

Bienestar psicológico en docentes: Una revisión literaria

Psychological Well-Being in Teachers: A Literary Review

Raquel Dita Alva Corcuera **
 Sixta Julissa Ugarte Dionicio ***
 Juana Elisa Dioses-Rizzi ****

RESUMEN

El contexto laboral así como las condiciones particulares de trabajo en la que laboran los docentes impactan en los indicadores de su salud, como sería por ejemplo su bienestar psicológico. Por ello, se planteó como objetivo general reflexionar sobre las investigaciones que indagaron sobre el bienestar psicológico en docentes en la literatura académica durante el periodo de 2018-2021 a nivel nacional e internacional. La búsqueda de la información para la revisión de literatura se hizo consultando diferentes bases de datos derivando en 25 documentos con la variable objeto de estudio y el periodo de tiempo señalado. Los resultados se organizaron en tablas clasificando los artículos según sus datos generales, metodología, objetivos y resultados y luego se procedió a discutir al respecto encontrando que el bienestar psicológico ha sido estudiado según su conceptualización, también respecto a las diversas variables intervinientes como satisfacción, motivación, felicidad, entre otras; y también respecto a sus efectos en actores como instituciones, docentes y alumnos.

Palabras clave Bienestar laboral, bienestar psicológico, docentes.

** Maestra en Psicología Educativa, Universidad César Vallejo, rdalvac@ucvvirtual.edu.pe ditalvac@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0001-5028-8549>,

<https://scholar.google.es/citations?hl=es&user=zDLT81UAAA>

*** Maestra en Psicología Educativa, Universidad César Vallejo, sugarted@ucvvirtual.edu.pe, sixtajulissaugartedionicio@gmail.com, ORCID (0000-0002-1211-8351),

<https://scholar.google.es/citations?hl=es&user=hRBN>

**** Maestra en Psicopedagogía, Universidad César Vallejo, jdiosesri@ucvvirtual.edu.pe, jdiosesr@yahoo.es, <https://orcid.org/0000-0001-9932-837X>

<https://scholar.google.es/citations?hl=es&user=hRBN>

JOURNAL OF BUSINESS
and entrepreneurial
studies

ISSN: 2576-0971



<https://doi.org/10.37956/jbes.v4i2.84>

Atribución/Reconocimiento-NoComercial- CompartirIgual 4.0 Licencia Pública Internacional — CC

BY-NC-SA 4.0

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/legalcode.es>

Journal of Business and entrepreneurial
EI

<http://journalbusinesses.com/index.php/revista>
eISSN: 2576-0971

journalbusinessentrepreneurial@gmail.com

ABSTRACT

The work context as well as the particular working conditions in which teachers work have an impact on their health indicators, such as their psychological well-being. Therefore, the general objective was to reflect on the research that investigated psychological well-being in teachers in the academic literature during the period 2018-2021 at the national and international level. The information search for the literature review was carried out in different databases, deriving in 25 documents with the variable under study and the period of time indicated. The results were organized in tables classifying the articles according to their general data, methodology, objectives and results and then we proceeded to discuss about it, finding that psychological well-being has been studied according to its conceptualization, also regarding the various intervening variables such as satisfaction, motivation, happiness, among others; and also regarding its effects on actors such as institutions, teachers and students.

Keywords Psychological well-being, teachers, work well-being.

INTRODUCCIÓN

La preocupación por una admirable educación como forma de desarrollo de las personas y de la sociedad se ha convertido en una problemática cada vez más reconocida (Bruni et al., 2008). Sin embargo, el veloz desarrollo de la ciencia y la tecnología contemporánea, con base en la producción abrumadora de conocimiento científico en todos los campos, crea situaciones conflictivas en estudiantes y docentes que de una u otra forma pueden afectarles.

En ese sentido, el quehacer de los estudiantes y maestros, además de las demandas sociales y académicas exigentes que reciben, se caracteriza por una excesiva y diversa información científica, ejerce de evaluaciones permanentes, largas horas de asesorías y evaluaciones de exámenes, estudio y actualización constante, inestabilidad laboral y bajos salarios (Franco et al., 2020), entre otros; situación que crea diferentes niveles de estrés lo que no es conveniente en absoluto para la labor del docente, ya que las consecuencias pueden ir desde niveles mínimos de cansancio hasta posibilitar el surgimiento de enfermedades laborales (Aldrete et al., 2015; Amador et al., 2007; Menghi & Oros, 2014; Ortiz et al., 2014) Además, el contexto laboral así como las condiciones particulares de trabajo en la que laboran los docentes tienen un mayor impacto negativo en los indicadores de su salud de sus docentes, como sería por ejemplo su bienestar psicológico (Millán et al., 2017; Ryan & Deci, 2001); (Barros Bastidas & Turpo Gebera, 2017).

Cuando lo ideal es que acorde con (Seligman, 2003) citado por (Barrientos et al., 2019) la labor docente sea altamente satisfactoria, y vista como un apostolado voluntario, lo cual genere en las personas diversos niveles y formas de bienestar psicológico y felicidad; es decir, el lado opuesto del estrés y el síndrome de burnout o "estar quemado por el trabajo" (p.87).

El bienestar psicológico de los docentes, que incluye, por ejemplo, el agotamiento emocional y el entusiasmo por el trabajo, es un tema de gran importancia tanto desde una perspectiva teórica como práctica. Se relaciona con la motivación y el rendimiento de los estudiantes, así como con la deserción de los docentes y la salud mental y física general de los docentes (Bauer et al., 2006; Klusmann et al., 2016; Scheuch et al., 2015; Shen et al., 2015).

En ese sentido, es preciso asegurar un conjunto de condiciones de trabajo que favorezcan la salud psicológica de los trabajadores. Ello, sobre todo, porque en la actualidad, el funcionamiento del profesor es la base y pieza importante en la política educativa, ya que cumple un papel de mediador entre el alumno y el razonamiento (Prieto, 2008). El profesor, por ende, debería disponer de un buen confort psicológico, pues, se necesita que se acomode a los cambios realizados en la pedagogía para obtener como productos alumnos competentes.

1.1. Bienestar psicológico en el mundo

1.1.1. Docentes y bienestar psicológico a nivel mundial

Según refiere la (Unesco, 2019) existe una escasez mundial de docentes bien capacitados. Asimismo, en el testimonio de Incheon, en la República de Corea, se hace un denominado específico para evidenciar la necesidad de garantizar que los maestros se encuentren capacitados, correctamente reclutados, bien entrenados, profesionalmente calificados, motivados y apoyados en sistemas bien financiados, eficientes y verdaderamente autocontrolados.

Ello fundamentando en lo informado en distintas investigaciones que enfatizan que las patologías mentales y psicosomáticas son mucho más comunes en los maestros que en otros expertos, presentando un más grande número de malestares, como debilidad, fatiga, dolor de cabeza y tensión (Escalante & Sosa, 2019). (Cladellas et al., 2018) revelaron que un 70% de los docentes padecen constantemente de estrés, burnout e insatisfacción con el funcionamiento de su puesto de trabajo, lo cual perjudica al funcionamiento gremial, a su salud psicológica y física.

1.2. Bienestar psicológico en Perú

1.2.1. Docentes y bienestar psicológico a nivel nacional

A nivel nacional, (Castillo, 2018) estudió las variables confort psicológico y manejo maestro concluyendo, respecto del confort psicológico, que el 74% de maestros muestran un grado medio y el 26% un grado bajo. En lo que, en la variable funcionamiento pedagógico, el 79% de los profesores alcanzan un grado medio y el 21% el grado bajo. Por su lado (Gutiérrez & Moya, 2020) han realizado una averiguación sobre la satisfacción gremial y confort psicológico en maestros y concluyeron, sobre la variable confort psicológico, que el 56.86% de los maestros obtienen un grado medio, el 41% grado bajo y un 1,96% grado elevado. Por consiguiente, se indicó la existencia de una interacción significativa en medio de las cambiantes.

El panorama descrito deja en descubierto la necesidad de promover la salud psicológica de los profesores, tomando en cuenta no solo sus capacidades de gestionar sus emociones y “adaptarse” al sistema educativo (Gendron & LaFortune, 2014). Sino que hace evidente la necesidad de cuestionarnos y aprender a hondura los ámbitos y sistemas laborales de la enseñanza, no solo como generadores de aprendizaje para los alumnos, sino de confort y salud para quienes allí desempeñan su actividad profesional. Los profesores merecen ser un foco de atención para el cuidado de la salud de las sociedades, iniciando por ellos mismos. (Gamboa et al., 2019).

Por todo ello en la presente se plantea como objetivo general reflexionar sobre las investigaciones que indagaron sobre el bienestar psicológico en docentes en la literatura académica durante el periodo de 2018-2021 a nivel nacional e internacional.

MATERIALES Y MÉTODOS

El diseño fue cualitativo, el tipo de estudio es de revisión. Ello en la medida que la finalidad de este tipo de artículos es recopilar la información más relevante de un tema específico. Su finalidad es examinar la bibliografía publicada y situarla en cierta perspectiva (Vera, 2016).

La búsqueda de la información para la revisión de literatura se hizo consultando las siguientes bases de datos como son Proquest, Scopus y Science Direct para encontrar revistas del más alto nivel científico. Asimismo, cabe mencionar que para la realización de lo mencionado se emplearon también palabras clave como Bienestar, Bienestar psicológico, Docentes.

Cada uno de estos descriptores se combinaron entre sí durante la búsqueda utilizando los operadores booleanos “and” y “or”. Además, se hizo uso de criterios de inclusión para hacer muchos más específica la búsqueda y ser más precisos con los documentos encontrados en las diferentes bases de datos consultadas.

Los criterios de inclusión fueron: que sean artículos de revistas indexadas en Scimago, que la antigüedad de la publicación no sea mayor a 3 años y que la temática guarde relación con la variable bienestar psicológico. Se excluyeron, en tanto, todos los documentos que no respetaran lo postulado así como aquellos que estaban incompletos o que tenían enlaces averiados. Con ello, se recabaron 50 artículos que contaban con lo especificado.

RESULTADOS

A lo largo de la revisión de los 50 artículos seleccionados, y con el objetivo de reflexionar respecto a las investigaciones que indagaron sobre el bienestar psicológico en docentes en la literatura académica en el periodo 2018-2021 a nivel nacional e internacional, se leyeron los documentos y fueron clasificados acorde con las temáticas más recurrentes convertidas en categorías para su análisis a profundidad en los siguientes párrafos. Las categorías en las que se clasificó la evidencia empírica se muestran en la Tabla I.

Tabla I. Clasificación de la evidencia empírica

N ^o	Autor y año	Metodología del artículo	Conceptualización del bienestar psicológico	Actores involucrados	Características del bienestar psicológico	Evaluación del bienestar psicológico
I	(E. M. Muñoz et al., 2018)	QN	X		X	X

2	(Puertas et al., 2018)	QN		X		X
3	(Dicke et al., 2018)	QN				X
4	(Rico & Morillo, 2018)	QN				X
5	(Caballero, 2018)	QL	X			
6	(J. Muñoz & López, 2018)	QN	X			X
7	(Talbot & Mercer, 2018)	QL		X		
8	(Aldrup et al., 2018)	QN	X			
9	(Telles et al., 2018)	QN		X		
10	(Páramo et al., 2018)	QN				X
11	(Freire & Corrales, 2018)	QL		X		X
12	(Jeon et al., 2018)	QN		X		X
13	(Osorio & Fernández, 2018)	QN				X
14	(Lebrero et al., 2019)	QN				X
15	(Grant et al., 2019)	QN		X		
16	(Burić et al., 2019)	QN	X			X
17	(Carranco &	QL		X		

1 8	Pando, 2019) (Ávila, 2019)	QN	X			
1 9	(Zeng et al., 2019)	QN			X	X
2 0	(Fuster- Guillén D et al., 2019)	QN		X		
2 1	(García & Soler, 2019)	QN	X		X	X
2 2	(Ostos et al., 2019)	QN			X	
2 3	(Berrios et al., 2020)	QN			X	
2 4	(Putrino et al., 2020)	QN		X	X	
2 5	(Zhu & Dai, 2020)	QL	X		X	
2 6	(Alves et al., 2020)	QN		X	X	
2 7	(Estrada & Mamani, 2020)	QN	X		X	
2 8	(Mérida- López et al., 2020)	QN	X		X	
2 9	(Tacca et al., 2020)	QN	X		X	X
3 0	(Matiz et al., 2020)	QN		X		
3 1	(Sudibjo & Sutarji, 2020)	QN		X		X
3 2	(García- Álvarez	QN		X		

3	et al., 2020)						
3	(Jiménez et al., 2020)	QL		X			
3	(Orozco, 2020)	QN			X	X	
3	(Schoeps et al., 2020)	QN/QL			X		X
3	(Coterón et al., 2020)	QN			X	X	
3	(Jodra & Domíngu ez, 2020)	QN				X	X
3	(Franco et al., 2020)	QN		X		X	
3	(Zhang, 2020)	QN	X			X	
4	(Dong, 2020)	QN	X				
4	(Wang & Yao, 2020)	QN				X	
4	(Chen et al., 2020)	QN				X	
4	(Irnidayan ti et al., 2020)	QN				X	
4	(Katsanto nis, 2020)	QN			X	X	X
4	(Fedorov et al., 2020)	QN				X	X
4	(Kwon et al., 2020)	QN			X		
4	(Bada et al., 2021)	QN			X		X
4	(Niño et al., 2021)	QL			X		

49	(Salazar et al., 2021)	QN	X	X	X
50	(Nazari et al., 2021)	QN	X	X	X

Esta revisión dio como resultados la categorización de los 50 documentos. Así, sobre el bienestar psicológico en docentes se rescataron las siguientes categorías temáticas: Conceptualización del bienestar psicológico, que refiere a todas las nociones, conceptos, y alcances que hicieron los autores, indagando los inicios de psicología en educación, bienestar en docentes y más profundamente sobre el bienestar psicológico; también Actores involucrados que tiene que ver con la relación entre el bienestar psicológico y los alumnos, docentes, familiares, directores, y la entidad y sistema educativo, ya sea en sus efectos, impactos o consecuencias así como en la necesidad de tomar acción respecto a la temática de acuerdo con la relevancia hallada en el tema; Características del bienestar psicológico, referidas a todas las variables intervinientes en el bienestar psicológico, que caracterizan esta problemática o se ven implicadas de alguna forma; Evaluación del bienestar psicológico, esta última agrupa las investigaciones que midieron o evaluaron el bienestar o variables que tienen que ver con este en los docentes; todas estas fueron las que más se repitieron en los documentos o cuyas variantes estaban incluidas en estos grupos.

DISCUSIÓN

A lo largo de la revisión literaria se ha comprobado una evolución del término bienestar psicológico siendo esta cada vez más específica y con mayores características (E. M. Muñoz et al., 2018). Si bien al principio no se desligaba de la psicología exclusivamente (Dong, 2020), para luego pasar al bienestar laboral y en el caso de los docentes, ello refería a su óptimo funcionamiento psicológico (Estrada & Mamani, 2020; García & Soler, 2019) y experiencia en el trabajo (Aldrup et al., 2018); más recientemente, se ha visto que existen numerosas formas de concebir el bienestar psicológico. Su estudio está relacionado con conceptos tales como el de satisfacción laboral, capital psicológico, fluidez, compromiso y elevación; en suma, todo aquello que hace referencia al funcionamiento óptimo del individuo en el trabajo y que es un reflejo de su percepción de calidad de vida que experimenta (Jiménez et al., 2020). Además, el concepto de bienestar psicológico se trata más de ser capaz de realizar los potenciales del individuo (F. Kardas, 2017; Ferhat Kardas et al., 2019), es decir, la valoración de aspectos que permiten el desarrollo del potencial del docente (Tacca et al., 2020). Cabe mencionar que se recurrió en ocasiones a la conceptualización de teóricos importantes como (Ryff, 1989) quien considera que el bienestar psicológico es un constructo multidimensional que incluye diferentes actitudes vitales tales como: autoaceptación, experimentar relaciones positivas con los otros, autonomía, dominio del entorno, propósito vital, crecimiento personal (Ávila, 2019; Lebrero et al., 2019; Salazar et al., 2021). Estos

elementos son englobados para derivar en un concepto que implica la complementación de sentirse bien y funcionar bien (Ávila, 2019).

Existen, además, factores y características como motivación (Dicke et al., 2018; Irnidayanti et al., 2020; Zhu & Dai, 2020), liderazgo, claridad en funciones, emociones, estados de ánimo (Zhang, 2020) relaciones sociales en el trabajo, entre esto último, la evitación de la violencia (Orozco, 2020) y acoso (J. Muñoz & López, 2018) que son determinantes para esquivar el estrés (Mérida-López et al., 2020; Nazari et al., 2021) y mantener el bienestar psicológico de los trabajadores (Taris et al., 2017). Igualmente, la satisfacción laboral, el bienestar y la inteligencia emocional (Alves et al., 2020; Sudibjo & Sutarji, 2020). Y, en ese sentido, también las variables sentido del humor (Putrino et al., 2020) y felicidad, lo cual recalca la necesidad de sensibilizar y formar sobre la importancia del bienestar laboral y su búsqueda, loable de la felicidad (Jiménez et al., 2020). Al trabajar en fomentar o evitar, según corresponda, estos elementos, se encaminan a una experiencia óptima y bienestar psicológico (Páramo et al., 2018), así como una mentalidad de crecimiento que deriva en perseverancia, esfuerzo, influyendo positivamente en el compromiso laboral de los maestros (Zeng et al., 2019).

Cabe mencionar que las entidades donde se labora, requieren de suplir los aspectos económicos, materiales y políticos, dado que estos también impactan en la evaluación negativa de ciertas condiciones de trabajo y con ello impactando negativamente sobre el bienestar psicológico (Carranco & Pando, 2019). Así, se infiere que en las instituciones educativas se debe promover un clima organizacional adecuado; que sea inclusivo y presente sostenibilidad en el tiempo; que permita disminuir las manifestaciones de estrés que se suscitan diariamente en la jornada laboral (Bada et al., 2021) para lo cual es necesario presentar actividades prácticas y estrategias de intervención, con especial referencia a la formación del profesorado (Ávila, 2019).

En los diversos estudios se subrayó la importancia de las adecuadas condiciones laborales que valoran el bienestar psicológico de los docentes (Chen et al., 2020; Franco et al., 2020; Grant et al., 2019; Katsantonis, 2020; Ostos et al., 2019; Wang & Yao, 2020). Los resultados sugieren enfatizar en reformas destinadas a mejorar el compromiso y la retención de los maestros a través de la mejora en las condiciones de trabajo y el bienestar de los maestros.

Y, sobre ello, los directivos y administradores tienen un rol esencial (Caballero, 2018; Ramos, 2017) ya que pueden ayudar a los maestros a reducir su carga psicológica, mediante capacitaciones donde se les inculque las formas de lidiar con las altas demandas del trabajo en el campo. Además, reconociendo la importancia de la motivación intrínseca de los maestros al ayudarlos a lograr sus metas intrínsecas y recompensas psíquicas.

Se ha demostrado la necesidad de políticas y programas (Jodra & Domínguez, 2020) aplicados a la educación impacta positivamente en el bienestar psicológico del personal educativo, es decir, estadísticamente se incrementa el bienestar psicológico en los sujetos involucrados (Kwon et al., 2020; Niño et al., 2021). De igual manera, esto ha demostrado los vínculos entre bienestar psicológico y las fortalezas del autocontrol, curiosidad y amor por el aprendizaje, amar y ser objeto amado, gratitud y valentía (García-Álvarez et al., 2020). De esta forma, es clave ayudar a los profesores a desarrollar estas competencias de inteligencia emocional de los empleados (Berrios et al., 2020; Matiz et al., 2020; Puertas et al., 2018; Sudibjo & Sutarji, 2020; Telles et al., 2018) así como la eficacia de la enseñanza y prepararlos para manejar los factores estresantes de los entornos laborales a fin de reducir su carga psicológica. Además, como ya se ha mencionado, se deben crear climas de trabajo positivos para los maestros (Jeon et al., 2018) a sabiendas los beneficios que conlleva.

Finalmente, es relevante ahondar en la incorporación de estrategias de bienestar psicológico en los docentes no solo por las ventajas para estos, sino por las consecuencias positivas en los alumnos. En ese sentido, se ha demostrado que el entrenamiento en habilidades emocionales del profesorado tiene un papel importante en la prevención de problemas de salud mental y en la promoción de su bienestar psicológico, que, a su vez, favorecerá un mejor clima escolar y mejor atención a toda la comunidad educativa, incluyendo al alumnado, al profesorado y a las familias (Schoeps et al., 2020). Igualmente, es determinante explorar la posición de las emociones que experimentan los docentes hacia sus alumnos con respecto a su funcionamiento psicológico y las implicaciones prácticas con escalas, evaluaciones, instrumentos (Fedorov et al., 2020; Osorio & Fernández, 2018; Putrino et al., 2020) ya que esforzarse en prevenir y reducir los niveles de agotamiento de los maestros podría, en consecuencia, preservar su salud mental y dar como resultado una respuesta emocional menos negativa hacia sus estudiantes (Burić et al., 2019). Sin embargo, si el profesor se comporta de forma autocrática, restrictiva o presionando al alumnado, estos se sentirán oprimidos, incapaces y rechazados tendiendo a sentir que sus necesidades psicológicas son frustradas (Trigueros & Navarro, 2019).

Se demostró que el bienestar de los docentes juega un papel central en la calidad de la enseñanza y el rendimiento de los estudiantes (Coterón et al., 2020). Los maestros que tienen altos niveles de bienestar serán maestros exitosos, estarán más comprometidos con su práctica de enseñanza de idiomas y más capacitados para enfrentar los desafíos presentes en el camino (Talbot & Mercer, 2018). Por último, aspectos como asertividad y resiliencia (Rico & Morillo, 2018) son claves para manejar mejor las emociones y tener un mayor bienestar psicológico.

CONCLUSIONES

Con base en el objetivo general, se concluye con el cumplimiento de este, que fue reflexionar respecto a las investigaciones que indagaron sobre el bienestar psicológico en docentes en la literatura académica durante el periodo de 2018-2021 a nivel nacional e internacional. En ese sentido, se pudo apreciar una serie de investigaciones que ahondaron respecto a la conceptualización del bienestar psicológico, otras que indagaron sobre las características y variables que intervienen en esta problemática, así como otras que tuvieron la intención de ver sus efectos en los diversos actores como las entidades educativas, los directivos, los mismos docentes y los estudiantes. Finalmente, se vieron algunos casos de estudios dedicados a modelos y escalas de evaluación, en la medida de que al tener conocimiento de qué tan bien psicológicamente están los docentes se puede inferir su desempeño y satisfacción así como otras variables más abstractas como su felicidad, lo cual tiene especial relevancia dado que se ha confirmado en la mayoría la correlación entre estos factores ya no solo con el docente sino también con el desempeño, satisfacción y aprendizaje del alumno.

REFERENCIAS

- Aldrete, M. G., Navarro, C., González, R., Contreras, M. I., & Pérez, J. (2015). Factores psicosociales y síndrome de burnout en personal de enfermería de una unidad de tercer nivel de atención a la salud. *Ciencia & Trabajo*, 17(52), 32–36. <https://doi.org/10.4067/s0718-24492015000100007>
- Aldrup, K., Klusmann, U., Lüdtke, O., Göllner, R., & Trautwein, U. (2018). Student misbehavior and teacher well-being: Testing the mediating role of the teacher-student relationship. *Learning and Instruction*, 58(May), 126–136. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2018.05.006>
- Alves, R., Lopes, T., & Precioso, I. (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>
- Amador, R., Rodríguez, C., Serrano, I., Olvera, J., & Martínez, S. (2007). Estrés Y Burnout En Docentes De Educación Media Superior. *Medicina, Salud y Sociedad*, 119–141. http://cienciasdelasaluduv.com/site/images/stories/4_2/01.pdf
- Ávila, M. (2019). Perfil docente, bienestar y competencias emocionales para la mejora, calidad e innovación de la escuela. *Revista Boletín Redipe*, 8(5), 131–144. <https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/741/685>
- Bada, O., Salas, M., Castillo, E., Arroyo, E., & Carbonell, C. (2021). Estrés laboral y clima organizacional en docentes peruanos. *Medisur*, 18(6), 1–8. <http://scielo.sld.cu/pdf/ms/v18n6/1727-897X-ms-18-06-1138.pdf>
- Barrientos, N., Araya, L., Veloso, V., & Herrera, C. (2019). Optimismo disposicional en docentes de universidades privadas en región metropolitana en Chile. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 4(7), 168. <https://doi.org/10.35381/r.k.v4i7.199>

- Barros Bastidas, C., & Turpo Gebera, O. (2017). La formación en el desarrollo del docente investigador: Una revisión sistemática. *Espacios*, 38(45). <http://www.revistaespacios.com/a17v38n45/I7384511.html>
- Bauer, J., Stamm, A., Virnich, K., Wissing, K., Müller, U., Wirsching, M., & Schaarschmidt, U. (2006). Correlation between burnout syndrome and psychological and psychosomatic symptoms among teachers. *International Archives of Occupational and Environmental Health*, 79(3), 199–204. <https://doi.org/10.1007/s00420-005-0050-y>
- Berrios, M. del P., Pulido, M., Augusto, J., & Lopez, E. (2020). Inteligencia emocional en distintos colectivos: aportaciones del grupo Team+. *Know and Share Psychology*, 1(4), 39–49.
- Bruni, J., Aguirre, N., Murillo, F. J., Díaz, H., Fernández, A., & Barrios, M. (2008). Una mejor educación para una mejor sociedad: Propuestas para el diálogo y la transformación educativa en América Latina y el Caribe (F. I. de F. y Alegría & Coordinación: (eds.)).
- Burić, I., Slišković, A., & Penezić, Z. (2019). Understanding teacher well-being: a cross-lagged analysis of burnout, negative student-related emotions, psychopathological symptoms, and resilience. *Educational Psychology*, 39(9), 1136–1155. <https://doi.org/10.1080/01443410.2019.1577952>
- Caballero, F. (2018). Afectación del síndrome de estar quemado o “burnout” en los docentes. Medidas preventivas y de intervención actuales. MADRID. *Revista de Innovación Didáctica de Madrid*, 52, 39-82.
- Carranco, S. del P., & Pando, M. (2019). Metanálisis de los artículos sobre estrés laboral docente en el período 2013 – 2017. *Recimundo*, 3(1), 522–544. [https://doi.org/10.26820/recimundo/3.\(1\).enero.2019.522-544](https://doi.org/10.26820/recimundo/3.(1).enero.2019.522-544)
- Castillo, M. L. (2018). El Bienestar Psicológico y su Relación con el Desempeño Laboral de los Docentes de la Institucion Educativa 40476 Mercedes Manrique Fuentes, Mollendo 2018 [Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/7653>
- Chen, G., Jin, Y., Dong, S., & Zheng, S. (2020). Psychological influence of teacher-student trust relationship on the purchase of reference books in the context of academic identity-based motivation. *Revista Argentina de Clinica Psicologica*, 29(2), 892–900. <https://doi.org/10.24205/03276716.2020.327>
- Cladellas, R., Castelló, A., & Parrado, E. (2018). Satisfacción, salud y estrés laboral del profesorado universitario según su situación contractual. *Revista de Salud Pública*, 20(1), 53–59. <http://www.scielo.org.co/pdf/rsap/v20n1/0124-0064-rsap-20-01-00053.pdf>
- Coterón, J., Franco, E., Ocete, C., & Pérez-Tejero, J. (2020). Teachers’ psychological needs satisfaction and thwarting: Can they explain students’ behavioural engagement in physical education? a multi-level analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(22), 1–15. <https://doi.org/10.3390/ijerph17228573>

- Dicke, T., Stebner, F., Linninger, C., Kunter, M., & Leutner, D. (2018). Journal of Occupational Health Psychology A Longitudinal Study of Teachers' Occupational Well-Being: Applying the Job Demands-Resources Model A Longitudinal Study of Teachers' Occupational Well-Being: Applying the Job Demands-Resources Model. *Journal of Occupational Health Psychology*, February. <http://dx.doi.org/10.1037/ocp0000070>
- Dong, X. (2020). Reform of psychological health education in new media environment based on ideological and political teaching strategy. *Revista Argentina de Clinica Psicologica*, 29(2), 750–757. <https://doi.org/10.24205/03276716.2020.306>
- Escalante, E., & Sosa, C. (2019). Habilidades socioemocionales y convivencia escolar en estudiantes. *Círculo de Escritores*, 1–3.
- Estrada, E., & Mamani, H. (2020). Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior pedagógica. *Apuntes Universitarios*, 10(4), 56–68. <https://doi.org/10.17162/au.v10i4.491>
- Fedorov, A., Ilaltdinova, E., & Frolova, S. (2020). Teachers' professional well-being: State and factors. *Universal Journal of Educational Research*, 8(5), 1698–1710. <https://doi.org/10.13189/ujer.2020.080506>
- Franco, J., López, H., & Arango, D. (2020). The satisfaction of being a teacher: A correlational type study. *Revista Complutense de Educacion*, 31(1), 55–67. <https://doi.org/10.5209/rced.61775>
- Freire, J., & Corrales, N. (2018). Riesgos Psicosociales y su influencia en el desempeño laboral de los docentes universitarios. *Didáctica y Educación*, IX, 53–68.
- Fuster-Guillén D, Iara-lara N, Ramírez-Asís E, Maldonado-Leyva H, Norabuena R, & García A. (2019). Desgaste ocupacional en docentes universitarios mediante el modelo factorial confirmatorio. *Propósitos y Representaciones [revista en Internet]* 2019 [acceso 26 de octubre de 2020]; 7(3): 198 - 230. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 198–214. <http://www.scielo.org.pe/pdf/pyr/v7n3/a08v7n3.pdf>
- Gamboa, M., Barros, L., & Barros, C. (2019). Childhood Aggressiveness, Learning and Self-Regulation in Primary Students. *Luz. Revista Electrónica Trimestral de La Universidad de Hologuín*, 53(9), 1689–1699. <https://luz.uho.edu.cu/index.php/luz/article/view/743/637>
- García-Álvarez, D., Soler, M. J., Achard-Braga, L., & Cobo-Rendón, R. (2020). Programa de psicología positiva sobre el bienestar psicológico aplicado a personal educativo. *Revista Electrónica Educare*, 24(1), 1–24. <https://doi.org/10.15359/ree.24-1.19>
- García, D., & Soler, M. (2019). Docentes agradecidos y con bienestar: efecto de una intervención. *Informes Psicológicos*, 21(1), 201–215.
- Gendron, B., & LaFortune, L. (2014). Leadership et competences emotionnelles. In *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*.
- Grant, A. A., Jeon, L., & Buettner, C. K. (2019). Relating early childhood teachers' working conditions and well-being to their turnover intentions. *Educational Psychology*, 39(3), 294–312. <https://doi.org/10.1080/01443410.2018.1543856>

- Gutiérrez, E., & Moya, M. (2020). Satisfacción laboral y bienestar psicológico en docentes de la UGEL 02-La Esperanza, Trujillo 2018 [Universidad católica de trujillo “Benedicto XVI”]. http://repositorio.uct.edu.pe/bitstream/123456789/346/1/0061220211_0001193711T2018.pdf
- Irnidayanti, Y., Maulana, R., Helms-Lorenz, M., & Fadhilah, N. (2020). Relationship between teaching motivation and teaching behaviour of secondary education teachers in Indonesia (Relación entre la motivación docente y el comportamiento docente en profesores de educación secundaria en Indonesia). *Infancia y Aprendizaje*, 43(2), 271–308. <https://doi.org/10.1080/02103702.2020.1722413>
- Jeon, L., Buettner, C. K., & Grant, A. A. (2018). Early Childhood Teachers’ Psychological Well-Being: Exploring Potential Predictors of Depression, Stress, and Emotional Exhaustion. *Early Education and Development*, 29(1), 53–69. <https://doi.org/10.1080/10409289.2017.1341806>
- Jiménez, D., Ortiz, M., Monsalve, M., & Gómez, M. (2020). “Felicidad” asociada al bienestar laboral: categorización de variables. *Revista Venezolana de Gerencia*, 25(90), 462–476. <https://produccioncientificaluz.org/index.php/rvg/article/view/32393>
- Jodra, P., & Domínguez, R. (2020). Effects of physical activity on the perceived general health of teachers. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de La Actividad Física y Del Deporte*, 20(77), 155–166. <https://doi.org/10.15366/rimcafd2020.77.010>
- Kardas, F. (2017). Üniversite öğrencilerinde bir model sinamasi: pozitif duyguların ve kişisel kaynakların etkilesimi [Testing a model on the college students: interaction of positive feelings and personal resources]. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kardas, Ferhat, Cam, Z., Eskisu, M., & Gelibolu, S. (2019). Gratitude, hope, optimism and life satisfaction as predictors of psychological well-being*. *Eurasian Journal of Educational Research*, 2019(82), 81–100. <https://doi.org/10.14689/ejer.2019.82.5>
- Katsantonis, I. (2020). Factors Associated with Psychological Well-Being and Stress: A Cross-Cultural Perspective on Psychological Well-Being and Gender Differences in a Population of Teachers. *Pedagogical Research*, 5(4), em0066. <https://doi.org/10.29333/pr/8235>
- Klusmann, U., Richter, D., & Ludtke, O. (2016). Teachers’ emotional exhaustion is negatively related to students’ achievement: Evidence from a large-scale assessment study. *Journal of Educational Psychology*, 108(8), 1193–1203. <https://doi.org/10.1037/edu0000125>
- Kwon, K. A., Ford, T. G., Salvatore, A. L., Randall, K., Jeon, L., Malek-Lasater, A., Ellis, N., Kile, M. S., Horm, D. M., Kim, S. G., & Han, M. (2020). Neglected Elements of a High-Quality Early Childhood Workforce: Whole Teacher Well-Being and Working Conditions. *Early Childhood Education Journal*, 0123456789. <https://doi.org/10.1007/s10643-020-01124-7>

- Lebrero, I., Almagro, B., & Sáenz-López, P. (2019). Estilos de enseñanza participativos en las clases de Educación Física y su influencia sobre diferentes aspectos psicológicos. *Espiral. Cuadernos Del Profesorado*, 12(25), 30–39. <https://doi.org/10.25115/ecp.v12i25>
- Matiz, A., Fabbro, F., Paschetto, A., Cantone, D., Paolone, A. R., & Crescentini, C. (2020). Positive impact of mindfulness meditation on mental health of female teachers during the COVID-19 outbreak in Italy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(18), 1–22. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186450>
- Menghi, M. S., & Oros, L. B. (2014). Satisfacción laboral y síndrome de burnout en docentes de nivel primario job. *Revista de Psicología*, 10, 47–59. <http://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/9968>
- Mérida-López, S., Extremera, N., Quintana-Orts, C., & Rey, L. (2020). Sentir ilusión por el trabajo docente: inteligencia emocional y el papel del afrontamiento resiliente en un estudio con profesorado de secundaria. *Revista de Psicología y Educación - Journal of Psychology and Education*, 15(1), 67. <https://doi.org/10.23923/rpye2020.01.186>
- Millán, A., Calvanese, N., & D'Aubeterre, M. E. (2017). Condiciones de trabajo, estrés laboral, dependencia universitaria y bienestar psicológico en docentes universitarios. *REDU. Revista de Docencia Universitaria*, 15(1), 195. <https://doi.org/10.4995/redu.2017.6009>
- Muñoz, E. M., Fernández, 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>
- Muñoz, J., & López, A. (2018). Mobbing and Job Satisfaction in teachers of Higher Education Institutions in central Mexico , an empirical evidence on their relation. *Ciencia y Sociedad*, 43(4), 13–21.
- Nazari, M., Parastoo, & Oghyanous, A., Oghyanous, P. A., & Oghyanous Is A Phd, P. A. (2021). Exploring the role of experience in L2 teachers' turnover intentions/occupational stress and psychological well-being/grit: A mixed methods study. *Journal of Education for Teaching, Etc. Nazari & Alizadeh Oghyanous, Cogent Education*, 8, 1892943. <https://doi.org/10.1080/2331186X.2021.1892943>
- Niño, S., Castellanos, I. C., & Huerta, L. (2021). Implicaciones de la COVID-19 en la educación escolar; una revisión temprana de los artículos publicados en revistas académicas. *Nóesis. Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, 30(59), 20–40. <https://doi.org/10.20983/noesis.2021.1.2>
- Orozco, S. (2020). Bienestar psicológico, estrés y factores psicosociales en trabajadores de instituciones gubernamentales de Jalisco-México. *Revista de Ciencias Sociales*, XXVI. <https://doi.org/10.31876/rsc.v26i1.31308>
- Ortiz, V. G., Toro, L. E. P., & Rodríguez, A. M. H. (2014). Moderación de la Relación Entre Tensión Laboral y Malestar de Profesores Universitarios: Papel del Conflicto y la Facilitación Entre el Trabajo y la Familia. *Revista Colombiana de Psicología*, 24(1), 185–201. <https://doi.org/10.15446/rcp.v24n1.42081>

- Osorio, L., & Fernández, L. (2018). Indicadores de Síndrome de Burnout en docentes de educación superior con contrato tiempo completo. *Cuaderno de Investigaciones-Semilleros Andina*, 11(11), 18–25.
- Ostos, R., Fonseca, A., & Trujillo, P. (2019). Coping with stress and procrastination on teachers and administrative Huánuco-Unheval-2012. *Revista Boletín Redipe*, 8(4), 83–92.
- Páramo, M., García, C., & González, F. (2018). Relación entre experiencia óptima (Flow) y rasgos de personalidad en docentes universitarios. *Journal of Psychology*, 14, 7–21.
- Prieto, E. (2008). El papel del profesorado en la actualidad. Su función docente y social. *Foro de Educación*, 10, 325–345. <https://doi.org/10.4135/9781473914742.n28>
- Puertas, P., Pérez, A., Sánchez, M., & Castañeda, C. (2018). Emotional intelligence in university Physical Education teachers. *Supplementary Issue: Spring Conferences of Sports Science.*, 13(April), 26–28. <https://doi.org/10.14198/jhse.2018.13.proc2.34>
- Putrino, N. I., Sasso, R., & Mustaca, A. (2020). Sentido del humor y empatía en maestras de primaria: reflexiones sobre su impacto en la enseñanza. *Revista Conciencia Epg*, 3(1), 57–71. <https://doi.org/10.32654/concienciaepg.3-1.4>
- Ramos, P. (2017). El Burnout y su impacto en las Condiciones de Trabajo y seguridad social. *Universidad de La Laguna*, 20.
- Rico, M., & Morillo, Y. (2018). La Resiliencia En Docentes De Educacion Preescolar De Merida-Venezuela En El Año 2016. <file:///C:/Users/DAVID/Downloads/13349-21921926729-1-SM.pdf>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141–166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Ryff, C. D. (1989). Beyond Ponce de Leon and Life Satisfaction: New Directions in Quest of Successful Ageing. *International Journal of Behavioral Development*, 12(1), 35–55. <https://doi.org/10.1177/016502548901200102>
- Salazar, C., Gastélum, G., Huéscar, E., & Moreno, I. (2021). Autonomy support in student's resilience through a cognitive-social model of motivation. *European Journal of Education and Psychology*, 14(1), 1–16. <https://doi.org/10.32457/ejep.v14i1.1548>
- Scheuch, K., Haufe, E., & Seibt, R. (2015). Teachers' Health. *Deutsches Arzteblatt International*, 112(20). <https://doi.org/10.3238/arztebl.2015.0347>
- Schoeps, K., Postigo Zegarra, S., Mónaco, E., González, R., & Montoya Castilla, I. (2020). Valoración Del Programa De Educación Emocional Para Docentes (Mademo). *Know and Share Psychology*, 1(4), 159–170. <https://doi.org/10.25115/kasp.v1i4.4380>
- Seligman, M. (2003). La auténtica felicidad. In *La auténtica felicidad* (M. Diago & A. Debrito, Trads.). eva.fcs.edu.uy/...php/.../Oblig37Seligman

- Martin2002LaAuténticaFelicidad.pdf%0Ahttp://journals.copmadrid.org/psed/articulo.php?id=393c55aea738548df743a186d15f3bef
- Shen, B., McCaughtry, N., Martin, J., Garn, A., Kulik, N., & Fahlman, M. (2015). The relationship between teacher burnout and student motivation. *British Journal of Educational Psychology*, 85(4), 519–532. <https://doi.org/10.1111/bjep.12089>
- Sudibjo, N., & Sutarij, T. (2020). The roles of job satisfaction, well-being, and emotional intelligence in enhancing the teachers' employee engagements. *Management Science Letters*, 10(11), 2477–2482. <https://doi.org/10.5267/j.msl.2020.4.002>
- Tacca, D., Tacca, A., & Cuarez, R. (2020). Inteligencia emocional del docente y satisfacción académica del estudiante universitario. *Revista Digital de Investigación En Docencia Universitaria*, 14(1), 1–16. <https://doi.org/10.19083/ridu.2020.887>
- Talbot, K., & Mercer, S. (2018). Exploring University ESL/EFL Teachers' Emotional Well-Being and Emotional Regulation in the United States, Japan and Austria. *Chinese Journal of Applied Linguistics*, 41(4), 410–432. <https://doi.org/10.1515/cjal-2018-0031>
- Taris, T. W., Leisink, P. L. M., & Schaufeli, W. B. (2017). Applying Occupational Health Theories to Educator Stress: Contribution of the Job Demands-Resources Model. In *Educator stress: An occupational health perspective*, (pp. 237–259). <https://doi.org/10.1007/978-3-319-53053-6>
- Telles, S., Gupta, R. K., Bhardwaj, A. K., Singh, N., Mishra, P., Pal, D. K., & Balkrishna, A. (2018). Increased Mental Well-Being and Reduced State Anxiety in Teachers After Participation in a Residential Yoga Program. *Medical Science Monitor Basic Research*, 24, 105–112. <https://doi.org/10.12659/MSMBR.909200>
- Trigueros, R., & Navarro, N. (2019). The influence of the teacher on the motivation, learning strategies, critical thinking and academic performance of high school students in Physical Education. *Psychology, Society and Education*, 11(1), 137–150. <https://doi.org/10.25115/psye.v10i1.2230>
- Unesco. (2019). What UNESCO does in teacher development. *Teachers*. <https://en.unesco.org/themes/teachers/action>
- Vera, O. (2016). El aprendizaje basado en problemas y la medicina basada en evidencias en la formación médica. *Rev Med La Paz*, 22(2), 78–86. http://www.scielo.org.bo/pdf/rmcmlp/v22n2/v22n2_a13.pdf
- Wang, L., & Yao, N. (2020). Relationship between remuneration differences, job satisfaction, and psychological health of preschool teachers under the pressure of low salary. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 29(2), 772–778. <https://doi.org/10.24205/03276716.2020.309>
- Zeng, G., Chen, X., Cheung, H. Y., & Peng, K. (2019). Teachers' growth mindset and work engagement in the Chinese educational context: Well-being and perseverance of effort as mediators. *Frontiers in Psychology*, 10(MAR), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00839>

- Zhang, I. (2020). Psychological acceptance mechanism of the audience of ideological and political education and its influencing factors. *Revista Argentina de Clinica Psicologica*, 29(2), 615–621. <https://doi.org/10.24205/03276716.2020.286>
- Zhu, H., & Dai, Y. (2020). Motivation of english language teacher-researcher: A psychological analysis based on the interconnection between possible selves and context systems. *Revista Argentina de Clinica Psicologica*, 29(2), 929–938. <https://doi.org/10.24205/03276716.2020.331>