



**UNIVERSIDAD
DE ATACAMA**

FACULTAD DE HUMANIDADES
Y EDUCACIÓN

Departamento de Psicología

**Sentido Subjetivo Asociado a Bienestar en Docentes Pertenecientes a la
Facultad de Humanidades y Educación de la Universidad de Atacama
en Contexto de Covid 19: un Estudio Cualitativo.**

Proyecto de tesis para optar al Grado de Licenciado/a en Psicología y al Título Profesional de Psicólogo/a.

Profesor patrocinante: Pablo Brizuela Gallo

Seminaristas:

Catalina Franchesca Ardiles Adaros

María Ignacia Araya Dorador

Paola Violeta Carrillo Colman

Alexandra Nicole Collado Araya

Copiapó, Diciembre de 2021.

Para empezar nada ha sido fácil en este largo camino.

Muchas veces nos decíamos ya no más o hasta aquí, no puedo. Es por eso que esta dedicatoria va dirigida a esos momentos donde logramos encontrar fortaleza y fuerza para finalizar este camino tan extenso y por sobre todo tan lleno de emociones.

Agradecemos el esfuerzo de nuestros padres y madres por apoyarnos en todo momento, ya que trabajos, universidad y pandemia fueron nuestro principal adversario.

*También no podemos dejar de mencionar a nuestras mascotas que fueron el plus de los descansos, las risas y la energía que nos hacía falta para seguir; esto también va para ustedes
Lola, Bruno, Ramona, Broly, Rabito, Eevee, Chika, Negra, Pupi, Kira, Mancha, Domi, Lulu,
Sara y Don Pelin.*

Fuerza, apoyo y paciencia a quienes inspiran la noble labor de la docencia, a nuestro guía, le agradecemos por su compromiso y carisma profe Pablo.

ÍNDICE

1. Resumen.....	I
2. Abstract.....	II
3. Capítulo I Introducción	1
4. Capítulo II Marco teórico.....	5
4.1.Sentido subjetivo.....	5
4.1.1. Sentido, configuración subjetiva y docencia	6
4.2.Bienestar	8
4.2.1. Componentes del bienestar subjetivo psicológico	10
4.3.Teorías y modelos que aportan al bienestar	11
4.3.1 Modelo top down y bottom up	11
4.3.2. Teoría de las discrepancias múltiples de Michelos	11
4.3.3. Teoría de las necesidades psicológicas básicas	12
4.4.Estado del arte.....	12
5.Capítulo III Método.....	15
5.1 Tipo de estudio, diseño y metodología.....	15
5.2 Participantes y muestreo.....	15
5.3 Procedimiento de recolección de información.....	16
5.4 Procedimiento de análisis de datos.....	17
5.5 Consideraciones éticas.....	17
6.Capítulo IV Resultados.....	20
6.1 Docencia, subjetividad y pandemia.....	20
6.2 Emociones confinadas: El ejercicio docente y su expresión afectiva.....	23
6.3 Pedagogía de la resistencia: estrategias de afrontamiento docente en contexto Covid-19.....	29

6.4 Tecnología como proceso: Desde ser un enemigo al principal aliado.....	33
7. Discusión.....	36
8. Conclusión.....	40
9. Referencias bibliográficas	43
10. Anexos.....	50
10.1 Anexo 1: Consentimiento informado.....	50
10.2 Anexo 2: Autorización	52
10.3 Anexo 3: Guión temático.....	53

1. RESUMEN

La presente investigación habla del sentido subjetivo asociado a bienestar docente pertenecientes a la Facultad de Humanidades y Educación de la Universidad de Atacama en contexto de Covid-19, a partir de esto, la intención es dar a conocer el sentido subjetivo que tienen de bienestar, identificar las emociones, caracterizar las motivaciones y reconocer las experiencias asociadas a sentido subjetivo que presentan los docentes. Para cumplir con todos los objetivos presentados en esta investigación se utilizó una metodología de enfoque cualitativo de tipo descriptivo-interpretativo con orientación fenomenológica, en donde se pretende conocer la realidad vista desde el punto de vista de los sujetos de estudio. Para recolectar la información se realizaron 6 entrevistas en profundidad las cuales fueron seleccionadas de modo intencional. El análisis de la información se desarrolló utilizando la teoría fundamentada, la codificación abierta, y la codificación axial. El principal descubrimiento de esta investigación fue que los y las docentes postergaron su propio bienestar para cumplir con su labor docente, sin embargo, las experiencias y vivencias en el teletrabajo fueron positivas como negativas, además todos y todas coincidieron que la docencia debe estar acompañada por un profesional de la salud mental en estos tiempos de crisis.

Palabras claves: Sentido subjetivo, Docencia, Teletrabajo, Bienestar, Pandemia.

2. ABSTRACT

The research explains the subjective sense associated with wellbeing in teachers belonging to the Faculty of Humanities and Education of the University of Atacama in a Covid-19 pandemic context.

The intention of this study is to make known the subjective sense they have about wellbeing, emotion identification, characterize motivations and acknowledgment of experiences associated with subjective sense present on teachers. To achieve all the objectives proposed in this research, a qualitative approach methodology of a descriptive-interpretative type with phenomenological orientation was used, where it is intended to know the reality seen from the point of view of the study subjects. To collect the information six depth interviews were made, being all of them selected intentionally. The analysis of the information was developed using the grounded theory, open coding and axial coding. The main discovery of this research was that teachers postponed their own wellbeing to fulfill their teaching work, nonetheless, the experiences in remote working were positive as well as negative, besides everyone agreed that the teaching should be accompanied by a mental health professional in these time of crisis

Keywords: Subjective sense, Teaching, Telecommuting, Wellbeing, Pandemic.

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

Este trabajo corresponde a la tesis para optar al título profesional de Psicólogo y al grado de Licenciado en Psicología, de la carrera de Psicología de la Universidad de Atacama.

La pandemia COVID-19 ha puesto a grandes naciones de Europa cuesta arriba. Frente al gran desafío de contener el virus, varios países a nivel mundial se han visto afectados en diferentes dimensiones sociales. Latinoamérica por su parte, no ha sido la excepción (Arreaza, A., et. al., 2021). Chile se ha visto enfrentado los últimos años a cambios sociales importantes tras el estallido social y ahora frente a una pandemia que ha expandido sus consecuencias más allá del área de salud pública, generando una crisis social y económica global, donde la educación no queda exenta de consecuencias y también desafíos.

En el ámbito educativo, gran parte de las medidas que los países del mundo han adoptado ante la crisis se relacionan con la suspensión de las clases presenciales en todos los niveles, lo que ha dado origen a tres campos de acción principales: el despliegue de modalidades de aprendizaje a distancia, mediante la utilización de una diversidad de formatos y plataformas (con o sin uso de tecnología); el apoyo y la movilización del personal y las comunidades educativas, y la atención a la salud y el bienestar integral de las y los estudiantes (CEPAL-UNESCO, 2020).

En Chile durante el año 2020 se han implementado actividades de docencia en el sistema universitario en la modalidad no presencial. Lo anterior obligó a que miles de docentes y estudiantes tuvieran que desarrollar sus actividades en una modalidad poco familiar, a través de plataformas digitales en los casos en que el acceso a dispositivos y conexión a internet lo permitiera (Garrido, 2020). A raíz de lo anterior, las implicancias de la pandemia han configurado una nueva modalidad educativa en Chile, donde los docentes se han visto obligados a realizar un notable esfuerzo adaptativo con respecto al modo de realizar las clases, debiendo transformar su sistema de trabajo, adaptándose a nuevas herramientas y formas de enseñanza,

corriendo el riesgo de sufrir efectos adversos debido a los cambios repentinos a los que se han visto expuestos (Jorquera & Herrera, 2020).

Estos cambios, han producido una disminución de la brecha entre la vida y el trabajo de los docentes, debido a que la tecnología permite y requiere una mayor presencia del profesional. La modalidad de teletrabajo representa una de las opciones más adoptadas en el área de la educación. Sin embargo, esta alternativa no ha estado exenta de problemas, observándose un incremento en las horas de trabajo, lo cual ha aumentado los niveles de agotamiento en el cuerpo docente, además de condiciones de trabajo inadecuadas, en relación a espacios para el ejercicio laboral como también acceso a herramientas que permitan un aseguramiento de un desempeño apropiado. Lo anterior lleva a reflexionar en torno a la conciliación trabajo-familia del docente, advirtiendo una imperiosa respuesta en torno a cómo se está desarrollando la labor docente en contexto de pandemia (Garrido, 2020)

En el Capítulo I se sintetiza el marco teórico, en donde se argumentan las bases teóricas que darán sustento al tema de investigación, partiendo de los conceptos principales del sentido subjetivo y bienestar. Además de describir el estado del arte en torno a la temática.

En el Capítulo II se presenta la metodología de la investigación, determinando el tipo y diseño de la investigación, delimitación de la población y muestra; criterios de exclusión e inclusión de la población, seguidamente de los procedimientos de la recolección de datos necesarios para este estudio, además de describir su procedimiento de análisis. Por último, se mencionan las consideraciones éticas del presente estudio.

El Capítulo IV consta del análisis cualitativo de los resultados hallados en la investigación junto a la discusión y conclusión.

En base a lo anterior, en el siguiente estudio se busca responder y descubrir ¿Cuál es el sentido subjetivo asociado a bienestar que presentan los docentes de la facultad de humanidades y educación de la Universidad de Atacama en contexto Covid-19?, así el principal objetivo de este

estudio es conocer el sentido subjetivo asociado a bienestar que presentan los docentes pertenecientes a la facultad de humanidades y educación de la Universidad de Atacama en contexto Covid-19. A nivel específico se busca: a) Identificar las emociones asociadas a bienestar que presentan los docentes pertenecientes a la facultad de humanidades y educación de la Universidad de Atacama en contexto covid-19, b) Caracterizar las motivaciones presentes en el sentido subjetivo asociado a bienestar los docentes pertenecientes a la facultad de humanidades y educación de la Universidad de Atacama en contexto covid-19, y c) Reconocer los experiencias asociados a sentido subjetivo que presentan los docentes pertenecientes a la facultad de humanidades y educación de la Universidad de Atacama en contexto covid-19.

Los supuestos básicos que trata este estudio son los siguientes:

- a) Históricamente la docencia ha sido calificada como una profesión con altos niveles de estrés (Schaufeli, Maslach, Marek, 1993; Johnson, 2005). Además, en el contexto actual de la pandemia los docentes se han visto obligados a adaptarse al nuevo sistema educativo, que requiere mayores tecnologías e innovaciones, pero que sobre todo ha requerido de un esfuerzo mayor por parte de los docentes a la hora de realizar sus clases, en donde el tiempo de planificación y trabajo aumenta, viéndose afectados el ámbito familiar, laboral e interpersonal.
- b) Se destaca una problemática de género, ya que las docentes poseen una mayor multiplicidad de roles dentro del hogar que se ven afectados debido al teletrabajo. Por lo tanto, las mujeres son quienes se ven más afectadas durante estas crisis ya que al ser ellas las tradicionalmente responsables de atender a niños, ancianos, y asistir a los enfermos, se han visto perjudicadas con una carga adicional sobre su tiempo y la reducción del horario de trabajo (de Paz et al., 2020; ISUC, 2015; IMSERSO, 2010; Jofré y Mendoza, 2015).

Para responder al problema de investigación, se utiliza un estudio descriptivo con una metodología cualitativa, cuyo objeto es conocer el bienestar frente al trabajo de los docentes en contexto de pandemia mediante entrevistas en profundidad. No se requerirá de un número específico de muestras, sino que se privilegia la calidad antes que la cantidad. En este sentido, la muestra es no-probabilística.

En cuanto a la pertinencia y relevancia de este estudio, es preciso señalar que a raíz de los acontecimientos que ha traído la pandemia, el teletrabajo tomó fuerza como un nuevo desafío en los docentes, sobre todo en la educación pública. Nuestro enfoque principal está asociado al

bienestar y la transformación del ejercicio docente en el corto plazo debido al covid y las implicancias asociadas para el desarrollo como, su adaptación al proceso, emociones asociadas al teletrabajo, y manejo de la tecnología.

El presente estudio se basa en una relevancia social de modo que se mencionan los temas covid-19, teletrabajo y bienestar subjetivo del docente como principales en la investigación, temas que hoy trascienden para la sociedad. Este estudio brinda herramientas para las futuras intervenciones y políticas que se enfoquen en el bienestar del docente en el contexto de pandemia que estamos viviendo.

Además, contiene una relevancia teórica, ya que la obtención de información sobre el bienestar subjetivo contribuirá significativamente con el trabajo docente a fin de ampliar la comprensión del tema.

CAPÍTULO II

4. MARCO TEÓRICO

Si bien el enfoque cualitativo no se caracteriza por tratar con variables propiamente tales, conceptualmente existen dimensiones claves para la comprensión del fenómeno de investigación propuesto. Estas son: sentido subjetivo y bienestar.

4.1 Sentido Subjetivo

El concepto de sentido subjetivo, según González Rey (2009), nace como una teorización respecto a la teoría Vigotskiana, cuyas ideas fueron poco abordadas en ese entonces, tras ser ignoradas por la psicología soviética y occidental en un principio, pues las interpretaciones de este autor partían de referentes poco relevantes para la psicología de ese periodo. Estos aspectos no abordados se relacionaban con “la relevancia de las emociones, al carácter generador de la psique, a la unidad de lo cognitivo y lo afectivo, y al desarrollo de una representación apoyada en una perspectiva cultural-histórica” (p.2). Dicho esto, se puede mencionar que el sentido subjetivo es la forma en que una persona vive subjetivamente una experiencia, y que no existe una dimensión objetiva en torno a una vivencia. La vivencia de lo vivido es inseparable de la subjetividad que se organiza dentro de la experiencia (González-Rey, 2013).

Entonces para el autor, el sentido subjetivo es una organización que nace desde la subjetividad y se define por una compleja articulación de emociones, procesos simbólicos y significados, los cuales son variables y susceptibles de aparecer con una determinada forma de organización dominante. La unidad entre lo simbólico y lo emocional, representada en el sentido subjetivo, es lo que define el carácter interpretativo de las experiencias humanas. Es una dimensión conceptual maleable y se encuentra siempre en movimiento, nunca se torna una entidad estática y anticipada a la cualidad de un proceso psíquico. Por lo tanto, los sentidos subjetivos influyen en el curso de la configuración subjetiva de la acción. (González-Rey, 2011, 2010).

Para comprender el concepto en toda su amplitud, es necesaria una distinción asociada al constructo de sentido personal, desarrollado por la psicología soviética desde una orientación distinta a la Vigotskiana. Este desarrollo se encuentra en Asmolov (1984), quien destaca en el

sentido personal el reflejo individualizado del mundo, que incluye la relación de la personalidad con aquellos objetos a través de los cuales se desarrolla su actividad y comunicación.

Las limitaciones del sentido personal en cuanto a el desarrollo complejo dentro de la motivación y la personalidad, fueron evidenciadas por los seguidores de Leontiev quienes trataron de superarlas. Asmolov (1984) lo demuestra en el siguiente fragmento:

“El sentido personal representa el reflejo individualizado del mundo, que incluye la relación de la personalidad con aquellos objetos a través de los cuales se desarrolla su actividad y su comunicación. Las más diversas manifestaciones de la cultura, y más ampliamente de las relaciones sociales, asimiladas por el sujeto en el proceso de interiorización de las normas sociales, los conceptos, roles, valores e ideas percibidos por él en los actos y acciones de otras personas, pueden adquirir para él sentido personal, transformándose en “significados para mí” (p.63, citado en González-Rey, 2009).

González Rey (2010) destaca esta síntesis de los defectos sobre la definición de sentido personal, destacando la tendencia a la “objetualización”, al comprender el sentido personal cómo un reflejo de la relación personalidad-objeto, además de concebir el sentido personal cómo el resultado de la asimilación e interiorización en desmedro de la producción y creación. A partir de esta síntesis, el autor enfatiza que aquellos aspectos no lograron permitir otros desarrollos que permitieran un camino alternativo para la psicología en cuanto a términos ontológicos, epistemológicos y prácticos (Etcheberrigaray, 2016).

4.1.1 Sentido, configuración subjetiva y docencia.

El sentido y la configuración subjetiva nacen de la producción psíquica que expresa una vivencia de la realidad de cada sujeto. En una realidad específica que produce efectos en un sujeto, dichos efectos expresan esta vivencia desde sentidos y configuración subjetivas no cómo reflejos de su realidad, sino cómo construcciones en donde la unión de lo emocional y lo simbólico se tornan sumamente importante. El sentido y la configuración se tornan en algún momento cómo una estructura psíquica estable, pero no estática: frente a la realidad dinámica que nos rodea

constantemente aparecen configuraciones y sentidos subjetivos igualmente dinámicos (Etcheberrigaray, 2016).

Dicho esto, ambas categorías, sentido y configuración subjetiva, poseen diversas implicancias para el desarrollo intelectual y personal del sujeto, la cual puede dividirse en dos principales categorías. En primer lugar, se destaca a las emociones, vistas como una forma de registrar la realidad, las cuales se caracterizan por ser inseparables de cualquier otro proceso psíquico, además de destacar los aspectos no conscientes de la subjetividad (González-Rey, 2009). En segundo lugar, se destaca el traspaso de la relación “cognitivo-emocional” a “simbólico-emocional”, lo cual supera la reducción de sentido a la sola palabra e incluye todos los modos de producción simbólica, ampliando la expresión simbólica- emocional de la realidad y los efectos sobre la organización subjetiva del sujeto y de los espacios en los que se desenvuelve (González-Rey, 2010). A ambas categorías se le incluye la experiencia del sujeto y su contexto como requisito del estudio de las mismas.

En cuanto al trabajo docente, será definido como una profesión asistencial, donde la ayuda es el mejor servicio que se presta al educar, pues contribuye al mejoramiento y crecimiento personal (Aldana, 2011). Según Morán (2004), define al docente no solamente cómo alguien que se encarga del traspaso de conocimientos, sino cómo alguien que se encarga de despertar en el alumno el gusto y la necesidad de aprender; desarrollar al individuo desde adentro y entender que no se puede enseñar en masa, ya que cada individuo es único.

Este concepto toma relevancia dentro de esta definición de sentido subjetivo, ya que son los docentes quienes se relacionan con sus propias vivencias y experiencias dentro de la profesión y son ellos quienes crean sus propios sentidos subjetivos. Teniendo en cuenta el contexto de teletrabajo en donde se desenvuelven los docentes en la actualidad, es donde nace el sentido subjetivo relacionado a la realidad docente en pandemia; en base a sus experiencias, el ejercicio de la profesión en el contexto antes mencionado se verá influido por las vivencias de cada uno, en donde se integran ámbitos familiares, relacionales y laborales, los cuales construyen un sentido subjetivo que no agotan ni suplanta otros ámbitos (González-Rey, 2010).

4.2 Bienestar

Para comprender el concepto de bienestar primero se debe tener en cuenta que este concepto no tiene una definición específica. Sin embargo, la RAE (Real Academia de la Lengua Española) define el concepto bienestar como “*Estado de la persona en el que se le hace sensible el buen funcionamiento de su actividad somática y psíquica.*” Esta definición hace referencia a un estado de satisfacción personal que tiene el individuo, ya sea satisfacción económica, social, laboral, psicológica, biológica, entre otras.

Otra definición, La Organización mundial de la salud (OMS) en 1947 define salud como un estado completo de bienestar donde rigen el físico, mental y social. El bienestar físico se definirá como: la condición global del cuerpo humano en relación a las patologías y a la capacidad física. En cuanto al bienestar mental este se definirá como: el equilibrio mental entre lo interno y experiencias externas. y finalmente el bienestar social se definirá como: conjunto de elementos que permite al individuo poseer un nivel de calidad de vida. En el mismo término engloba riqueza monetaria (bienestar económico), acceso a bienes y servicios, libertad, placer, innovación, salud mental, entre otros.

Otros autores han optado por llamar a este concepto bienestar subjetivo (BS). Según Díaz (2006), para entender el concepto de BS, debemos saber que hay dos tradiciones conceptuales, las cuales serían las tradiciones hedónicas y eudaimónicas. Tomando en cuenta la tradición hedónica, esta incluye como componente del bienestar subjetivo (BS), tanto la felicidad subjetiva como la afectividad positiva relacionada con la experiencia de placer, los juicios cognitivos sobre la propia vida en el presente y el valor individual asignado a las metas, lo cual es específico de cada cultura. En la tradición eudaimónicas, los componentes son evaluados de acuerdo a los propósitos de vida, el potencial humano y el crecimiento personal como antes se indicó, es decir, con aquellos aspectos relacionados con la salud mental que devienen en un estado de funcionamiento pleno –cognitivo y afectivo– del sujeto. Ahora bien, bajo esta óptica, el bienestar psicológico podría ser entendido como una virtud y, así mismo, como la búsqueda constante de la excelencia personal (Ryff, 1989). Es por esto que, al integrar estas dos tradiciones conceptuales, se genera la unión del concepto bienestar subjetivo psicológico (BPS) (Díaz et al, 2006).

Considerando lo anterior, para este estudio el bienestar será entendido como un estado netamente subjetivo siendo singular para cada individuo, existiendo diferencias notorias entre dos personas en un mismo contexto, por lo cual dependerá de cada uno diferenciar si se siente en un estado beneficioso o no. Este bienestar será construido en torno a la experiencia, las emociones y los juicios en un contexto particular, como es en este caso en la profesión docente.

Es importante, para ofrecer una mirada más amplia del concepto bienestar, señalar las principales controversias teóricas observadas en torno a esta conceptualización:

- a) **El uso generalizado del término en distintos campos del conocimiento:** El estudio del bienestar psicológico subjetivo se ha intentado definir a través de 267 investigaciones psicológicas. Muchos autores trataron de concebir el concepto de bienestar como sinónimo de los constructos “calidad de vida”, “felicidad”, “funcionamiento positivo” “autoconcepto”, “locus de control interno”, “salud mental”, “resiliencia” y “motivación”, cuando distan de tener el mismo significado (Ballesteros et al, 2006).
- b) **El uso de las expresiones “bienestar subjetivo” y “bienestar psicológico” no han sido aceptadas como únicas a nivel mundial.** En consecuencia, algunos psicólogos cuestionan la redundancia de utilizar la expresión verbal “subjetivo” pues a su juicio en el término bienestar ya está implicada de manera obvia la experiencia personal (García-Viniegras y López, 2000). Otros, en cambio, proponen utilizar la denominación bienestar psicológico prestando especial atención a su condición de ser una “experiencia subjetiva” para diferenciarlo de otras manifestaciones psíquicas (Vielma, 2009).
- c) **El modo de concebir el bienestar en psicología según su naturaleza y componentes.** Para algunos psicólogos el BP es una vivencia personal (García Viniegras y López, 2000), una condición humana subjetiva manifiesta a través del funcionamiento psicofísico y social de una persona con todos sus componentes sean estos de carácter estable, como el pensar constructivamente acerca de sí mismo; o de carácter transitorio, como sentir algo positivo acerca de sí mismo en

medio de circunstancias contextuales específicas (González, Montoya y Bernabéu, 2003). Para otros autores, el BPS entendido como “estar bien” es el resultado de las conclusiones cognoscitivas y afectivas que las personas elaboran respecto a su grado de satisfacción.

4.2.1 Componentes del bienestar subjetivo psicológico (BPS)

Muchos estudios han revelado críticas hacia este tipo de definiciones clásicas del bienestar al ignorar otros de sus componentes, entre ellos: la ausencia de malestar o la presencia de trastornos psicológicos. Cabe destacar, que a estas críticas también se suman aquellas que defienden el papel cumplido por las teorías de la autorrealización personal, las teorías del ciclo vital en la comprensión del bienestar individual y la presencia de los componentes relacionados con el funcionamiento mental óptimo (Vielma y Alonso, 2010; Salotti, 2006).

Se podría afirmar que en la evaluación del BPS tendrían que ser incluidos los siguientes componentes:

- a) **El eje afectivo- emocional:** El primero, comprende la frecuencia y el grado de intensidad del afecto positivo (placer y felicidad) y la ausencia de sentimientos negativos (depresión y ansiedad) asociados a motivaciones inconscientes (García-Viniegras y López, 2005; Diener, 1984).
- b) **El eje cognitivo- valorativo:** El segundo, comprende el grado de satisfacción vital sostenido durante un período de tiempo más o menos permanente según los juicios valorativos de la persona y sus metas determinadas conscientemente (pensamientos y actitudes (García-Viniegras y López, 2005; Diener, 1984).
- c) **El eje social, vincular o contextual de la personalidad:** El tercero, está referido a los rasgos de la personalidad, las interacciones sociales y las condiciones del

contexto histórico, social, político, religioso, etc. en el que se desarrolla la vida cotidiana (Cuadra y Florenzano, 2003).

1.3 Teorías y modelos que aportan al bienestar

Entre los modelos y teorías explicativas del bienestar, mencionamos a continuación los modelos de “Arriba-abajo” (Top-down) y los modelos de “Abajo-arriba” (Bottom-up), la teoría de las discrepancias múltiples y la teoría de las necesidades psicológicas básicas.

4.3.1 Modelo top down y bottom up

Los modelos de “Arriba-abajo” (Top-down), por su parte, sostienen que las personas están predispuestas a vivenciar y reaccionar ante los eventos y circunstancias asumiendo actitudes positivas o negativas en la vida cotidiana según los rasgos de la personalidad que posean, el modo en que perciben la situación y el papel que cumplen los factores en cada caso en particular. De modo que, de acuerdo a esta premisa, las personas felices lo son porque les gusta sentirse así y no porque están satisfechas todo el tiempo. Adicionalmente, dentro de esta vertiente, se ubica el modelo homeostático del BP en el que se incluyen además de la extraversión y la felicidad otras características de la personalidad, tales como: la percepción de control, la autoestima y el optimismo vital.

Por el contrario, los modelos de “Abajo-arriba” (Bottom-up), sugieren que el bienestar se deriva de la sumatoria de momentos y experiencias placenteras y displacenteras o de la sumatoria de la satisfacción en diferentes dominios, de modo que una persona solo está satisfecha cuando ha experimentado muchos momentos placenteros y satisfactorios (Rangel et al., 2010, p. 271).

4.3.2 Teoría de las discrepancias múltiples de Michalos

El postulado fundamental de esta teoría sostiene que el bienestar subjetivo expresado por el sujeto es una función lineal positiva de las discrepancias percibidas entre lo que uno tiene ahora y lo que tienen los demás, esperaba tener ahora o en el futuro, necesita o cree merecer. Factores como la edad, el sexo, el nivel educativo y de ingresos o el apoyo social, entre otros, afectan directa

e indirectamente a estas discrepancias percibidas y, por tanto, también al bienestar subjetivo experimentado (García, 2002, p. 27).

Este autor, en su modelo sobre la reelaboración de informaciones relevantes, combina varios tipos de discrepancias, con una tendencia a resaltar el déficit entre el estado esperado y el real. Del mismo modo, los teóricos del nivel de adaptación, como Brickman y Campbell (1971), han resaltado la probable influencia en la insatisfacción e infelicidad percibidas de las expectativas que emergen y que no son alcanzadas (García, 2002).

4.3.3. Teoría de las necesidades psicológicas básicas

Según los autores Decy y Ryan (2002) resaltan tres necesidades básicas las cuales son innatas, universales y esenciales para la salud y el bienestar, estas son: la necesidad de autonomía donde se refiere el origen percibido o la fuente de la propia conducta que involucra el interés y la integración de valores; la necesidad de competencia se refiere a sentirse eficaz en las interacciones con el ambiente social y la posibilidad de acceder a oportunidades para manifestar sus capacidades y finalmente la necesidad de relación, ésta habla sobre el sentimiento de conexión con los otros, la forma que los contextos beneficien o entorpezcan estas necesidades es que se irá favoreciendo o no el bienestar de las personas.

4.5 Estado del arte

En cuanto al estudio del bienestar asociado a la docencia se pueden evidenciar distintos acercamientos, desde distintas miradas. Como sigue:

Pons y González (2012) en Sevilla realizaron un estudio sobre bienestar subjetivo y las emociones en la enseñanza, el objetivo principal de este artículo fue aportar una visión comprensiva de las investigaciones más representativas sobre el bienestar subjetivo, el bienestar pedagógico y las emociones en el ámbito escolar, tanto en el contexto nacional como el internacional. Además, se presentan algunas escalas de medición que han sido relevantes en el estudio del bienestar subjetivo del docente y sus principales aportaciones a este ámbito. Se

identificó según los autores que la comunicación y la tecnología son factores que pueden influir en el bienestar pedagógico del profesor .

Romeiro (2015) efectuó un estudio empírico correlacional en Paraguay a un total de 32 docentes con el objetivo de comprobar la correlación entre bienestar psicológico y bienestar laboral de los profesores. Con esta investigación, Romeiro (2015) pudo comprobar que:

“El bienestar psicológico puede influenciar de manera positiva y negativa al bienestar laboral y lo importante que es para una satisfacción plena en todos los ámbitos del quehacer humano, debido a que no estamos constituidos de forma fragmentada sino como un todo” (p. 1).

Etcheberrigaray (2016) realizó una tesis cualitativa, la cual tuvo lugar en Chile en donde habla del sentido subjetivo sobre profesionalismo de docentes de aula. El objetivo de esta investigación era indagar acerca de la cotidianidad misma del trabajo de profesores y profesoras de aula, buscando recoger, incluir y validar las complejidades mismas de la labor docente.

Eva Muñoz, Antonio Fernández y Liliana Jacott (2017) en España realizaron un estudio cuantitativo respecto al bienestar subjetivo y satisfacción vital de los profesores sus objetivos fueron analizar el bienestar subjetivo y el grado de Satisfacción Vital de los profesionales que se dedican a la docencia y la influencia que tienen sobre estos factores distintas variables asociadas a elementos sociodemográficos y aspectos relacionados con el desempeño de la labor docente, los resultados arrojaron que existen correlaciones significativas con respecto a la satisfacción vital y el bienestar subjetivo en las variables de género, edad, titularidad del centro, etapa educativa y años de experiencia docente.

Cabezas(2020) , académica de la facultad de educación UC, realizó un estudio llamado Bienestar docente durante la pandemia Covid-19 en Chile: una mirada con enfoque de género, los resultados muestran la problemática de género ya que principalmente las mujeres y las docentes que están a cargo del cuidado de menores y adultos se ven más afectadas en su bienestar psicológico en momentos de crisis.

Alves, Lopes y Precioso (2021) publicaron un estudio sobre el bienestar de los docentes en tiempos de la pandemia covid-19. El objetivo de este estudio transversal fue describir y analizar factores relacionados con el bienestar profesional de los docentes portugueses durante la pandemia, Se aplicó un cuestionario validado, anónimo y en línea a una muestra no probabilística de docentes.

Según los autores, Alves, Lopes y Precioso (2021) los resultados de la investigación mostraron que la totalidad de los encuestados tienen una percepción moderadamente positiva de bienestar. Los docentes estaban satisfechos con el sistema educacional anterior al virus covid-19. La pandemia ha reducido la percepción de bienestar frente a la profesión creando una preocupación en los profesores sobre su futuro profesional. Se encontró también que el sexo, la duración del servicio, el bienestar, las percepciones de las dificultades de enseñanza y las perspectivas futuras son predictores del bienestar profesional en tiempos de pandemia.

Según Elisondo, Melgar, Chesta y Siracusa (2021), proponen en su estudio “Prácticas creativas en contextos educativos desiguales. Un estudio con docentes argentinos en tiempos de COVID-19” mostró que los/las docentes articulan diferentes recursos y estrategias, generando modificaciones en las planificaciones en distintos momentos de la cuarentena. Permanentemente, evalúan los procesos y realizan cambios, se observa flexibilidad, divergencia y búsqueda de alternativas ante situaciones complejas. Las expresiones de los participantes dan cuenta de procesos de activación de pensamientos creativos para la resolución de problemas y la autorregulación de la enseñanza.

CAPÍTULO III

5. MÉTODO

5.1 Tipo de estudio, metodología y diseño

El estudio que se presenta se define como un estudio descriptivo, interpretativo y transversal, esto debido a que se pretendió describir los sentidos subjetivos que poseen los/las docentes, acerca del teletrabajo durante la pandemia por COVID-19 así interpretar como esta subjetividad configuró la vivencia de bienestar. En cuanto a la metodología, se basó en una metodología cualitativa con orientación fenomenológica, en donde se pretende conocer la realidad vista desde el punto de vista del sujeto de estudio y cómo éste la interpreta (Taylor y Bogdán, 2009). En cuanto al diseño estuvo orientado a la teoría fundamentada (TF), la cual se caracteriza por la creación de una teoría que nace a partir de la información proporcionada por los sujetos de estudio, los cuales están relacionados estrechamente con la problemática, en donde se intenta explicar los fenómenos o procesos sociales analizados en una investigación (Gaete, 2014). En función de la teoría intentamos comprender y ofrecer una mirada teórica frente al tema estudiado.

5.2 Participantes y muestreo

En la presente investigación, se trabajó con 6 docentes pertenecientes a la Facultad de Humanidades y Educación de la Universidad de Atacama, de la comuna de Copiapó, Chile. El tipo de muestreo utilizado en esta investigación es de tipo no probabilístico, ya que, la muestra se elige en base a las características propias de la investigación, dependiendo de los objetivos de estudios que se plantean al inicio del trabajo y los resultados que se esperan obtener (Sayago, 2014). Además, es intencionada, es decir, se basa exclusivamente en el hecho que se utiliza un escenario en el cual es muy variable y por consiguiente pequeña (Otzen y Manterola, 2017), como lo es en el caso de esta investigación donde la muestra, como mencionamos anteriormente, fue de 6 participantes. Como Criterios de selección de los participantes se establecieron:

Criterios de inclusión:

- Ser docente de la facultad de humanidades y educación de la Universidad de Atacama.
- Realizar cátedras o clases en modalidad online (teletrabajo).
- Tener una antigüedad laboral mínima de 12 meses en la Universidad de Atacama.

Criterios de exclusión:

- No haber realizado funciones en teletrabajo.
- No pertenecer a la facultad de Humanidades y Educación de la Universidad de Atacama.
- Tener antigüedad laboral menor a 12 meses en la Universidad de Atacama.

5.3 Procedimiento de recolección de información

Este procedimiento se realizó a través de entrevistas en profundidad semiestructuradas cuyo rigor en cuanto a los datos se alcanzó mediante la saturación de los mismos.

La entrevista en profundidad es un método de recolección de información que se basa en una conversación sistemática, en la que el investigador ayuda al sujeto investigado a reproducir la realidad que ha construido, se estructuran a partir de objetivos concretos, en este sentido, resulta complicado determinar un número mínimo o máximo de entrevistados, pues la finalidad no obedece a una representación estadística, sino que consiste en el estudio minucioso de la información que se obtenga de las conversaciones con los entrevistados, por tanto, podemos comenzar realizando un par de entrevistas por cada uno de los perfiles ya delineados al principio de la investigación (Robles, 2011). A través de la entrevista en profundidad se puede captar la apropiación individual de la vida colectiva (Marradi, et al, 2007), lo que permite reconstruir los sentidos y los significados de las experiencias vividas.

Por último, se elaboró un guion temático que permitiera una entrevista con ejes centrales, desde los cuales obtener contenidos en función del fenómeno de investigación, estos tópicos fueron ámbito familiar, laboral e interpersonal.

5.4 Procedimiento de análisis de datos

Los datos se analizaron mediante la transcripción y revisión de entrevistas, y mediante las propuestas de la teoría fundamentada de Strauss y Corbin (2002), que consiste en reducir la información mediante el método comparativo constante. Se trabajó con tres tipos de codificaciones (Cuadra et al, 2018).

- Codificación abierta: Se pretende reducir el corpus a categorías más generales, empleándose para ello el método comparativo constante. En esta etapa se pretende reconocer teorías subjetivas en el texto, tomando por base la proposición de Catalán (Cuadra, D. et. al., 2016; Catalán, J. 1997), identificando hipótesis formuladas expresamente o inferidas por el investigador.
- Codificación axial: Se construyó ejes de análisis (categorías) en la cual se agrupó al conjunto de códigos, empleándose para ello el método comparativo constante. (Cuñat, 2007).
- Codificación selectiva: En esta etapa de análisis se asignará una de las categorías como núcleo o dimensión central de los hallazgos, estableciéndose al mismo tiempo relaciones entre ellas que permiten comprender el fenómeno de estudio (Cuñat, 2007).

5.5 Consideraciones éticas

La investigación cualitativa reconoce a la subjetividad cómo parte constitutiva del proceso de indagación. Esto implica a las ideologías, identidades, juicios, prejuicios y todo elemento cultural cómo elementos que influyen en los propósitos, el problema, el objeto de estudio, los métodos e instrumentos; forman parte de la selección de los recursos los mecanismos empleados para hacer la presentación y divulgación de los resultados e interpretaciones del estudio (Parra y Briceño, 2013).

Los criterios usados para juzgar el mérito del trabajo cualitativo también deben ser explícitos, utilizando la credibilidad, la auditabilidad y la transferibilidad para evaluar la calidad científica (Lincoln y Guba, 1994).

La credibilidad (validez interna), aumenta la probabilidad de que los datos hallados sean creíbles; se pueden contrastar los resultados con las fuentes mediante la observación persistente, los diarios de experiencias, las encuestas, los análisis de documentos, la discusión grupal y la triangulación. En el carácter científico es una obligación ética seguir un método científicamente correcto que asegure su validez interna (Parra y Briceño, 2013).

El segundo criterio es la auditabilidad, llamada también confirmabilidad. Éste se describe como la habilidad de otro investigador de seguir la pista o ruta de lo que el científico original ha hecho. Para ello se realiza un registro y documentación completa de las decisiones e ideas de la presente investigación. Esta estrategia permite que otro investigador examine los datos y pueda llegar a las conclusiones iguales o similares a las del científico original, siempre y cuando tengan perspectivas similares (Lincoln y Guba, 1981).

La transferibilidad o aplicabilidad es el tercer criterio que se toma en cuenta para el rigor metodológico, y se refiere a la posibilidad de extender los resultados del estudio a otras poblaciones. En la investigación cualitativa, la audiencia o el lector del informe son los que determinan si pueden transferir los hallazgos a un contexto diferente del análisis. Para ello, se describe el lugar y las características de las personas donde el fenómeno fue observado (Parra y Briceño, 2013).

Uno de los aspectos importantes que hay que considerar es el consentimiento informado, el cual su finalidad es asegurar que los individuos participan en la investigación clínica propuesta sólo cuando ésta es compatible con sus valores, intereses y preferencias. Los requisitos específicos del consentimiento informado incluyen la provisión de información sobre la finalidad, los riesgos, los beneficios y las alternativas a la investigación, una debida comprensión por parte del sujeto de esta información y de su propia situación clínica, y la toma de una decisión libre no forzada sobre si participar o no. Cada uno de estos elementos es necesario para asegurar que los individuos tomen determinaciones racionales y libres sobre si el ensayo de investigación se conforma a sus intereses (Emanuel, 1999).

Por lo cual se elaboró un consentimiento informado como contrato mutuo que explica el propósito de nuestra investigación, lo que se espera del participante, el acceso a los resultados finales de la investigación y por último el resguardo de la confidencialidad en todo momento del proceso investigativo (Flick, 2007).

CAPÍTULO IV

6. RESULTADOS

A continuación, se describe el análisis de los contenidos expuestos en las entrevistas. Estos se encuentran divididos en tres dimensiones, que sintetizan los principales hallazgos presentes en los relatos de los y las participantes, los cuales se presentan para respaldar las dimensiones configuradas.

6.1 Docencia, subjetividad y pandemia.

Según los acontecimientos vividos los años 2020 y 2021, la pandemia se presentó como un acontecimiento abrupto e inesperado en la educación; Es así como en sus inicios fue un gran desafío para los/las docentes, quienes debieron adaptar toda herramienta que tuvieran a su alcance para poder implementar de mejor manera el desarrollo de las clases, todo esto sobre la marcha en un sistema educativo que no se detuvo y que permaneció en funcionamiento, comprometiendo así varios ámbitos de sus vidas personales, generando consecuencias tanto físicas como emocionales, causando muchas veces una sensación de agotamiento. Teniendo que pasar así por diferentes problemáticas causadas por la excesiva carga laboral en pandemia. Cómo se puede evidenciar:

En el 2020 pasaba esta situación que los alumnos se enojaban si no les contestaba. Se debe evitar que hubiera comunicación telefónica entre profesor y estudiantes, ya que hubo casos personales que me llamaron a las 1 am (E5R9).

En palabras de otros y otras participantes, indican lo siguiente:

Creo que lo vi como aumento en el 2020, como estábamos recién organizándonos, lo vi como mucho aumento de trabajo y de hecho como que en ese periodo de tiempo fue como bastante estresante el hecho de no dormir bien por producto de poder hacer las clases, de poder planificarlas, porque uno lo que hace en clases, claro, es como la punta del iceberg de cómo uno lo prepara, creo que dentro de esa preparación como en esta

modalidad era diferente se demoraba, y me demoré bastante en poder ordenarme y creo que eso me agotó mucho y de hecho el año 2020 fue como un año muy estresante, y ya era como...Noviembre y lo único que queríamos era que ya se terminaran las clases, dentro de lo personal eso fue lo que me pasó (E1R5).

Cuando se dio esto de pasar al teletrabajo que fue en marzo del 2020 ocurrió digamos que para todos fue una sorpresa y no estábamos preparados para eso, entonces fue algo abrupto y no teníamos las competencias como para poder desarrollar las labores propias digamos sobre todo la función docente por vía telemática, todos tuvimos que aprender (E3R1).

A principios del 2021 los docentes naturalizaron el nuevo formato de clases online, con la experiencia del año anterior logrando transformar y mejorar las estrategias iniciales tanto a nivel personal como a nivel departamental, tal como lo expresan las siguientes citas:

(...)pero ya este año 2021 se comenzó con un orden entonces no fue tan dificultoso el hecho de poder implementar estrategias que ya se habían estado implementando y mejorarlas de hecho, y ya no hubo como tanto desorden en ese sentido (E1R5).

El departamento propuso que se respondiera los correos electrónicos fuera del horario laboral al día siguiente de iniciar el horario laboral se le exigió al estudiante este año, en el 2020 pasaba esta situación que los alumnos se enojaban si no les contestaba. Se debe evitar que hubiera comunicación telefónica entre profesor y estudiantes, ya que hubo casos personales que me llamaron a las 1 am. También se hizo un FODA en reuniones con docentes para resolver problemas que en la cotidianidad nos pasaba a todos, esto fortaleció las relaciones como colegas y pudimos implementar estrategias como colegas. (E4R9).

Todos/as los/las entrevistados/as coinciden en el impacto de la pandemia hacia la docencia, presentándose implicancias positivas como negativas. Esto no solo les afectó en ámbitos laborales, muchas veces estas problemáticas afectaron los ámbitos familiares e interpersonales. En donde la familia cuestionaba muchas veces el exceso de horas que trabajaba el o la docente. Como se puede evidenciar:

Mi familia siente que le prestó menos atención, entonces yo sufro porque una no trabaja solo por trabajar, sino que uno lo reditúa a la familia, entonces eso me produjo mucha tristeza, no voy a decir que depresión, porque no fue así, pero si me traía con mucha angustia, mucha congoja y mucha pena. (...) Me daba pena ver que en la casa parte del hogar estaba funcionando sin mí, el perderme almuerzos y onces, porque en mi casa sentarse a tomar once son encuentros familiares, son una instancia para conversar, son para darse un momento de quiebre del día, y eso el 2020 me lo perdí mucho, no hay cómo recuperarlo y eso me produce mucha pena (E5R3).

Me ha afectado bastante el tema familiar ando más enojona a veces me preguntan cosas y reacciono mal. A veces me cuestionaba y decía si paraba un poquito o buscaba algo con menos hora porque no era grato estar así (E2R3).

También la familia debe entender que el desempeño laboral está fuera de la casa y de un día para otro es 100% en la casa. Entonces uno tiene que lidiar con todo un poquito, con que hay labores de casa que hacer y ves que todos están ocupados y necesitan meter un poquito de bulla y hay que apoyar (E4R4).

Un punto importante a destacar es que la mayoría de los/las docentes entrevistados/as coincidieron en que dentro de las labores que se desarrollan dentro de los hogares en pandemia existe desigualdad de género cuando se trata de realizar funciones desde casa, dado que las docentes además de cumplir con sus labores pedagógicas, deben hacerse cargo de labores

asociadas al hogar, aumentando de este modo su carga diaria de trabajo y responsabilidades, evidenciándose una carga adicional en torno a la conciliación trabajo-familia. En este sentido la docencia se sobrepuso a las exigencias o responsabilidades en el ámbito familiar. Esto se puede evidenciar a continuación.

En contexto pandemia mis compañeras están más cansadas porque me dicen que no hay un reemplazo para ser mamás en Chile existe una desigualdad de género (E5R10).

Claramente el tema de la conciliación trabajo-familia es uno de los elementos que principalmente explican el estrés de los trabajadores y sobre todo las trabajadoras mujeres.(...) Se ha reproducido buena parte de las responsabilidades clásicas de la mujer en el contexto de la pandemia, los roles de responsabilidad de género que previamente existía, creo que todos hemos discutido que se ha ido avanzando con los años, pero no completamente y por tanto gran parte de las funciones del cuidado, de las responsabilidades del hogar siguen estando en manos de la mujer (E3R4).

Siento que con mis colegas que tienen hijos menores, yo las he visto muy colapsadas, incluso algunas se han puesto a llorar. (...) Nosotros decíamos cuántos hombres de lo que nosotros trabajamos no entienden que nosotras tenemos que pelar verduras, cuantos no entienden que tenemos hijos (E1R11).

6.2 Emociones confinadas: El ejercicio docente y su expresión afectiva

Cómo se mencionó anteriormente, para los/las docentes el desarrollar su labor en contexto de pandemia trajo consigo la necesidad de adaptación, tanto en lo laboral cómo en lo personal y familiar. Este proceso adaptativo fue una experiencia donde las emociones se vieron afectadas de diferentes maneras a raíz del impacto de una nueva realidad a la que se vieron obligados a adaptarse abruptamente, donde el confinamiento, la excesiva carga laboral y la creatividad cómo

desafío fueron los principales focos de tensión en cuanto a la emocionalidad. Los/las docentes mencionan que al inicio hubo una gran preocupación y angustia de cómo iban a enfrentar este nuevo sistema de enseñanza. Cómo se observa a continuación:

En un inicio si había mucho temor en los estudiantes y también por parte de nosotros, no sé si temor, pero sí de cómo iba a ser esto, curiosidad de cómo iba a generarse esto (E1R10).

(...) yo creo que hubo un período que estaban igual a nosotros (los estudiantes), como abrumados con miedo, con miedo a la pandemia, con miedo a contagiarse, con miedo a morir, yo creo que los primeros meses fueron miedos, fueron falta de recreación, fueron encierros (E6R12).

Angustia, es muy angustioso tener que responder a un sistema nuevo más en contexto pandemia para todos (E5R14).

Además de la sensación de preocupación, los/las docentes entrevistados/as mencionan que hubieron emociones muy marcadas dentro de este proceso, las cuales generaban una sensación de ansiedad frente a la incertidumbre del día a día, esto se refleja en las siguientes citas:

Si, yo creo que a mí como se me presentó en el hecho de no dormir bien, esa fue una de las maneras en la que se me presentó estas emociones, el hecho de no poder dormir bien fue como que generó un poco, en el sentido de que quizá estar pensando en la noche lo que voy a hacer mañana, como lo voy a hacer, que hago primero, y al final seguir pensando en el trabajo (E1R12).

Cuando he salido a algún lugar, mi mente siempre está pensando ya el lunes tendré que hacer esto, todo el tiempo pensando en lo que tengo que hacer el lunes. Así que voy ahí todo el tiempo pensando en lo que tengo que hacer. Entonces eso me ha generado cierto estrés y ansiedad (E2R3).

Por otra parte, respecto a la sobrecarga de trabajo se observa un conflicto interno, que genera contrariedad en la medida que la docencia en contexto de pandemia exige una cantidad de labores telemáticas enormes que producen agotamiento y sensación de estar "sobrepasado". Cómo se observa a continuación:

Si bien en todos los trabajos hay una carga excesiva, en la docencia hay aún más porque una sale del trabajo, pero tiene que seguir trabajando para poder preparar las clases (E1R7).

También nosotros mismos muchas veces lo realizamos (el trabajo fuera de su horario) y hacemos que invadan más cosas dentro de nuestra jornada. Pero si afecta siempre, todos los días desde que entré a la universidad (E1R9).

Cómo trabajamos en línea es como que a veces sobrepasan las horas de trabajo. Por ejemplo, a veces he recibido llamados a las 6 de la tarde por temas laborales o te escriben en WhatsApp, cosas que no deberían pasar (E2R1).

En lo digital puedes estar en la reunión o contestando el teléfono o haciendo otra labor, es un doble desgaste, porque al mismo tiempo estoy en una reunión y por otro lado estoy respondiendo todos los mensajes que me llegan, esas son labores dobles que en lo presencial no se da, eso produce una carga laboral importante producto de la virtualidad (E5R2).

Otra emoción presente en los/las entrevistados/as es el cansancio el cual se manifiesta no solo físicamente sino también mentalmente provocado por distintas situaciones ligadas a la docencia ya sea la organización de clases, la sobrecarga laboral, la presión y el esfuerzo de adaptarse a un escenario totalmente nuevo como lo es el teletrabajo. Esto se puede ver reflejado en los siguientes comentario de los y las docentes:

(...)Esta modalidad era diferente, se demoraba, y me demoré bastante en poder ordenarme y creo que eso me agotó mucho (E1R5).

(...)Mira no recuerdo bien habrá sido el último mes del primer semestre como que ahí empezó el tiritón de ojo, problemas al oído, que la espalda te duele, entonces uno empieza a darse cuenta que esta cosa del teletrabajo implica algunos elementos que no eran tan positivos desde el punto de vista del bienestar físico y el agotamiento (E3R1).

Terminando el primer semestre del año pasado, sentí un agotamiento tremendo estaba reventado, me dormía solo. Uno no puede llegar con las manos vacías, las clases online te exigen cosas también, mínimo un PowerPoint para que vean que preparaste las clases (E4R10).

En este momento no hay límite, no hay límites, no hay cambio, el setting es el mismo, es el mismo lugar, siempre, siento que hay un desgaste mental muy grande y físicamente por supuesto (E6R1).

Es así, como las vivencias y emociones experimentadas por los y las docentes, han generado estrés, el cual ha sido favorecido por la incertidumbre y adaptación necesaria para

enfrentar la adversidad que presenta la modalidad de aprendizaje virtual. La planificación de pruebas a deshoras, intensificar las horas de trabajo, el uso prolongado de las herramientas virtuales, los pocos espacios de recreación y falta de actividades de ocio, fueron influyentes en la aparición de esta sensación de tensión en todo el cuerpo docente. En palabras de los/las docentes:

En ese periodo de tiempo fue como bastante estresante el hecho de no dormir bien por producto de poder hacer las clases, de poder planificarlas, porque uno lo que hace en clases, claro, es como la punta del iceberg de cómo uno lo prepara (E1R5).

Si me he sentido bastante estresada este último tiempo, de hecho, no he podido hacer actividades que antes podía hacer fuera del trabajo. (...)Me ha afectado mucho en estrés y estoy perdiendo la esencia y así como deje de hacer cosas que me gustan porque no he podido Entonces al final yo creo que me va a pasar la cuenta la mente y bueno la docencia es lo que me gusta siempre me gustó no quiero llegar al punto de que odie hacer lo que me gustaba cierto (E2R12).

En consecuencia, una emoción que acompaña la vivencia de estrés es la rabia y frustración asociada al poco entendimiento que tenían sus alumnos/as hacia ellos esto debido al exigir atención o respuesta de correos mediante todo el transcurso del día no habiendo un límite o tiempo para descansar, además del poco interés que se interpreta de la actitud del alumnado. Esto se puede evidenciar en los siguientes comentarios:

Yo creo que igual existe bastante frustración en eso porque creo que la preparación de la clase es harta y siempre una le pone harta dedicación para que el estudiante esté atento y que comprendan el contenido (E1R19).

Muchos estudiantes te mandan, y eso lo hemos permitido desde la autoridad, porque yo en principio dije que no, yo creo que hay abuso y desconsideración por parte de los estudiantes. Al principio puedo entenderlo que había más frustración , pero ahora que están más liberados los alumnos lo están pasando bien, yo sé quien trabaja porque no puede pagarse la pieza, porque su mama y papa están sin trabajo, pero hay alumnos que te ponen el trabajo sabiendo que no lo necesitan, yo creo que actualmente hay mucho desinterés (E6R12).

(...) Encuentro una falta de respeto que se les dio el tiempo de estudiar, el material y las clases subidas y después mandan un WhatsApp diciéndome “ Profe deme acceso a las clases” y me pone una cara, así como enojados/as a 1 día de la prueba, entonces en lo personal uno estaba en su día descanso, fueron esas cosas que me agotaban y sentí el poco sentido común del del estudiante (E4R11).

Entre otras emociones referidas por los/las docentes, se describe la nostalgia como la pérdida del vínculo entre docentes y alumnos asociados a la experiencia en clases presenciales: la añoranza por el contacto, la cercanía, la fluidez comunicacional del momento, expresado en las siguientes citas los docentes comentan:

“(...)Pero yo soy de las que me gusta la comunicación con el estudiante, a mí la relación porque también no son estudiantes son profesionales en formación entonces el vínculo que tiene con alguno no se acabó el poder conocerlo el poder saber quiénes son su historia la conversación que sea incluso en el patio del estudiante sin crear tanta distancia con jerarquía (E4R15).

“Desde el punto de vista de la actividad docente, es invaluable la relación con el estudiante, verlo, poder compartir, conversar, y claro, ahí tu te puedes dar cuenta que muchas veces conversar más con unos que con otros o que te hagan preguntas, todo eso es invaluable” (E3R18).

(...)podíamos generar ciertos vínculos para conocerlo de mejor forma, ahora es un aspecto más frío, hay distancia con el estudiante , no lo puedo ver a veces no conozco ni sus voces porque hablan solo en el chat, se pierde el vínculo (E12R18).

6.3 Pedagogía de la resistencia: estrategias de afrontamiento docente en contexto Covid-19

La modalidad virtual tensionó la actividad docente al punto de volverla agobiante e incierta. En este escenario los y las docentes generaron distintas alternativas para tolerar y generar oportunidades de respuesta y bienestar en el espacio educativo, observándose diferentes estrategias de afrontamiento. El trabajo en equipo fue parte fundamental para los y las docentes, esto ayudó a enfrentar de mejor manera la pandemia y a sentirse más acompañados en el teletrabajo, se generaron instancias en donde pudieron conversar sobre sus emociones y cómo los hacía sentir la sobrecarga laboral que estaban llevando, además de entregarse contención y apoyo hacia sus compañeros más afectados y ayudarse mutuamente en temas de tecnología. Esto se representa en las siguientes citas:

(...)No somos tantos docentes, pero si tenemos harto fiato entre nosotros entonces yo creo que eso también ha favorecido (E1R11).

Yo creo que el apoyo, no así de un profesional externo, pero si dentro del departamento nos hemos dado nosotros mismos, en el sentido de decir si ponemos una reunión tan extensa, hacemos una pausa o mejor porque no dividimos la reunión en dos bloques (E1R13).

Tengo una comisión a cargo y ahí podemos hablar más abiertamente y con más confianza aparte de las reuniones del departamento en sí, también hay comunicación con algunos compañeros con los cuales uno tiene más confianza. El desgaste que han tenido muchos colegas, sobre todo el desgaste emocional en realidad con tu familia, con tus cosas, la sobrecarga en la planificación sentíamos que la planificación online es más amplia (E4R12).

(...)en nuestro caso, la mayoría estamos en una edad de rango similar, por lo tanto, no hay mayores dificultades y si hay algo que uno no conoce, otro colega nos ayuda a implementarlo (E1R4).

(...)Se han buscado modalidades en conjunto con ella, o bien en apoyo con otras colegas porque hay clases que las hacemos de dos, entre dos, en algunas asignaturas con apoyo, sobre todo las prácticas, y si es que hay alguna situación de alguna colega, una como que le dice ya mira, resuelve tu situación y te vamos a apoyar en el sentido de la clase (E1R11).

Otra estrategia de afrontamiento en la docencia fue el despliegue de creatividad que tuvieron los/las profesores/as en sus aulas virtuales para generar mayor interés en los estudiantes y así poder realizar sus clases de manera más fácil, teniendo que adaptar contenidos de asignaturas presenciales a contextos de aprendizaje telemático. esto se puede evidenciar en las siguientes citas:

Si uno ve a los docentes la verdad de las cosas es que yo creo que se ha promovido el tratar de generar innovaciones de distinto tipo, pedagógicas por ejemplo mostrándote plataformas, las cuales pueden generar cosas muy sofisticadas e incluso videojuegos (E3R12).

Creo que en esta rama de la educación la creatividad siempre hemos tenido que reinventarnos con la creatividad para hacer cosas y las casualidades también te llevan a reinventarte no estábamos preparados para la pandemia estoy claro (E4R3).

A mí me venía de antes el desafío de tener que hacer innovaciones y ajustes en la didáctica del aula. Lo que hice fue ocupar este mismo modelo de desarrollo de pensamiento crítico en la versión online, y en las rutinas de pensamiento que yo ocupo les hice los ajustes para hacer la participación dentro de la clase en conectividad, y a los meta momentos les hice los ajustes para poder aplicarlos en la versión a distancia (E3R7).

Además de estas estrategias referidas a la creatividad, las y los docentes tuvieron que implementar la construcción de espacios para sus clases en sus mismos domicilios, ya sea espacios físicos como espacios de tiempo que tienen que generar en sus mismos tiempos de vida familiar complicando así la gestión, planificación y realización de sus clases. esto se puede mostrar en los siguientes comentarios:

(...) el tema de no contar con un espacio donde yo pueda trabajar bien porque me he tenido que estar moviendo mucho, por ejemplo, a veces estoy en cierto lugar de la casa, a veces estoy en mi pieza. Entonces uno tiene que ir generando ahí los espacios donde haya menos ruido (E2R1).

(...) muchas veces me tocó estar en una reunión desde el baño o haciendo informes desde el , o comer dentro de una reunión a escondidas apagando la cámara . Trataba de no apagar la cámara como digo es super importante estar conectado con el otro en temas de comunicación (E5R6).

(...)desde la virtualidad lo que pareciera ser es que no se comprende es que hay tiempos para uno, como para poder desarrollar sus clases, osea no hay mucho tiempo para el tema de la preparación porque estamos en constantes reuniones, entonces se combinan tanto la gestión como la docencia(...)el tema de tantas reuniones o en horarios tan extensos, o utilizando muchas veces nuestro horario de colación (E1R5).

(...)uno procura trabajar en los horarios que tiene que trabajar, pero de una u otra manera siempre ocurren cosas digamos que uno tiene que generar o desviar la atención hacia otro tipo de labores, yo creo que es eso lo común que ha pasado en buena parte de los trabajadores en este contexto (E3R5).

El apoyo por parte de la institución hacia los y las docentes de la universidad a sido un aliado a la hora de enfrentarse al teletrabajo, otorgándole bastante flexibilidad, comunicación y comprensión a la hora de organizar o planificar sus clases, además de darle sus respectivos tiempos y apoyo sí es que algún profesor o profesora tiene algún inconveniente en el ámbito familiar, esto se puede exhibir en los siguientes comentarios:

En el sentido de la gestión tengo una directora que es bastante flexible y también bien comprensiva en relación a los temas personales (E1R11).

Pero mira te voy hacer bien honesto en realidad si uno compara estas posibilidades que uno tiene en este contexto académico difícil difiere enormemente de lo que ocurre en muchas áreas laborales, digamos de otros trabajadores que no tienen ninguna posibilidad de diálogo, aquí nosotros siempre tenemos la posibilidad de conversar incluso cuando no estamos de acuerdo tenemos el espacio de conversar libremente, esa es una regalía que indudablemente hay que valorarlo y sentirse muy contento de que se pueda hacer eso (E3R10).

(...) yo diría que en lo personal no me puedo quejar de los apoyos que se nos han prestado, probablemente puede que no sea un comentario, no lo sé no tengo idea, puede ser que otros compañeros digan no sé, no es mi caso, no me han prestado ningún apoyo, pero yo creo que ha estado todo el ánimo de facilitar unas cosas (E4R10).

6.4 Tecnología como proceso: Desde ser un enemigo al principal aliado

Con el transcurso del tiempo, las nuevas tecnologías han presentado facilidades para las tareas humanas del día a día. No obstante, en la pandemia, estas han sido un desafío para algunos/as docentes. Para entender las diferentes herramientas que nos ha entregado esta nueva generación de tecnología, los/las docentes tuvieron que adaptarse a nuevas estrategias. Y como seres humanos en un proceso constante de aprendizaje, los educadores en conjunto con sus estudiantes, se actualizaron al nuevo desarrollo tecnológico. No obstante, las dificultades estuvieron presentes más allá de la pantalla. Esto se representa en las siguientes citas:

Yo creo que el gran porrazo con la realidad fue darse cuenta de que no todos los estudiantes y no todos los profesionales tenían ni el conocimiento tecnológico suficiente ni las capacidades técnicas para poder desarrollar esto (E3R1).

(...) primero me costó mucho la tecnología, pero he ido aprendiendo, pero lo otro es que tú tienes que motivar, ya no basta que tengas el archivo del protocolo, si no yo tengo que encantar al estudiante, si no me apagan la cámara y se van (E6R4).

(...) el manejo de la tecnología no es mucho mi fuerte, entonces me da como cosa hacer quizás actividades que tengan que ser generadas dentro de una plataforma porque me pongo en el lugar de los estudiantes, y puede ser que a lo mejor un estudiante este desde el teléfono porque el notebook lo está ocupando su hermano para otra clase, entonces quizá el estudiante no pueda participar (E2R1).

Así mismo, algunos docentes coincidieron que pese a tener dificultades en la ejecución de las herramientas técnicas, faltaba el equipamiento tecnológico básico. Esto les afectó abruptamente sumando la preocupación no solo de planificar sus clases en un nuevo formato, sino también el gasto económico personal que desde un principio refieren, deberían ser presupuestado por cuenta de la institución educativa. Como se menciona a continuación:

(...) en escuelas te pasan un modem y computador, en cambio en la universidad te pasaban un computador, pero ahora está en la universidad porque te lo pedían. Digamos que no se preocuparon de eso del bienestar técnico y tecnológico para impartir las clases,

porque el internet que tengo es mío yo tuve que mejorar todo personalmente. Tuvimos que adaptarnos a la tecnología (E4R9).

(...)para nosotros como docentes esto es nuevo, tuvimos que adaptar todas las clases a modalidad en línea, nunca nos consultaron si teníamos los espacios indicados para hacer las clases. Por ejemplo cuando empezamos las clases en línea mi notebook no funcionaba bien, uno tiene que comprarse cosas para uno, el internet se lo paga uno; no hubo acompañamiento sobre cómo nos estamos sintiendo, es como “tenemos q seguir y tenemos que seguir porque si”, nadie nos preguntó como docente cómo se están sintiendo, si les falta algo (E2R4).

(...) más o menos desde chica tuve contacto con el área digital desde kínder, por lo tanto, no me fue tan complejo implementar esas estrategias y creo que eso ha facilitado el hecho de que lo haga (E1R8).

7. DISCUSIÓN

A partir de los resultados obtenidos, se puede evidenciar que el principal objetivo de esta investigación es conocer el sentido subjetivo asociado al bienestar que presentan los docentes pertenecientes a la facultad de humanidades y educación de la Universidad de Atacama en contexto de pandemia por el COVID-19. Esta investigación permitió indagar en las distintas vivencias, experiencias, emociones y significados que tuvieron los/las docentes frente a la contingencia sanitaria originada por el COVID-19. En vista de lo anterior, se observan emociones diversas junto a prácticas innovadoras que permitieron una implementación paulatina de la docencia online.

En el transcurso de la pandemia los/las docentes refieren que el camino se ha tornado dificultoso, al inicio del primer año de pandemia los educadores se encontraban frente a la incertidumbre del virus, sumado a los cambios tecnológicos para las nuevas modalidades de trabajo, las extensas jornadas laborales sin horarios definidos y la demanda familiar, generaron un cambio abrupto en la rutina laboral, familiar y personal de las/los docentes de la facultad, cambios que han generado un torbellino de emociones frente a la exigencia de cumplir con un rol docente en tiempos de crisis.

Cómo menciona Ryff (1989) el bienestar psicológico podría ser entendido como una virtud y, así mismo, como la búsqueda constante de la excelencia personal. Es así como esta cita cobra sentido frente a la recolección de testimonios de las/los docentes, quienes relatan que en razón de cumplir a cabalidad sus funciones pedagógicas, han estado en constante reestructuración de estrategias, aprendiendo nuevas modalidades de enseñanza y buscando constantemente herramientas creativas cómo manera de responder ante un proceso adaptativo cómo lo es la nueva educación en línea. Generando así un agotamiento físico y psicológico tras estos dos años de emergencia sanitaria en el país, los/las educadores han puesto su vocación pedagógica por sobre los ámbitos personal y familiar.

Desde la dimensión familiar, podemos evidenciar que el trabajo online desde casa ha generado consecuencias negativas y positivas en la rutina familiar de los/las docentes. Por una parte en el ámbito personal los/las docentes se han visto limitados a dejar de realizar actividades

fuera de lo laboral, ya sea por el poco tiempo disponible o por las limitaciones que trajo consigo la pandemia, desde una perspectiva positiva los/las docentes rescatan el tiempo en el hogar aunque sea con teletrabajo con horarios extendidos ya que podían ver y compartir con sus seres queridos aunque estuvieran que estar bajo una constante presión psicológica por las exigencias académicas. Es aquí es donde nace el sentido subjetivo de bienestar en los/las docentes, ya que cómo menciona Romeiro (2015), el bienestar psicológico puede influenciar de manera positiva y negativa al bienestar laboral y lo importante que es para una satisfacción plena en todos los ámbitos del quehacer humano, debido a que no estamos constituidos de forma fragmentada sino como un todo.

Uno de los temas relevantes que se evidenció fue la problemática de género en labores domésticas. En donde comprobamos mediante los resultados que en las docentes mujeres recae una responsabilidad mayor en encargarse de los quehaceres del hogar, versus sus colegas masculinos. Esto se comprueba en el estudio Bienestar docente durante la pandemia Covid-19 en Chile: una mirada con enfoque de género de Cabezas (2020) , los resultados muestran la problemática de género en Chile ya que principalmente las mujeres y las docentes que están a cargo del cuidado de menores y adultos se ven más afectadas en su bienestar psicológico en momentos de crisis.

Dentro del proceso investigativo se logró identificar diferentes emociones, las cuales en los/las docentes entrevistados/as evidencian que la rabia, el cansancio y sobrecarga son factores que inciden a altos niveles de estrés en el espacio laboral docente; Según Schaufeli, Maslach, Marek (1993) y Johnson (2005), la docencia ha sido calificada como una profesión con altos niveles de estrés esto se comprueba en el estudio realizado a los /las docentes en donde se ocasionan situaciones, las cuales tenían mayor relevancia se denotaron al momento de ejercer funciones laborales fuera de horarios establecidos.

Los autores Decy y Ryan (2002) resaltan tres necesidades básicas las cuales son innatas, universales y esenciales para la salud y el bienestar, una de estas es la necesidad de relación, esta habla sobre el sentimiento de conectar con los otros individuos, esto se ve reflejado en el vínculo pedagógico de profesor estudiante y como este se vió deteriorado por la no presencialidad del

teletrabajo. Los docentes relatan una emoción de nostalgia al no poder tenerlo y que el vínculo es invaluable para el labor docente.

Es así como la configuración de sentido subjetivo se va definiendo por las emociones que se integran en relación a las experiencias del docente dentro de los espacios simbólicos o a los diversos ámbitos que componen sus vidas, asociados al bienestar. Lo señalado va en la misma línea de lo expuesto por González Rey (2010).

En cuanto al proceso de adaptarse a esta modalidad de hacer clases en línea, los/las docentes mencionan que si bien en algunos momentos fue dificultoso el hecho de implementar nuevas herramientas tecnológicas siempre existió apoyo entre compañeros/as de trabajo, en donde a pesar de la distancia, se prestaba el apoyo a quienes no sabían manejar ciertas herramientas digitales. La tecnología en este contexto pasó de ser una dificultad a ser la principal aliada de los/las docentes, siendo un contribuyente al bienestar de los docentes. En un estudio de Juan De Pablos y Alicia González (2012) se identificó que la tecnología es uno de los factores que influye en el bienestar pedagógico del profesor o profesora.

Además la tecnología les permitió adaptar la forma en que realizan sus clases presenciales al teletrabajo, para implementar de la mejor manera las clases en línea de una manera novedosa y creativa, ya sea utilizando herramientas tecnológicas cómo páginas web interactivas como también implementos físicos que permitan desarrollar la creatividad desde una pantalla, en donde si bien la distancia en un principio fue un impedimento físico para el desarrollo de las clases, los/las docentes se dedicaban a construir los espacios que se adecuaban de mejor manera al contexto, implementando nuevas herramientas y probando recursos para entregar de la mejor manera los contenidos a sus diferentes alumnos. Según expone Elisondo (2021) los/las docentes articulan diferentes recursos y estrategias, generando modificaciones en las planificaciones en distintos momentos de la cuarentena. Permanentemente, evalúan los procesos y realizan cambios, se observa flexibilidad, divergencia y búsqueda de alternativas ante situaciones complejas. Las expresiones de los participantes dan cuenta de procesos de activación de pensamientos creativos para la resolución de problemas y la autorregulación de la enseñanza.

Al realizar este estudio en periodo de pandemia, las entrevistas realizadas son una muestra representativa cumpliendo con la saturación de datos para realizar este estudio. Con respecto a las limitaciones nos encontramos con el tiempo acotado de los docentes en la muestra debido a sus labores en la facultad, además con un sesgo de conectividad al realizar las entrevistas por plataformas online.

Lo anterior se evidencia en la sobrecarga general que cada uno y una comenta en las entrevistas realizadas. Esto ocasionó una dificultad para generar la cercanía o más bien el vínculo que se obtiene al entrevistar presencialmente, perdiendo la experiencia de la presencialidad, lo cual constó de un gran desafío el poder sensibilizar al docente y poder entablar una conversación en donde se comentaban temas referidos a las vidas de los/las docentes, a la distancia y dentro de una pantalla. También una gran limitación conlleva a realizar esta investigación en estado de emergencia sanitaria, en donde los recursos son escasos y el tiempo era nuestro primer adversario.

Como orientaciones para superar las limitaciones del estudio hemos de sugerir realizar futuras investigaciones con una mixtura metodológica para complementar la mirada del estudio. Además de ampliar la extensión de la muestra para recoger el sentido subjetivo de los alumnos quienes han sido parte fundamental del proceso de educación de emergencia online. Además de ampliar la muestra a docentes de otras facultades en pos de tener la máxima variabilidad con el fin de complementar los resultados de este estudio y contribuir a proponer espacios de diálogo para el bienestar docente y buenas prácticas pedagógicas tanto en tiempos de emergencia sanitaria, como un inminente retorno a la presencialidad de clases de la Universidad de Atacama.

8. CONCLUSIÓN

Desde marzo del 2020, debido a la crisis sanitaria, los establecimientos educacionales cerraron sus puertas y comenzó un largo periodo de procesos académicos a través del teletrabajo, a pesar de que el sistema educacional no estaba preparado para esta modalidad. La educación online llegó sin poder planificar suficientemente su instalación y los más afectados/as han sido los/las estudiantes y los/las docentes. Debido a esta nueva modalidad, se perdió un importante espacio de socialización, interacción y formación, imposible de reemplazar a través de la virtualidad.(Bruna, D., et. al., 2021)

Sin duda, la presencialidad genera un espacio privilegiado para adquirir habilidades de pensamiento, así como también habilidades socio- emocionales que son transferibles a la vida, lo que ha sido difícil de mantener en este nuevo contexto. El aprendizaje requiere una interacción dialógica y relacional, no sólo entre el/la docente y el/la estudiante, sino que también entre los/las propios estudiantes y los diferentes actores del establecimiento educacional. Con la transformación digital “forzada” aparecieron importantes desafíos como dotar a los/las docentes de competencias digitales, innovación en la forma de hacer las clases y delimitación de sus turnos de trabajo.

Esta crisis sanitaria también puso el foco en las desigualdades del sistema: las condiciones de conectividad, espacio físico y aprendizaje, nos son las mismas para todos los niños y adolescentes y esto incide en la calidad de sus aprendizajes aumentando las brechas existentes en nuestro país (Bruna, D. et al., 2021)

La tecnología cumplió un rol importante dentro este proceso de teletrabajo en pandemia, gracias a ella los docentes pudieron seguir enseñando, les entregó herramientas para poder facilitar sus clases y favorecer la comunicación con sus alumnos. Pero todos los profesores y profesoras extrañaban el vínculo pedagógico de profesor a estudiante que la tecnología les quitó. Este vínculo se genera a través de la presencialidad, en los pasillos y en los recreos, los educadores extrañaban

las conversaciones cara a cara con sus alumnos, el saludo por las mañanas, ver las manos levantadas en las salas y los debates que se generaban en ellas.

En vista de los resultados, se observa como la docencia no solo requiere de un espacio virtual para su ejercicio, advirtiendo la responsabilidad, los tiempos y espacios que conlleva la labor docente, advirtiendo la complejidad del fenómeno del enseñar. Este estudio nos dio a conocer lo importante de esta profesión y con ello la importancia del bienestar y salud mental de las personas que entregan educación. El deber de ser docente, se logra sobreponer a la carga familiar, las emociones negativas y la falta de sentido en torno a la educación en contexto de pandemia, lo cual advierte el valor que adopta para los/las docentes el ejercicio de la profesión. En ello, los y las docentes demuestran versatilidad y comprensión apostando por estrategias empáticas frente al contexto del alumnado. Teniendo todas las facilidades por parte de los distintos departamentos y la opción de elegir por ellos mismos de no sobre exigirse más de lo debido, ellos y ellas decidieron quedarse y enseñar.

Como pilares fundamentales de nuevas mentes abiertas al conocimiento, este proceso investigativo nos mostró la transversalidad de la reinversión de los y las docentes, desde la docente con más años de experiencia quien ya desde antes de la emergencia sanitaria se encontraba en un proceso de aprendizaje de nuevas tecnologías para adaptarse a las futuras generaciones, mostrando una mezcla en metodologías clásicas y nuevas plataformas, hasta la más joven de las docentes en incluirse en los criterios de selección de la muestra, quien en un proceso más simplista no innovar demasiado en sus clases para no forzar a sus estudiantes quienes podrían tener alguna situación particular dentro de las clases online.

En ambos casos notamos el sobre esfuerzo, la paciencia y la creatividad para lograr una adaptabilidad a los constantes cambios que la pandemia trae.

Al finalizar este estudio podemos concluir en concordancia del relato de los propios docentes que el proceso de docencia online debería estar previamente acompañado de un profesional de la salud mental. Contribuyendo a la preservación de su salud mental como ayudarlos al mejoramiento de sus condiciones de trabajo permitiendo que las y los profesores/as

sepan cómo enfrentarse a los factores estresantes que les ocasiona el teletrabajo, buscando redes de apoyo para que puedan manejar la fatiga y estrés laboral, de esta manera mejorar el bienestar y la calidad de vida de él o la docente.

Además, es importante analizar las metodologías de enseñanza. En general, los docentes que utilizan con mayor frecuencia guías y materiales de apoyo creados por ellos, tienden a sentirse sobrecargados, lo que podría tener que ver con el tiempo que requieren para su diseño, corrección y entregar retroalimentación a los estudiantes. Este estudio también entrega luces acerca de qué hacer para disminuir el malestar en los profesores. En concreto es importante que los docentes duerman bien, realicen actividad física y se conecten con emociones positivas relacionadas con la enseñanza, la interacción con sus estudiantes y sus colegas, su compromiso y sentido de pertenencia a la institución. El sistema escolar, tanto público como privado, tiene la responsabilidad de proveer estos espacios de contención y protección a sus docentes, como también, cuidar la sobrecarga, priorizando los objetivos y tiempos de aprendizaje a lo fundamental, de manera de prevenir la aparición y cronificación de estas emociones negativas que repercuten en su salud mental y en el proceso educativo.

La importancia de este estudio tiene especial relevancia, ya que esta información entregada por dicha investigación, colabora con la información sobre el bienestar subjetivo de los/las docentes en donde contribuirá significativamente con el fin de ampliar a futuras investigaciones, además de visibilizar las experiencia de ser docente, cómo lograron superar este desafío de adaptarse abruptamente a un sistema educativo que no se detiene y además lograr implementarlo en medio de una pandemia, y las consecuencias a nivel de bienestar subjetivo que cada uno de ellos/ellas refieren.

9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aldana, L. y Costa, P. (2011). Concepto de docencia de calidad en la universidad católica de Colombia. [Tesis de maestría]. Universidad de la Sabana. <https://core.ac.uk/download/pdf/47065787.pdf>
- Alves, R., Lopes, T. y Precioso, J. (2020). Teachers well-being in times of Covid-19 pandemic: factors that explain professional well-being. *IJERI: International Journal of Educational Research and Innovation*, (15), 203–217. <https://doi.org/10.46661/ijeri.5120>
- Árraga, M. y Sánchez, M. (2012). Validez y confiabilidad de la Escala de Felicidad de Lima en adultos mayores venezolanos. *Universitas Psychologica*, 11(2), 381–393. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672012000200003
- Arreaza, A., López, O., & Toledo, M. (2021). La pandemia del COVID-19 en América Latina: impactos y perspectivas. Caracas: CAF. <http://scioteca.caf.com/handle/123456789/1788>
- ASALE, R. y RAE. (2020). *Diccionario de la lengua española RAE - ASALE*. “Diccionario de La Lengua Española” . <https://dle.rae.es/bienestar>
- Asmolov, A. (1984). The Subject Matter of the Psychology of Personality. *Soviet Psychology*, 22(4), 23-43. <https://doi.org/10.2753/RPO1061-0405220423>
- Ballesteros, B., Medina, A. y Caicedo, C. (2006). El bienestar psicológico definido por asistentes a un servicio de consulta psicológica en Bogotá, Colombia. *Universitas Psicológica*, 5 (2), 239-258. <https://www.redalyc.org/pdf/647/64750204.pdf>

Bruna, D. Villaroel, V. & Hojman, V. (2021). Emociones y salud mental de los profesores en la educación remota en pandemia. Un estudio en el sistema escolar chileno. <https://www.colegiodeprofesores.cl/wp-content/uploads/2021/05/Emociones-y-salud-mental-de-los-profesores-en-la-educacion-remota-en-pandemia.-1.pdf>

Casullo, M. y Solano, A. (2001). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la PUCP*, 18(1) 35-68. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4531342.pdf>

Contreras, F. y Esguerra, G. (2021). Psicología positiva: una nueva perspectiva en psicología. *Diversitas*, 2(2), 311–319. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-99982006000200011

Cuadra, D. & Catalán, J. (2016). Teorías subjetivas en profesores y su formación profesional. *Revista Brasileira de Educação*, 21(65),299-324.. ISSN: 1413-2478. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27544654003>

Cuadra, D., Salgado, J., Lería, F. y Menares, N. (2018). Teorías subjetivas en docentes sobre el aprendizaje y desarrollo socioemocional: Un estudio de caso. *Revista Educación*. 42(2), 1-33. <https://doi.org/10.15517/revedu.v42i2.25659>

Cuadra, H. y Florenzano, R. (2003). El Bienestar Subjetivo: Hacia una Psicología Positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, 12(1), 83 - 96. <https://boletincorteidh.uchile.cl/index.php/RDP/article/view/17380/18144>

Cuñat, R. (2007). Aplicación de la teoría fundamentada (grounded theory) al estudio del proceso de creación de empresas. *AEDEM*. 2, 44. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2499458.pdf>

Díaz, G. (2021). El bienestar subjetivo: Actualidad y perspectivas. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 17(6), 572–579. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252001000600011

Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C. y Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572-577. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72718337>

Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0033-2909.95.3.542>

Elisondo, R., Melgar, M., Chesta, R., & Siracusa, M. (2021). Prácticas creativas en contextos educativos desiguales. Un estudio con docentes argentinos en tiempos de COVID-19. *Diálogos sobre educación. Temas actuales en investigación educativa*, 12(22). http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-21712021000100010&script=sci_arttext

Emanuel, E. (1999). ¿ *Qué hace que la investigación clínica sea ética? Siete requisitos éticos. Investigación en sujetos humanos: experiencia internacional.* <https://resources.uss.cl/upload/2014/12/10.-REQUISITOS-ETICOS-EN-INVESTIGACIO%CC%81N.pdf>

Etcheberrigaray, G. (2016). Sentidos subjetivos sobre profesionalismo de docentes de aula: una mirada desde su trabajo cotidiano. [Tesis de maestría en psicología educacional] , Universidad de Chile. <http://repositorio.uchile.cl/handle/2250/146122>

Flick, U. (2007). El diseño de investigación cualitativa. Ediciones Morata, S, L. <https://drive.google.com/file/d/1ppJ9hLnvqAE5UNWFgywDgrBSFiuJ7aFc/view?usp=sharing>

- Gaete, R. (2014). Reflexiones sobre las bases y procedimientos de la Teoría Fundamentada. *Ciencia, Docencia y Tecnología*, 25 ,149-172.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=14531006006>
- García, M. (2002). El bienestar subjetivo. *Escritos de Psicología*, 2002, 6, 18-39.
https://www.uma.es/psicologia/docs/eudemon/analisis/el_bienestar_subjetivo.pdf
- García-Viniegras, V. y González, I. (2021). La categoría bienestar psicológico: Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16(6), 586–592. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21252000000600010&script=sci_arttext&tlng=pt
- Garrido, F. (2020). Docencia universitaria durante la pandemia COVID-19: Una mirada desde Chile. *Revista Docência do Ensino Superior, Belo Horizonte*, 10, 1–9, 2020.
<https://doi.org/10.35699/2237-5864.2020.24777>
- González-Rey, F. (2009). Las categorías de sentido, sentido personal y sentido subjetivo en una perspectiva histórico-cultural: una nueva definición de subjetividad. *Universitas Psychologica*, 9(1) . 241-253. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4030432>
- González Rey, F. (2010). Las categorías de sentido, sentido personal y sentido subjetivo en una perspectiva histórico-cultural: un camino hacia una nueva definición de subjetividad. *Universitas Psychologica*, 9(1), 241-253. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy9-1.cssp>
- González-Rey, F. (2011). Sentidos subjetivos, lenguaje y sujeto: avanzando en una perspectiva postracionalista en psicoterapia. *Rivista di psichiatria*, 46(5). 310-314.
<https://www.rivistadipsichiatria.it/archivio/1009/articoli/10978/>

González-Rey, F. (2013). La subjetividad en una perspectiva cultural-histórica: avanzando sobre un legado inconcluso. *Revista CS*, 11(6), 19–42. <https://doi.org/10.18046/recs.i11.1565>.

Guba, E. (1981): Criteria for Assesing the truthworthiness of naturalistic inquiries. *ERIC/ECTJ Anual*. 29 .75-91. <https://www.infor.uva.es/~amartine/MASUP/Guba.pdf>

Guba, E. y Lincoln, Y. (1994). Paradigmas en competencia en la investigación cualitativa. *Sage publications*. 105-107. https://nutricion.fcm.unc.edu.ar/wp-content/uploads/sites/16/2013/06/Guba_y_Lincoln_Competencia_de_paradigmas_inv_cuali.pdf

Johnson, M. (2005). Learning and teaching with technology. *British journal of educational technology*, 36(4), 693- 705. https://doi.org/10.1111/j.1467-8535.2005.00547_10.x

Jorquera, R. y Herrera, F. (2020). Salud mental en funcionarios de una universidad chilena: desafíos en el contexto de la COVID-19. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*. 14(2), e1310. <https://doi.org/10.19083/ridu.2020.1310>

Marradi, A., Archenti, N. y Piovani, J. (2007). *Metodología de la ciencias sociales*. Emece editores. <https://desarrollomedellin.files.wordpress.com/2017/03/marradi-a-archenti-n-piovani-j-2007.pdf>

Meneses, M., Ruíz, S. y Sepúlveda, M. (2016). Revisión de las principales teorías del bienestar psicológico. [Trabajo de grado presentado para obtener el título de psicología]. Universidad de Antioquia. http://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/14523/1/MenesesMaria_2016_RevisiónPrincipalesTeorias.pdf

Moran, P. (2004). La docencia como recreación y construcción del conocimiento sentido pedagógico de la investigación en el aula. *Perfiles educativos*, 26 (105-106), 41-72. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-26982004000100003&lng=es&tlng=es.

Muñoz, M., Fernandez, A., Jacott, L. (2018). Bienestar subjetivo y satisfacción vital del profesorado. *REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 16(1), 105-117. <https://doi.org/10.15366/reice2018.16.1.007>

N.U CEPAL-UNESCO. (2020). *La educación en tiempos de la pandemia COVID-19*. Editorial CEPAL UNESCO, 1. <https://www.cepal.org/es/publicaciones/45904-la-educacion-tiempos-la-pandemia-covid-19>

OMS. (2018). *La OMS mantiene su firme compromiso con los principios establecidos en el preámbulo de la Constitución*. Who.int. <https://www.who.int/es/about/who-we-are/constitution#:~:text=La%20salud%20es%20un%20estado,o%20condici%C3%B3n%20econ%C3%B3mica%20o%20social>.

Otzen, T. y Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227–232. <https://doi.org/10.4067/s0717-95022017000100037>

Parra, M. y Briceño, I. (2013). Aspectos éticos en la investigación cualitativa. *Enf Neurol*. 12 . 118-121. <https://www.medigraphic.com/pdfs/enfneu/ene-2013/ene133b.pdf>

Pons, J. y González-Perez, A. (2012). El bienestar subjetivo y las emociones en la enseñanza. *Revista Fuentes*, 12, 69-92. Recuperado de: http://institucional.us.es/revistas/fuente/12/art_2.pdf

Robles (2011). *La entrevista en profundidad: una técnica útil dentro del campo antropofísico*. *Cuicuilco*, 18, 39-49. Recuperado de

[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-16592011000300004&lng=es&tlng=es.](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-16592011000300004&lng=es&tlng=es)

Romeiro, S. (2015) Bienestar psicológico y laboral en los docentes: un estudio empírico correlacional. *ARANDU-UTIC – Revista Científica Internacional* , 2(1), 123 - 148
Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7336144>

Sayago, S. (2014). El análisis del discurso como técnica de investigación cualitativa y cuantitativa en las ciencias sociales. *Cinta de Moebio*, 49, 1–10.
<https://doi.org/10.4067/s0717-554x2014000100001>

Schaufeli, W., Maslach, C., Marek, T. (1993). *Burnout: A multidimensional perspective*. Editorial Taylor & Francis. 65.
https://www.researchgate.net/publication/263847970_Burnout_A_Multidimensional_Perspective/related

Strauss, A., y Corbin, J. (2002). *Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Editorial Universidad de Antioquia.
<https://diversidadlocal.files.wordpress.com/2012/09/bases-investigacion-cualitativa.pdf>

Taylor, S y Bogdan, R. (2009). *Introducción a los métodos cualitativos*.
<https://asodea.files.wordpress.com/2009/09/taylor-s-j-bogdan-r-metodologia-cualitativa.pdf>

Vielma, J. y Alonso, L. (2010). El estudio del bienestar psicológico subjetivo. Una breve revisión teórica. *Educere*, 14(49), 265-275.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35617102003>

10. ANEXOS

10.1 Anexo n°1: Consentimiento informado.



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimados/as Participantes:

Como alumnas y estudiantes de Psicología de la Universidad de Atacama, nos encontramos realizando nuestra Tesis de Grado acerca del Sentido Subjetivo asociado a Bienestar en Docentes Pertenecientes a la Facultad de Humanidades y Educación de la Universidad de Atacama en Contexto de Covid 19.

El objetivo de esta investigación es conocer el sentido subjetivo asociado al bienestar que presentan los docentes pertenecientes a la facultad de humanidades y educación de la Universidad de Atacama en contexto de la pandemia por Covid 19. Para desarrollar esta investigación, se necesita hacer una recolección previa de información a través de una entrevista semiestructurada, la cual abordará temáticas atinentes con el tema a estudiar.

La entrevista es totalmente voluntaria. En caso de no querer seguir respondiendo o si desea abandonar la entrevista, siéntase con plena libertad de hacerlo, puesto que no hay consecuencia alguna. La entrevista será grabada con el fin de poder recabar la información con mayor precisión. La duración fluctúa entre 30 a 45 minutos. Además, esta entrevista será dirigida por las alumnas Catalina Adaros, Maria Ignacia Araya, Paola Carrillo y Alexandra Collado, estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad de Atacama.

Cabe destacar que, si usted decide participar en este estudio, todas sus respuestas serán tratadas anónimamente, por ende, su nombre no será registrado. Además de esto, sus respuestas serán trabajadas de modo confidencial, protegiendo en todo momento la privacidad de éstas y sólo las

responsables de la investigación y el profesor guía, tendrán acceso final a dicha información, por lo tanto, no habrá riesgo de que la entrevista sea difundida. A su vez el participante podrá tener acceso a los resultados finales de la investigación.

Ante cualquier duda o pregunta puede contactarnos a:

alexandra.collado.16@alumnos.uda.cl

maria.araya.15@alumnos.uda.cl

catalina.adaros.17@alumnos.uda.cl

paola.carrillo.17@alumnos.uda.cl

10.2 Anexo n°2: Autorización.



AUTORIZACIÓN

Yo _____, docente de _____, de la Universidad de Atacama, con correo electrónico _____ he leído el documento de consentimiento informado que me ha sido entregado. Comprendo que, en cualquier momento y sin necesidad de dar ninguna explicación, puedo revocar el consentimiento que ahora presento.

También he sido informado de que mis datos personales y la información recabada en la entrevista serán protegidos y utilizados únicamente con fines académicos.

Además, declaro que:

- He sido informado de los objetivos de la investigación.
- He sido informado de que la entrevista será grabada.
- La información entregada ha sido clara y precisa, con respecto al contenido de la investigación, así como también de la modalidad de participación.
- Así mismo, me han dado a conocer el derecho de estar al tanto de los resultados de la investigación, también de la libre voluntariedad para participar de la misma, de mi derecho a abandonar la entrevista en cualquier momento y de la confidencialidad con que se tratarán los datos extraídos.
- Tengo información acerca de quiénes son las estudiantes de esta investigación, puedo contactarles a través de sus correos institucionales, con el objetivo de solventar cualquier duda o consulta sobre el proceso en el cual acepto participar.

Tomando todo lo anterior en consideración y en tales condiciones, estoy de acuerdo con los términos.

10.3 Anexo n°3: Guion temático

GUIÓN TEMÁTICO

DIMENSIÓN	OBJETIVO	TEMÁTICAS
EXPERIENCIAS	Recoger en la historia de vida los distintos hitos que configuraron su comprensión en torno al bienestar frente a la docencia.	<ul style="list-style-type: none">-Historia personal asociada a vivencias de bienestar frente a la docencia.- Consideraciones en torno a la docencia antes y después de la pandemia.
EMOCIONES	Recoger aquellas emociones presentes y pasadas en la vivencia de docencia online.	<ul style="list-style-type: none">-La experiencia emocional de vivir un proceso de docencia online.-Sentimientos involucrados en los distintos momentos del proceso de docencia online.-Relación con los/las alumnos/nas.-Relación con la familia del docente en cuanto a teletrabajo.-El rol del o la docente en la educación online.

<p>EXPECTATIVAS</p>	<p>Recoger aquellas prácticas y proyecciones frente al bienestar docente</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Bienestar individual o colectivo. -Factores positivos asociados a la mantención del bienestar docente. - Factores negativos asociados a la disminución del bienestar docente. -La visión del resto (instituciones/políticas) y sus efectos en el bienestar docente.
---------------------	--	--



UNIVERSIDAD DE ATACAMA
FACULTAD DE HUMANIDADES Y EDUCACIÓN
Departamento de Psicología

Comisión evaluadora

Mg. Pablo Brizuelas Gallo

Mg. Pía Valdés Barraza

Mg. Guido Cerda Silva
