrero-Ramos, D. (2017). Estudio de la percepción del profesorado sobre el bienestar-felicidad. Profesorado. *Revista de Curriculum y Formación del Profesorado*. Vol. 21(2), 463-486. Recuperado de: <http://cort.as/-7Vm9>
- Millán, A., García, D. y D'Aubeterre, M. (2014). Efecto de la inteligencia emocional y flujo en el trabajo sobre estresores y bienestar psicológico: análisis de ruta en docentes. *Revista Colombiana de Psicología*. Vol. 23(1), 207-228. Recuperado de: <http://goo.gl/EgHYk6>
- Mérida-López, S. y Extremera, N. (2020). Cuando la falta del compromiso ocupacional del profesorado novel no es suficiente para explicar la intención de abandono: ¡La inteligencia emocional importa! *Revista de Psicodidáctica*. Vol. 25(1), 52-58. Recuperado de: <https://doi.org/10.1016/j.psicod.2019.05.001>
- Morales, F. (2017). Relaciones entre afrontamiento del estrés cotidiano, autoconcepto, habilidades sociales e inteligencia emocional. *European Journal of Education and Psychology*. Vol. 10(2), 41-48. Recuperado de: <http://cort.as/-7WJZ>

- Ojalvo, V. y Curiel, L. (2018). La tradición humanista de la educación cubana: premisa para la formación docente en educación socioafectiva. *Atenas*. Vol. 3, (43), 115-128. Recuperado de: <https://atenas.reduniv.edu.cu/index.php/atenas/article/view/390>
- Palacios, M. y Montes de Oca, V. (2017). Condiciones de trabajo y estrés en académicos universitarios. *Ciencia y Trabajo*. Vol. 19(58), 49-53. Recuperado de: <http://cort.as/-7WKA>
- Perandones, T., Herrera, L. y Lledó, A. (2013). Felicidad subjetiva y autoeficacia docente en profesorado de República Dominicana y España. *European Journal of Investigation in Health. Psychology and Education*. Vol. 3(3), 277-288. Recuperado de: <http://goo.gl/zsBPil>
- Pinazo D., García-Prieto L.T. y García-Castellar, R. (2020). Implementación de un programa basado en mindfulness para la reducción de la agresividad en el aula. *Revista de Psicodidáctica*. Vol. 25(1), 30-35. Recuperado de: <https://doi.org/10.1016/j.psicod.2019.08.004>
- Ruiz, J. (2016). El bienestar emocional del docente. *Revista Nacional e Internacional de educación inclusiva*. Vol. 9 (2), 183.194. Recuperado de: <http://goo.gl/Um1fdQ>
- Sánchez, C.J. y Tobón, S. (2020). Cartografía Conceptual de la Inteligencia Emocional para favorecer la Inclusión desde la Socioformación. *Atenas*. Vol.1 (49) 20-35. Recuperado de: <https://atenas.reduniv.edu.cu/index.php/atenas/article/view/536/815>
- Serio, Á., Rosales, M. y Jiménez, H. (2015). Competencias de autoimplicación en docentes con bajo y alto bienestar psicoprofesional. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, Vol. 18(1), 307-326. Recuperado de: <http://goo.gl/tBr3D>
- Soler, M., Meseguer, P., y García, M. (2015). Propiedades psicométricas de la versión española de la escala de resiliencia de 10 ítems de Connor-Davidson (CD-RISC 10) en una muestra multiocupacional. *Revista Latinoamericana de Psicología*. Vol. 48 (3), 159-166. Recuperado de: <http://cort.as/-7WKU>
- Unda, S., Uribe, F., Jurado, S., García, M., Tovalín, H. y Juárez A. (2016). Elaboración de una escala para valorar los factores de riesgo psicosocial en el trabajo de profesores universitarios. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*. Vol. 32(2), 66-74. Recuperado de: <http://cort.as/-7WH7>
- Valverde, J., Fernández, M. y Revuelta, F. (2013). El bienestar subjetivo ante las buenas prácticas educativas con tic: su influencia en profesorado innovador. *Facultad de Educación. UNED Educación XXI*. Vol. 16 (1), 255-280. Recuperado de: <http://goo.gl/JGZG4>.