

Características emocionales de docentes en municipios sede de los nodos norte y oriente.

Emotional Characteristics of Teachers in the Municipalities Hosts to the Northern and Eastern Nodes.

Kelly Alejandra Correa Serna¹
Catalina Hurtado Castaño²

Recibido: 14/11/2024

Revisado: 22/01/2025

Aceptado: 05/02/2025

Revista RELEP, Educación y Pedagogía en Latinoamérica.

Disponible en:
<https://iquatroeditores.org/revista/index.php/relep/index>

<https://doi.org/10.46990/relep.2025.7.1.2100>



Resumen

El propósito de esta investigación es analizar las dinámicas emocionales que enfrentan los docentes en Guarne y Yarumal, Colombia, municipios de los nodos territoriales norte y oriente, mediante la aplicación del método cuantitativo por medio de encuestas como instrumentos de medición. De los resultados, se observa que son relevantes los aspectos contextuales y demográficos en la percepción emocional en cuanto a la satisfacción, la realización, el estrés y equilibrio entre la vida personal y laboral.

Palabras clave

características emocionales, docencia, realización personal, burnout, estrés.

Abstract

The purpose of this research is to analyze the emotional dynamics faced by teachers in Guarne and Yarumal, Colombia, municipalities of the northern and eastern territorial nodes, using a quantitative method through surveys as measurement instruments. Findings indicate that contextual and demographic aspects are relevant in emotional perceptions concerning satisfaction, fulfillment, stress, and the balance between personal and professional life.

Keyword

Emotional characteristics, teaching, personal fulfillment, burnout, stress.

Introducción

Las características emocionales de los docentes son un aspecto crucial que influyen en la calidad de la educación y en el bienestar tanto de los educadores como de sus estudiantes. Ser una persona emocionalmente inteligente es fundamental para sobrellevar los retos que surgen día a día. En la teoría de la inteligencia emocional de Goleman (1995), se explica cómo las habilidades emocionales de los docentes son determinantes en su capacidad para gestionar sus propias emociones y las de sus estudiantes, lo que, a su vez, se traduce en un mejor rendimiento académico y en un clima escolar saludable.

Para Porras-Cruz y Buitrago-Bonilla (2024), el manejo emocional del docente incide en su bienestar, en su satisfacción laboral y en su eficacia. Por ello, la docencia requiere formación en gestionar esta área y que dé respuesta a los desafíos contextuales de su ejercicio. Por lo anterior, esta habilidad genera resiliencia y flexibilidad, lo que permite a los docentes superar las adversidades en su labor educativa.

Sin embargo, cuando esas características o capacidades emocionales no se gestionan de forma adecuada, puede llevar a los docentes a sentir estrés, insatisfacción laboral, desgaste profesional (burnout), sobrecarga mental y otras condiciones más influenciadas por su dimensión emocional. De acuerdo con esa postura, existen estudios que evidencian precisamente ese impacto; uno de ellos es el de Carrera et al. (2024), quienes afirman que el estrés laboral, la sobrecarga de trabajo, la presión por cumplimiento de metas y la falta de recursos afectan significativamente el desempeño de los docentes, impactando de forma negativa en su bienestar y compromiso.

Yataco et al. (2022) concluyen que es fundamental el fortalecimiento de las competencias socioemocionales de los docentes por medio de la aplicación de programas de intervención enfocadas en sus necesidades contextuales y que estén acompañados de un proceso de evaluación constante. Esto resalta la importancia de diseñar e implementar estrategias de acompañamiento psicosocial a docentes, que esté enfocado en un análisis minucioso de las necesidades y características del profesorado en sus contextos específicos, aspectos de interés especial en el proyecto de Nodos Territoriales para la Paz y la Ciudadanía de la Institución Universitaria Digital de Antioquia*.

De acuerdo con ese interés especial, el objetivo del presente estudio es identificar las características emocionales que enfrentan los docentes de los municipios de Guarne y Yarumal, al desarrollar instrumentos de medición cuantitativa y realizar un análisis detallado de las dinámicas territoriales que permitan establecer a futuro estrategias de acompañamiento que respondan a las necesidades locales. Este enfoque integral es clave para fomentar el desarrollo de habilidades socioemocionales en el aula y mejorar el impacto educativo en estas comunidades.

Revisión de la literatura

A partir de la contextualización de la problemática y de acuerdo con los objetivos de la investigación, se tiene el propósito de abordar aproximaciones teóricas relacionadas con las características y los desafíos emocionales de los docentes, como las emociones de los docentes, el burnout, la carga emocional, los conflictos en el contexto, la diversidad cultural y social, el apoyo psicosocial, entre otros.

Características emocionales de los docentes

Una de las carreras fundamentales en la actualidad, y a lo largo de la historia, es el ejercicio docente, y se podría considerar que requieren de ciertas capacidades o competencias emocionales para afrontar los desafíos que se presentan cada día. Cuando se trata de definir dichas competencias, Muñoz (2023) afirma que “son habilidades que contribuyen a la comprensión y gestión de emociones, a relacionarse positivamente y en la toma de decisiones”. Mientras que Arévalo (2023) manifiesta que un docente competente emocionalmente “brinda a los estudiantes buenas relaciones interpersonales, beneficiando el buen clima de aula y promoviendo, en los mismos, espacios de aprendizajes amenos, significativos y motivantes”.

Por su parte, Torres (2016) concluye que las implicaciones emocionales de la labor docente deben tener la misma importancia que las competencias laborales necesarias para el ejercicio de su profesión. Para mejorar la calidad del trabajo docente, es fundamental considerar aspectos como la personalidad y los mecanismos psicológicos que influyen en la gestión del estrés, ya sea de manera positiva o negativa. Asimismo, destaca la relevancia de implementar programas que contribuyan a su bienestar psicológico y, en consecuencia, impacte su relación con los estudiantes, su salud y disminuya el ausentismo laboral.

La inteligencia emocional de los docentes se podría considerar una característica emocional; por ello, “es importante destacar la importancia de que las y los profesores tengan un acabado conocimiento de su propia emocionalidad y cómo autorregularse, para posteriormente, y a partir de sus propias herramientas, poder educar y orientar emocionalmente a sus estudiantes” (Rodríguez et al., 2021, p. 231). En ese sentido, estos mismos autores afirman que este tipo de inteligencia lleva al docente a generar, regular y mantener aspectos positivos en su dimensión emocional, lo que refleja un mayor bienestar para sí mismo, e incluso para sus estudiantes, dado que al estar en el aula no deja fuera sus propias emociones y sentimientos, sino que es consciente de éstos, lo que lo lleva a promover en sus aprendices herramientas y capacidades emocionales que permitan la resolución de conflictos dentro y fuera del contexto educativo.

La alta inmigración de los docentes que actualmente laboran en los municipios de Guarne y Yarumal, es una de las características que se destacan en este estudio; identificada como un fenómeno importante en la obtención de oportunidades laborales de este gremio. Sin embargo,

esto puede traer consigo un sinnúmero de situaciones psicoemocionales debido a habitar en un contexto diferente, es decir que las diversidades culturales entre el lugar de proveniencia y el actual influyen en el aspecto emocional del docente. Por ejemplo, Gutiérrez et al. (2020) concluyen que la migración es un proceso complejo que se realiza tras la búsqueda de oportunidades, y que de él se derivan factores sociales, políticos, económicos y culturales, además de que es importante identificar la influencia de características demográficas como la edad, el sexo, el estado civil y los aspectos educativos.

Burnout y carga emocional en docentes

Gallardo-López et al. (2019) analizaron el síndrome de burnout en docentes, entre los resultados más destacados se encuentra que los educadores que tienen más de 20 años de experiencia presentan niveles de burnout menores que aquellos que tienen entre 11 a 19 años de labor; además lo contrastan con falta de realización, donde manifiestan que en el primer grupo mencionado se muestran niveles más bajos que aquellos que tienen 10 años o menos de experiencia profesional.

Por su lado, Guerrero-Escobar et al. (2023) determinaron que los profesionales educativos suelen padecer este síndrome como consecuencia de las diversas exigencias y sobrecarga laboral que enfrentan en su cotidianidad educativa, el cual se manifiesta en los aspectos: físico, emocional y de salud, lo que los llevaría, según las autoras, a cumplir con las demandas y actividades exigidas mientras descuidan su descanso y recreación, con consecuencias en altos niveles de estrés, poca interacción social e inestabilidad de su propio bienestar. Villarreal-Fernández (2023) afirma que el estrés del rol y el burnout afectan otras áreas de la vida, además si se invisibiliza la situación puede traer consigo consecuencias que rompen el tejido social.

Es importante señalar que la sobrecarga laboral puede llevar al docente a padecer el síndrome de burnout. Tal como lo manifiestan Castilla-Gutiérrez et al. (2021), la asociación entre los dos elementos anteriores podría ser el principal elemento para que el docente desarrolle patologías psicológicas, dado que, si tienen un exceso de trabajo, estrés, insuficiencia de tiempo para el ocio y vida social, puede repercutir negativamente en su calidad de vida y caer en ese agotamiento físico y mental del burnout.

A partir de la revisión literaria que se presentó, se identifica que uno de los ejes importantes a investigar y que se contempla como laguna teórica en referencia con los temas abordados es la relación entre la migración de los docentes y su influencia en el estrés laboral, el síndrome de burnout y las emociones de los educadores. Específicamente, no se evidenció un estudio exhaustivo que se relacione con las percepciones psicoemocionales que pueden surgir cuando el docente se enfrenta a un contexto diferente, teniendo presentes variables sociodemográficas, como

la zona donde laboran, urbana o rural, o si trabajan en una dinámica de monodocencia, entre otras.

Metodología

La investigación se enmarca en el análisis emocional de los docentes de Guarne y Yarumal, como municipios sedes de los nodos territoriales norte y oriente, buscando comprender la relación entre las características emocionales y los desafíos que enfrentan en sus labores cotidianas al tener presente el contexto. La hipótesis central plantea que una comprensión profunda de las emociones docentes y de las condiciones contextuales en que trabajan permitirá que desde el proyecto Nodos Territoriales para la Paz y la Ciudadanía de la Institución Universitaria Digital de Antioquia se puedan diseñar estrategias de acompañamiento con el fin de responder específicamente a las necesidades detectadas en el entorno de los docentes participantes.

El objetivo de la investigación es comprender de manera cuantitativa la relación entre las características emocionales y sociodemográficas de los docentes en sus labores cotidianas para los municipios de Guarne y Yarumal. El estudio tiene un alcance descriptivo y correlacional, con el fin de caracterizar a los docentes objeto de estudio según los resultados obtenidos. Conocer las características emocionales genera una base fundamental para el diseño de procesos formativos con enfoque diferencial, ya que son variables altamente predictivas al relacionarlas con el contexto educativo, como lo señala Muñoz (2023). La recolección de datos se realizó mediante una encuesta, un instrumento estructurado que consta de 10 ítems cerrados y 1 ítem abierto, enfocados en las características emocionales del rol docente. Los ítems cerrados fueron diseñados utilizando una escala de Likert de cinco puntos. Este instrumento fue aplicado a una muestra de 181 docentes, distribuidos en 13 instituciones educativas, de manera presencial en nueve de ellas. Los datos recolectados permitieron medir las variables de interés y analizar su relación por medio de técnicas estadísticas descriptivas y correlacionales.

De acuerdo con los datos proporcionados por la Secretaría de Educación, el número total de docentes en Guarne es de 286, y en Yarumal, por directivos docentes, de 262. Para la selección de la muestra, se optó por un muestreo aleatorio simple, lo que garantiza su representatividad y permite captar la diversidad presente en los distintos contextos educativos. Además, se estableció un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 6%, asegurando así la fiabilidad de los resultados obtenidos en el estudio. Se obtuvo un valor de 0.76 para el coeficiente α de Cronbach, determinando una confiabilidad en los resultados dada su consistencia interna.

El contexto en el que se desarrolla la investigación está marcado por una serie de factores estructurales y sociodemográficos que afectan la labor docente, como la procedencia de los maestros, las condiciones en las que desempeñan su labor, la zona donde se ubica el establecimiento

escolar, entre otros. Este marco contextual es fundamental para entender las dinámicas emocionales que rodean el ejercicio de la enseñanza, por lo que se incorporarán estos elementos de forma detallada en el análisis, asegurando así que los resultados no sólo reflejan una estadística, sino que también representan la realidad vivida por los educadores en sus respectivas comunidades. De esta manera, la metodología de esta investigación está diseñada para ser rigurosa y categórica, en busca de ofrecer una contribución significativa al campo de la educación y a la práctica docente en la región de manera situada.

Resultados

La muestra se compone de 181 participantes de dos municipios, Yarumal y Guarne, caracterizadas por: 1. Edad: Se divide en cinco rangos (menos de 25 años, de 26 a 30, de 31 a 40, de 41 a 50 y más de 50), siendo el grupo de 31 a 40 años el más numeroso en Yarumal (37 personas) y el grupo de más de 50 años en Guarne (29 personas). 2. Género: En el cual predominan las personas de género femenino (114 en total), seguidas de las masculinas (66), y una persona no binaria. 3. Etnia: Donde la minoría se identifica como persona afrodescendiente e indígenas y 163 de ninguna etnia en particular. 4. Víctimas del conflicto armado: En el que se registran 155 personas que no han sido víctimas y 24 que sí lo han sido.

Por medio del instrumento aplicado, se revelan particularidades puntuales para la muestra estudiada, buscando la relación entre las características sociodemográficas, como el municipio donde laboran, la edad, el género, la zona en la que trabajan, entre otras, y las respuestas a cada una de las preguntas presentadas. En la Tabla 3.1, se enlistan las preguntas que se realizaron a los encuestados, las respuestas obtenidas y el resultado promedio para cada una de éstas, las cuales son puntuadas de 1 a 5, donde 1 es la menor calificación y 5 la mayor.

En el plano porcentual, se puede observar que la labor docente genera satisfacción emocional (P1) en gran medida para el 70% de los encuestados (véase Figura 3.1), y sentido de realización personal (P2) para el 74%, teniendo en cuenta las puntuaciones entre 4 y 5. Además, el estrés (P3) percibido, en la mayor calificación, es sólo del 8%, aunque en puntajes medios de 3 y 4 el porcentaje asciende a 61%. Por otra parte, los resultados muestran que 45% de los docentes sienten que su capacidad para manejar situaciones emocionalmente desafiantes en el trabajo (P5) la puntúan mayoritariamente en 4; sin embargo, al preguntarles: ¿De 1 a 5, qué tan preparado(a)s se sienten en los siguientes temas: Competencias socioemocionales? (véase Figura 3.2) los porcentajes indican que el 59% de los docentes se perciben como poco o medianamente preparados para afrontar dichas situaciones (calificaciones de 2 y 3).

Tabla 3.1.
Código de preguntas y resultados

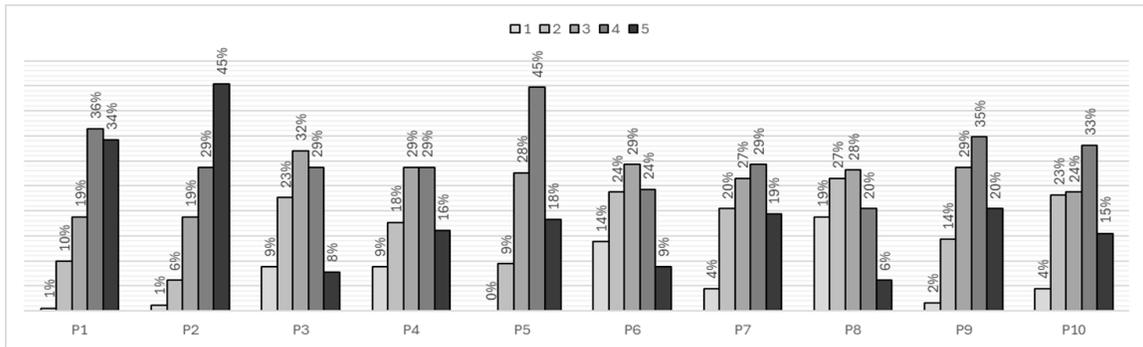
Código	Pregunta	Respuesta					Promedio
		1	2	3	4	5	
P1	¿Cómo calificarías tu nivel de satisfacción emocional en el trabajo como docente?	1	18	34	66	62	3.94
P2	¿En qué medida sientes que tu trabajo como docente te proporciona un sentido de realización personal?	2	11	34	52	82	4.11
P3	¿Cuánto estrés sientes relacionado con tu trabajo como docente?	16	41	58	52	14	3.04
P4	¿En qué medida sientes que tienes apoyo emocional por parte de tus colegas y superiores en el entorno laboral?	16	32	52	52	29	3.25
P5	¿Cómo valorarías tu capacidad para manejar situaciones emocionalmente desafiantes en el trabajo como docente?	0	17	50	81	33	3.72
P6	¿En qué medida sientes que tu trabajo como docente afecta tu bienestar emocional fuera del horario laboral?	25	43	53	44	16	2.91
P7	¿Dedicas tiempo suficiente al autocuidado y la atención a tu bienestar emocional fuera del trabajo?	8	37	48	53	35	3,39
P8	¿En qué medida sientes que la carga emocional de tu trabajo como docente afecta tu capacidad para conectar con tus alumnos?	34	48	51	37	11	2.69
P9	¿Cómo calificarías la sensación de equilibrio entre tu vida profesional y personal como docente?	3	26	52	63	37	3.58
P10	¿En qué medida sientes que la gestión emocional es valorada y apoyada en tu lugar de trabajo como docente?	8	42	43	60	28	3.32

Fuente: elaboración propia.

En la Figura 3.1, muestra que el 33% de los participantes sienten que su trabajo afecta su bienestar emocional fuera del horario laboral (P6), sumando las puntuaciones más altas. Este resultado es relacionado con el 24% que indican no dedican tiempo suficiente al autocuidado y la aten-

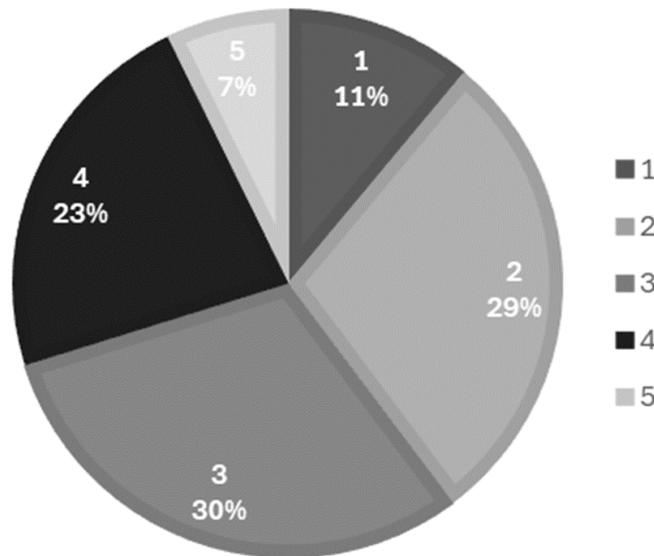
ción a su bienestar emocional fuera del trabajo (P7), puntuando de 1 y 2. Adicionalmente, la carga emocional de la labor docente afecta al 26% (calificaciones de 4 y 5) de los encuestados en su capacidad para conectar con sus alumnos (P8).

Figura 3.1
Resultados porcentuales por pregunta



Fuente: elaboración propia.

Figura 3.2
De 1 a 5, qué tan preparado(a) te sientes en el tema de competencias socioemocionales



Fuente: elaboración propia.

En cuanto a la sensación de equilibrio entre su vida profesional y personal (P9), un 55% de los encuestados, con resultados de 4 y 5, perciben equilibrio entre las dos, en relación con el nivel de satisfacción (P1) y realización (P2) con la labor docente. Además, el 48% de los educadores consideran, en una calificación de 4 y 5, que la gestión emocional es valorada y apoyada en su lugar de trabajo como docente (P10), donde el 45% indican sentir apoyo emocional por parte de sus colegas y superiores en el entorno laboral (P4), con las mismas puntuaciones.

Al analizar la correlación de Pearson entre las respuestas dadas, se observan correlaciones medianas y moderadas entre las diferentes preguntas estadísticamente significativas (p -valor < 0.05). Para estos resultados, algunas de las correlaciones más fuertes son P1 y P2 ($r = 0,723$), P9 y P10 ($r = 0.659$), P5 y P9 ($r = 0.609$) y P7 y P9 ($r = 0.592$), indicando la probabilidad de que estos pares de variables presenten causas subyacentes similares. Las correlaciones medianas se presentan para P1 y P7 ($r = 0,493$), P2 y P7 ($r = 0,459$), y P4 y P5 ($r = 0,490$), con la posibilidad de que las variables pueden influir una en la otra sólo bajo ciertas condiciones (véase Tabla 2).

Tabla 3.2
Correlación entre las variables

	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10
P1	1.000									
P2	0.723	1.000								
P3	-0.029	0.084	1.000							
P4	0.435	0.417	0.083	1.000						
P5	0.586	0.559	0.029	0.490	1,000					
P6	0.000	0.057	0.489	0.097	0,055	1.000				
P7	0.493	0.459	-0.017	0.395	0,462	0.110	1.000			
P8	0.007	0.006	0.380	0.078	0,049	0.571	0.121	1.000		
P9	0.540	0.547	-0.055	0.497	0,609	0.059	0.592	0.024	1.000	
P10	0.552	0.528	-0.037	0.598	0,564	0.052	0.448	0.107	0.659	1.000

Fuente: elaboración propia.

Además, en la Tabla 3.3, se observa que para P1 y P2 se encontraron correlaciones medianas y estadísticamente significativas (p -valor < 0.05) al preguntarles sobre qué tan preparados se sienten en los siguientes temas: 1. Métodos de evaluación del aprendizaje, 2. Diversidad e inclusión y 10. Competencias socioemocionales, con la viabilidad de influencia entre ellas en condiciones particulares.

En las Figuras 3.3, 3.4 y 3.5, se presentan los resultados de la encuesta realizada. Las variables de edad, género y procedencia se agrupan respecto al municipio donde laboran, Yarumal (Y) y Guarne (G), (el eje X indica el valor promedio para cada grupo, donde 1 es la menor calificación y 5 la mayor).

Tabla 3.3

Correlación entre las variables P1 y P2 y temáticas de conocimiento específico

	Métodos de evaluación del aprendizaje	Diversidad e inclusión	Competencias socioemocionales
P1	r= 0,340, p-valor=0,000003	r= 0,327, p-valor=0,00000	r= 0,291, p-valor=0,000071
P2	r= 0,323, p-valor=0,000009	r= 0,315, p-valor=0,000016	r= 0,338, p-valor=0,000003

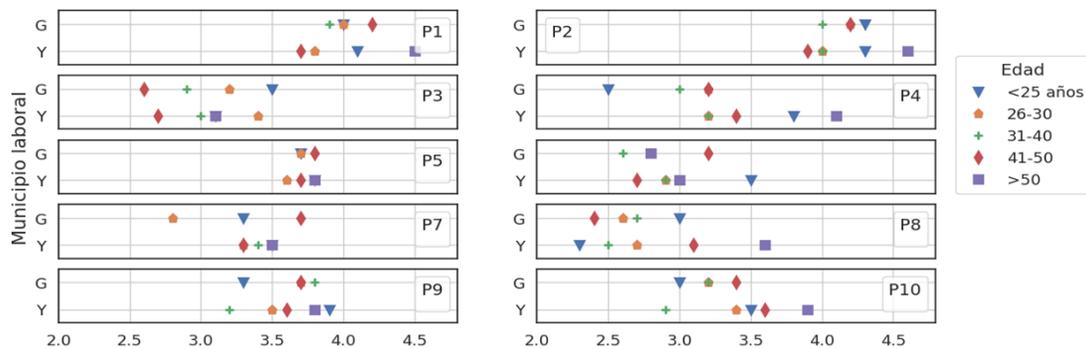
Fuente: elaboración propia.

Puntualmente, para las preguntas P1, P2, P3 y P9, se analiza la información debido a su relevancia para este estudio. En las preguntas P1 y P2, se observa que, en Yarumal, el promedio para las edades en el rango entre 41-50 (véase Figura 3.3) se ubica por debajo del promedio general (véase Tabla 3.1), aunque se reporta un nivel de estrés (P3) menor que el promedio general y una sensación de equilibrio (P9) en la media general bajo las mismas condiciones.

Por otro lado, en el municipio de Guarne, los valores en P1 y P2 para todos los grupos de edades se encuentran en el promedio o por encima (véase Figura 3.3); sin embargo, el nivel de estrés (P3) promedio se sitúa por encima de la media general para edades menores a 30 años, con una sensación de equilibrio (P9) en la media general o menor para todos los rangos de edad.

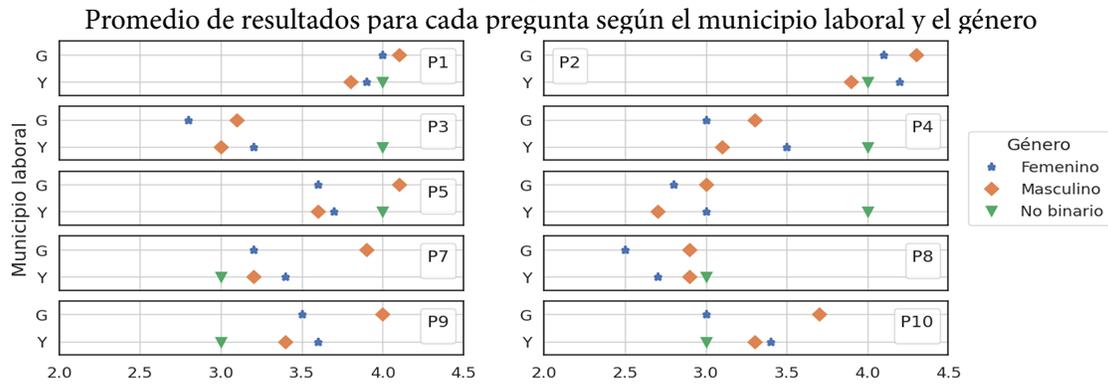
Figura 3.3

Promedio de resultados para cada pregunta según el municipio laboral y la edad



Fuente: Elaboración propia.

Figura 3.4

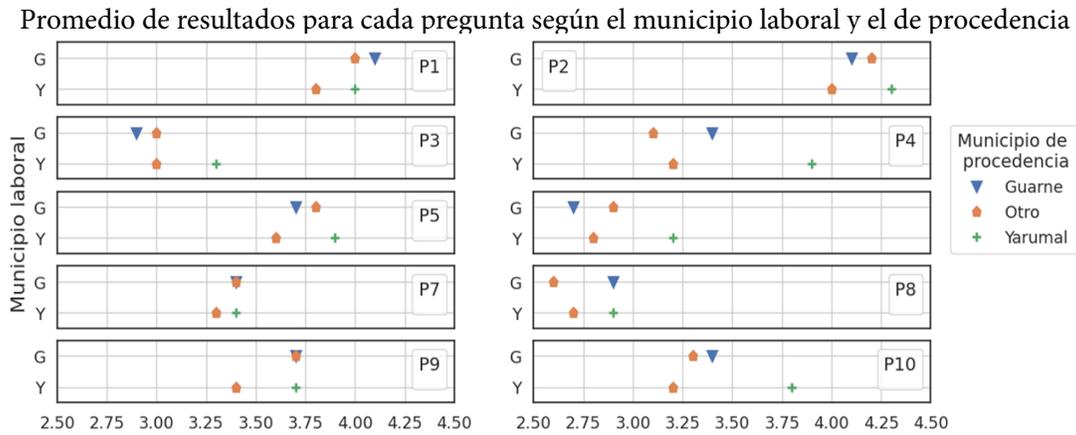


Fuente: Elaboración propia.

En el caso del género (véase Figura 3.4), es notable el intercambio de respuestas que se presenta para ambos municipios, donde en Guarne se da una respuesta mayor para el género masculino, mientras que en Yarumal sucede para el género femenino, a excepción de la pregunta P8. Se destaca que para el género masculino en el municipio de Guarne se registran valores notablemente mayores que el promedio para las respuestas a las preguntas sobre su capacidad para manejar situaciones emocionalmente desafiantes (P5), destinación de tiempo para el autocuidado (P7), sensación de equilibrio (P9), y el sentir sobre el apoyo y la valoración a la gestión emocional en su trabajo (P10).

Por otro lado, al analizar las respuestas promedio para la agrupación según el municipio de procedencia (local: Yarumal o Guarne, foráneo: Otro), se observa en la Figura 3.5 que, para la mayoría de preguntas, los participantes del municipio de Guarne no presentan una diferencia significativa (excepto para las preguntas P4 y P8). Sin embargo, cuando el municipio laboral es Yarumal, sí se presentan variaciones significativas en las preguntas, donde se aborda el tema del apoyo de parte de los colegas (P4) y la valoración de la gestión emocional (P10), con promedios mucho mayores para los encuestados locales. Además, la media para el nivel de satisfacción (P1), realización personal (P2) y equilibrio (P9) también se ubica en una posición mayor para los locales.

Figura 3.5



Fuente: elaboración propia.

Por último, al preguntarles sobre qué acciones toman para cuidar su bienestar emocional y mental en situaciones de estrés o presión; del total de encuestados, una mayoría del 73% respondió que realiza actividades que le gustan y relajan; el 6% indicó que practica técnicas de relajación y mindfulness, mientras que el 18% buscan apoyo en familia y amigos, y un 3% realiza otras actividades como: “Asisto a psiquiatría y me medico”, “Casi nada, no hay suficiente tiempo o EPS (Entidad Promotora de Salud); y no cuento actualmente con habilidades sociales y humanas que me permitan afrontarlo eficazmente”, “Deporte”, “Espero estar mejor” y “Entrenamiento diario y adecuada alimentación junto con ayuno intermitente y mindfulness (conciencia plena)”.

Discusión

Para la variable de nivel de satisfacción emocional (P1), un promedio de 3.94 refleja que la mayoría de los docentes objeto de estudio se siente relativamente satisfecho con su labor, aunque existen diferencias importantes dentro del grupo. Mientras que el sentido de realización personal (P2) muestra un resultado ligeramente superior con 4.11, sugiriendo que los docentes encuentran más significado en su trabajo que en la satisfacción emocional directa.

En los resultados de Gallardo-López et al. (2019), se observa que los docentes están satisfechos en el trabajo y en la vocación, aunque sienten falta de realización personal. En contraste con el informe número 32 del Laboratorio de Economía de la Educación (LEE, 2021), donde se concluye que la satisfacción laboral de los docentes colombianos exhibe un nivel favorable en comparación con otros países “9 de cada 10 profesores volverían a escoger la docencia como profesión y recomendarían su colegio como lugar para trabajar”.

En cuanto a la gestión emocional, un 61% de los docentes reportan niveles de medios a altos de estrés (P3), una cifra importante que

podría estar relacionada con la falta de preparación percibida por los docentes para manejar retos que requieran ese tipo de gestión (P5). Alvi-tes-Huamaní (2019) indica una relación significativa entre el estrés y los factores psicosociales de los docentes correlacionados con las características de su ejercicio.

Como se ha establecido, existe una clara necesidad de acompañar a los docentes en la salud emocional. Las respuestas sobre el bienestar emocional fuera del trabajo (P6: 2.91) y el autocuidado (P7: 3.39) revelan una discrepancia representativa entre la importancia que los docentes otorgan a su bienestar emocional y las acciones concretas que toman para mantenerlo; un 33% de ellos percibieron que su trabajo afectaba su bienestar fuera del horario laboral y el 24% no dedican suficiente tiempo al autocuidado. Este hallazgo está alineado con investigaciones que subrayan que cumplir con las exigencias de su labor lleva a los profesores a descuidar el descanso y la recreación, lo que trae como consecuencia altos niveles de estrés y agotamiento laboral (Guerrero-Escobar et al., 2023).

Además, las correlaciones medianas y moderadas entre las preguntas señalan una relación entre el manejo del estrés, la satisfacción emocional, así como la percepción de bienestar entre la vida personal y profesional. Por ejemplo, la correlación entre el nivel de satisfacción y la sensación de equilibrio ($r= 0.659$) puede suponer que una mayor satisfacción emocional se vincula con una mejor gestión del punto de equilibrio entre el trabajo y la vida personal.

Respecto a los municipios de Yarumal y Guarne, se presentan diferencias en las puntuaciones de satisfacción y estrés. En Guarne, por ejemplo, los docentes menores de 30 años reportan niveles de estrés por encima de la media, lo que podría indicar una falta de experiencia en el manejo de las demandas emocionales del trabajo, mientras que las respuestas son más equilibradas en Yarumal. Futuras investigaciones podrían profundizar en estos aspectos, considerando el contexto, así como el impacto a largo plazo de la gestión emocional en la carrera docente.

Conclusiones

Respecto a los resultados, a grandes rasgos, se afirma que se alcanzaron los objetivos planteados al inicio de este trabajo. Se reconocieron los elementos que conforman la identidad personal y profesional a partir de la historia del sujeto y la consulta con la teoría; se identificaron los incidentes críticos en la profesión del sujeto de estudio y los elementos que lo ubican en un ciclo de vida profesional docente. Del mismo modo, se logró comprobar cada uno de los supuestos, pues por medio de la historia del sujeto de estudio se confirmó que éste enfrenta desafíos al equilibrar su vida personal y profesional, y que su identidad está forjada por su formación, sus experiencias, su desempeño, las relaciones con sus compañeros y comunidad, el contexto en el que se encuentra y, por último, que su ejercicio sí trasciende del aula por medio de las acciones que realiza tanto dentro como fuera de ella.

La elaboración de esta investigación demandó un constante aprendizaje tanto teórico como práctico mediante el empleo de estrategias para la búsqueda y presentación de información por medio del uso crítico de las Tecnologías de la Información y la Comunicación. Además, da pie a futuras investigaciones, puesto que el tema de estudio es muy amplio y abarca diferentes ámbitos que pueden resultar de interés para los investigadores. Específicamente, se pueden tratar aquellos relacionados con las barreras o dificultades que presentan profesores, ya sean del sexo masculino o femenino, en su desempeño como docentes.

Referencias

- Alvites-Huamaní, C. G. (2019). Estrés docente y factores psicosociales en docentes de Latinoamérica, Norteamérica y Europa. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 141-159. <https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.393>.
- Arévalo, L. M. R. (2023). Competencias emocionales docentes: una mirada desde sus narrativas. Universidad Externado de Colombia. <https://bdigital.uexternado.edu.co/server/api/core/bitstreams/02aba5a2-7e66-4d90-bf2f-ee57857f4ddf/content>.
- Carrera, D., Chun, R., Tomala, I. y Riera, F. (2024). Factores psicosociales y su impacto en el desempeño docente: un estudio sobre el estrés y la satisfacción laboral. *Polo del Conocimiento*, 9(12), 612-634. doi:<https://doi.org/10.23857/pc.v9i12.8502>.
- Castilla-Gutiérrez, S., Colihuil-Catrileo, R., Lagos-Hernández, R. y Brunneau-Chávez, J. (2021). Carga laboral y efectos en la calidad de vida de docentes universitarios y de enseñanza media. *Chakíñan, Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, 15, 166-179. <https://doi.org/10.37135/chk.002.15.11>.
- Gallardo-López, J. A., López-Noguero, F. y Gallardo-Vázquez, P. (2019). Análisis del síndrome de burnout en docentes de educación infantil, primaria y secundaria para su prevención y tratamiento. *Revista Electrónica Educare*, 23(2), 324-343. <https://doi.org/10.15359/ree.23-2.17>.
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional*. México: Bantam Books, Inc. <http://www.cutonala.udg.mx>.
- Guerrero-Escobar, K. K., Navarro-Navarro, B. C., Carpio-Mendoza, J. y Duran-Panclas, M. (2023). Síndrome de burnout en profesionales educativos. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 7(28), 690-697. <https://doi.org/10.33996/revis-tahorizontes.v7i28.547>.
- Gutiérrez, J. M., Romero, J., Arias, S. R. y Briones Mendoza, X. F. (2020). Migración: Contexto, impacto y desafío. Una reflexión teórica. *Revista de Ciencias Sociales*, 26(2), 299-313. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7500760>.
- Laboratorio de Economía de la Educación (LEE) (2021). Informe núm. 32 Satisfacción laboral y motivación de los docentes en Colombia (mayo 2021). Pontificia Universidad Javeriana. <https://lee.javeriana.edu.co/-/lee-informe-32>.

- Muñoz, D. (2023). Las competencias socioemocionales de los docentes y su rol en el aula. *Revista Estudios Psicológicos*, 3(4), 30-42. <https://doi.org/10.35622/j.rep.2023.04.003>.
- Porras-Cruz, L. T. y Buitrago-Bonilla, R. E. (2024). El manejo emocional en maestros, un análisis desde la experiencia (Emotional management in teachers, an analysis from experience). *Revista Española de Pedagogía*, 82(288), 291-309. <https://doi.org/10.22550/2174-0909.4043>.
- Rodríguez, C. C., Leal, X. P. y Farías, C. S. (2021). Docentes emocionalmente inteligentes. Importancia de la inteligencia emocional para la aplicación de la educación emocional en la práctica pedagógica de aula. *Estudios Pedagógicos*, XLVII(1), 219-233. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052021000100219>.
- Torres, J. A. R. (2016). El bienestar emocional del docente (Emotional welfare of teachers in the educational institute). *Revista Nacional e Internacional de Educación Inclusiva*, 9(2), 183-194. <https://revistaeducacioninclusiva.es/index.php/REI/article/view/59/54>.
- Villarreal-Fernández, J. E. (2023). El estrés y burnout percibidos en docentes colombianos en el regreso a la presencialidad en las aulas. Un estudio exploratorio. *Revista de Psicología y Educación*, 18(1), 71-81. <https://doi.org/10.23923/rpye2023.01.236>.
- Yataco, P. E., Huerta, E. F., Bustamante, N. E. y Rangel, M. C. (2022). Competencias socioemocionales en los docentes de instituciones educativas de educación básica regular. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 6(26), 2105-2116. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v6i26.477>.

Sobre los autores

¹ Profesora en la Institución Universitaria Digital de Antioquia, Colombia.
ORCID: 0009-0005-3651-2221

² Profesora en la Institución Universitaria Digital de Antioquia, Colombia.
ORCID: 0009-0008-8848-9571



iQU4TRO EDITORES

En colaboración con:

