

## VARIACIONES EN LOS ESTADOS EMOCIONALES AUTOPERCIBIDOS DE DOCENTES DE EDUCACIÓN BÁSICA RELACIONADOS CON LA PANDEMIA DE COVID-19 EN JALISCO, MÉXICO.

VARIATIONS IN THE SELF-PERCEIVED EMOTIONAL STATES OF BASIC EDUCATION TEACHERS  
RELATED TO THE COVID-19 PANDEMIC IN JALISCO, MÉXICO

**Erika Yadira Macías Mozqueda, Norma A. Ruvalcaba Romero, Mercedes Gabriela Orozco Solís,**

**Héctor Rubén Bravo-Andrade, Edwin Keller Solís**

Universidad de Guadalajara, México.

*Correspondencia:* erika.macias@academicos.udg.mx

### RESUMEN

Los estados emocionales que los docentes experimentaron como consecuencia del distanciamiento social, así como las afectaciones a la salud y a su dinámica laboral conforma el objeto de este estudio que busca identificar los cambios asociados a las emociones, las competencias socioemocionales y el buen trato. Se realizó un estudio exploratorio, retrospectivo, descriptivo correlacional en una muestra de docentes de 2 secundarias públicas del estado de Jalisco. En una muestra por conveniencia y contando con la aprobación de las autoridades de las escuelas y el consentimiento informado de los participantes, se aplicó el Inventario de Competencias Socioemocionales (EQi-SF), la escala de Afectos Positivos y Negativos (PANAS) y la escala de Buen Trato. Se identificó incremento en las emociones negativas y una disminución de las positivas, sin embargo, se identifican cambios positivos en adaptabilidad, capacidades interpersonales y autocuidado por lo que se aprecia una recuperación paulatina hacia los niveles que se experimentaban antes de la pandemia.

**Palabras clave:** Docentes, estados emocionales, inteligencia socio-emocional, buen trato, pandemia.

## ABSTRACT

The emotional states that teachers experienced as a consequence of social distancing, as well as the effects on their health and work dynamics, form the object of this study that seeks to identify the changes associated with emotions, socioemotional competencies and good treatment. An exploratory, retrospective, descriptive and correlational descriptive study was carried out in a sample of teachers from 2 public secondary schools in the state of Jalisco. In a convenience sample and with the approval of the school authorities and the informed consent of the participants, the Socioemotional Competencies Inventory (EQi-SF), the Positive and Negative Affect Scale (PANAS) and the Good Treatment Scale were applied. An increase in negative emotions and a decrease in positive emotions were identified, however, positive changes in adaptability, interpersonal skills and self-care were identified, showing a gradual recovery towards the levels experienced before the pandemic.

**Keywords:** Teachers, feelings, socio-emotional intelligence, pandemic.

## INTRODUCCIÓN

El distanciamiento social de la población se impulsó a partir de la Jornada Nacional de Sana Distancia iniciada en marzo de 2020 con la finalidad de mitigar los contagios por COVID-19, entre las medidas tomadas se consideraba la suspensión temporal de actividades no esenciales (Gobierno de México, 2020) entre ellas el cierre de las instalaciones escolares. En el estado de Jalisco se suspendieron las clases presenciales en marzo de 2020 y se dio la instrucción de continuar con las actividades de aprendizaje a distancia (Gobierno de Jalisco, 2020). Por lo que las instituciones

educativas tuvieron que establecer diversas formas de trabajo para dar continuidad a los planes y programas de estudio principalmente usando herramientas digitales.

Sin embargo, los docentes se encontraron desbordados por el entorno digital (Tarabini, 2020), reconociendo la necesidad de capacitación, habilidades técnicas y tiempo suficiente para la planeación de las actividades en línea (Tayag, 2020). En general, el proceso de adaptación fue forzado (Aleman-Bermudez, et al., 2020), encontrando que la educación a distancia representó una respuesta de supervivencia, obligatoria, improvisada e implementada en pocas semanas (Bozkurt, et al., 2020).

### **El trabajo del docente en la pandemia**

Durante el trabajo académico en pandemia, las y los docentes tuvieron que realizar una reestructuración de sus funciones laborales que en mucho de los casos les dejó con mayores cargas laborales debido a la demanda de incrementar el uso de tecnologías que previamente no se hacía (Galvis et al., 2021; Medina-Gillen et al., 2020; Tenorio, 2020). Según Medina y colaboradores, en un 85% de los casos, las docentes tuvieron que hacer algún ajuste a su material pedagógico y se incrementaron sus horas de trabajo hasta en 8 horas al día debido a esta adaptación (2021).

El nivel educativo en el que laboran los docentes representó diferentes demandas de atención, docentes mexicanos de preescolar y primaria tuvieron que darle un seguimiento más extensivo y mantener comunicación constante con su alumnado y familiares en comparación con los niveles secundaria y bachillerato, en el cual la comunicación era directamente con el alumnado. Asimismo, se ha encontrado que docentes de nivel básico y medio superior tuvieron conflictos con sus espacios de trabajo, ya sea por sus competencias para el uso de las Tecnologías de Información y

Comunicación (TICs) como por conflictos trabajo-familia (Baptista et al., 2020).

Además, la mayoría reportó recibir muy poco apoyo de sus superiores, compañeros de trabajo y familia. Estos factores se asociaron de forma significativa con el síndrome de Burnout, así como agotamiento emocional, despersonalización y realización personal (Cortez et al., 2020; Hernández-Suarez et al., 2021).

El aumento de la carga laboral influyó de forma negativa en la salud mental de los y las docentes (Aperribai, et al., 2020; Tenorio, 2020). A esto se le añade que el profesorado ha reportado síntomas de ansiedad, depresión e insomnio desde inicios de la pandemia, causados por el aumento de carga laboral a pesar de la modalidad a distancia y de trabajar desde casa (Olortegui y Mamani, 2021). La carga de trabajo significó mayor carga mental (Galaviz et al., 2021), así como fatiga laboral moderada en el 35% de los casos y en un 45% severa (Tenorio, 2020). Un estudio más específico en cuanto a las afectaciones de salud mental, se reportaron trastornos del ánimo, intranquilidad, irritabilidad y posibles alteraciones emocionales (Rodríguez et al., 2020).

Uno de los factores que ayudó a los y las docentes a ajustarse a este nuevo contexto fue la resiliencia. Los y las docentes que calificaron con alta resiliencia percibieron la pandemia de mejor manera, experimentaron mayores emociones positivas y generaron cambios a su estilo de vida que les ayudara a enfrentar su nueva realidad (Román et al., 2020). La construcción de resiliencia de los docentes se observa en las respuestas positivas ante la crisis por la COVID-19, como amor, empatía, optimismo y compasión. (Urrutia et al., 2020)

Las respuestas emocionales negativas que reportaron los y las docentes fueron de ansiedad, depresión, incertidumbre y frustración ocasionadas por múltiples variables como el nivel educativo en que laboraban, el cual les demandaba mayores requerimientos específicos dependiendo de la población estudiantil. Asimismo, otra variable que influye en el estado emocional fueron los años trabajados en el centro educativo, ya que quienes han laborado como docentes por un largo tiempo tienen más dificultades de adaptar sus materiales pedagógicos y vida personal debido a que la pandemia solicitó que hicieran ajustes en su día a día. Finalmente, la carga laboral derivada de las nuevas tareas requeridas por las medidas del confinamiento promovió una percepción de que sus instituciones educativas no les apoyaron en estos cambios (Baptista et al. 2020; Hernández-Suarez et al., 2021; Olortegui y Mamani, 2021; Roman et al., 2020; Sivincha y Tacanahui, 2020).

Las emociones que experimentaron al realizar las adaptaciones curriculares fueron inestabilidad, inconformidad y frustración, así como una gran mayoría describió haber sentido depresión y ansiedad durante la pandemia (Baptista et al., 2020), incluso en algunas ocasiones disminuyendo la motivación y afectando su labor docente (Sivincha y Tacanahui, 2020).

### **Competencias socioemocionales**

Para explicar el proceso con el que los docentes se adaptaron a las nuevas demandas que generó el COVID-19 y el confinamiento, se utiliza el modelo de Reuven Bar-On (2006), quien utiliza el término de Inteligencia Socioemocional y la define como:

*El conjunto de competencias, habilidades y facilitadores emocionales y sociales interrelacionados que determinan la eficacia con la que nos entendemos y expresamos, entendemos a los demás y nos relacionamos con ellos, así como la forma de hacer frente a las demandas diarias (p. 15).*

Dicho modelo, está compuesto por cinco dimensiones: intrapersonal, interpersonal, el manejo del estrés, la adaptabilidad y gestión del estado de ánimo.

La capacidad intrapersonal hace referencia a la conciencia de sí mismo, de las fortalezas y debilidades, así como la expresión de forma no destructiva de los propios sentimientos y pensamientos. La capacidad interpersonal se refiere a la conciencia de las emociones, sentimientos y necesidades de los demás, con lo que se logra establecer y mantener relaciones de cooperación, constructivas y mutuamente satisfactorias. La capacidad de manejar el estrés comprende la gestión y regulación emocional que conlleva la tolerancia al estrés y el control de los impulsos. La capacidad adaptativa se hace presente al validar los sentimientos y pensamientos con la realidad, en la flexibilidad para adaptar y ajustar los sentimientos y los pensamientos a las experiencias nuevas y por último en la resolución de los problemas. La última capacidad es el estado de ánimo con la que se gestionan las emociones positivas y conlleva la felicidad y el optimismo (Bar-on, 2006).

Se identifica a una persona que ha desarrollado inteligencia social y emocional por su capacidad de “gestionar eficazmente el cambio personal, social y medioambiental al afrontar de forma realista y flexible la situación inmediata, resolver problemas y tomar decisiones” (Bar-on, 2006, p. 15). La inteligencia emocional de los docentes se observa en la práctica educativa, en la interacción con estudiantes y compañeros de trabajo, en su desempeño laboral y en la percepción de satisfacción de vida (Hernández-Herrera y Ramos-Mendoza, 2018; Ilaja y Reyes, 2016).

## **Emociones y Buen Trato**

Las dimensiones del estado de ánimo que se utilizan en este artículo son las desarrolladas por Watson, Clark y Tellegen (1988, como se citó en Robles y Paes, 2003), se explican en dos dimensiones: positivas y negativas. Los afectos positivos son estados en donde se percibe entusiasmo, activación y estado de alerta. Los afectos negativos son estados en los que se percibe angustia y estados de ánimo aversivos.

Quienes experimentan altos afectos positivos identifican con facilidad satisfacción, gusto, entusiasmo, energía, amistad, unión, afirmación y confianza, mientras que, quienes presentan bajos afectos positivos experimentan calma y serenidad. Los afectos negativos se reportan como miedo, ansiedad, tristeza, depresión, culpa, hostilidad, insatisfacción, actitudes negativas, pesimismo, quejas o problemas somáticos, insatisfacción y apreciación negativa de sí mismo, y quienes presentan bajos afectos negativos experimentan desinterés y aburrimiento según la recopilación que realizaron Robles y Paes (2003).

Los estados emocionales positivo de la escala PANAS que se utiliza en este estudio son: motivada/o, emocionada/o, firme, entusiasmada/o, estar orgullosa/o de alguien, alerta, inspirada/o, decidida/o, estar atenta/o, activa/o. Y los estados emocionales negativos son: molesta/o, de malas, culpable, temerosa/o, agresiva/o, irritable, avergonzada/o, nerviosa/o, inquieta/o, insegura/o (Robles y Páez, 2003).

Finalmente, el constructo del Buen Trato parte de la perspectiva del desarrollo positivo en el que se considera imprescindible las relaciones interpersonales capaces de generar bienestar, siendo una competencia social en la que interactúan la expresividad de afectos positivos, la

amabilidad y la consideración por los demás y por sí mismo, por lo que contribuye al bienestar. Las seis subescalas que conforman la escala con: el buen trato recibido, el cual se refiere a las acciones de cuidado y afecto que se recibe de los demás; la consideración, en donde se brinda atención, interés y apoyo a la otra persona; la amabilidad, en donde se brinda a la otra persona cortesía, cordialidad y calidez; la expresión del afecto, el cual se percibe como una habilidad para expresar cariño hacia otra persona; el buen trato autogenerado físico, se refiere a la capacidad de generar acciones de cuidado del bienestar físico y por último la subescala de buen trato autogenerado psicológico que hace referencia a la capacidad de realizar acciones para cuidar el bienestar psicológico (Ruvalcaba-Romero et al., 2018).

En conclusión, el cambio en la dinámica de trabajo de los docentes teniendo que realizar las actividades de aprendizaje a distancia sumado al distanciamiento social consecuencia de la Jornada Nacional de Sana Distancia representa un fenómeno nuevo que nos lleva a indagar los procesos de ajustes, adaptación y cambios en los estados emocionales de profesores por lo que el objetivo de este trabajo es identificar los cambios emocionales experimentados por personal docente de educación básica en el marco de la pandemia por COVID 19.

## **MÉTODO**

### **Diseño**

Se realizó un estudio exploratorio, descriptivo, retrospectivo y correlacional. Cabe señalar que este trabajo se desprende de un proyecto de investigación e intervención denominado Educación Emocional para el Bienestar de todas y todos, EMOBITS.



## Participantes

La muestra estuvo constituida por 65 docentes pertenecientes a dos secundarias públicas del estado de Jalisco. Las edades oscilaron entre 24 y 69 con una media de 43.63 años. El 46% de los participantes eran hombres y 54 % mujeres. Se utilizó una técnica de muestreo por conveniencia. Los criterios de inclusión fueron ser profesor activo de nivel secundaria, aceptar participar en el estudio y responder el instrumento en su totalidad.

## INSTRUMENTOS

A través de un cuestionario realizado *ex profeso* se identificaron las características sociodemográficas de edad, género y estado civil, así como la incidencia de contagios por COVID-19 del participante y en sus familiares cercanos.

Se utilizó el Inventario de Competencias Socioemocionales de Bar-On (EQI - SF por sus siglas en inglés, Emotional Quotient Inventory, Short Form) versión corta, validada en población mexicana por Ruvalcaba-Romero y colaboradores (2020), dicha escala es una medida de autoinforme que evalúa la Inteligencia Emocional y sus componentes emocionales con 28 reactivos tipo Likert con cinco opciones de respuesta que van de 1= nunca, a 5 = siempre. Tiene cuatro dimensiones: Competencia Intrapersonal (8 reactivos;  $\alpha = .73$ ), Competencia Interpersonal (7 reactivos;  $\alpha = .78$ ), Manejo del Estrés (8 reactivos;  $\alpha = .75$ ) y Adaptabilidad (5 reactivos;  $\alpha = .70$ ), a los cuáles se agregó la dimensión estado de ánimo de la versión en castellano de López-Zafra y colaboradores (2014).

Para evaluar la experiencia afectiva, se utilizó la escala de Afectos positivos y negativos (PANAS) versión mexicana traducida y validada por Robles y Páez (2003) compuesta por 2 subescalas, la primera indaga afectos

positivos (10 reactivos;  $\alpha = .90$ ) y la segunda indaga afectos negativos (10 reactivos;  $\alpha = .85$ ). Cabe señalar que se incluyeron dos afectos que podrían estar presentes en el marco de la pandemia: alegre y triste.

También se aplicó la Escala de Buen trato la cual está compuesta por 37 reactivos tipo Likert divididos en seis subescalas que mide el buen trato recibido (12 ítems,  $\alpha = .95$ ), consideración (8 ítems,  $\alpha = .86$ ), amabilidad (4 ítems,  $\alpha = .83$ ), expresión de afecto (5 ítems,  $\alpha = .74$ ), buen trato autogenerado físico (4 ítems,  $\alpha = .75$ ) y buen trato autogenerado psicológico (4 ítems,  $\alpha = .70$ ) (Ruvalcaba-Romero, et al., 2018).

Los instrumentos se aplicaron en retrospectiva, se les pidió a las y los participantes que se identificarán en tres momentos: antes de la pandemia, durante el aislamiento social (durante la Jornada Nacional de Sana Distancia) y en el momento actual en que se respondió la batería, el cual correspondía al periodo en el que se había anunciado el regreso a las clases presenciales para educación básica en Jalisco.

## **PROCEDIMIENTO**

En un primer momento se estableció contacto con los directores de las instituciones educativas para invitarlos a ser parte del estudio, una vez que aceptaron, se acordó con ellos las consideraciones éticas del estudio y el medio más eficiente para invitar a los docentes a participar en el llenado de los instrumentos. Posteriormente se enviaron los instrumentos mediante un formulario de Google a través de una aplicación de mensajería que ellos utilizan para comunicar los asuntos de la institución educativa. La aplicación de los instrumentos se realizó durante el mes de junio de 2021. El formulario incluía el asentimiento informado para los participantes.

### **Consideraciones éticas.**

Se contó con la autorización de las autoridades escolares, así como el asentimiento informado de los participantes, no se pidieron datos que permitieran la identificación de los participantes y no se brindó compensación económica alguna. Conforme al Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud (Secretaría de Salud, 2014), se aseguró la confidencialidad y se explicitó a los docentes el carácter confidencial y voluntario de la participación.

### **RESULTADOS**

Los cambios emocionales asociados al aislamiento social derivado de la pandemia por COVID-19 en profesores de educación básica del estado de Jalisco se explican mediante los siguientes resultados.

Una de las variables sociodemográficas estudiadas fue el hecho de haber estado contagiado por COVID-19, ya sea el o la participante o alguno de sus familiares directos. Al realizar prueba W de Wilcoxon, no se encontraron cambios en la vivencia emocional de quienes se habían contagiado o no de COVID19; no obstante, al analizar la diferencia en función al contagio de alguno de sus familiares cercanos, se observaron diferencias especialmente en la vivencia de nerviosismo, temor y tristeza, los resultados significativos se observan en la tabla 1.

**Tabla 1. Test *w* de Wilcoxon de las emociones que arrojaron diferencia significativa.**

	Sin familiar contagiado		Con familiar contagiado		W Wilcoxon		G Hedges
	Media	D.T.	Media	D.T.	Z	<i>p</i>	
Afecto durante el aislamiento social							
Temeroso	1.44	0.784	2.85	1.36	-3.782	.001	-1.694
Irritable	1.50	0.786	2.17	1.23	-2.046	.041	0.866
Nervioso (a)	1.39	.778	2.77	1.28	-4.026	.001	-1.737
Inquieto (a)	1.94	1.10	2.68	1.30	-2.117	.034	-0.819
Triste	1.56	1.04	2.26	1.20	-2.432	.015	-0.831
Afecto posterior al aislamiento social							
Temeroso	1.50	.924	2.17	1.02	-2.564	.010	-0.918
Nervioso (a)	1.39	.778	2.11	.983	-2.870	.004	-1.083
Triste	1.28	.669	1.74	.920	-2.164	.030	-0.763

\**p*<.05, \*\* *p*<.01, *p*<.001

Con la intención de hacer un comparativo de la experiencia emocional en los tres momentos que se indagaron (antes de la pandemia, durante el aislamiento social y en el momento actual en que se respondió la batería), se realizaron pruebas ANOVA de Friedman dada la no normalidad de los datos y cuyos resultados pueden observarse en la tabla 2. Como se puede apreciar se observan disminuciones significativas en la vivencia de algunos de los afectos positivos, comparando la percepción del tiempo anterior a la pandemia y durante el confinamiento; no obstante, al comparar entre la percepción del antes de la pandemia y el momento en que se contestó la batería, no existen diferencias, por lo que se puede apreciar una recuperación paulatina de estas emociones.

**Tabla 2. ANOVA de Friedman para muestras relacionadas en la vivencia de emociones positivas en los tres momentos considerados.**

	Antes (1)		Durante (2)		Actualmente (3)		ANOVA de Friedman		
	Media	D.T.	Media	D.T.	Media	D.T.	Ant-Dur	Dur-Act	Ant-Act
Afecto Motivado (a)	3.45	0.97	2.91	1.114	3.29	0.98	.585**	-.385	.200
Ilusionado (a)	3.28	1.11	2.72	1.244	3.23	1.11	.469*	-.454*	.015
Firme	3.46	0.99	3.09	1.155	3.45	1.00	.369	-.369	.001
Entusiasmado (a)	3.26	1.08	2.78	1.179	3.08	1.09	.431*	-.262	.169
Orgullosa (a)	3.68	1.06	3.46	1.147	3.66	1.08	.231	.231	.001
Alerta	2.94	1.06	3.31	1.117	3.09	1.06	-.385	-.169	.215
Inspirado (a)	3.45	0.97	3.06	1.248	3.40	1.09	.400	-.385	.015
Decidido (a)	3.52	0.94	3.14	1.13	3.38	1.07	.346	-.254	.092
Activo (a)	3.65	0.96	3.15	1.202	3.38	1.04	.423*	-.200	.223
Alegre	3.60	0.97	3.14	1.197	3.51	1.03	.492*	-.431*	.062

\* $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ ,  
 $p < .001$

En contraparte, al comparar la vivencia de emociones negativas, se observa que se percibió un incremento significativo de algunos afectos si se compara antes de la pandemia y durante el aislamiento social; por otra parte, se observa que específicamente el temor no ha logrado disminuir al nivel que se percibía previo a la pandemia (tabla 3).

**Tabla 3. ANOVA de Friedman para muestras relacionadas en la vivencia de emociones negativas en los tres momentos considerados.**

	Antes (1)		Durante (2)		Actualmente (3)		ANOVA de Friedman		
	Media	D.T.	Media	D.T.	Media	D.T.	Ant-Dur	Dur-Act	Ant-Act
Molesto (a)	1.68	0.903	1.95	0.926	1.74	0.923	-.346	.208	-.138
De malas	1.66	0.989	2.06	1.088	1.62	0.823	-.438*	.462*	.023
Culpable	1.25	0.638	1.42	0.727	1.28	0.625	-.223	.146	-.077
Temeroso (a)	1.37	0.627	2.46	1.382	1.98	1.038	-.885***	.408	-.447*
Agresivo (a)	1.12	0.415	1.43	0.749	1.23	0.523	-.338	.192	-.146
Irritable	1.55	0.919	1.98	1.166	1.57	0.918	-.415	.369	-.046
Avergonzado (a)	1.25	0.638	1.31	0.727	1.23	0.632	S/D	S/D	S/D
Nervioso (a)	1.72	0.875	2.38	1.319	1.91	0.98	-.500**	.377	-.123
Inquieto (a)	1.88	0.992	2.48	1.288	2.15	1.034	-.515**	.338	-.177
Triste	1.40	0.68	2.06	1.197	1.62	0.878	-.615**	.377	-2.38

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ ,  
 $p < .001$

Para identificar las modificaciones en la percepción de las competencias socioemocionales en el marco de la pandemia incluyendo las dimensiones de buen trato, se realizó la prueba no paramétrica de Wilcoxon para los valores percibidos antes de la pandemia y en el momento actual en que se respondió la batería, los resultados muestran que se presentó un incremento ligero, pero significativo en la capacidad de adaptabilidad ( $Z = 2.403$   $p = .016$ ;  $g$  Hedges =  $-0.240$ ) y en la capacidad interpersonal ( $Z = 2.14$ ;  $p = .032$ ;  $g$  Hedges =  $-0.131$ ). En la variable de buen trato, la subescala de buen trato autogenerado físico también presentó un ligero incremento ( $Z = -3.303$   $p = .001$   $g$  Hedges =  $-0.402$ ).

## DISCUSIÓN

El objetivo de este trabajo es identificar los cambios emocionales asociados al aislamiento social derivado de la pandemia por COVID-19 en profesores de educación básica del estado de Jalisco.

La salud de los familiares que se enfermaron de Covid, impactó en los estados emocionales de los docentes más que el propio contagio. Experimentaron con mayor intensidad nerviosismo, temor y tristeza. Estas emociones se vivieron durante el periodo de distanciamiento y al momento de realizar el estudio por lo que fueron emociones con mayor duración. Con estos datos podemos identificar la influencia de la familia en el estado emocional de los docentes, complementando los datos que presentan Medina Guillen et al. (2021), en el que refieren como la sobrecarga de trabajo que genera el trabajo a distancia por Covid también tiene un impacto negativo en la dinámica familiar, así como las interrupciones laborales mientras se realizan actividades de la vida personal incluyendo el ocio.

Los problemas de salud derivados de la pandemia y el formato emergente de atender las demandas laborales de los docentes impactaron en la disminución de las emociones positivas y el incremento de las emociones negativas, estudios similares han reportado incremento en estados emocionales negativos y afectaciones en la salud mental (Aperribai, 2020; Cortez, et al., 2020; Galaviz et al., 2021; Hernández-Suarez, et al., 2021; Olortegui y Mamani, 2021; Rodríguez, 2020; Tenorio, 2020).

Sin embargo, la disminución de los estados emocionales positivos y la paulatina recuperación se explica con los estudios que muestran cómo la resiliencia es un elemento que contribuye a resignificar las experiencias (Urrutia et al., 2020; Román et al, 2020). En complemento, las

competencias socioemocionales que se incrementaron en el proceso fueron la capacidad de adaptabilidad la cual implica flexibilidad para adaptarse a las situaciones nuevas y a la resolución de los problemas, así como las competencias interpersonales entre las que se encuentran la conciencia de emociones, sentimientos y necesidades de los otros (Bar-on, 2006) Por lo que las competencias de adaptabilidad y las interpersonales pudieron haber contribuido a los procesos de recuperación de los docentes, aunque continúan en un nivel alto las emociones de temor.

Otro hallazgo es el incremento del autocuidado físico autogenerado como parte del buen trato el cual se refiere a la capacidad de generar acciones de cuidado del bienestar físico probablemente como consecuencia de las competencias de adaptabilidad a las necesidades de salud que implicaba el reto de superar la pandemia por Covid-19 por lo que si hubo una respuesta apropiada al problema de salud por parte de los docentes.

## **CONCLUSIONES**

Los estados emocionales de los docentes se han visto afectados de forma negativa como consecuencia de los problemas de salud de la pandemia y las adaptaciones a las demandas académicas, sin embargo, se aprecia un proceso de recuperación paulatina en la que las competencias socioemocionales de los docentes, principalmente la de adaptabilidad y la interpersonal, así como el autocuidado físico como parte del buen trato han contribuido en este proceso.



## REFERENCIAS

- Aleman Bermunez, I., Vera León E., y Patiño Torres, M. (2020). COVID-19 y Educación Médica: la virtualidad desde la perspectiva del profesor y del estudiante de Educación Superior. *Medicina Interna*, 36(3), 116-123.
- Aperribai L., Cortabarría L., Aguirre T., Verche E., y Borges Á. (2020). Teacher's Physical Activity and Mental Health During Lockdown Due to the COVID-2019 Pandemic. *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.577886> Recuperado de: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2020.577886/full>
- Baptista, P., Almazán, A., Loeza, C., López-Alcaráz, V., Cárdenas, J (2020). Encuesta Nacional a Docentes ante el Covid-19. Retos para la educación a distancia. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (México)*, L(Num. Especial), pp. 41-88. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/270/27063237021/27063237021.pdf>
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psychothema*, 18(supl), 13-25. Recuperado de: <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/8415/8279>
- Bozkurt, A., Jung, I., Xiao, J., Vladimirschi, V., Schuwer, R., Egorov, G., Paskevicius, M. (2020). A global outlook to the interruption of education due to COVID-19 pandemic: Navigating in a time of uncertainty and crisis. *Asian Journal of Distance Education*, 15(1), 1–126. <http://doi.org/10.5281/zenodo.3878572> Recuperado de: <http://www.asianjde.com/ojs/index.php/AsianJDE/article/view/462>
- Cortez, D., Campana, N., y Huayama, N. (2020). Satisfacción laboral y síndrome de burnout en docentes de Instituciones Educativas Nacionales de Moyobamba durante el confinamiento por la pandemia COVID-19. Universidad Peruana Unión. Recuperado de: <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/3596>

- Galvis, G., Vásquez, A., Caviativa, Y. P., Ospina, P. A., Chaves, V. T., Carreño, L. M. & Vera, V. J. (2021). Tensiones y realidades de los docentes universitarios frente a la pandemia Covid-19. *European Journal of Health Research*, 7(1), 1-13. <https://doi.org/10.32457/ejhr.v7i1.1396>
- Gobierno de Jalisco (2020) Coronavirus Jalisco, QH Escuelas Públicas. Recuperado de: <https://coronavirus.jalisco.gob.mx/escuelas-publicas/>
- Gobierno de México (2020) Jornada Nacional de Sana Distancia. Recuperado de: [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/541687/Jornada\\_Nacional\\_de\\_Sana\\_Distancia.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/541687/Jornada_Nacional_de_Sana_Distancia.pdf)
- Hernández Herrera, C. A., & Ramos Mendoza, J. R. (2018). La Inteligencia emocional y la práctica docente en profesores investigadores/Emotional Intelligence and teaching practice in research professor. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 9(17), 419 - 447. Recuperado de: <https://doi.org/10.23913/ride.v9i17.387>
- Hernández-Suarez, C., Gamboa, A. & Prada, R. (2021) Síndrome de burnout en docentes de educación Básica y Media en tiempos de crisis. *Revista Boletín Redipe*. 10 (9) Pp. 472-488. Recuperado de: <https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/1455/1374>
- Ilaja, Betsy, & Reyes, Carlos (2016). Burnout y estrategias de inteligencia emocional en profesores universitarios: implicaciones en la salud laboral educativa. *Psicología desde el Caribe*, 33(1),31-46. ISSN: 0123-417X. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21345152003>
- López-Zafra, E., Pulido, M., y Berrios, P. (2014). EQi-Versión corta (EQi-C). Adaptación y validación al español del EQ-i en universitarios. *Boletín de Psicología*, 110, 21-36. Recuperado de: <https://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N110-2.pdf>
- Medina-Guillen, L., Quintanilla-Ferrufino, G., Palma-Vallejo, M., & Medina, M. (2021). Carga laboral en un grupo latinoamericano de docentes durante la pandemia de COVID-19 [Workload in a group of Latin American teachers during the COVID-19 pandemic.] *Uniciencia*, 35(2), 1-13. <https://doi.org/10.15359/ru.35-2.15>

- Olortegui, J. & Mamani, P. (2021) Asociación entre sobrecarga laboral y salud mental en docentes universitarios de una facultad de salud. Universidad Peruana Unión. Recuperado de: <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/4775>
- Rodríguez, A., Basurto, A., Giniembra, R., y Loor, R. (2020). Reacciones psicósomáticas producidas por el estrés y la salud mental de los docentes universitarios. *Rehuso*, 5(3), 16-25. Recuperado de: <https://revistas.utm.edu.ec/index.php/Rehuso/article/view/2596>
- Román F, Fores A, Calandri I, Gautreaux R, Antúnez A, Ordehi D, Calle L, Poenitz V, Correa KL, Torresi S, Barcelo E, Conejo M, Ponnet V, Allegri R. (2020) Resiliencia en docentes en distanciamiento social preventivo obligatorio durante la pandemia de COVID-19. *JONED. Journal of Neuroeducation*. 1(1); 76-87. doi: 10.1344/joned.v1i1.31727
- Robes R. y Páez, F. (2003). Estudio sobre la traducción al español y las propiedades psicométricas de las escalas de Afecto Positivo y Negativo. *Salud Mental*, 26(1), 69-75. Recuperado de: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=17397>
- Ruvalcaba-Romero, N.A., Alfaro-Beracoechea, L.N., Orozco-Solis, G. & Rayón-Carlos, R. (2018) Construcción y validación de la Escala de Buen Trato en adultos mexicanos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 46, 7-14. Recuperado de: [https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu\\_desarrollo/anteriores/46/46\\_Ruvalcaba.pdf](https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/46/46_Ruvalcaba.pdf)
- Ruvalcaba-Romero, N.A.; Orozco-Solis, G. y Bravo-Andrade. H. R. (2020) Propiedades psicométricas de la versión corta del Inventario de Inteligencia Emocional (Eqi-SF) en población mexicana. *Persona*, 23(2), 57-71. Recuperado de <https://revistas.ulima.edu.pe/index.php/Persona/article/view/4885>
- Secretaria de Salud (2014) Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud. Recuperado de: [https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/regley/Reg\\_LGS\\_MIS.pdf](https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/regley/Reg_LGS_MIS.pdf)

- Sivincha, R. & Tacanahui, E. (2020) Estrés laboral y motivación en docentes EBR en contexto de confinamiento de la provincia de Arequipa. Universidad César Vallejo. Recuperado de: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/61664>
- Tarabini, Aina (2020). ¿Para qué sirve la escuela? Reflexiones sociológicas en tiempos de pandemia global. *Revista de Sociología de la Educación-RASE*, 13(2) Especial, COVID-19, 145-155. <https://doi.org/10.7203/RASE.13.2.17135>.
- Tayag, J. R. (2020). Pedagogical support for blended learning classrooms: Interfacing teacher and student perspectives. *Universal Journal of Educational Research*, 8(6), 2536-2541. DOI: 10.13189/ujer.2020.080637
- Tenorio, M. (2020). Análisis comparativo de la fatiga laboral antes y durante la pandemia covid-19 en docentes de las unidades educativas fiscales de la ciudad de Cuenca. Universidad Del Azuay Departamento De Posgrados. Recuperado de: <http://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/10419>
- Urrutia-Aguilar, M. E., Ortíz-León, S. y Jaimes-Medrano, A. L. (2020). Emociones de docentes de la educación media superior ante los cambios del entorno durante el confinamiento por el covid-19. *International Journal of Developmental and Educacional Psychology. INFAD Revista de Psicología*, 2, 187-196. Recuperado de: [https://dehesa.unex.es/bitstream/10662/13048/1/0214-9877\\_2020\\_2\\_1\\_187.pdf](https://dehesa.unex.es/bitstream/10662/13048/1/0214-9877_2020_2_1_187.pdf)

**Envió a dictamen:** 15 feb 2021

**Reenvió:** 25 feb 2022

**Aprobación:** 14 marzo 2022

**Erika Yadira Macías Mozqueda.** Licenciada en Psicología por la Universidad de Guadalajara, Maestra en Educación Superior por la Universidad Autónoma de Nayarit y Doctora en Gestión de la Educación Superior por la Universidad de Guadalajara. Profesora del Departamento de Psicología Aplicada perteneciente al Centro Universitario de Ciencias de la Salud en la Universidad de Guadalajara. Líneas de Generación y Aplicación del conocimiento: Psicología y educación, Psicología y Bienestar y Educación Superior y Trayectorias Laborales. Miembro del Sistema Nacional de Investigadores Nivel Candidato. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0054-5628>

**Correo electrónico:** [erika.macias@academicos.udg.mx](mailto:erika.macias@academicos.udg.mx)

**Norma Alicia Ruvalcaba Romero.** Licenciada en Psicología por la Universidad de Guadalajara y Doctora en Inteligencia Emocional por la Universidad de Málaga. Profesora investigadora del Departamento de Psicología Aplicada perteneciente al Centro Universitario de Ciencias de la Salud en la Universidad de Guadalajara. Líneas de Generación y Aplicación del Conocimiento: Indicadores positivos en salud mental; Bienestar en familia, escuela, trabajo y comunidad. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9209-8751>

Jefa del departamento de Psicología Aplicada. Distinción como miembro del Sistema Nacional de Investigadores en nivel II. Profesora con Perfil deseable PRODEP.

**Correo electrónico:** [norma.ruvalcaba@academicos.udg.mx](mailto:norma.ruvalcaba@academicos.udg.mx)

**Mercedes Gabriela Orozco Solis.** Doctora en Psicología, Maestra en Ciencias de la Salud en el Trabajo y Licenciada en Psicología por la Universidad de Guadalajara. Profesora investigadora del Departamento de Clínicas de Salud Mental perteneciente al Centro Universitario de Ciencias

de la Salud en la Universidad de Guadalajara. Líneas de Generación y Aplicación del Conocimiento: Indicadores positivos en salud mental; Bienestar en familia, escuela, trabajo y comunidad. ORCID: <https://orcid.org/00000002-0648-8233>

Distinción como miembro del Sistema Nacional de Investigadores en nivel 1. Profesora con Perfil deseable PRODEP.

**Correo electrónico:** [gabriela.orozco@academicos.udg.mx](mailto:gabriela.orozco@academicos.udg.mx)

**Héctor Rubén Bravo Andrade.** Doctor en Psicología por la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo Morelia, Michoacán; México. Maestría en Terapia Familiar por el Centro Universitario de Ciencias de la Salud de la Universidad de Guadalajara, México. Licenciatura en Psicología por el Centro Universitario de Ciencias de la Salud de la Universidad de Guadalajara, México. Profesor e Investigador Titular A del Departamento de Clínicas de Salud Mental del Centro Universitario de Ciencias de la Salud de la Universidad de Guadalajara, Jalisco, México. Miembro del Sistema Nacional de Investigadores – Nivel 1. Profesor con Perfil deseable PRODEP. Miembro del Cuerpo Académico Psicología y Bienestar. Líneas de Generación y Aplicación del Conocimiento: Indicadores positivos en salud mental; Bienestar en familia, escuela, trabajo y comunidad.

**Correo electrónico:** [ruben.bravo@academicos.udg.mx](mailto:ruben.bravo@academicos.udg.mx)

**Edwin Keller Solís Elizalde.** Estudiante de la Licenciatura en Psicología en la Universidad de Guadalajara.

**Correo electrónico:** [edwin.solis5564@alumnos.udg.mx](mailto:edwin.solis5564@alumnos.udg.mx)