



UNIVERSIDAD ACADEMIA DE HUMANISMO CRISTIANO

ESCUELA DE PSICOLOGÍA

IMPLICANCIAS DEL TRÁNSITO A EDUCACIÓN VIRTUAL POR CUARENTENA:
RESILIENCIA Y BURNOUT DE DOCENTES EN LA ENSEÑANZA A ESTUDIANTES DE 1RO
A 8VO BÁSICO DE ESCUELAS PÚBLICAS Y SUBVENCIONADAS DE SANTIAGO DE
CHILE.

Autores: Matías Alonso Bravo Guzmán

Sebastián Antonio San Martín Acevedo

Profesora guía: Paulina Rebeca Herrera Ponce

Artículo para optar al grado de Licenciatura en Psicología

Santiago, 2022

Resumen: El presente artículo, desarrollado en medio de un contexto pandémico por COVID-19, busca dar cuenta de los cambios en la manera de realizar el trabajo docente en educación online y cómo estos afectan la salud mental del mismo. Trabajando en torno a dos conceptos teóricos: Resiliencia y Burnout, en cuanto a la gestión del estrés que las nuevas condiciones producen. Para ello se utilizó el paradigma cualitativo con la finalidad de estudiar la realidad de la situación a través del diálogo investigativo con los sujetos con un enfoque fenomenológico o interpretativo. La muestra fue elegida por conveniencia y consistió en los siguientes parámetros: docentes que se desempeñen de manera activa durante el año 2020 como profesores y profesoras de 1° a 8° básico con mínimo cuatro años de ejercicio en escuelas públicas o subvencionadas, que hayan adoptado modalidad online. Los principales resultados muestran que los docentes percibieron un aumento de los elementos que causan un daño y deterioro a su salud mental. En el transcurso de las cuarentenas, fue percibido un aumento en malestares y percepción de trastornos psicológicos. Los más mencionados fueron síntomas ligados a estrés, depresión, ansiedad, ataques de pánico y pensamiento rumiante.

Palabras claves: Educación virtual, COVID-19, Resiliencia, Burnout, Docentes.

Introducción

Las afecciones mentales sufridas por los docentes de escuelas públicas en Santiago de Chile, o el riesgo de padecerlas y/o agudizarlas, dadas las condiciones que han afectado al mundo y a nuestro país debido a las cuarentenas y medidas de distanciamiento social por COVID-19, entre ellas algunas que tienen un impacto directo sobre la *labor docente*, como el cierre de escuelas y el repentino cambio a la enseñanza virtual, han agudizado las condiciones para que los docentes padezcan cuadros de estrés que podrían desencadenar en alguna afección en cuanto a su salud mental, definida por la OMS (2018) como un estado de bienestar individual y funcionamiento adecuado de la persona dentro de su comunidad, esto gracias a sus capacidades desarrollarse de manera productiva, haciendo frente a las situaciones estresantes de la vida diaria y contribuyendo a la sociedad; pero el estado de salud mental negativo se manifiesta al experimentar condiciones de trabajo estresante, rápidos cambios sociales, así como

también la exclusión social, violación a los derechos humanos o discriminación de género.

Esto sumado al sistema educacional chileno, que de por sí tiene ciertas limitaciones que afectan el ejercicio de la labor docente. Tal como Etcheberrigaray et al. (2017) sostienen que el marco regulatorio del sistema escolar chileno y por ende sus leyes contienen un discurso empresarial que predomina sobre el discurso educacional, lo que resulta en un desmedro de los saberes pedagógicos y en un enaltecimiento por los de gestión. Utilizando conceptos teóricos como el síndrome de *burnout*, el cual se considera un factor de riesgo para la salud de los docentes y en su contraparte la *resiliencia*, como factor protector de los profesionales de la educación, buscamos vislumbrar las implicancias y problemáticas a la hora de enfrentar una nueva manera de ejercer la educación por medio de la virtualidad.

El día 18 de marzo del año 2020, Chile comienza con los primeros noventa días de estado de excepción en todo el país (MINSAL, 2020). Logrando que la población comience y mantenga un aislamiento y distanciamiento social a fin de prevenir el crecimiento de contagios por COVID-19.

El Departamento de Educación declara en su calendario escolar oficial del año 2020 que el día 4 de marzo se dará inicio al año escolar en modalidad online en la Región Metropolitana dada la emergencia sanitaria. Dejando a estudiantes, apoderados y toda

la comunidad educativa en la incertidumbre por una fecha de retorno a clases presenciales. Finalmente la espera terminó con el inicio del año escolar 2021, en donde un 84% de los colegios particulares pagados abrió sus puertas a la presencialidad mientras que sólo un 28% de los establecimientos municipales volvió a la “normalidad” (MINEDUC, 2021), estando funcionales solo hasta la vuelta a las cuarentenas en gran parte de las comunas pertenecientes a la Región Metropolitana por el plan Paso a Paso (MINSAL, 2020) el día 27 de marzo, resultando en el regreso a clases con modalidad remota.

Es en este escenario donde surgen las variadas complicaciones para familias, docentes y estudiantes, tal como lo dictan los resultados de un estudio realizado el año 2020 por la CIAE (Centro de Investigación Avanzada en Educación) de la Universidad de Chile, la complejidad de la modalidad de enseñanza online radica en asuntos como la falta de un espacio exclusivo para el estudio dentro del hogar, lo que genera altos niveles de desconcentración en los estudiantes, resultando en frustración y aburrimiento durante las clases u horas de estudio, también se habla de un exceso de pantallas (computador, celular, Tablet), falta de actividad física y momentos de contacto social con amigos, amigas y compañeros de curso. Así se van sumando complicaciones y obstáculos que hicieron y hacen más difícil la enseñanza online de emergencia para las escuelas y universidades, cuya preparación fue de un periodo extremadamente corto y estrecho, algo sin precedentes que, en casos, incluso fue planeado estando ya en marcha el periodo escolar (Hodges, C. et al. 2020).

En el caso de profesores y profesoras, quienes también conviven con aquellos problemas, suman a su lista de complicaciones la falta de capacitaciones, diseño y preparación para la nueva etapa en línea que ha dejado en el desamparo durante varios meses a los docentes de Chile y el mundo (Cea, F. et al 2020). De esta manera la relación de estudiantes y docentes con la educación se vio obstaculizada, dificultando el proceso de la enseñanza básica escolar y lograr el compromiso de cada centro escolar con los estudiantes y sus familias.

Para definir la labor docente en este artículo se tomará en cuenta el mercado y competencia educativa en nuestro país, la perspectiva neoliberal de la educación y la docencia. Se considera que la labor docente en Chile está ante un nuevo ciclo histórico educativo; los procesos de cambio relacionados con el orden económico y las nuevas tecnologías que deben adaptarse al sistema escolar chileno y su lógica subsidiaria (Reyes, et al. 2010).

Según el psicólogo Rodrigo Cornejo (2014), son los refuerzos a políticas "gerencialistas" las que han llevado a la educación a perder el sentido educativo y transformarlo en un modelo de medición continua; convirtiéndolo en un sistema desigual y socialmente segregador respecto a los orígenes sociales de los y las estudiantes, gracias a la creciente privatización de las escuelas.

La imposición de nuevas políticas y modelo neoliberal desde la redacción de la constitución de 1980 durante el periodo de dictadura cívico-militar en Chile (Slachevsky, 2015) condujeron a la educación a ser lo que es hoy, una máquina de producción monetaria, competencia, medición y calificación cegada por los niveles socioeconómicos existentes en nuestra realidad.

Este marco regulatorio del sistema escolar chileno y sus leyes sustentan un discurso empresarial que adquiere mayor importancia que el discurso educacional, lo que resulta en un desmedro de los saberes pedagógicos y en un enaltecimiento por los conocimientos de gestión (Etcheberrigaray et al. 2017).

Esta yuxtaposición de la lógica administrativa con la educacional, que nace desde el marco regulador del sistema educacional chileno, sienta las bases para la producción de concepciones de docencia desde una perspectiva de administración de empresas.

Desde estos planteamientos el docente se concibe como responsable de crear las condiciones necesarias para garantizar el aprendizaje de sus estudiantes, definiendo la docencia desde fuera, en base a deberes predeterminados en torno a las relaciones, a los conocimientos pedagógicos, labores administrativas y de rendición de cuentas (Etcheberrigaray et al. 2017).

El establecimiento de estos discursos no deja espacio a la labor creativa del docente, ni a la reflexión por parte de este en la ejecución de la docencia, remitiendo su labor a lograr determinadas condiciones y ejecutar acciones previamente estipuladas en el marco regulatorio. Reduciendo la labor docente a un rol de mero ejecutor. Lo cual construye al mismo, su perfeccionamiento profesional y personal como un recurso del sostenedor en pos de los resultados educativos medibles y comparables. Es de esta manera como el docente está circunscrito a ser herramienta de otro. El discurso empresarial que predomina incentiva que los docentes sean concebidos de esta forma, circunscribiendo la docencia a las perspectivas particulares de cada sostenedor y establecimiento educacional, desligando la conexión a niveles superiores del sistema educacional chileno (Etcheberrigaray et al. 2017).

Ahora, considerando las nuevas complicaciones a las que deben enfrentarse los docentes aparece el estrés como respuesta en busca de la adaptación frente a las nuevas condiciones. Guerrero (1996) define el estrés como un fenómeno complejo ya que implica estímulos, respuestas y procesos psicológicos, caracterizado por un sobreesfuerzo del sujeto por no tener los recursos suficientes para poder dar una respuesta acorde a las demandas ambientales/sociales. Afirma que de este desajuste entre demanda y recursos es en donde confluyen factores como las estrategias de afrontamiento, personalidad, respuestas fisiológicas y psicológicas ante el estrés.

Ligado a estos factores mentalmente agotadores y desgastantes, es que aparece en el panorama de la práctica profesional el Síndrome de Burnout, que Maslach y Pines (1997) definen como un desgaste físico y emocional, llegando muchas veces a convertirse en enfermedad. Cargando con este cansancio el profesional no goza de sentimientos positivos o simpatía y respeto por sus clientes, pacientes y en este caso, estudiantes. Al punto de llegar a perder completo interés por su trabajo (Maslach, C. & Pines, A. 1997).

En cuanto al estrés y su posible desenlace en burnout en docentes, Carranco y Moreno (2019) destacan la labor del profesorado como una de las más importantes, una de las que mayor impacto tiene en la vida y en el desarrollo humano. Además, sostienen que las percepciones, emociones y actitudes del docente están integradas al proceso de enseñanza y de ahí se desprende que el impacto del estrés en los docentes sea multidimensional en cuanto a su efecto para el desarrollo humano, tanto propio, como el de sus estudiantes.

El ejercicio docente y su carga adaptativa proveniente de diversas fuentes de presión, tales como, los apoderados, los directores, sostenedores y estudiantes, son factores desencadenantes de estrés y afecciones que pueden afectar a la salud mental generando síntomas psicósomáticos, esto es un factor que puede afectar al docente y su relación con el medio Carranco y Moreno (2019).

La OMS (2004) define estrés laboral como la respuesta que puede tener una persona frente a exigencias laborales que no se adaptan a sus capacidades y conocimientos y pone a prueba su capacidad para enfrentarse a estas nuevas situaciones.

El modelo de interacción entre demandas, control y apoyo social (Karasek y Theorell, 1990, citado en Carranco y Moreno 2019) sería fundamental para entender esta situación entre las demandas-control y el modulador que ejerce el apoyo social. Afirman que un nivel alto de apoyo social disminuye el efecto del estrés y un nivel bajo contribuiría a aumentarlo. Se presume que, bajo las nuevas condiciones de virtualidad y cambio en el ejercicio del trabajo docente, las formas de apoyo social con las que se solían contar antes del confinamiento por COVID-19, disminuyen sustancialmente en cuanto a contacto físico y/o presenciales y las que se mantienen debieron adaptarse y cambiar de manera drástica. Desde estos preceptos se supone la importancia de las estrategias de afrontamiento de los docentes y su capacidad adaptativa frente a la nueva situación en donde deben ejercer la docencia.

Para clarificar el concepto de estrés y su diferencia con el de burnout, se considera vital la definición de los denominados factores psicosociales en torno al ejercicio de la profesión, docente en este caso. Los factores psicosociales son definidos como las condiciones que se dan o presentan en situaciones laborales, relacionados con la organización de este, con su entorno, su rol y tareas asociadas a este que afectan al

desarrollo del trabajo y la salud de quien lo realiza (Sauter, Et al. 2001, citado en Gómez del Amo, R. y Guerrero-Barona, E. 2018).

Estas variables pueden influir de manera positiva en la calidad de vida laboral y el desarrollo personal, o pueden tener consecuencias negativas convirtiéndose en un obstáculo que perjudica la vida laboral y por ende la salud de los trabajadores (Gil-Monte, 2019, citado en, Gómez del Amo, R. y Guerrero-Barona, E. 2018).

Por lo tanto, cuando los factores psicosociales ligados a determinada profesión, lugar, rol y entorno afectan de manera negativa la salud del trabajador y la de su entorno laboral estos se denominan factores de riesgo psicosocial, por su potencial para dañar la salud (Gil-Monte, 2019, citado en, Gómez del Amo, R. y Guerrero-Barona, E. 2018).

Se desprende de estos conceptos que el estrés producido por las condiciones laborales particulares de los docentes es un factor de riesgo psicosocial. Pudiendo esto tener una repercusión positiva o negativa dependiendo de cómo se gestione, enfrente y se adapte el docente. Por lo tanto, el estrés es un factor de riesgo psicosocial, y el burnout sería el resultado negativo en la salud de dicho factor de riesgo psicosocial y su mantención en torno al docente produciendo el síndrome.

Como se dijo anteriormente, la resiliencia es el elemento protector frente a la conmoción emocional del trabajo docente durante el año escolar en pandemia.

Henderson y Milstein (2003) definen resiliencia como el conjunto de procesos que llevan a las personas a poder superar las experiencias negativas e incluso aprender de estos episodios. Es por esto por lo que esta se considera como un factor protector ante el estrés del docente pudiendo interrumpir él mismo antes de sufrir un burnout. Debido a su rol en la adaptación frente a cambios, como el paso a clases online, es que la resiliencia tiene un papel principal en cómo los docentes superan, aprenden y se adaptan a estas nuevas circunstancias.

Es importante aclarar que la resiliencia no es sinónimo de sobrevivir a las complejidades que se presentan en la vida, sino que ser capaz de adaptarse a las transformaciones y aprovechar los cambios, dándoles sentido y logrando el éxito a pesar de las adversidades (Bacca, D. et al. 2014). Respecto a la resiliencia como característica humana, es necesario decir que no existe en específico un factor protector o mecanismo que ayude a las personas a superar las situaciones de adversidad (Werner & Smith, 1992, citado en Bacca, D. et al. 2014).

Para definir los factores protectores, se utilizará la definición de Michaud (1999, citado en Bacca, D. et al. 2014) que explica estos factores como características de la persona y hechos que aumenten la capacidad para lidiar con situaciones adversas y a la vez disminuyen las probabilidades de desajuste en los niveles sociales, biológicos y psicológicos, incluso mientras se atraviesa por circunstancias hostiles.

Según Pereira (2007), dentro de los variados factores protectores que puede poseer y utilizar una persona está la capacidad de establecer relaciones con otras personas, vínculos que aportan a la obtención de nuevos recursos y redes de apoyo; la creatividad como capacidad de convertir los dolores y adversidades en nuevas oportunidades de creación o reinventar, por ejemplo, la manera de enseñar en el caso de los docentes; la autonomía como la capacidad de poner distancia entre su persona y la situación adversa, saber situar los límites para no verse afectado por esas situaciones.

El mismo autor también, adhiere la idea de que la resiliencia es siempre construida en la relación con otros, las personas resilientes lo son porque su entorno les hizo sentir confianza en sí mismos, lo que sería el factor protector más importante. Teniendo confianza, las personas se perciben y sienten más queridas, respetadas, respaldadas, lo que otorga una mayor valorización a la persona misma.

La pandemia de COVID-19 trajo consigo mucho agobio mental, cambios y circunstancias nuevas a las que adaptarse y existen muchas maneras de hacer frente a este escenario de tanta adversidad emocional y física. Un factor protector de gran valor es el desarrollo de una resiliencia generativa que, pensando en nuestra circunstancia de excesivos cambios en la realidad social, da la oportunidad de crear oportunidades a partir de las adversidades que ha traído la pandemia (Román, F. et al. 2020).

En un estudio sobre Resiliencia docente en COVID-19 (Román, F. et al. 2020) en varios países se revelan números positivos, por ejemplo, respecto al impacto de la pandemia sobre la educación un 69,9% opinan positivamente, mientras que sólo un 15,0% respondió de manera negativa.

En el mismo estudio, utilizando la *Escala de resiliencia de Connor-Davinson*, se preguntó a docentes sobre su percepción sobre esta disrupción como una oportunidad (Likert 0 a 4) a lo que la balanza se cargó hacia la positividad en docentes con Alta Resiliencia (3.17 (0.839)), es decir, percibir los cambios de la educación remota como oportunidad a aprovechar fue el componente que más impactó en el desarrollo de una resiliencia docente. De igual manera, utilizando la misma escala, se preguntó sobre si la situación había dado la oportunidad de reflexionar sobre distintos aspectos de su rol; las respuestas evidenciaron importantes diferencias entre los docentes con BR (3.00 (0.754)) y los de AR (3.33 (0.759)).

Respecto a cambios en el estilo de vida, el 100% de los docentes señaló al menos una modificación en su actividad diaria. De esa totalidad, los cambios positivos son abundantes; 27,8 % realizó cambios positivos en su actividad física; en relación con las horas de sueño un 34,4% mejoró ese aspecto y el 30,4% logró cambios positivos en su alimentación. En términos de relaciones personales el 45,8% consiguieron cambios positivos en el vínculo con sus hijos; el 31,6% logró acercarse más a su pareja y el 31,1%

en otro tipo de relaciones interpersonales, como padres, amigos y su comunidad (Román F, et al. 2020).

En otras áreas, las actividades y aficiones durante el aislamiento, el 21,7% hizo de las técnicas de relajación algo cotidiano; 28,5% aumentó su atracción por la música y relativo a actividades formativas; un 38,4% aumentó su actividad de estudio y un 37,7% su tiempo de lectura (Román F, et al. 2020).

Al mismo tiempo es de vital importancia conocer sobre el agotamiento emocional y riesgo de burnout que profesiones ligadas al trato con terceros, en nuestro caso la docencia, conlleva a que estos factores se intensifiquen al estar en una situación estresante. UNESCO, (2005); SUSESO, (2010), Cornejo, (2009); Van der Doef; Maes, (1999). Citados por Cornejo, et al. (2020) Dan ejemplos de factores psicosociales que constituyen riesgo para la salud en docentes, estos son: "*carga de trabajo, exigencias psicológicas, pérdida de sentido en el trabajo, falta de apoyo social, pérdida de autonomía y falta de apoyo para lidiar con las demandas del hogar*" (pág. 337). Es primordial conocer las señales de agotamiento emocional, poder lidiar con él antes de que se genere el burnout y de que este afecte la labor educativa de los profesores y por ende de sus estudiantes.

Una investigación realizada en la Región del Bio Bio durante el año 2020 por David Lux Torres, arrojó resultados que pueden ser reflejo de la realidad del docente a nivel

nacional. En esta se encuestó a cuarenta y cinco docentes, quienes respondieron una encuesta referente a los conceptos de Agotamiento, Cinismo y Eficacia Profesional.

Primeramente, en Agotamiento, sólo un 8.9% se siente emocionalmente agotado siempre o todos los días; un 26.7% se siente "consumido" al final de la jornada laboral siempre o todos los días; y un 24.4% dice estar "quemado" por su trabajo algunas veces, una vez al mes o menos (Torres. D, 2020). Relativo al Cinismo, los datos se inclinan hacia lo positivo; el 33.3% manifestó haber perdido el entusiasmo por su trabajo solo pocas veces al año o casi nunca; y un 55.6% revela nunca haberse vuelto más cínico respecto a su puesto de trabajo (Torres, D. 2020). Y, por último, la Eficacia Profesional, atisba números aún más positivos en razón de la autoestima docente; un 71.1% considera que contribuye efectivamente a la labor de su organización, siempre y todos los días; y un 57.8% opina ser bueno en su puesto de trabajo, siempre y todos los días (Torres, D. 2020)

En base a estos constructos teóricos, nace la necesidad de evidenciar el modo en los docentes han podido adaptarse y ser resilientes, o caer en un síndrome de burnout que no les permite avanzar. Nos alienta el vislumbrar los diversos modos en que se pudo gestionar esta nueva carga adaptativa para ellos. Y cómo esto se tradujo en la implicancia a la hora de enseñar en modalidad online.

Problematización: La realización de este artículo apunta a conocer, explorar y describir de qué manera afectó a los docentes la transición a clases virtuales por COVID-19 en cuanto a su salud mental, considerando la resiliencia como factor protector y el síndrome burnout como factor de riesgo. Tomando como punto de vista las experiencias de docentes de enseñanza básica en la realización de clases online y la urgencia de adaptarse a las nuevas condiciones impuestas por las medidas de confinamiento. Referente a la cantidad de información o investigaciones sobre estrés en pandemia, se han encontrado muy pocos estudios cualitativos dada la novedad del asunto, es por eso que mediante la creación de este artículo se espera dar pie a incrementar el estudio e información entorno al ejercicio docente y las nuevas condiciones referentes a su profesión.

Pregunta de Investigación: ¿Cómo afectó a los docentes la transición a clases virtuales en cuanto a su salud mental, considerando la resiliencia como factor protector y el síndrome burnout como factor de riesgo?

Objetivo General: Conocer de qué manera afectó a los docentes la transición a clases virtuales por COVID-19 en cuanto a su salud mental, considerando la Resiliencia como factor protector y el síndrome burnout como factor de riesgo.

Objetivos Específicos

1.- Conocer los efectos en la salud mental de los docentes en cuanto a la transición a clases virtuales por COVID-19.

2.- Explorar la resiliencia como estrategia de afrontamiento de la adversidad en docentes respecto a la transición a clases virtuales por COVID-19.

3.- Detectar factores de riesgo que podrían causar burnout en docentes en cuanto a la transición a clases virtuales por COVID-19.

Relevancia

Esta investigación es importante para la producción de información en torno al ejercicio docente en condiciones de aislamiento por COVID-19 y cualquier ejercicio de una docencia pública o subvencionada a distancia. Esto es provechoso tanto para la práctica como para la teoría que envuelven estas variables; Docencia, aislamiento, estrés, burnout y resiliencia, ya que aporta nuevas ideas e impulsa la creación de conocimiento e investigaciones sobre este tema. Ya que en la revisión bibliográfica sobre estos factores se encontraron pocos estudios cualitativos que elaboren la construcción de significados en torno a la docencia en estas nuevas condiciones para el ejercicio público de su profesión. Profesión que es reconocida de vital importancia dado el impacto multidimensional que tiene el docente dentro de su entorno social, sistema y con sus estudiantes.

La relevancia práctica de este estudio radica en lo provechoso de estudiar el fenómeno de la docencia en contextos adversos y circunstancias virtuales. Pudiendo así dar luces a factores y dinámicas que podrían mejorar el ejercicio docente.

En cuanto a la relevancia social del estudio esta radica en levantar información sobre el ejercicio de profesores y profesoras del sector público o subvencionado de la educación chilena. Sus condiciones particulares, como la mencionada lógica empresarial que predomina sobre la lógica educativa, sumado a la situación actual de clases online debido a la pandemia COVID-19.

METODOLOGÍA

Diseño de Investigación

La presente investigación utiliza de base la metodología cualitativa, apuntando a estudiar la naturaleza del tema a través del diálogo investigativo con los sujetos seleccionados u observación de objetos a comprender (Canales. 2006); mediante el instrumento de producción de información seleccionado que será la entrevista semiestructurada. Así comprender la cotidianidad y vivencias de los docentes en el trabajo remoto.

Al tratar un tema ya indagado en investigaciones, como lo es la docencia. Se trata en parte de un estudio de tipo descriptivo; que se utiliza con el fin de conocer una serie de cuestiones como las situaciones, costumbres y actitudes predominantes a través de

la descripción de la cotidianidad, a modo de determinar un fenómeno, para extraer generalizaciones importantes que contribuyan al conocimiento sobre el tema de análisis (Morales, 2010). Y al tocar un tema nuevo, de poca indagación como es el estrés en pandemia y su afrontamiento por parte de los docentes, este es también un estudio de tipo exploratorio; que según Morales (2010) tiene como objetivo examinar un tema poco estudiado o que ha sido poco abordado en investigaciones científicas, aumentar la familiaridad con aquellos fenómenos y dar el pie para llevar a cabo más investigaciones sobre este fenómeno de la vida real.

En cuanto al enfoque esta investigación se basa en el paradigma fenomenológico, que definido por Fuster (2019) es enfocar el estudio en destacar las experiencias y el sentido que envuelve el día a día, ósea las vivencia del humano a investigar, en este caso los docentes y la cotidianidad de su ejercicio en las clases remotas.

Participantes y Muestra

Los individuos por investigar serán profesores y profesoras de cursos de 1° a 8° básico de escuelas públicas o subvencionadas en la Región Metropolitana. El universo de la muestra serán todos aquellos docentes que cumplan función de profesor/profesora en escuelas públicas o subvencionadas que hayan adoptado modalidad de enseñanza online. La muestra específica de nuestra investigación serán profesores con más de cuatro años desempeñándose de manera activa en colegios públicos o subvencionados y quienes no presenten licencia por estrés debido a su trabajo. El tipo de muestreo será

una selección de docentes por avalancha (Crespo, M. 2007) pidiéndole a quienes sean los primeros entrevistados, que nos recomienden otros docentes dentro de su red de contactos para que participen en este estudio, agilizando el proceso y llegando con más confianza a los posibles próximos entrevistados. La muestra final fue de 5 personas, un hombre y cuatro mujeres sobre los cuales se detalla información en el siguiente cuadro.

Información de personas entrevistadas

	Edad	Sexo	Tipo de escuela
Docente 1 C	34	M	Pública
Docente 2 L	36	F	Pública
Docente 3 D	39	F	Pública
Docente 4 J	40	F	Pública
Docente 5 R	43	F	Particular Subvencionada

Estrategias de producción de información

Se realizarán entrevistas individuales semiestructuradas, dada su característica de poseer en su guion preguntas abiertas, ofreciendo la posibilidad al entrevistador de profundizar en temas y poder cambiar su estructura según se estime conveniente

durante el transcurso de la conversación (Blasco, T. & Otero, L. 2008). Así, los docentes entrevistados tendrán la posibilidad de expresarse de manera libre y transmitir sus experiencias en el área educacional en tiempos de pandemia y distanciamiento social.

Aspectos éticos del proyecto

Previamente a realizar las entrevistas correspondientes se entregará un documento de consentimiento informado que nos asegure las intenciones de participar de él o la profesora a entrevistar. Este documento contará con toda la información y características de la entrevista individual que los y las candidatas a entrevistar deben conocer para llevar a cabo nuestra recolección de datos de la manera más transparente posible, así resguardando sus derechos en caso de querer evitar ciertas preguntas, las cuales serán omitidas en caso de que la persona niegue intención de responder.

También se entregará un contrato de confidencialidad y anonimato, con el fin de asegurar a quienes entrevistamos que sus respuestas serán utilizadas solo y exclusivamente para este estudio y con fines investigativos, por lo que sus respuestas no afectarán su estabilidad profesional y sus identidades serán resguardadas al momento de publicación.

Plan de análisis

Se utilizará el método de análisis cualitativo denominado Análisis de Contenido por Categoría Emergente. El análisis cualitativo busca conocer el significado que está sumergido en el relato de los sujetos entrevistados, desde el lugar particular del otro para trabajar de manera inductiva a partir de los datos recogidos, de esta manera se busca en la suma de varios particulares llegar a un nivel mayor de inteligibilidad (Echeverría, 2005).

Es un análisis de contenido por categoría en tanto no se busca reconstruir el discurso social en su conjunto, sino rescatar temáticas e ideas que se encuentran presentes en las narrativas particulares escogidas y por lo tanto en su subjetividad y cualidad propia como sujetos (Echeverría, 2005).

Al trabajar con una entrevista semiestructurada y por lo tanto más abierta, la construcción de categorías será emergente y por lo tanto inductiva, ya que el tema de investigación y la relación de sus variables es bastante nuevo y existen pocos estudios que nos sugieran en donde focalizar estas variables, además se busca captar de la manera más fiel posible lo dicho por los entrevistados evitando así sesgos e ideas previas (Echeverría, 2005).

Análisis descriptivo por categorías

Categorías	Tópicos
------------	---------

<p>1. Salud mental</p>	<p>1.1 Síntomas docentes</p> <p>1.2 Síntomas estudiantes</p>
<p>2. Factores protectores</p>	<p>2.1 Innovaciones tecnológicas</p> <p>2.2 Herramientas docentes</p> <p>2.3 Deseo de volver a presencialidad</p> <p>2.4 Colaboración entre docentes</p>
<p>3. Factores de Riesgo</p>	<p>3.1 Falta de apoyo psicológico a docentes</p> <p>3.2 Pérdida de la privacidad</p> <p>3.3 Carga laboral aumentada</p> <p>3.4 Demandas familiares</p> <p>3.5 Menor participación de estudiantes</p> <p>3.6 Carencias materiales</p>

<p>4. Acceso tecnológico</p>	<p>4.1 Dificultad acceso tecnológico docente</p> <p>4.2 Dificultad acceso tecnológico estudiantes</p> <p>4.3 Mejoramiento conectividad</p>
<p>5. Profesor como ente de cambio social</p>	<p>5.1 Dificultad para la innovación</p> <p>5.2 Mentalidad transformadora docente</p> <p>5.3 Dependencia al sentido de ver la vida de apoderados</p> <p>5.4 Dependencia al sentido de ver la vida de los directivos</p>
<p>6. Vínculo comunidad educativa</p>	<p>6.1 Apoyo Multidimensional a estudiantes</p> <p>6.2 Vínculos laborales</p> <p>6.3 Vínculos con estudiantes</p> <p>6.4 Vínculos con apoderados</p>

7. Recomendaciones para mejorar el sistema online	7.1 Perspectiva ecológica
---	---------------------------

Análisis descriptivo categoría "Salud mental"

La primera categoría se compone por dos tópicos, síntomas docentes y síntomas estudiantes, los cuales tienen relación con la salud mental de los profesionales docentes y sus estudiantes en cuanto a consecuencias en torno a la transición a clases online.

T.E1: "Sí, bastante porque todos los días estamos recibiendo un correo distinto de que se murió un familiar, de que hay una niña que está con crisis de pánico, que está con depresión. Todos los días tenemos un caso nuevo, sí es una problemática y algo que nos angustia a todos nosotros, de cómo contener a los niños, de como también uno ser un contenedor positivo."

T.E2: "Mi estado de ánimo ahora está mucho mejor, pero llegó un momento en que me encerraba a llorar de angustia, de pena, de rabia, del encierro, del que no estoy acostumbrada."

T.E4: "Más irritable, sí, cuando ando con muchas cosas de trabajo y no logro como cumplir y como soy un poco perfeccionista, como que me enoja más pero no con los

niños, sino el que paga más el pato es mi pareja. Así como por favor hoy día no me hables, especialmente en los fines de semestre"

Análisis descriptivo categoría "Factores protectores"

La segunda categoría se compone de cuatro tópicos, innovaciones tecnológicas, herramientas docentes, deseo de volver a la presencialidad y colaboración entre docentes, los cuales están ligados a los factores protectores que cada docente utilizó como estrategias de afrontamiento en el escenario de las clases online y de situación pandémica.

T.E4: "Después me di cuenta de que fb te permitía hacer clases en una sala virtual."

T.E2: "El tema de la tecnología. El no tener el recurso porque este computador que yo tengo obviamente es de la escuela, yo no me voy a comprar uno porque no corresponde, pero yo empiezo las clases a las 8 y lo prendo un cuarto para las 7 para que funcione y a veces no me funciona y queda en negro y se pega."

T.E5: "igual tengo un padlet donde les subo el material al estudiante y trato de tener interacción con ellos, en lenguaje a los de 5to trabajo en Tablet, les subo guías, videos, preguntas que tienen que contestar ahí, no es necesario que la escriban le saquen una foto, la envíen al correo, no, sino que el contacto sea más directo."

Análisis descriptivo categoría "Factores de riesgo"

La tercera categoría se compone de seis tópicos ligados a los factores de riesgo, tales como la falta de apoyo psicológico a docentes, pérdida de la privacidad, carga laboral aumentada, demandas familiares, menor participación de estudiantes y carencias materiales que pueden afectar a los docentes.

T.E1: "Complejo porque los colegios municipales no cuentan con los implementos tecnológicos para poder más que nada subsanar ciertas problemáticas de los estudiantes."

T.E2: "Pero los más grandes, los mismos profesores dicen "yo estoy en clases y estoy solo", porque ninguno tiene la cámara prendida, preguntas algo y no contestan, entonces para ellos ha habido muchas dificultades en ese tema, y tampoco les puedes exigir por la realidad que nosotros tenemos, ósea nosotros tenemos niños que viven en cité y en una pieza hay 6, 7 personas, entonces les da vergüenza prender sus cámaras."

T.E4: "Pero algunos te hablan incluso a las 3 de la mañana y uno si ve que es algo urgente uno también le responde porque uno se pone en el lugar de ese apoderado o apoderada que está colapsada."

Análisis descriptivo categoría "Acceso tecnológico"

La cuarta categoría se compone de tres tópicos, dificultad acceso tecnológico docente, dificultad acceso tecnológico estudiantes y mejoramiento conectividad, ligados a la oportunidad de acceder a las tecnologías adecuadas para la realización de clases online por parte de docentes y estudiantes.

T.E4: "Sí, desde el principio. Uno busco herramientas, yo sabía un poco igual de computación, tampoco era así como que no sabía nada. Pero no sabía muchos programas, los empecé a conocer el año pasado."

T.E2: "El tema de la tecnología. El no tener el recurso porque este computador que yo tengo obviamente es de la escuela, yo no me voy a comprar uno porque no corresponde, pero yo empiezo las clases a las 8 y lo prendo un cuarto para las 7 para que funcione y a veces no me funciona y queda en negro y se pega."

T.E5: "Tenemos super buena asistencia porque la escuela también le entregó en este caso internet y algunos aparatos tecnológicos a los estudiantes."

Análisis descriptivo categoría "Profesor como ente de cambio social"

La quinta categoría está compuesta por cuatro tópicos, dificultad para la innovación, mentalidad transformadora docente, dependencia al estilo de ver la vida de apoderados y dependencia al sentido de ver la vida de los directivos, ligados con la visión del docente y como este puede ser un factor de cambio social especialmente cuando los estudiantes viven situaciones de precariedad.

T.E3: "Dentro de mi decisión las personas que administran las instituciones también son las que me hacen desertar como docente."

T.E4: "Yo siento que la educación no es sólo un trabajo, yo lo veo como que es una forma de ser y estar en el mundo, siento que las personas que quieren educar tienen que vivir un poco cómo educan."

T.E5: "entonces yo creo que hoy en día quien sostuvo la educación pública en pie, fuimos los profesores, los profesores pusimos nuestras casas, nuestro computador, internet, bueno yo creo que también había administraciones que aportaron a los profesores, pero otras no, entonces, entonces, yo creo que por un buen tiempo fuimos nosotros quienes sostuvimos esto, y quisimos que en este caso siguieran aprendiendo, que el aprendizaje igual se convirtió en un momento en acompañamiento emocional"

Análisis descriptivo categoría "Vínculo comunidad educativa"

La sexta categoría se compone de cuatro tópicos, apoyo multidimensional estudiantes,

vínculos laborales, vínculos con estudiantes y vínculos con apoderados, ligados a la relación que se establece con los diferentes actores implicados en la comunidad educativa.

T.E2: "en el fondo nosotros no solamente enseñamos, nosotros pasamos a ser parte de la familia de los niños, ellos necesitan mucho de nosotros y más en pandemia, ósea nosotros estando en pandemia nos hemos dado cuenta de lo importante que somos para ellos, ósea nosotros nos adentramos en la realidad de los niños todos los días en su casa."

T.E4: "igual el año pasado tampoco mi colegio igual fue bien humano, igual hicimos clases, pero no todos los días, nos preocupamos más de la parte emocional de los niños. "

T.E5: "tampoco dejar que los estudiantes perdieran ese vínculo con las escuelas, es super importante eso mantener el vínculo, que también sintieran que la escuela podía ser un apoyo si no tenían internet se solicitaba"

Análisis descriptivo categoría "Recomendaciones para mejorar el sistema online"

La séptima y última categoría se compone de un tópico, el de perspectiva ecológica,

ligado al abordaje de una manera global y/o sistémica en donde se entiende que interviniendo un solo nivel del problema no se logran cambios significativos.

T.E1: "Es que esa es una cosa y lo otro es el tema de la salud mental de los docentes y también de los estudiantes y ojo que también de los mismos apoderados. Yo creo que todo va de la mano, va todo englobado, no es algo que sea prioritario que lo otro, yo creo que hoy en día todo es prioritario. Tú tienes una buena salud mental y tu participas en un ambiente de bienestar, obviamente que vas a trabajar de forma óptima y de la mano vienen las condiciones tanto de infraestructura, de medios, etc. Está todo englobado. Incluso eso es algo de lo que también reclama dentro de los consejos de profesores, que el apoyo no sea solamente para los estudiantes, también para los apoderados y los profesores."

T.E2: "el tema de recursos es super importante, recurso tecnológico que vaya a la par y aparte la capacitación porque no sacamos nada con tener todo si no lo sabemos ocupar. (...) Yo siento que las escuelas deberían tener un equipo de profesionales como ustedes, psicólogos que nos ayuden a poder conversar lo que está pasando porque no existe y te lo recalcan, no tenemos derecho a enfermarnos"

T.E4: "por ejemplo se podría mejorar a nivel de sistema que hubieran entendido que quizá no es necesario tener a un cabro sentado una hora y cuarenta y cinco minutos, que se tomaran medidas en que, si en vieron que con una hora podemos hacer, que

los niños están cansados, que no es necesario pasar tantos contenidos, sería ideal que hubiera políticas públicas de educación que cambiarán, por ejemplo, que hubieran tomado esta experiencia como eso o que se instalará la ley de educación emocional. No como algo que quede a la buena voluntad del profesor o la buena voluntad del colegio.”

Análisis integrativo

En relación con lo obtenido en el análisis descriptivo, a través de la construcción de categorías y tópicos, se logró identificar las relaciones que existen entre los relatos de los profesionales que ejercen la docencia, así como el impacto que significó la transición a clases online en escuelas públicas y subvencionadas.

A partir de los resultados obtenidos pudimos generar una relación directa entre la categoría de **Salud Mental**, definida por la OMS (2018) como un estado de bienestar individual y funcionamiento adecuado de la persona dentro de su comunidad, esto gracias a sus capacidades de desarrollarse de manera productiva, haciendo frente a las situaciones estresantes de la vida diaria y contribuyendo a la sociedad; pero el estado de salud mental negativo se manifiesta al experimentar condiciones de trabajo estresante, rápidos cambios sociales como el vivido por los docentes durante el

comienzo de las clases en tiempos de cuarentena, y la categoría de **Factores de Riesgo**, variables que pueden influir de manera negativa en la calidad de vida laboral y el desarrollo personal, convirtiéndose en un obstáculo que perjudica la vida laboral y por ende la salud de los trabajadores (Gil-Monte, 2019, citado en, Gómez del Amo, R. y Guerrero-Barona, E. 2018). Siendo estos y los **factores protectores** fundamentales a la hora de producir o no **síntomas docentes**.

A su vez la categoría **Factores protectores**, que corresponde a características personales y a todo aquello que aumenten la capacidad para lidiar con situaciones adversas y a la vez disminuyen las probabilidades de desajuste en los niveles sociales, biológicos y psicológicos, incluso mientras se atraviesa por circunstancias hostiles (Michaud. 1999, citado en Bacca, D. et al. 2014). Es decir, todo aquello que ha ayudado a los docentes a sobrellevar el cambio en el sistema de clases y que podría proteger su **salud mental** al momento de enfrentarse a situaciones estresantes. Esta se relaciona con la categoría **Acceso tecnológico** ya que el acceso a las tecnologías y el material óptimo para la correcta realización de las clases online es de por sí un **factor protector** que influye directamente en la realización del trabajo docente, creando un ambiente positivo para su salud mental. Lo contrario encontramos en la falta de **Acceso tecnológico** que sufren muchos docentes y sus estudiantes, siendo este un importante tópico dentro de los **factores de riesgo**, ya que dificulta y/o en algunos casos imposibilita la conexión a las clases virtuales y el desarrollo del aprendizaje y el ejercicio de la docencia.

Dentro de los resultados ha predominado la visión del **Profesor como ente de cambio social** y no sólo como un instructor de currículum en un sistema escolar dedicado a la medición continua de capacidades estudiantiles, ya que los resultados manifiestan que los docentes son entes de cambio claves dentro de las comunidades educativas y su labor es una de las que mayor impacto tiene en la vida y en el desarrollo humano. Carranco y Moreno (2019) sostienen que las percepciones, emociones y actitudes del docente están integradas al proceso de enseñanza y de ahí se desprende que el impacto del estrés en los docentes sea multidimensional en cuanto a su efecto para el desarrollo humano, tanto propio, como el de sus estudiantes. Esto se liga principalmente con la categoría de **Vínculo y comunidad educativa**, entendida esta como el apoyo multidimensional a estudiantes, los vínculos laborales, el vínculo con los estudiantes y con los apoderados. Esta mentalidad transformadora docente está en constante relación y limita con la dependencia al sentido de ver la vida de los directivos y de los apoderados lo que en ocasiones facilita o dificulta la innovación por parte de los docentes.

Dentro de las **Recomendaciones para mejorar el sistema online** que obtuvimos en las entrevistas realizadas a los docentes, nos encontramos con que el total de profesores y profesoras consideran que el mejor camino para continuar con las clases online es un apoyo multidimensional a toda persona que conforme la comunidad educativa, enfoque que dentro de la literatura es denominado perspectiva ecológica establecido por Bronfenbrenner (1987) que propone una perspectiva ecológica del desarrollo de la

conducta humana, esta perspectiva concibe al ambiente ecológico como un conjunto de estructuras seriadas y estructuradas en diferentes niveles, en donde cada uno de esos niveles contiene al otro. Esta categoría está intrínsecamente relacionada con la de **Salud mental** de los docentes y sus comunidades educativas, ya que perciben que, los problemas que se han evidenciado de manera más notoria dadas las condiciones de la pandemia, tienen implicancias multidimensionales (estudiantes, apoderados, docentes, directivos) y que estos no pueden ser resueltos de una manera eficaz interviniendo uno sólo de estos niveles.

La **perspectiva ecológica** apunta directamente a abordar las problemáticas que se evidenciaron durante la pandemia de manera multidimensional, siendo una de estas la gran falta de apoyo psicológico a los y las docentes que se vieron en situaciones estresantes propias del ejercicio de su profesión. Además de tener que vivir las carencias materiales propias y de sus estudiantes, las cuales en algunos casos dificultan de manera significativa la correcta realización de la enseñanza online y el ejercicio docente.

Conclusiones

En cuanto a la pregunta de investigación se planteó el objetivo de *conocer cómo afectó a los docentes la transición a clases virtuales en cuanto a su salud mental, considerando la resiliencia como factor protector y el síndrome burnout como factor de riesgo*. Los resultados muestran que los docentes percibieron un aumento de los elementos que

causan un daño y deterioro a su salud mental. Esto dio como resultado que, durante el año 2020, en el transcurso de las cuarentenas, los docentes hayan percibido un aumento en malestares y percepción de trastornos psicológicos. Los más mencionados fueron síntomas ligados a estrés, depresión, ansiedad, ataques de pánico y pensamiento rumiante. En cuanto al *objetivo específico número uno* los síntomas, entendidos estos como la expresión subjetiva sobre un mal funcionamiento del organismo, abarcando las quejas y/o dolencias que expresa una persona (De la Serna Tuya, Juan Moises, 2020). Gatillados por los distintos factores de riesgo que aparecieron o se evidenciaron respecto al trabajo docente, dejaron en claro que en muchos casos no existió el apoyo o la preparación, ya sea en cuanto a utilizar las tecnologías que requería la situación o una preparación o acompañamiento psicológico que diera las herramientas emocionales a los docentes.

Cabe destacar que estos síntomas no son causados exclusivamente por la variable de clases online, sino que son intrínsecamente afectados por la situación pandémica, sus cuarentenas y lo que estas implican. En relación con el *objetivo específico número tres* En el transcurso de esta crisis se pudo evidenciar que los docentes manifiestan una falta de apoyo psicológico y un aumento en la carga laboral en el sistema de clases online.

Pudimos observar que la mayoría de los docentes estuvo expuesto a brechas materiales y carencias propias o de sus estudiantes que dificultan la realización de las clases online, tales como disponer de un espacio adecuado para realizar su clase, un computador apto para esta labor, internet de buena velocidad y una silla adecuada como los más

mencionados por los docentes. Además, se pudo constatar que existe una brecha tecnológica para los profesores de mayor rango etario, los cuales ante nulas capacitaciones sobre estas tecnologías se vieron en la obligación de pedir ayuda a colegas más jóvenes que debido a su edad tenían mejor manejo de estas herramientas. Esto coincide con lo expuesto por Etcheberrigaray et al. (2017) quienes sostienen que el marco regulatorio del sistema escolar chileno y por ende sus leyes contienen un discurso empresarial que predomina sobre el discurso educacional, lo que resulta en un desmedro de los saberes pedagógicos y en un enaltecimiento por los de gestión. Esto sumado a la situación de emergencia sanitaria y la forzada transición a clases online produjo que se evidenciara de manera más clara como el sistema educativo chileno prioriza los resultados por sobre el bienestar de los estudiantes y de la comunidad educativa, en donde los docentes dependen de la visión de sus directivos para poder priorizar el bienestar emocional o para poder focalizar contenidos importantes hasta que estos sí sean entendidos por los estudiantes y no simplemente seguir con el ritmo del currículo.

Por parte de los estudiantes, se evidenciaron elementos que dificultaron el acceso y buen desarrollo de las clases, siendo los más mencionados los relacionados con carencias materiales, tales como, no tener un computador o celular con la tecnología adecuada para conectarse a clases, realizar tareas y pruebas; se evidenció que no todos disponen de una conexión a internet de calidad por lo que en algunos casos las escuelas y municipalidades debieron entregar banda ancha móvil; y por último, el hecho de que gran parte de los alumnos, en algunos casos más del 50% de los estudiantes, viven en

condiciones de hacinamiento en sus hogares, según lo constatado por sus docentes, lo que causa grandes niveles de desconcentración y/o una dificultad para participar de las clases debido a un exceso de ruido ambiente dentro de los hogares y/o disponer de un solo artefacto para una familia con tres niños/as en edad escolar, además imposibilita la realización adecuada de las horas lectivas de educación física. Esto se liga con lo expuesto por el psicólogo Rodrigo Cornejo (2014) que menciona que son los refuerzos a políticas "gerencialistas" las que han llevado a la educación a perder el sentido educativo y transformarlo en un modelo de medición continua; convirtiéndolo en un sistema desigual y socialmente segregador respecto a los orígenes sociales de los y las estudiantes, gracias a la creciente privatización de las escuelas. Se puede constatar que, en escuelas públicas y subvencionadas de Santiago de Chile, la pandemia y la transición forzada a clases online en contexto pandémico aumentó una brecha económica y material ampliamente estudiada y descrita en la educación chilena.

En cuanto al *objetivo específico número dos*, se pudo observar que los factores protectores nacidos desde estrategias resilientes y herramientas de afrontamiento más recurrentes fueron, la colaboración entre docentes, que como vimos anteriormente era una ayuda mutua en sobrellevar el uso de las distintas herramientas tecnológicas que tuvieron gran importancia durante la enseñanza virtual, y la innovación tecnológica, que muchos profesores y profesoras se vieron en la tarea de aprender e incluso costear personalmente. Los factores protectores definidos por Roberto Pereira (2007) como las diferentes capacidades de una persona enfrentarse a circunstancias adversas desde características individuales que dan como resultado un desarrollo dentro de la

resiliencia. De las varias características que menciona Pereira (2007) entre estas las principales que se pudieron observar en las profesoras y profesor entrevistados fueron: la habilidad relacional, la creatividad y la autonomía. Dando a entender que la colaboración entre colegas de esta y diferentes escuelas, la creatividad para buscar nuevas opciones en las cual apoyarse en las diferentes herramientas tecnológicas para llevar a cabo su quehacer y obligaciones profesionales y los límites que se debieron imponer entre sus personas y los problemas para evitar sufrir de un desgaste emocional mayor, fueron la base para llevar a cabo la enseñanza a distancia. Resultados ligados a cómo Bacca, et al. (2014) define la resiliencia, ya que las profesoras y profesor entrevistados trabajaron en las situaciones adversas del enseñar a distancia, pudiendo sobrellevar una realidad que dificultó su labor profesional y construir la crisis, desde sus propias capacidades y ayuda mutua. Esto da a entender que el factor resiliencia fue el principal motor para que la educación en escuelas pudiera continuar desarrollándose de la mejor manera posible.

De los cinco docentes entrevistados solamente uno manifestó haber tenido mayor tiempo libre y estar cómodo con las clases online, ya que en sus propias palabras ella contaba con el acceso material, el espacio y los equipos adecuados además de recalcar que no tiene hijos. El resto de los docentes manifestaba un deseo de volver a la presencialidad para poder tener espacios fuera de casa y afirmaban que en la virtualidad nunca podrá ser igualado el nivel de las lecciones presenciales en cuanto a calidad de aprendizajes y relaciones sociales.

También se menciona recurrentemente como un factor que impulsa el deseo de volver a la presencialidad el poder retornar a sus horarios establecidos prepandemia los cuales se vieron totalmente desestructurados con las clases online, generando un aumento de la carga laboral, como lo es la obligación por priorizar contenidos curriculares y la revisión de material online, así como el mantener un registro físico y uno online sobre el avance de los estudiantes. De igual manera se vio afectada la privacidad por parte de los docentes, debido al persistente contacto con apoderados y al trabajar desde sus hogares. Estos factores fueron percibidos como un retroceso en las leyes laborales y en la protección al docente ya que se perdió el respeto por las horas de trabajo y se aumentaron las responsabilidades sin recibir algún aumento de sueldo o apoyo externo.

Limitaciones del estudio

Dentro de las limitaciones de este estudio, podemos mencionar el pequeño tamaño muestral que limita la generalización de los resultados, además debido a el método de producción de información escogido, la entrevista cualitativa semiestructurada, los resultados pueden haber sido afectados por la confianza de los docentes para con los entrevistadores.

Es necesario señalar que al ser un estudio de carácter descriptivo este no permite establecer relaciones causales entre las variables analizadas y la resiliencia y el burnout de los docentes.

Fortalezas del estudio

La presente investigación es un importante aporte ya que exhibe la mirada de los docentes y es una contribución para el bienestar emocional de los agentes implicados en la comunidad educativa, además genera conocimientos importantes para la psicología educacional y el estudio de los procesos de cambio surgidos en las personas como resultado de su relación con una institución, destacando la importancia del rol del docente dentro del sistema educacional.

Así mismo evidencia la necesidad de un abordaje ecológico de las dificultades surgidas en torno a el aula para así contrarrestar sus consecuencias negativas y poder generar cambios a largo plazo que beneficien a la comunidad.

Sugerencias

Gracias a la información brindada por los docentes entrevistados podemos destacar que las sugerencias más recurrentes tienen relación con cambios a nivel de política pública, algunos profesores creen necesario que el internet sea algo global, que no debería haber niños que por no disponer de internet no puedan conectarse a sus clases, el símil con el acceso al material tecnológico y dispositivos para acceder a las mismas. El apoyo psicológico para toda la comunidad educativa y un trabajo integrativo en conjunto a la misma.

En la misma tónica de los cambios a nivel estructural, los docentes mencionan que el ministerio de educación debería considerar lo vivido en la pandemia, por ejemplo, la extensión de las horas lectivas, algunos docentes piensan que debería ser modificada pensando en los estudiantes de primer y segundo ciclo. Y que la ley de educación emocional cambie y sea obligatoria, no algo que queda a la buena voluntad de los directivos o docentes.

Futuras investigaciones que utilicen metodologías cuantitativas permitirían la generalización de los resultados mediante el trabajo estadístico y así poder ampliarlos a la población que elegimos de referencia.

Mediante los resultados obtenidos se busca incentivar un trabajo de protección emocional dirigido a profesionales de la educación que se ocupen de los síntomas psicológicos agudizados durante la pandemia y que estos datos sirvan para potenciar y tener una visión de la docencia desde lugares terapéuticos y espacios clínicos.

Esta investigación es un precedente del estudio de las variables seleccionadas en un momento de crisis sanitaria a nivel mundial, y genera conocimiento en torno a la labor docente y el ejercicio de una educación online forzada y sin preparación lo que puede servir para la actual y futuras crisis humanitarias.

Referencias Bibliográficas

- Bacca, D. Moyano, E, Quintero, D. & Soler, D. (2014) Factores Protectores presentes en el Proceso de Resiliencia de Pacientes adultos en Cuidados Paliativos del Hospital Universitario San Ignacio. Pontificia Universidad Javeriana.
<http://hdl.handle.net/10554/15731>
- Bronfenbrenner, U. (1987). La ecología del desarrollo humano. Barcelona, España: Paidós.
- Cea, F., Garcia, R., Turra, H., Moya, B., Sanhueza, S., Moya, R., & Vidal., W. (2020, 8 junio). Educación online de emergencia: Hablando a pantallas en negro. *CIPER*.
<https://www.ciperchile.cl/2020/06/08/educacion-online-de-emergencia-hablando-a-pantallas-en-negro/>
- Crespo, M., & Salamanca, A. (2007). El Muestreo en la Investigación Cualitativa (no 27 ed., Vol. 1). Nure Investigación.
<http://www.sc.ehu.es/plwlumuj/ebalECTS/praktikak/muestreo>
- Cornejo, R. Castañeda, L. Abarca, W. Acuña, F. Corriente Popular de Educación, Colectivo Diatriba, Movimiento por la Educación Unidad Docente (s.f.). Trabajo y Subjetividad Docente en el Chile Neoliberal: Un Diálogo entre la Investigación

Académica y los Nuevos Movimientos Docentes. Editorial Quimantú.
<https://www.quimantu.cl/libro/trabajo-y-subjetividad-docente-en-el-chile-neoliberal/>

- Cornejo Chávez, R., Reyes Jedlicki, L., Arévalo Vera, A. y Sánchez, R. (2010). Ser docente y subjetividad histórica en el Chile actual: discursos, prácticas y resistencias. <http://repositorio.uchile.cl/handle/2250/121921>

- Cornejo, R., Etcheberrigaray, G., Vargas, S., & Assaél, J. (2020). Emociones y trabajo docente: organizando un debate científico ausente en América Latina. *Curriculo sem Fronteiras*, 20(1), 332–347. <https://doi.org/10.35786/1645-1384.v20.n1.18>

- De la Serna, J.M. (2018). Diferenciación entre signos y síntomas en Psicología Clínica. En J.M. De la Serna. *Fundamentos de la Psicología Clínica*. Hackensack: Babelcube Inc., 30-51.

- De la Serna Tuya, Juan Moises (2020): Diferenciación entre signos y síntomas en Psicología Clínica. figshare. Book.
<https://doi.org/10.6084/m9.figshare.13506636.v1>

- Etcheberrigaray Torres, Gabriel, Lagos Almuna, Juan, Cornejo Chávez, Rodrigo, Albornoz Muñoz, Natalia, & Fernández Ugalde, Rocío. (2017). Concepciones sobre docencia en el nuevo marco regulatorio del sistema escolar chileno. *Revista de psicología (Santiago)*, 26(1), 14-26. <https://dx.doi.org/10.5354/0719-0581.2017.46693>

- Echeverría Gálvez, G. (2005). Análisis cualitativo por categorías. Retrieved from https://www.academia.edu/16552418/ANALISIS_CUALITATIVO_G_ECHEVERRIA_1

- Fuster, D. (2019). Investigación cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico. *Propósitos y Representaciones*, 7(1), 201-229. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n1.267>

- Gómez del Amo, R., & Guerrero-Barona, E. (2018). Factores de riesgo psicosocial, estrés percibido y salud mental en el profesorado. *Clínica Contemporánea*, 9(1), E2, 1–12. <https://doi.org/10.5093/cc2018a2>

- Gómez del Amo, R., & Guerrero-Barona, E. (2018). Factores de riesgo psicosocial, estrés percibido y salud mental en el profesorado. *Clínica Contemporánea*, 9(1), E2, 1–12. <https://doi.org/10.5093/cc2018a2>

- Guerrero Barona, E. (2016). Salud, Estrés y Factores Psicológicos. Campo Abierto. Revista De Educación, 13(1), 51-69.
<https://mascvuex.unex.es/revistas/index.php/campoabierto/article/view/2764>

- Henderson, N., & Milstein, M. (2003). Resiliencia En La Escuela. Volumen 8 de Redes En Educación. Ediciones Paidós.
https://books.google.cl/books/about/Resiliencia_en_la_escuela.html?hl=es&id=NuMJAAAACAAJ&redir_esc=y

- Hodges, C., Moore, S., Lockee, B., Trust, T., & Bond, A. (2020, 27 marzo). *The Difference Between Emergency Remote Teaching and Online Learning*. Educase.
<https://er.educause.edu/articles/2020/3/the-difference-between-emergency-remote-teaching-and-online-learning>

- Maslach, C., & Pines, A. (1997). The Burn-Out Syndrome in the Day Care Setting. *Child Care Quarterly*, 6(2), 100–113. <https://doi.org/10.1007/BF01554696>

- MINEDUC. (jueves 08 de Abril, 2021). 51% de los establecimientos educacionales del país optó por realizar clases presenciales y solo un 2,25% de ellos registró

brotos de COVID-19. Ministerio de Educación. <https://www.mineduc.cl/clases-presenciales-balance-inicio-del-ano-escolar/>

- MINSAL. (18 de marzo de 2020). Presidente declara Estado de Excepción Constitucional de Catástrofe en todo el territorio nacional. Ministerio de Salud. <https://www.minsal.cl/presidente-declara-estado-de-excepcion-constitucional-de-catastrofe-en-todo-el-territorio-nacional/>
- MINSAL. (25 de marzo de 2021). Reporte COVID-19: Región Metropolitana estará en cuarentena total a partir del sábado 27 de marzo. Ministerio de Salud. <https://www.minsal.cl/reporte-covid-19-region-metropolitana-estara-en-cuarentena-total-a-partir-del-sabado-25-de-marzo/>
- Morales, F. (2010). Clasificación de la Investigación: Tipos de investigación. Universidad del Desarrollo Profesional. Recuperado de: https://selinea.unidep.edu.mx/files/528to832_r649220160427120000289061.pdf
- OMS. (2004). La Organización del Trabajo y el Estrés. Reino Unido: Editorial OMS. https://www.who.int/occupational_health/publications/en/pwh3sp.pdf

- O.M.S. (2018, 30 marzo). *Salud mental: Fortalecer nuestra respuesta*.
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

- Pereira, R. (2007): Resiliencia individual, familiar y social. Interpsiquis. Escuela Vasco-Navarra de Terapia Familiar.
<https://psiquiatria.com/bibliopsiquis/volumen.php?wurl=resiliencia-individual-familiar-y-social>

- Ponce, T. Bellei. C & Vielma. C. (2020). Encuesta Experiencias educativas en casa de niñas y niños durante la pandemia de COVID-19. Centro de Investigación Avanzada en Educación. Universidad de Chile.
<https://doi.org/10.35362/rie8614415>

- Resolución N° 002825. (2019). Establece Calendario Escolar del Año 2020, para los establecimientos educacionales de la Región Metropolitana de Santiago. Departamento de Educación. - <https://metropolitana.mineduc.cl/wp-content/uploads/sites/9/2021/01/Rex-2251-2020-Aprueba-Calendario-Escolar-2021.pdf>

- 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: <https://doi.org/10.1344/joned.v1i1.31727>

- Sandoval, C. (1996). *Investigación cualitativa*. ICFES, Asociación Colombiana de Universidades e Instituciones Universitarias Privadas.
<http://biblioteca.udgvirtual.udg.mx/jspui/handle/123456789/2815>
- Slachevsky, N. (2015). Una revolución neoliberal: la política educacional en Chile desde la dictadura militar. *Educação e Pesquisa*, 41(spe), 1473–1486.
<https://doi.org/10.1590/s1517-9702201508141660>
- Soraya del Pilar Carranco Madrid, MPM (2019). Meta análisis de los artículos sobre estrés laboral docente en el período 2013 - 2017. *RECIMUNDO: Revista Científica de La Investigación y El Conocimiento*, 3 (1), 522–554.
[https://doi.org/10.26820/recimundo/3.\(1\).enero.2019.522-544](https://doi.org/10.26820/recimundo/3.(1).enero.2019.522-544)
- Torres, D. (2021). Niveles de Burnout en docentes de instituciones de educación pública de la región de Bío Bío durante el período de pandemia por Covid-19.
<http://repositorio.udec.cl/jspui/handle/11594/5582>

