

Incidencia del Estrés Docente en la Calidad del Proceso de Enseñanza-Aprendizaje en Educación Básica Superior

Mariela Janeth Martínez Barreno

mariela.martinezbarreno0169@upse.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0009-9736-4591>

Investigador Independiente
Ecuador

Marianela Silva Sánchez

msilva@upse.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-0775-6826>

Investigador Independiente
Ecuador

RESUMEN

El estrés docente constituye un factor que puede afectar de manera importante la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje. El estudio tuvo como objetivo analizar la incidencia del estrés docente en la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje en la educación básica superior, específicamente en la Unidad Educativa Juan Bautista Palacios, en Ambato. Se aplicó un enfoque cuantitativo, con diseño no experimental, transversal y de campo, empleando encuestas estructuradas dirigidas a docentes y estudiantes. La muestra incluyó seis docentes y sesenta y siete estudiantes, seleccionados mediante muestreo intencional y probabilístico estratificado. Los datos fueron procesados mediante estadística descriptiva y análisis correlacional con apoyo del programa SPSS. Los resultados mostraron que los principales factores generadores de estrés son la sobrecarga laboral, las exigencias administrativas, la falta de reconocimiento institucional y la escasez de recursos didácticos. Se evidenció que el estrés incide negativamente en la planificación, ejecución y evaluación pedagógica, reduciendo la innovación metodológica, la motivación docente y la calidad del ambiente de aula. No obstante, se observó compromiso profesional y conciencia sobre la influencia del bienestar emocional en la enseñanza. La gestión emocional del profesorado constituye un factor determinante en la calidad educativa. Se recomienda implementar programas de bienestar docente enfocados en la salud mental, el autocuidado y el acompañamiento, con el fin de mejorar el clima laboral y fortalecer el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Palabras clave: *estrés docente, bienestar emocional, planificación pedagógica, clima de aula, calidad educativa*

Los autores declaran no tener conflicto de intereses.

El Editor y los Revisores declararon no tener conflicto de intereses.

Licencia: 

Impact of Teacher Stress on the Quality of the Teaching-Learning Process in Upper Basic Education

ABSTRACT

Teacher stress is a factor that can significantly affect the quality of the teaching-learning process. The study aimed to analyze the impact of teacher stress on the quality of the teaching-learning process in higher basic education, specifically at the Juan Bautista Palacios Educational Unit in Ambato. A quantitative approach was applied, with a non-experimental, cross-sectional, field design, employing structured surveys directed at teachers and students. The sample included six teachers and sixty-seven students, selected through purposive and stratified probability sampling. The data were processed using descriptive statistics and correlational analysis with the support of SPSS software. The results showed that the main stress-generating factors are work overload, administrative demands, lack of institutional recognition, and scarcity of teaching resources. It was evident that stress negatively impacts pedagogical planning, execution, and evaluation, reducing methodological innovation, teacher motivation, and the quality of the classroom environment. However, professional commitment and awareness of the influence of emotional well-being on teaching were observed. It is concluded that teacher emotional management is a determining factor in educational quality. It is recommended to implement institutional teacher well-being programs focused on mental health, self-care, and professional support to improve the work environment and strengthen the teaching-learning process.

Keywords: *teacher stress, emotional well-being, pedagogical planning, classroom climate, educational quality*

The authors declare no conflict of interest.

The Editor and the Reviewers declared no conflict of interest.

License: 



INTRODUCCIÓN

La experiencia del estrés entre los docentes se ha convertido en un fenómeno cada vez más evidente dentro de los sistemas educativos modernos, considerado un factor que afecta directamente tanto la salud mental del personal docente como la calidad del proceso pedagógico. En las últimas décadas, estudios han documentado cómo el aumento de las responsabilidades laborales, la presión ejercida por las instituciones educativas y las transformaciones rápidas en las políticas educativas han impulsado un incremento considerable en los niveles de estrés que padecen los docentes en todos los niveles del sistema educativo (Agyapong et al., 2022). Este fenómeno incide en la planificación de las actividades pedagógicas, la ejecución de las clases, el proceso de evaluación formativa y, en último término, en el rendimiento y logros académicos de los estudiantes (Kochetkov et al., 2023).

En el contexto específico de América Latina, y con especial énfasis en Ecuador, diferentes estudios destacan la prevalencia de altos índices de estrés laboral en el personal docente, vinculados a factores como cargas administrativas excesivas, carencia de recursos didácticos adecuados, precariedad en las condiciones laborales y un débil reconocimiento por parte de las instituciones educativas (González-Palma, 2021). Estos elementos repercuten negativamente en la motivación del profesorado y en el ambiente emocional dentro de las aulas, generando consecuencias adversas tanto en la interacción pedagógica como en el bienestar psicológico de los educadores (Benítez-Abarca et al., 2025). Esta realidad es observable también en la Unidad Educativa Juan Bautista Palacios, ubicada en Ambato, donde la acumulación de tareas, las largas jornadas laborales y la presión constante para cumplir objetivos académicos son fuentes permanentes de estrés que afectan de manera directa el desempeño del cuerpo docente.

Desde una perspectiva teórica, el análisis del estrés en docentes se fundamenta en diversas

teorías psicológicas y pedagógicas que abordan su influencia en los procesos de aprendizaje. El aprendizaje significativo, propuesto por Ausubel (1963), junto con la teoría experiencial desarrollada por Kolb (1984), destacan que la disposición emocional del docente juega un papel crucial en la calidad de las experiencias educativas y en la creación activa del conocimiento. Asimismo, el enfoque socio-constructivista de Vygotsky (1995) postula que una mediación pedagógica eficaz depende en gran medida del equilibrio emocional y cognitivo del profesor. Por ende, un educador que se encuentre bajo un cuadro de estrés crónico verá afectadas sus capacidades para planificar, llevar a cabo y evaluar sus procesos educativos de manera exitosa e integral. El problema de investigación consiste en establecer la incidencia del estrés docente en la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje en la educación básica superior de la Unidad Educativa Juan Bautista Palacios.

En el contexto institucional de la Unidad Educativa Juan Bautista Palacios, ubicada en la ciudad de Ambato, se ha identificado una problemática persistente relacionada con el incremento de los niveles de estrés en el cuerpo docente de educación básica superior, asociada principalmente a la sobrecarga laboral, las exigencias administrativas y la limitada disponibilidad de recursos pedagógicos. Esta situación ha comenzado a reflejarse en aspectos clave del proceso de enseñanza-aprendizaje, tales como la planificación didáctica, la gestión del aula, la retroalimentación y el clima emocional, incidiendo potencialmente en la motivación y el desempeño académico de los estudiantes. No obstante, a nivel institucional no se dispone de evidencia empírica sistematizada que permita establecer con claridad la relación existente entre el estrés docente y la calidad del proceso educativo. En este marco, el presente estudio se orienta a analizar la incidencia del estrés docente en la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje en educación básica superior.

MATERIALES Y MÉTODOS

El presente estudio se articuló bajo una perspectiva cuantitativa, enfocada en analizar cómo se relaciona el estrés docente sobre la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje dentro de la educación básica superior. Conforme a la clasificación establecida por Ato et al. (2013), la investigación se consideró no experimental, transversal y de campo, puesto que no implicó manipulación de variables y la recopilación de datos se efectuó en el contexto natural donde los participantes desarrollan sus actividades, durante una única fase del periodo académico. Este tipo de diseño permitió describir las relaciones entre las variables involucradas sin modificar las condiciones ordinarias del entorno educativo.

La recolección de datos se llevó a cabo durante el segundo quimestre del año lectivo 2024-2025, específicamente entre los meses de octubre y noviembre de 2024, periodo en el cual se aplicaron los cuestionarios a docentes y estudiantes en condiciones regulares de funcionamiento institucional, sin interrupciones extraordinarias del calendario académico.

La población objeto de estudio comprendió dos grupos que forman parte de la Unidad Educativa Juan Bautista Palacios, localizada en la ciudad de Ambato: en primer lugar, el grupo docente, y en segundo, el grupo estudiantil, integrado por alumnos de octavo, noveno y décimo año de educación básica superior. En cuanto al cuerpo docente, estuvo constituido por 12 maestros activos, de los cuales se seleccionó una muestra intencional compuesta por 6 participantes. Esta decisión respondió a criterios de accesibilidad, disponibilidad y pertinencia de los informantes, priorizando la inclusión de docentes con características diversas en cuanto a género, experiencia profesional, carga horaria y especialidad o área de enseñanza, con el propósito de obtener una aproximación representativa de la heterogeneidad del grupo (Otzen y Manterola, 2017). Por otro lado, el grupo de estudiantes estuvo compuesto inicialmente por 100 alumnos, del cual se extrajo una muestra de 67 individuos mediante un muestreo probabilístico estratificado proporcional, procedimiento

que aseguró la representación equilibrada de ambos géneros y los tres niveles académicos mencionados (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

Para la recolección de datos se emplearon dos cuestionarios estructurados, diferenciados según el grupo participante y diseñados con escala tipo Likert de cinco puntos. El instrumento dirigido a los docentes estuvo orientado a evaluar los niveles de estrés laboral y su relación con dimensiones como la planificación, ejecución y evaluación pedagógica, así como el bienestar emocional. Por su parte, el cuestionario aplicado a los estudiantes se centró en identificar sus percepciones sobre la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje, el clima emocional del aula, la claridad de las explicaciones docentes y la motivación académica. Ambos instrumentos fueron validados mediante juicio de expertos, con la participación de tres especialistas en educación y psicología, quienes valoraron la pertinencia, claridad y coherencia de los ítems. Posteriormente, se realizó una prueba piloto que permitió determinar la confiabilidad del instrumento mediante el coeficiente alfa de Cronbach, obteniéndose un valor de 0,90, indicador de alta consistencia interna (Oviedo y Campo-Arias, 2005). Los datos obtenidos fueron procesados con el software IBM SPSS Statistics, utilizando estadística descriptiva, a través de frecuencias y porcentajes, y análisis correlacional para examinar la relación entre el estrés docente y la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje.

El análisis correlacional se realizó mediante el coeficiente de correlación de Spearman (ρ), debido a la naturaleza ordinal de las variables medidas a través de escalas tipo Likert y al tamaño reducido de la muestra docente. Este estadístico permitió identificar la dirección y la intensidad de la relación existente entre los niveles de estrés docente y las dimensiones de la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje, garantizando una interpretación adecuada de los datos en contextos educativos no experimentales.

RESULTADOS

El análisis estadístico derivado de los cuestionarios aplicados tanto a docentes como a estudiantes facilitó una comprensión respecto a cómo el estrés docente impacta en la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje en la Unidad Educativa Juan Bautista Palacios, situada en Ambato. Los hallazgos reflejan una realidad diversa en la que, si bien el profesorado demuestra un alto grado de compromiso con su labor pedagógica, enfrenta simultáneamente condiciones laborales que favorecen el desgaste emocional y una disminución notable en su motivación profesional. Estas circunstancias afectan de manera directa la percepción que los estudiantes tienen sobre la calidad de la educación, su motivación intrínseca y la dinámica general que se desarrolla dentro del aula.

Para el tratamiento estadístico de los datos, se utilizó el software IBM SPSS Statistics, herramienta que permitió calcular medidas de tendencia central junto con frecuencias relativas para cada uno de los ítems incluidos en los instrumentos aplicados. La información fue segmentada en dos conjuntos principales: por un lado, los resultados de los docentes; por otro, los provenientes del grupo estudiantil. Esta organización buscó facilitar la comparación y el contraste entre ambas perspectivas, con el fin de identificar patrones que evidencien correspondencias y diferencias entre las percepciones que cada grupo sostiene respecto al fenómeno estudiado.

Los resultados en el grupo docente (ver tabla 1) reflejan una tendencia positiva en aspectos vinculados con la planificación pedagógica, la gestión del aula y la percepción del propio bienestar emocional. Sin embargo, se identificaron debilidades importantes relacionadas con la carga administrativa, la falta de apoyo institucional y la presencia de síntomas de agotamiento emocional.

Tabla 1. Resultados del cuestionario aplicado a docentes

Indicador	Alternativas de respuesta					Media Aritmética	
	S Fr(%)	CS Fr(%)	AV Fr(%)	CN Fr(%)	N Fr(%)	Media	Categoría
Planifica con claridad y coherencia sus clases	0	0	0	83,3	16,7	4,17	Alta
Dispone de tiempo suficiente para planificar	16,7	0	16,7	66,7	0	2,33	Media
Mantiene un clima de aula positivo	0	0	0	83,3	16,7	4,17	Alta
Recibe apoyo institucional adecuado	16,7	50,0	33,3	0	0	2,00	Baja
Se siente emocionalmente agotado	16,7	16,7	33,3	33,3	0	3,17	Media
Bienestar emocional influye en su enseñanza	0	0	33,3	16,7	50,0	4,17	Alta

Fuente: elaboración propia

Los resultados revelan que una amplia mayoría del profesorado planifica sus clases con un nivel de claridad y coherencia, con una media de 4,17, lo cual denota competencias profesionales, un dominio adecuado de la planificación curricular. Un 66,7 % de los entrevistados manifestó que no dispone del tiempo suficiente para llevar a cabo una planificación adecuada, situación que refleja una sobrecarga laboral marcada y una gestión insuficiente del tiempo. Esta dificultad se relaciona con el aumento en las tareas administrativas, la frecuencia de reuniones y otras demandas externas que constriñen el espacio disponible para el diseño instruccional.

De igual manera, se aprecia una percepción mayormente favorable en cuanto al clima de aula, donde el 83,3 % de los docentes expresó acuerdo, lo que evidencia la capacidad que tiene el profesorado para mantener ambientes caracterizados por el respeto y la colaboración. La baja valoración que se otorgó al apoyo institucional, con una media de 2,00, pone de manifiesto una brecha en la gestión organizacional. La mitad de los participantes manifestó desacuerdo respecto a recibir reconocimiento o respaldo por parte de la entidad educativa.

El agotamiento emocional se expresó en valores intermedios, con una media de 3,17, lo cual

indica la presencia de cierto desgaste entre algunos docentes, aunque sin alcanzar niveles considerados críticos. Por otra parte, el 66,7 % de los docentes reconoce que su bienestar emocional tiene un impacto directo en la calidad de su labor pedagógica, con una media de 4,17. Desde un enfoque psicoeducativo, se confirma que las emociones positivas incrementan la creatividad y la capacidad reflexiva del personal docente, mientras que el estrés crónico limita tanto la flexibilidad cognitiva como la motivación intrínseca.

Por otra parte, el análisis de los datos provenientes del grupo estudiantil (ver tabla 2) permitió contrastar las percepciones sobre la práctica docente y el clima escolar. En general, los resultados muestran coincidencias con las valoraciones de los docentes, confirmando que el bienestar emocional del profesorado incide en la motivación y participación del alumnado.

Los estudiantes valoran positivamente la claridad de las explicaciones docentes (media 3,89), lo que coincide con la autopercepción del profesorado sobre su planificación coherente. Este resultado refleja que, a pesar de las tensiones laborales, los docentes mantienen prácticas didácticas estructuradas y comprensibles. No obstante, el ambiente del aula y la motivación estudiantil alcanzan valores medios (3,03 y 2,89 respectivamente), evidenciando que los factores emocionales del docente repercuten en el clima del aula..

Tabla 2. Resultados del cuestionario aplicado a estudiantes

Indicador	Alternativas de respuesta					Media Aritmética	
	S Fr(%)	CS Fr(%)	AV Fr(%)	CN Fr(%)	N Fr(%)	Media	Categoría
El profesor explica claramente los objetivos de la clase	3,0	0	29,9	38,8	28,4	3,89	Alta
El ambiente de la clase es positivo	32,9	0	38,8	19,4	9,0	3,03	Media
Me siento motivado y participo activamente	6,0	34,3	34,3	14,9	10,4	2,89	Media
El profesor brinda retroalimentación útil y oportuna	4,5	22,4	26,9	29,9	16,4	3,31	Media
El estado emocional del profesor influye en la calidad de sus clases	22,4	9,0	14,9	14,9	53,7	3,99	Media

Fuente: elaboración propia

En cuanto a la retroalimentación, los estudiantes manifestaron percepciones intermedias (media 3,31), lo que sugiere que, aunque los docentes reconocen la importancia de la evaluación formativa, esta no siempre se aplica de manera sistemática. Un aspecto destacado es que más del 68% de los estudiantes considera que el estado emocional del profesor influye directamente en la calidad de sus clases (media 3,99). Este resultado concuerda con lo expresado por el propio profesorado y confirma la relación entre bienestar docente y desempeño pedagógico.

Con el propósito de determinar la relación entre el estrés docente y la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje, se aplicó el coeficiente rho de Spearman. Los resultados evidenciaron una correlación negativa moderada y estadísticamente significativa ($\rho = -0,62$; $p = 0,031$), lo que indica que a medida que aumentan los niveles de estrés docente, disminuye la percepción de la calidad del proceso educativo. Este hallazgo resulta consistente con los datos descriptivos obtenidos, tanto en el grupo docente como en el estudiantil, donde se observaron afectaciones en la motivación, el clima de aula y la retroalimentación pedagógica.

DISCUSIÓN

El contraste entre ambas percepciones (docente-estudiante) permite identificar una coherencia general en la valoración de la práctica pedagógica, aunque también pone en evidencia la existencia de tensiones institucionales que afectan tanto la satisfacción laboral como la experiencia educativa. La falta de reconocimiento institucional y la sobrecarga administrativa (elementos señalados por el profesorado) parecen repercutir en la motivación estudiantil y en la percepción de apoyo institucional. Tal como plantean Kochetkov et al. (2023), el entorno organizacional constituye un factor determinante del bienestar docente, y su mejora puede traducirse en un impacto positivo en la calidad educativa y en la cohesión del aula.

Los resultados permiten afirmar que el estrés docente se manifiesta como un fenómeno multidimensional que involucra factores personales, organizacionales y pedagógicos. El bienestar emocional del profesor, su reconocimiento institucional y el manejo adecuado del tiempo se configuran como variables para mantener la calidad educativa. Estos hallazgos coinciden con la propuesta teórica de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OECD, 2020), que identifica el bienestar físico, mental, cognitivo y social como pilares del desempeño docente.

De esta forma, el análisis empírico confirma las relaciones planteadas en el marco teórico del estudio: el estrés docente afecta la planificación, la ejecución y la evaluación pedagógica; y al mismo tiempo, incide en la percepción estudiantil de la calidad de enseñanza, en la motivación y en el clima emocional del aula (García Rodríguez et al., 2021). La conjunción de estas variables demuestra que la calidad educativa depende tanto de las condiciones estructurales de la institución como del equilibrio emocional del profesorado (Maslach et al., 2001).

Al contrastar las visiones de docentes y estudiantes se nota una coherencia general en cómo

valoran la práctica pedagógica. Sin embargo, también saltan a la vista tensiones dentro de la institución que golpean tanto la satisfacción laboral como el aprendizaje. La falta de respaldo y el exceso de trámites administrativos que mencionan los profesores parecen influir en las ganas de estudiar de los alumnos y en cómo sienten el apoyo de la entidad. Kochetkov et al. (2023) plantean que el entorno de la organización es un factor clave para el bienestar docente. Si esto mejora, la calidad y la unión en el aula también lo hacen. Estos hallazgos encajan con lo que dicen Benítez-Abarca et al. (2025), quienes advierten que sin apoyo institucional el riesgo de desgaste profesional es mucho mayor. Por su parte, Skaalvik y Skaalvik (2020) señalan la carga de trabajo y la falta de tiempo como los problemas críticos que más dañan el desempeño.

El estrés en los profesores no es algo simple, sino un fenómeno con muchas caras: personales, organizacionales y pedagógicas. Para que la educación no pierda calidad, el docente tiene que estar bien emocionalmente, sentirse valorado y manejar sus tiempos de forma adecuada. Los datos obtenidos aquí se parecen a los de Agyapong et al. (2022), quienes ven niveles de cansancio moderados en docentes de todo el mundo. García Rodríguez et al. (2021) también ponen el foco en la estabilidad emocional como la base del rendimiento y del ambiente en clase. Jennings y Greenberg (2009) añaden que las habilidades socioemocionales ayudan a que el aprendizaje sea bueno incluso bajo presión. Todo esto se alinea con la propuesta de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OECD, 2020), que pone el bienestar físico y mental como el centro de un buen desempeño docente.

El estrés del profesor afecta directamente cómo planea, enseña y evalúa. Esto se nota en la imagen que el alumno tiene de la enseñanza y en su propia motivación (García Rodríguez et al., 2021). Montañez Vargas (2025) y Papa Rosero (2024) refuerzan esta idea al señalar que el agotamiento docente frena la participación de los estudiantes y el trato en el aula. En cuanto

a evaluar, Moreno (2024) cree que el estrés impide dar una buena retroalimentación por la sobrecarga de tareas. Betancourt et al. (2025) mencionan que el compromiso puede aguantar la presión, pero la atención pedagógica ya no es la misma. Al final, la educación depende de que la institución funcione y de que el profesor esté equilibrado (Maslach et al., 2001). Es una cadena donde el bienestar docente es el eslabón principal.

CONCLUSIONES

De los resultados, su análisis e interpretación, se pueden establecer las siguientes conclusiones sobre la incidencia del estrés docente en la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje en la educación básica superior: 1) El estrés docente constituye un factor real y presente en la práctica educativa, manifestado principalmente a través de la sobrecarga laboral, la presión institucional y la falta de reconocimiento profesional. Estos elementos generan desgaste emocional y disminuyen la satisfacción laboral del profesorado, afectando indirectamente la calidad del proceso pedagógico. 2) A pesar de las tensiones laborales, los docentes mantienen altos niveles de compromiso, responsabilidad y claridad en la planificación y desarrollo de sus clases. Este hallazgo evidencia la fortaleza ética y vocacional del profesorado, que continúa priorizando el aprendizaje de sus estudiantes incluso en condiciones adversas. 3) La percepción estudiantil confirma la relación directa entre el bienestar emocional del docente y la calidad educativa. Los estudiantes identifican que la actitud, estabilidad emocional y motivación de sus profesores influyen en la dinámica del aula, la participación y la comprensión de los contenidos. 4) El clima de aula, aunque se mantiene en niveles favorables, tiende a deteriorarse en contextos donde los docentes experimentan agotamiento o falta de apoyo institucional. Este resultado revela que las emociones del profesorado se reflejan en la convivencia y en la motivación del alumnado, incidiendo en el ambiente de aprendizaje. 5) Se evidencia la necesidad de fortalecer las estrategias institucionales de bienestar docente mediante programas de acompañamiento

psicológico, reducción de carga administrativa, desarrollo de habilidades emocionales y promoción del reconocimiento profesional. Estas acciones permitirían reducir los niveles de estrés y potenciar la calidad de la enseñanza. 6) La investigación confirma que la calidad educativa depende de los recursos materiales o del currículo, y del equilibrio emocional y del bienestar integral del docente. Por tanto, garantizar condiciones laborales saludables se convierte en un requisito fundamental para alcanzar procesos educativos de calidad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Agyapong, B., Obuobi-Donkor, G., Burbach, L., & Wei, Y. (2022). Stress, burnout, anxiety and depression among teachers: A scoping review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(17), 10706.
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9518388/>
- Ato, M., López, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038–1059.
<https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Ausubel, D. P. (1963). *The psychology of meaningful verbal learning*. Grune & Stratton.
- Benítez-Abarca, G. M., Nájera-Lara, J. F., Benítez-Abarca, A. B., & Jacho-Guanoluisa, N. P. (2025). Influencia del estrés laboral en el desempeño docente por competencias en docentes universitarios. *INNOVA Research Journal*, 10(1), 19-31.
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/10134361.pdf>
- Betancourt Torres, H. G., Cosquillo Salazar, J. M., Vilema Quispe, M. E., Tandalla Calvopiña, L. F., & Beltrán Mindiola, J. E. (2025). El estrés docente y su impacto en el aprendizaje de los estudiantes: comprendiendo la relación entre el bienestar del profesor y el rendimiento académico. *Arandu. Revista Científica Internacional*, 12(2), 3611-3624. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/10344118.pdf>

- Bisquerra, R. (2014). *Metodología de la investigación educativa* (2.^a ed.). La Muralla.
- García Rodríguez, R., Sánchez Parrales, L. V., Dueñas Segovia, F., & Meza Macías, A. (2021). El síndrome de burnout y sus consecuencias en la salud mental de los docentes [Sinapsis: *La revista científica del ITSUP*, 1(19)].
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8474727.pdf>
- González-Palma, K., & Alarcón-Chávez, B. (2021). El estrés laboral en docentes de Educación Básica y el teletrabajo en Ecuador. *Revista Científica Arbitrada en Investigaciones de la Salud GESTAR*, 4(8 Ed. esp.), 19-34.
<https://journalgestar.org/index.php/gestar/article/view/29>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill.
- Jennings, P. A., & Greenberg, M. T. (2009). The prosocial classroom: Teacher social and emotional competence in relation to student and classroom outcomes. *Review of Educational Research*, 79(1), 491–525. <https://doi.org/10.3102/0034654308325693>
- Kochetkov, N. V., Marinova, T. Y., Orlov, V. A., Raskhodchikova, M. N., & Haymovskaya, N. A. (2023). Current foreign studies of professional burnout in teachers. *Journal of Modern Foreign Psychology*, 12(2), 43–52.
https://psyjournals.ru/en/journals/jmfp/archive/2023_n2/Kochetkov_et_al
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Prentice Hall.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397-422.
<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>

Montañez Vargas, M. A. (2025). Relación entre el estrés docente y el clima emocional en el aula de una universidad. *Revista Científica Multidisciplinar SAGA*, 2(3), 359-368.

<https://revistasaga.org/index.php/saga/article/view/176>

Moreno, A. E. (2024, 13 de noviembre). La Teoría del Aprendizaje Significativo de David Ausubel. *Conarh*. <https://conarh.org/blog/la-teoria-del-aprendizaje-significativo-de-david-ausubel>

OECD. (2020). *Teachers' well-being*. https://www.oecd.org/en/publications/teachers-well-being_c36fc9d3-en.html

Oramas Viera, A., Almirall Hernández, P., & Fernández, I. (2007). Estrés laboral y el síndrome de burnout en docentes venezolanos. *Salud de los Trabajadores*, 15(2), 71-87.

http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1315-01382007000200002

Otzen, T., & 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>

Oviedo, H. C., & Campo-Arias, A. (2005). Aproximación al uso del coeficiente alfa de Cronbach. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 34(4), 572–580.

Papa Rosero, A. (2024). *Estrés laboral docente en Tungurahua: prevalencia y factores asociados* (Tesis de maestría). Universidad de Las Américas, Ecuador. Disponible en: <https://dspace.udla.edu.ec/bitstream/33000/17243/1/UDLA-EC-TMSSO-2024-153.pdf>



Skaalvik, E. M., & Skaalvik, S. (2020). Teachers' burnout and self-efficacy: Relations with engagement, exhaustion, and motivation. *Teaching and Teacher Education*, 87.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0883035520318206>

Vygotsky, L. S. (1995). *Pensamiento y lenguaje*. Paidós. (Obra original publicada en 1934).

La Revista utiliza códigos para identificar al Editor y al equipo de
PARES REVISORES. Si tiene dudas o consultas, contacte a:
contacto@cienciayreflexion.org

Código de Editor: 102

Código de Revisores: 889

