

ESTRÉS DOCENTE POR FALTA DE RESPETO Y VALORES DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA

Claudia Milena Rodríguez Rodríguez¹

romiro21@hotmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-6750-7954>

**Doctorando en Educación
Instituto Pedagógico Rural
"Gervasio Rubio" (IPRGR)
Venezuela**

Leidy Rocío Rodríguez Rodríguez²

leidyico@hotmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-2220-9601>

**Doctorando en Educación
Instituto Pedagógico Rural
"Gervasio Rubio" (IPRGR)
Venezuela**

Recibido: 09/10/2025

Aprobado: 23/10/2025

RESUMEN

El estrés docente es un fenómeno que afecta la salud mental y el bienestar de los educadores. En este trabajo se analiza el estrés que sufren los docentes a causa de la falta de respeto y ausencia de valores en la comunidad educativa evaluando su efecto en el bienestar del docente. Mediante una revisión bibliográfica, incluso de tesis doctorales, se estudia el efecto que un contexto escolar carente de respeto y valores genera sobre la salud mental y el estrés de los educadores. Como propósito general del ensayo se plantea identificar los factores que contribuyen al estrés docente, describir sus consecuencias y desarrollar acciones orientadas a mejorar el clima en la comunidad educativa. Los resultados dan cuenta que la falta de respeto por parte de los alumnos, y la carencia de ciertos valores, resulta en relaciones interpersonales en el seno de la comunidad educativa que, en conjunto, constituyen factores determinantes en el incremento del estrés docente. Cuando se suman a estos el escaso apoyo institucional a la primera línea docente, se agregan las interacciones disfuncionales entre el personal docente, la resistencia al cambio, y el clima de desconfianza, se acelera el agotamiento emocional, la falta de motivación activa y el descenso de la calidad educativa en los servicios brindados. Esta investigación destaca que fomentar valores sostenibles como

¹ Formación docente en pregrado y postgrado. Desarrollo laboral en el área de la docencia. Doctorando en educación.

² Formación docente en pregrado y postgrado. Desarrollo laboral en el área de la docencia. Doctorando en educación.

el respeto, la perseverancia y asertividad dentro de una comunidad educativa es útil para mejorar el bienestar de los educadores. Propone algunas medidas orientadas a mejorar la interacción y la cooperación entre educadores hacia un ambiente más saludable y respetuoso. De acuerdo con los resultados de la investigación, las conclusiones derivadas muestran que la falta de respeto y la ausencia de valores dentro de la comunidad educativa tienen un efecto directo en el estrés docente, afectando la salud emocional y el proceso de enseñanza-aprendizaje. Se sugieren acciones respecto a programas de capacitación en manejo del estrés y la creación de protocolos de convivencia orientados a fomentar el respeto mutuo. Estas propuestas están destinadas a promover un entorno saludable para los docentes, los estudiantes y la comunidad educativa.

Palabras clave: Estrés docente, respeto, valores, comunidad educativa, bienestar.

TEACHER STRESS DUE TO LACK OF RESPECT AND VALUES OF THE EDUCATIONAL COMMUNITY

ABSTRACT

Teacher stress is a phenomenon that affects the mental health and well-being of educators. This paper analyzes the stress experienced by teachers due to the lack of respect and absence of values in the educational community, evaluating its effect on teacher well-being. Through a literature review, including doctoral theses, the paper studies the effect that a school environment lacking respect and values has on the mental health and stress of educators. The general purpose of this essay is to identify the factors that contribute to teacher stress, describe its consequences, and develop actions aimed at improving the climate in the educational community. The results show that the lack of respect on the part of students and the lack of certain values result in interpersonal relationships within the educational community that, together, constitute determining factors in the increase in teacher stress. When these factors are combined with the limited institutional support for frontline teachers, dysfunctional interactions among teaching staff, resistance to change, and a climate of mistrust, emotional exhaustion, a lack of active motivation, and a decline in the quality of education provided are accelerated. This research highlights that fostering sustainable values such as respect, perseverance, and assertiveness within an educational community is useful for improving educators' well-being. It proposes several measures aimed at improving interaction and cooperation among educators toward a healthier and more respectful environment. According to the

research results, the conclusions drawn show that a lack of respect and the absence of values within the educational community have a direct effect on teacher stress, affecting emotional health and the teaching-learning process. Actions are suggested regarding stress management training programs and the creation of coexistence protocols aimed at fostering mutual respect. These proposals are intended to promote a healthy environment for teachers, students, and the educational community.

Keywords: Teacher stress, respect, values, educational community, well-being.

DESARROLLO

La docencia es afectada por diversas situaciones que genera estrés, como la pérdida de respeto hacia la autoridad del docente y la ausencia de valores compartidos en el entorno escolar. Estas condiciones alteran el ambiente de trabajo y pueden deteriorar el bienestar emocional de los educadores al generar estrés. Al analizar el estrés docente provocado por estas situaciones, se busca observar cómo influye en la salud y el desempeño profesional. En este caso los docentes identifican factores la falta de respeto y la falta de valores en la comunidad, por tal motivo se considera importante realizar una investigación tipo ensayo científico.

El contexto educativo ha experimentado transformaciones que cambian las relaciones interpersonales dentro de las escuelas, los cambios en los estilos de crianza, la falta de límites en el hogar y la poca participación de las familias en los procesos educativos han influido en los estudiantes, generando un ambiente de tensión para los docentes. Esta situación afecta el equilibrio emocional de los educadores, quienes se enfrentan a un estrés creciente en su día a día, en el aula de clases los docentes

experimentan niveles más altos de estrés y agotamiento, al no manejar situaciones fuera del alcance educativo, lo cual podría reducirse mediante más formación y desarrollo profesional.

La necesidad de abordar el estrés docente desde una perspectiva contextual surge por las situaciones que alteran su normal desarrollo, en este caso la falta de respeto en el proceso de enseñanza-aprendizaje en las aulas de clases, en este caso la falta de normas claras, el comportamiento irrespetuoso y la escasa colaboración de los estudiantes con las expectativas de los docentes afectan tanto la comunicación como la organización del trabajo. Esto, a su vez, influye en la disposición de los educadores para enseñar en la capacidad de los docentes para enfrentar el estrés depende en gran medida de los vínculos y las condiciones que los rodean, destacando un entorno educativo saludable que permita a los docentes gestionar de manera eficaz las demandas de su labor.

Uno de los factores más destacados que contribuye al estrés docente es la falta de respeto hacia el rol profesional del educador, como las conductas desafiantes, los mensajes ofensivos o la indiferencia se normalizan, se crea un ambiente cargado de tensión que afecta al bienestar emocional del docente. La falta de normas claras en la escuela incrementa la percepción de descontrol y presión sobre los educadores al identificar estos elementos es importante para comprender cómo comienza el desgaste emocional en quienes lideran procesos educativos, para abordar el origen del estrés docente.

La ausencia de valores que mejoren la convivencia entre los miembros de la comunidad educativa agrava la situación, esto dificulta la relación entre el docente y los estudiantes, esta falta de comunicación no permite la creación de vínculos respetuosos y la resolución eficaz de conflictos, el deterioro en las relaciones dentro de la escuela está relacionado con la baja comunicación asertiva entre los docentes, los estudiantes y las familias. Reconocer este escenario permite identificar los factores institucionales y sociales que intensifican el malestar emocional, lo cual es importante para diseñar intervenciones orientadas a mejorar las condiciones laborales de los docentes.

El estrés es una respuesta natural del cuerpo ante situaciones percibidas como amenazantes en el contexto escolar, este estado se activa en situaciones de falta de respeto que se pueden agravar con agresión verbal o falta de colaboración por parte de los estudiantes, la constante exposición a estos estímulos puede llevar al agotamiento físico y psicológico de los docentes. Cuando el cuerpo se mantiene en estado de alerta permanente, el funcionamiento habitual del docente se ve alterado, dificultando su capacidad para enseñar y su relación con los estudiantes.

En el aula de clases el estrés surge cuando una persona considera que no tiene los recursos necesarios para enfrentar una situación desafiante, esta percepción se vuelve común en entornos educativos donde el respeto hacia el docente ha sido reemplazado por conductas agresivas o negligentes. La descripción de esta experiencia permite reconocer cómo afecta el estado emocional y la disposición de los docentes para enseñar, inclusive la falta de apoyo institucional agrava esta sensación de indefensión

entre los educadores, contribuyendo a su creciente malestar, de la misma manera las quejas en el actual sistema educativo por la cantidad de estudiantes atendidos por clase han generado investigaciones al respecto.

En esta investigación, la institución educativa “Juan de Mori” del distrito de Catacaos, se realizó talleres de prevención dirigidos al personal docente, los resultados obtenidos mostraron que se redujo los niveles de estrés de los educadores tras la intervención. Esta evidencia permite visibilizar cómo ciertas acciones pueden influir en la salud emocional del profesorado. El investigador Gómez (2022), documentó que el grupo que participó en los talleres experimentó una mayor estabilidad emocional, mejor disposición en el aula y un clima laboral más saludable, en la comunidad educativa.

Cuando el estrés se mantiene durante largos periodos, los docentes experimentan una pérdida de energía, dificultades para concentrarse, irritabilidad y desmotivación, estas condiciones alteran la planificación pedagógica, y también la relación con los estudiantes. Describir este proceso permite comprender cómo la salud mental del educador se ve afectada por su entorno laboral, los altos niveles de tensión emocional se asocian con un bajo rendimiento en las tareas de enseñanza y convivencia, lo que resalta la necesidad urgente de intervenir para reducir el estrés docente.

Es importante proponer acciones concretas que promuevan el respeto y los valores dentro de las instituciones educativas, al crear espacios de diálogo, formación en habilidades socioemocionales y la participación activa de las familias puede generar cambios sostenibles en el ambiente escolar. Como por ejemplo el fortalecimiento de las

relaciones dentro de la escuela reduce la tensión y mejora el manejo de conflictos con estas acciones pueden contribuir a un entorno que apoye de manera eficaz la labor docente, por tanto, el respeto y los valores deben ser la norma que deban seguir la comunidad educativa.

El respeto dentro de la comunidad educativa debe ser importante en las relaciones en el aula, esto también debe reflejarse en la gestión de normas, la resolución de conflictos y la distribución equitativa de responsabilidades, proponer ajustes en estos aspectos contribuye a establecer relaciones más equilibradas y saludables entre los miembros de la escuela. Muchas de las dificultades en el entorno escolar carecen de coherencia en sus normas, los docentes tienden a sentirse aislados y con poca capacidad de respuesta ante los desafíos, lo que incrementa su estrés y reduce su desempeño profesional en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes.

El análisis del estrés docente permite comprender cómo las condiciones relacionales y organizativas afectan el bienestar de los educadores. El caso de la institución educativa “Juan de Mori” del distrito de Catacaos, demuestra que existen intervenciones eficaces que pueden mejorar el clima laboral y reducir los niveles de estrés. Promover una cultura escolar basada en el respeto y el reconocimiento mutuo requiere el compromiso de todos los actores involucrados en la educación, al implementar acciones coherentes con esta visión, el malestar emocional tiende a disminuir, y se fortalece la labor educativa.

Por lo anterior, se plantea como objetivo general analizar el estrés docente causado por la falta de respeto y valores en la comunidad educativa, para la identificación de sus efectos en el bienestar de los educadores. A su vez los objetivos específicos del presente análisis están enfocados en identificar los factores que contribuyen al estrés docente relacionados con la falta de respeto y la ausencia de valores en la comunidad educativa, describir las consecuencias del estrés docente en los educadores, proponer acciones que favorezcan el respeto y los valores en la comunidad educativa, para la mejora del estrés docente.

El estrés docente ha sido un tema recurrente en estudios educativos debido a sus implicaciones para la salud mental y el desempeño profesional de los educadores. En términos generales, el estrés laboral en los docentes está relacionado con diversos factores tanto intrapersonales como ambientales. Los investigadores Carroll et al. (2022) indican que la regulación emocional, la carga de trabajo y el bienestar subjetivo juegan un papel importante en la aparición de estrés y agotamiento docente en Australia. Estos factores afectan la calidad de vida de los educadores, lo que puede influir en la calidad educativa que se ofrece. De esta forma, se debe examinar cómo la percepción del entorno laboral y las demandas personales impactan la experiencia del estrés en los docentes. Las teorías del estrés una de las más importantes desde el año 1984 cita textualmente:

El modelo transaccional del estrés, desarrollado por Lazarus y Folkman en 1984, revolucionó la comprensión del estrés al abordarlo como un proceso dinámico y multifactorial, en contraste con las teorías previas que lo consideraban una respuesta automática. Sin embargo, persisten discrepancias, en la concepción del afrontamiento. Mientras el modelo transaccional enfatiza la adaptabilidad y cambio continuo, los estilos de afrontamiento sugieren una predisposición estable hacia estrategias específicas (Gómez et al., 2024, p 42)

La salud mental y la práctica profesional de los educadores se ven afectadas por el estrés relacionado con el trabajo. Según Carroll et al. (2022), la carga de trabajo de un individuo, así como su regulación emocional, son determinantes del estrés. En este caso, se destaca la necesidad de una carga de trabajo más equilibrada para reducir el estrés. Cuando hay una falta de gestión adecuada de los factores estresantes, el estrés laboral obstaculiza la efectividad en la enseñanza. Tanto el rendimiento del educador como la calidad de la educación proporcionada se ven perjudicados. Existe la necesidad de reevaluar las condiciones laborales para proteger a los educadores y, a su vez, mantener la calidad educativa.

Los investigadores Lazarus y Folkman (1984) consideran el estrés como un proceso dinámico en el contexto del modelo transaccional del estrés. Este enfoque, a diferencia de las respuestas automáticas a los estímulos, considera que las personas están evaluando las demandas y su capacidad para afrontarlas. En el caso de los docentes, este modelo ayuda a explicar la percepción sobre los roles y cómo las competencias emocionales impactan en la respuesta al estrés. Generando así, la posibilidad de construir cubos perceptivos que ayuden a comprender cómo mejorar su desempeño profesional en espacios escolares.

El modelo de afrontamiento, descrito por Gómez et al. (2024), sugiere que algunos individuos pueden adoptar enfoques rígidos. El modelo transaccional promueve una mayor flexibilidad en el afrontamiento, lo que podría dificultar la adaptación al estrés a largo plazo. Esta discrepancia resalta la necesidad de atender a los docentes con estrategias más adaptativas de afrontamiento, sustentadas en trabajar las competencias que les permitan gestionar con flexibilidad las emociones para contribuir a su bienestar y mejorar el clima escolar, este modelo permite adaptar las necesidades del docente según el tipo de dificultad que le genere estrés.

El clima laboral es importante en la controversia que rodea el estrés docente, puesto que constituye una causa adicional de emociones y agotamiento. Sohail et al. (2023) indican que el clima escolar y el fomento de la autoeficacia docente tienen un efecto positivo en el bienestar y la prevención del agotamiento. Añaden que cuando los docentes enfrentan un entorno laboral hostil o conflictivo, aumenta el estrés, lo que puede derivar en un mayor agotamiento. Este fenómeno pone de manifiesto cómo la dinámica del contexto escolar y las particularidades de los docentes intervienen en su bienestar.

El bienestar de los docentes también depende de su entorno laboral. Sohail et al. (2023) señalan que un clima escolar positivo es determinante para prevenir el agotamiento, y por lo tanto, se asocia con la autoeficacia docente. Los docentes que viven un entorno laboral saludable, caracterizado por apoyo y reconocimiento, tienen menor exposición al estrés y mayor disposición para mejorar su desempeño. La permanencia en un entorno conflictivo, en cambio, da lugar a responder con carga

emocional negativa que favorece el desgaste profesional. Este hecho pone de manifiesto la necesidad de que se diseñen oportunidades de trabajo en las que protagonicen la valorización y el apoyo.

Los educadores sufren de estrés laboral en el desempeño de sus tareas docentes que, sumado a un clima de trabajo negativo, impacta en su salud mental y física. Sohail et al. (2023) describen que el aumento del estrés debido a un ambiente hostil o conflictivo conduce a un estado de agotamiento. Esto pone de manifiesto que no solo las demandas profesionales, sino también las relaciones dentro de la institución impactan en la salud y bienestar del docente. Por eso, las políticas educativas deben centrarse en propiciar, en primera instancia, mejorar las condiciones laborales para convertirlas en óptimas y, en segundo lugar, en las que los educadores se puedan desarrollar profesionalmente.

Debemos señalar que, como señalan Sohail et al. (2023), la autoeficacia docente es un factor básico en la prevención del agotamiento. La autoeficacia es la imagen que tiene el docente sobre su capacidad para manejar y superar los problemas que surgen dentro del aula. Se puede fomentar con un clima positivo y, de esta manera, aumenta la satisfacción laboral y profesional. En estos casos son las instituciones educativas las que deben ofrecer formación continua y desarrollo profesional para que reduzcan la autoeficacia y, por lo tanto, los haga sentir competentes y menos vulnerables al estrés, este concepto se cita textualmente:

La docencia es una profesión altamente estresante debido a los muchos factores estresantes que experimentan los maestros. Para comprender cómo los maestros de primera infancia manejan internamente los factores estresantes relacionados con el clima laboral, examinamos las asociaciones entre el clima laboral percibido

por los maestros, el uso de estrategias de regulación emocional por parte de los maestros y el grado de estrés que experimentan los maestros (Jeon y Ardeleanu, 2020 p 1).

La habilidad para regular las emociones es importante en el contexto laboral, pues no solo minimiza el estrés, sino que optimiza el rendimiento profesional. Se menciona que los docentes, al tener control sobre sus emociones durante situaciones de presión, mantienen un nivel adecuado de desempeño. Esto señala que la regulación emocional no es solo un mecanismo para sobrellevar el estrés, sino que es una destreza que permite a los educadores desempeñar su labor de manera más eficiente y con mayor satisfacción, esto les permite no solo reducir el estrés personal, sino también gestionar mejor las interacciones con los estudiantes

El agotamiento docente puede verse intensificado por la interacción de varios factores. Iriarte y Erro (2020) señalan que, a pesar de que el docente es una de las profesiones con mayor satisfacción laboral, experimenta más estrés que en otras ocupaciones, lo cual es contradictorio. Esto se puede explicar por la interrelación que existe entre las demandas de trabajo, el déficit de expectativas sociales y la cotidianeidad de los docentes. A pesar del aprecio hacia la docencia, sobrecargar la cantidad de trabajo a realizar impacta de manera negativa en el bienestar, produciendo un agotamiento físico y emocional.

Es importante comprender que el desgaste físico y emocional de los docentes no se trata de un inconveniente individual, sino de uno colectivo. Todos en el sistema educativo han de preguntarse por las condicionantes laborales de los docentes y su

efecto a largo plazo. La compensación motivacional que obtienen los docentes no es importante si se encuentran ante situaciones insostenibles. Establecer un equilibrio entre las cargas laborales y el bienestar global del docente resulta necesario no para resguardar la salud de los educadores, sino también para preservar el nivel del servicio educativo que ofrecen a los estudiantes.

El choque entre el ámbito laboral y doméstico ejerce un efecto en la relación entre estrés y agotamiento profesional. Zhao et al. (2022) nota que la sobrecarga de trabajo puede resultar en agotamiento en el caso que los docentes no logran equilibrar la carga de trabajo y las obligaciones familiares. Esta clase de conflictos actúa dentro de esta dinámica como un mediador del agotamiento. La autoeficacia docente puede moderar esta relación, es decir, el docente que cuenta con una mayor autoeficacia puede resultar menos afectado por la presión del trabajo y las obligaciones familiares.

Revisando el marco teórico del estrés y el burnout en los profesores, Zhao et al. (2022) indican que la autoeficacia en la docencia tiene efectos modulares. El manejo de la sobrecarga, ya sea laboral o personal, exige destrezas y conocimientos, y debe estar orientado a optimizar los niveles de bienestar. En cualquier caso, la eficacia personal no es un recurso ilimitado, y los docentes no están equipados con un mismo nivel de autoeficacia. Estas diferencias pueden transformar el perfil externo enfrentado cómo se reciben y se ejecutan las presiones externas. Dar respuesta a estas exigencias tiene que ver lo importante con la educación, el entorno, y el respaldo social, lo que indica que el

grado de autoeficacia puede no ser suficiente para prevenir el riesgo de burnout en todos los escenarios.

La resiliencia se ha considerado como un factor que contribuye en la reducción del estrés y el agotamiento. Los investigadores destacan que la resiliencia en los docentes se relaciona con el estrés, lo que sugiere que los docentes más resilientes son capaces de manejar mejor las adversidades del entorno laboral. Esto ilustra en dotar de habilidades de resiliencia a los docentes como una medida para prevenir el estrés y el agotamiento. En la esfera educativa, la resiliencia actúa como un factor protector ante las adversidades, este concepto es difundido, se revisa con enfoque a la docencia, como este investigador la cita:

La resiliencia en educación se entiende como la capacidad de afrontar las adversidades y situaciones conflictivas que se presentan en nuestras vidas a todos los niveles: laboral, personal, social y familiar. Es una cualidad cambiante que se modifica a lo largo de la vida y la experiencia de cada persona. La resiliencia y el síndrome de burnout están relacionados en el sentido de que la persona con mayor capacidad resiliente es menos vulnerable al síndrome de burnout, lo que justifica que la resiliencia ayude a ser un mejor profesional (Moreno et al., 2023 p 210).

Como una forma de combatir el estrés, la resiliencia docente surge como un recurso valioso, ya que permite a los educadores manejar la tensión relacionada con el trabajo. Ante esto, es importante aclarar que el fomento de la resiliencia no debe ser abordado como una “panacea”. A pesar de que ser resiliente puede apoyar a los docentes en situaciones difíciles, se debe tener presente que la resiliencia no anula los motivos que ocasionan el estrés. Al contrario, las expectativas que se tienen en los

docentes para que sean resilientes pueden generar una carga adicional. Por este motivo, la acción de promover habilidades de resiliencia debe fortalecerse en paralelo con la mejora de las condiciones laborales y el apoyo institucional.

El estrés docente también se relaciona con factores como el tamaño de las aulas, la carga administrativa y la falta de tiempo para la planificación. La formación continua es una parte de la solución, ya que el contexto laboral en el que los docentes se desarrollan también tiene un rol. Es necesario abordar estos factores, revisar las condiciones de trabajo y asegurarse de que los docentes en entornos inclusivos tengan las herramientas y el soporte adecuado para manejar la carga adicional que enfrentan, es importante que el docente cuente con un auxiliar practicante, en caso de tener más de 20 estudiantes en el aula de clases.

Los investigadores Pedditz et al. (2020) analizan la conexión entre el estrés docente y el agotamiento utilizando el modelo MIMIC, que es una forma de estudiar cómo diferentes factores influyen en un fenómeno particular.

Los investigadores Pedditz et al. (2020) analizan la conexión entre el estrés docente y el agotamiento utilizando el modelo MIMIC, que es una forma de estudiar cómo diferentes factores influyen en un fenómeno particular. Aunque enfoque técnico aporta antecedentes para un diagnóstico válido, no integra, como no podría ser de otro modo, las dinámicas del aula, ni las interacciones humanas que también construyen la experiencia docente. Esta omisión conlleva un déficit de comprensión del fenómeno, puesto que el estrés profesional surge de la relación con el contexto escolar próximo.

Las condiciones organizativas, tales como las cualidades del liderazgo o el clima institucional, son implicadas en la existencia de malestar, pero generalmente en un segundo plano en los estudios. La hipertrofia del análisis, sin intervenciones concretas extrapoladas sobre las conclusiones del fenómeno analizado, les resta aplicabilidad e impide establecer mejoras específicas en los centros, ya que carece de ello. Si se incorporaran acciones desde la gestión institucional, testimonios del aula, se podría potenciar la estructura de la respuesta ante el estrés del aula a partir de la diagnosis.

La hipótesis principal de la investigación que se desarrolla en los siguientes capítulos es que el estrés del docente vinculado a la falta de aprecio en la comunidad educativa es un problema de primer orden que mermaría el bienestar del docente y la calidad de la educación, por lo que requeriría atención a partir de un enfoque integral en torno al respeto y los valores institucionales. Comprender la ronda de factores que contribuyen a este fenómeno es fundamental para dar pie a intervenciones sostenibles.

La Teoría de Afrontamiento-Competencia-Contexto, elaborada por Herman et al. (2020), establece que el agotamiento docente aparece como una consecuencia aceptada de la interacción dinámica que se despliega entre las exigencias del contexto escolar y los recursos personales del docente. Este modelo toma el afrontamiento como una habilidad influida por el clima institucional, lo que evidencia que la solución del estrés no es un asunto que sólo deba de atenderse desde lo individual, sino que éste hace parte de una serie de transformaciones estructurales que debe recibir el contexto del trabajo. Se entiende que el estrés es una manera relacional de dar cuenta del contexto del trabajo

escolar y cómo el liderazgo, la gobernanza y el clima organiza directamente. La teoría permite cuestionar las intervenciones que atienden el estrés exclusivamente en talleres de gestión emocional, sin atender las condiciones estructurales que lo producen o reproducen. Se postulan, por tanto, políticas educativas que atiendan el estrés como un fenómeno multifactorial y no sólo como el resultado de la incapacidad del docente; fomentando entornos laborales inclusivos, liderazgo participativo y acciones que impactan directamente en el bienestar profesional docente.

En cuanto a un enfoque psicobiológico del estrés del profesor, Wettstein et al. (2021) sostienen que las reacciones fisiológicas y emocionales de los docentes ante los distintos factores ambientales y sociales que transcurren en el aula afectan directamente al bienestar y rendimiento profesional. Este planteamiento entiende que el estrés no se debe únicamente a la carga de trabajo, sino que también hay constantes interrupciones, interacciones conflictivas o ambientes hostiles como la violencia en la escuela o la falta de apoyo institucional. Este tipo de contextos desencadena respuestas biológicas que afectan el equilibrio emocional de los docentes, restringiendo su capacidad para afrontar la situación. El modelo permite ampliar la visión de este fenómeno al incluir, tanto en la manera de analizar el estrés como en el tipo de soluciones a los problemas que se plantean, la consideración de elementos psicológicos y físicos. Por tanto, se recomienda complementar los programas de gestión emocional con intervenciones que busquen una mejora de las condiciones del entorno educativo, promoviendo la existencia de relaciones

respetuosas y de un clima escolar que procure el bienestar de los docentes como colectivo.

En el estudio elaborado por Wami y Kabito (2020), los autores indican que el estrés relacionado con la función docente está asociado a factores organizacionales como las relaciones interpersonales difíciles, la sobrecarga de trabajo o la ausencia de apoyo institucional. La falta de estructuras de acompañamiento y la existencia de un ambiente laboral que estuviera marcado por la desconfianza contribuía a aumentar el agotamiento emocional del profesorado. En este sentido, facilitar la creación de una cultura colaborativa y simbólica también en las escuelas era una estrategia necesaria para reducir el estrés y mejorar las relaciones entre el profesorado y los equipos directivos. Unas políticas educativas deberían contemplar no sólo el rendimiento académico, sino también el bienestar de los profesores sujeto de políticas del tipo de descansos adecuados, de formación organizativa o protocolos de convivencia. Imponer estrategias que contribuyan a la mejora de la comunicación, de la integración y del trabajo en equipo mejora el clima institucional y este, a su vez, repercute de manera directa dentro de la calidad del proceso educativo.

Por otra parte, el agotamiento docente se relaciona con la incapacidad de la fuerza laboral docente para atender las demandas de carga laboral asociadas a su trabajo. Liderazgo escolar, clima organizacional, y aislamiento profesional son algunos de los factores que, según Herman et al. (2023), predicen el estrés docente. En su estudio, los autores encuentran que los docentes que sufren de una mala atención al liderazgo con

clima laboral negativo tienden a ser portadores de estrés agudo en sus vidas. Ese aislamiento profesional, que se identifica porque no hay espacio donde los docentes puedan participar con otros colegas para compartir vivencias, el fenómeno del agotamiento. Así, en la mayoría de los casos, parece que con una mejora del liderazgo escolar y del contacto profesional se puede obtener una reducción importante del estrés.

La relación entre el liderazgo escolar y el estrés docente es digna de ser considerada respecto a la comprensión de las raíces del agotamiento entre los educadores. Cuando los docentes sienten que no hay reconocimiento del esfuerzo por parte de la administración y que esta no está invertida en su bienestar, los niveles de estrés tienden a aumentar. El liderazgo, como se mencionó, también va acompañado de toma de decisiones; es, y debe incluir, la construcción de un entorno en el que los docentes sean apoyados y se les dé voz. La falta de ese liderazgo puede aumentar la carga emocional que se experimenta, deteriorando el bienestar de los educadores y la calidad de la educación ofrecida.

El aislamiento profesional tiene un efecto negativo porque limita el intercambio de prácticas sofisticadas entre pares y no mejora el desarrollo profesional. Las instituciones educativas necesitan idear sistemas que permitan un trabajo colaborativo sostenido creando oportunidades para la retroalimentación entre pares y fomentando una cultura de aprendizaje compartido. La falta de esta interacción agrava los sentimientos de soledad, disminuye su coherencia y reduce la capacidad de los docentes para hacer

frente a los desafíos cotidianos. Por esta razón, la comunicación asertiva durante la colaboración sostenida también es muy importante.

En consecuencia, las políticas educativas deberían fomentar el trabajo colaborativo y un liderazgo inclusivo que aprecie el apoyo socio-emocional del mentor en la vida del docente. Esto ayudaría a mitigar un problema generalizado de agotamiento docente y, en consecuencia, mejorar las condiciones generales en las ecologías educativas. Abordar cambios organizativos que mejoren el apoyo profesional y la integración es una estrategia básica para mitigar el estrés ocupacional dentro del entorno escolar; una forma de hacerlo es a través de actividades cooperativas que involucren a estudiantes y docentes.

La interacción de familias, escuelas y comunidades sirve como un punto focal en relación con el bienestar de los docentes. Los académicos Haines et al. (2022) describen cómo las relaciones positivas entre estos elementos sirven como un factor protector contra el estrés y el agotamiento docente. La investigación llevada a cabo en el contexto de la pandemia de COVID-19 reveló que las iniciativas familiares-escolares mixtas aliviaban la carga emocional, permitiendo a los docentes desempeñarse mejor y experimentar menos presión. Esto refuerza la necesidad de desarrollar marcos de apoyo recíproco entre educadores y familias, para mejorar el bienestar de los docentes a lo largo del sistema educativo.

Como señala Martínez et al. (2020), los docentes con altos niveles de agotamiento suelen adoptar estrategias de afrontamiento pasivas, lo cual agrava su malestar

emocional y deteriora sus relaciones interpersonales en el entorno escolar. Esta falta de mecanismos eficaces de afrontamiento se asocia con síntomas depresivos, baja motivación y disminución del compromiso profesional. El agotamiento docente surge como resultado de una interacción entre las demandas percibidas del trabajo y la limitada capacidad para manejarlas, especialmente cuando se recurre a respuestas evasivas. En contraste, las estrategias de afrontamiento activas como el apoyo entre colegas o la participación en espacios de desarrollo profesional permiten gestionar el estrés de forma proactiva. Estas prácticas fortalecen la resiliencia y mejoran la respuesta ante las tensiones cotidianas. Por ello, los programas de formación docente deben incorporar contenidos sobre gestión emocional, resolución de conflictos y organización del trabajo, con el fin de preparar a los educadores para enfrentar las exigencias escolares y fomentar un ambiente laboral saludable.

Por otro lado, Agyapong et al. (2022), destacan que los factores culturales también influyen en la percepción y gestión del estrés docente, ya que en contextos donde la profesión es valorada y respetada, los niveles de estrés tienden a ser menores debido a una mayor cohesión social y sentido de propósito. En contraste, en culturas donde el rol docente carece de prestigio, los educadores pueden experimentar mayor aislamiento, desmotivación y escaso apoyo institucional, lo que incrementa su malestar emocional. Estas diferencias culturales deben ser consideradas al diseñar políticas de bienestar, promoviendo condiciones laborales dignas y fortaleciendo la imagen social de la docencia. Incluir elementos culturales en las estrategias institucionales permite construir

entornos más inclusivos, donde el trabajo del docente sea reconocido y apreciado tanto en la escuela como en la comunidad. Este reconocimiento puede traducirse en una disminución del estrés, mayor compromiso profesional y mejores condiciones para el proceso educativo.

Esta investigación analiza cómo los estudiantes de color, en los niños negros y latinos, experimentan una desconexión escolar y altas tasas de deserción escolar en comparación con sus compañeros blancos no hispanos. Los autores sugieren que, aunque la investigación sobre prácticas disciplinarias excluyentes es importante, el enfoque en las experiencias de los estudiantes y las percepciones de las relaciones con los maestros puede arrojar una comprensión más clara de los desafíos que enfrentan, pues la discriminación, crea frustración en el estudiante y se puede llegar a recibir una respuesta como la falta de respeto. En este estudio se citan los principales resultados:

El análisis comparativo constante de las entrevistas de los grupos focales arrojó los siguientes 5 temas: (a) clima escolar; (b) respeto y falta de respeto; (c) encuentros con discriminación; (d) esperanzas, deseos, necesidades y condiciones facilitadoras; y (e) barreras para el éxito académico. Estos temas ilustran la percepción de los estudiantes sobre las relaciones, el respeto y el trato diferenciado en las escuelas (Liang et al., 2020 p 1).

En esta cita critico la experiencia educativa para los estudiantes de color que es: las relaciones con los maestros. Las experiencias académicas de los estudiantes mejoran cuando perciben que sus maestros les brindan respeto y apoyo. Esto reduce la sensación de desconexión y aumenta la motivación. Este resultado confirma que el respeto contribuye no solo al bienestar emocional sino al logro académico y, por lo tanto,

las relaciones interpersonales en la escuela impactan en los resultados educativos de los estudiantes, que la sentirse motivados, desean superar las barreras para obtener el éxito académico.

El mismo estudio muestra que existen barreras al éxito académico, como la discriminación y el trato desigual, dentro del entorno escolar. Estas barreras impactan a los estudiantes en términos de su logro y, además, fomentan una atmósfera de desconfianza, así como desconexión. Las escuelas deben adoptar una postura orientada a mejorar las prácticas disciplinarias, pero también enfocarse en fomentar un clima que sea inclusivo, respetuoso y que valore a todos los estudiantes sin importar su origen étnico, ya que la variedad étnica nos permite crecer de manera diferente con nuestra identidad.

Como se ha mencionado, los docentes deben asegurarse de establecer conexiones sanas, positivas, equilibradas e inclusivas con sus estudiantes. La integración de un entorno como el que se viene analizando podría aumentar el nivel de comprensión y el respeto hacia los estudiantes de color. Esto podría apoyar en la reducción del abandono escolar. El empleo de estrategias de restauración y la mejora de las relaciones interpersonales permite a las organizaciones educativas transformar el aprovechamiento académico de sus alumnos y, al mismo tiempo, crear condiciones para un aprendizaje más justo.

2.1 Argumentos para la discusión

En la investigación doctoral titulada "Talleres de prevención para disminuir el estrés laboral en instituciones de educación secundaria del distrito de Catacaos", el doctor Gómez (2022), se analiza cómo los talleres preventivos aplicados a docentes de la Institución Educativa "Juan de Mori" de Catacaos contribuyeron a reducir los niveles de estrés laboral, en dimensiones como ansiedad, depresión y presión laboral. La metodología empleada fue de tipo cuantitativo con diseño cuasi experimental, en la que participaron dos grupos: uno experimental que recibió los talleres y otro control que no. Los resultados revelaron que, tras la aplicación de los talleres, los docentes del grupo experimental experimentaron una reducción en el estrés laboral en comparación con los del grupo control. Este estudio tiene relación con el estrés docente derivado de la falta de respeto y valores dentro de la comunidad educativa, ya que la gestión emocional y los programas preventivos pueden influir en la reducción de tensiones generadas por un entorno educativo poco respetuoso.

La investigación titulada "Autoeficacia y afrontamiento al estrés en el manejo de conflictos en cadetes de una institución superior castrense de Lima" de Nores (2024), aunque realizada en un contexto castrense, evidencia que la autoeficacia y las estrategias de afrontamiento del estrés influyen significativamente en la resolución de conflictos, explicando un 55.2 % de la variabilidad en la muestra analizada. Estos hallazgos resultan aplicables al ámbito educativo, donde los docentes enfrentan

situaciones conflictivas derivadas de la falta de respeto y valores en la comunidad escolar. El estudio sugiere que fortalecer la autoeficacia y el manejo del estrés podría mejorar la capacidad del profesorado para gestionar conflictos, lo cual contribuiría a reducir el desgaste emocional y mejorar la convivencia institucional. Por tanto, se plantea la necesidad de incluir programas de formación en afrontamiento y resolución de conflictos dentro del desarrollo profesional docente, con el objetivo de crear entornos educativos más estables y saludables.

La investigación titulada "Estrés y desempeño en el aula de los docentes con acompañamiento pedagógico de la UGEL 04, Trujillo 2019" de Ascate (2019), exploró la relación existente entre el estrés laboral y el desarrollo del desempeño docente en Trujillo. La finalidad fue la de dar a conocer la influencia del estrés laboral en el desempeño docente a partir de los docentes que reciben acompañamiento pedagógico. Se utilizaron cuestionarios y observación a partir de una muestra de 78 docentes. Los resultados indican que el 75.6% de los docentes presenta altos niveles de estrés. Asimismo, se obtuvo una relación negativa significativa entre estrés y desempeño docente ($r_s = -0.973$, $p < 0.01$). La depresión y la ansiedad así como el mal manejo del estrés, influyen de una manera negativa en el desempeño docente. Este estudio pone de manifiesto cómo una falta de respeto y valores en la comunidad educativa está relacionada con el crecimiento del estrés, deteriorando la salud emocional y el desempeño en el aula.

La investigación realizada por Ascate (2019), pone de manifiesto que el estrés docente impacta de una manera negativa el desempeño profesional, y por ello también se presenta como una variable importante la falta de respeto y valores en el seno de la comunidad educativa. Aquella investigación se centra en el acompañamiento pedagógico como estrategia de apoyo, sin entrar a valorar en profundidad la influencia de las relaciones interpersonales ni el efecto de un clima escolar amable y respetuoso. Se puede observar que el estrés y el rendimiento en el aula presentan una correlación inversa; a mayor estrés, menor rendimiento, con lo que un clima basado en el respeto podría permitir a los docentes un mejor desarrollo del aula. En consecuencia, las políticas de educación deben ir más allá de un simple acompañamiento pedagógico, deben considerar también el bienestar del docente. Abogando por una cultura escolar de respeto y convivencia ética se puede devinir como clave para mejorar el estrés y la calidad de la educación.

El estudio de Cutipa (2020) analiza la relación entre el estrés laboral y el rendimiento de los profesores. La correlación que da es inversamente significativa, y exprime que, a mayor nivel de estrés, menor es el rendimiento profesional. Aunque no considera de forma explícita aspectos como la falta de respeto y valores compartidos por su comunidad educativa, sí admite que pueden ser detonantes del malestar del profesorado, y, por lo tanto, de su desempeño en el rol del profesorado. El clima escolar sin relaciones éticas y respetuosas no solo puede ser precursor del estrés, sino que debilita la propia práctica que suponen las habilidades interpersonales y la

responsabilidad profesional del profesor/a. Las estrategias referidas a la disminución del estrés han de contemplar la cultura institucional y las condiciones que ofrece la comunidad escolar, definir protocolos de cómo enfrentar situaciones relacionadas con el irrespeto. Se propone, por tanto, una perspectiva más amplia que contemple el bienestar profesional del profesorado y la mejora de la cultura institucional como vía de lograr un desempeño educativo óptimo.

El estudio “First-Year Teacher Stress and the Impact on Teacher-Student Relationships” de Forcum (2023) se centra en la manera en la que el estrés afecta a los docentes de primer año en el condado de Green, así como en las relaciones que desarrollan con sus estudiantes. La investigación parte de la teoría de la evaluación cognitiva de Lazarus y Folkman y se centra en la relación entre el estrés laboral y el vínculo entre el profesorado y el alumnado. La investigación tiene un enfoque cualitativo a través de entrevistas y grupos focales realizados a diez profesores de secundaria. Los resultados mostraron que, aunque los profesores intentaron controlar su estrés, este afectó negativamente a la relación que tenían con sus alumnos cuando no podían gestionarlo. Factores tales como la cultura en el aula, el estrés y el rendimiento tuvieron una incidencia en el estrés. Los resultados de este estudio son relevantes en la medida en que explican de qué manera la presión por los valores y comportamientos en la comunidad escolar pueden afectar negativamente al contexto de las relaciones y a la calidad educativa.

A su vez, comunico que el estrés del docente no solo enlaza con el déficit de recursos y la cultura del aula, sino también con la ausencia de la interrelación de respeto y valores de la comunidad escolar, que a pesar de que esta investigación se centra en el docente del primer año, sus resultados ponen de manifiesto que el estrés mal manejado conlleva a unas malas relaciones con los alumnos. Un contexto escolar que no favorece la vida en común puede intensificar el malestar del docente, así como la limitación de la gestión de las relaciones de poder en el aula. Estos resultados fundamentan la oportunidad de fomentar la aplicación de programas de formación en la gestión del estrés y de la convivencia respetuosa entre personas en un marco de respeto y valoración de los legítimos derechos de cada uno. El apoyo emocional que pueda llegar del contexto escolar a través de los compañeros y de los directores puede ser percibido como un mecanismo que reduce las incoherencias del estrés profesional en el marco de los primeros años de ejercicio profesional.

La propuesta de mejora se encuentra orientada a reforzar los valores comunitarios y las relaciones entre las personas. El presente investigador ha formulado un programa de prácticas de valores orientados a construir la identidad, la perseverancia, el asertividad o el respeto, para mejorar el clima institucional entre los docentes. El objetivo de este programa es construir una atmósfera profesional de apoyo en la que el docente se sienta apreciado, disminuyendo así el estrés ligado a la tensión laboral. La adopción de las prácticas anteriores puede propiciar una mayor cooperación entre los docentes y un clima de trabajo más positivo como aquel que basa la comunicación y la resolución

de conflictos en la asertividad y al respeto, aumentando así el bienestar colectivo. Basta con mencionar las estrategias pedagógicas más relevantes y considerarlas como forma de accionar para esta investigación, citándose textualmente:

V. Matriz de contenidos

Objetivos: Tener conciencia y valorar la identidad, respeto, perseverancia y asertividad con uno mismo y con los demás. Potenciar y practicar los valores de identidad, respeto, perseverancia y asertividad, para mejorar el clima institucional. Concientizar en la importancia de los valores de identidad, respeto, perseverancia y asertividad. Valorar la identidad, el respeto, la perseverancia y el asertividad. Asumir los valores de identidad, respeto, asertividad y perseverancia como formas de vida. Reconocer la importancia de la identidad, perseverancia, respeto y asertividad para responder por nuestros actos (Granja, 2020 p 107).

El enfoque propuesto por este investigador muestra que el clima institucional es un factor determinante para el bienestar de los docentes. La práctica de valores éticos como el respeto y la perseverancia mejora las relaciones interpersonales y también crea una cultura de trabajo más colaborativa. Los docentes que se sienten apoyados por sus colegas y directivos, dentro de un ambiente de respeto mutuo, experimentan menos estrés y son más capaces de gestionar los desafíos que enfrentan en su labor diaria. Al fortalecer estos valores, se contribuye a un ambiente educativo en el que los educadores pueden desarrollar sus habilidades profesionales sin sentirse sobrecargados por conflictos internos.

Integrar valores en el contexto educativo es importante para que los docentes puedan aplicar prácticas pedagógicas más efectivas, lo que repercute en el rendimiento

estudiantil. Al promover estos valores, se favorece la cohesión y la colaboración entre los miembros de la comunidad educativa, estableciendo un ambiente propicio para el desarrollo tanto personal como profesional. Un enfoque en las relaciones interpersonales fortalece la comunicación y la cooperación entre educadores y estudiantes, mejorando la dinámica del aula. Los docentes que comparten valores y objetivos pedagógicos comunes experimentan un aumento en su motivación y satisfacción laboral, lo que contribuye a reducir los niveles de estrés. Este entorno de trabajo positivo impacta en la calidad de la enseñanza, favoreciendo un aprendizaje más significativo y efectivo para los estudiantes.

La implementación de tales programas debería ser una prioridad para aquellas instituciones educativas que intentan aliviar el estrés docente. A medida que se nutren relaciones basadas en el respeto y la colaboración solidaria, se cultiva un ambiente donde los docentes se sienten apreciados, reduciendo así el agotamiento y mejorando el rendimiento general. Esto atiende las preocupaciones inmediatas de los educadores mientras proporciona un marco estructural que apoya su bienestar a largo plazo, preparando el terreno para una mejora sostenida en la comunidad educativa.

Con base en los argumentos de Fox et al. (2020), es posible que el bienestar docente se pueda facilitar con la mejora de las relaciones escolares, el liderazgo docente, los valores compartidos y el reconocimiento del calendario emocional del año escolar, superando solo la reducción del estrés. Estas medidas ayudan a lograr la construcción de una convivencia escolar más respetuosa y equitativa, en la que los docentes son

comprendidos y apoyados. Al fortalecer la cultura escolar se otorgan valores compartidos, permitiendo a los docentes convivir a nivel profesional y emocional.

Según Fox et al. (2020), el bienestar docente puede fortalecerse mediante el desarrollo de relaciones escolares positivas, liderazgo educativo comprometido, valores compartidos y reconocimiento de los ciclos emocionales del calendario escolar. Estas condiciones favorecen una convivencia más equitativa y respetuosa, donde los docentes se sienten comprendidos y apoyados. La gestión administrativa debe adoptar un enfoque más humanizado, promovido desde el liderazgo institucional, que priorice el ambiente laboral y atienda las demandas emocionales del profesorado. Más allá de capacitar en gestión del estrés, se propone construir una cultura escolar inclusiva basada en la cooperación y el respeto mutuo. Este enfoque requiere políticas institucionales que incorporen el bienestar emocional como eje estratégico, fomentando relaciones colaborativas que reduzcan el estrés y eleven tanto la satisfacción profesional como el rendimiento académico en el aula.

Según Oeschger et al. (2024) explican que la interacción entre los objetivos educativos relacionados con los valores de los docentes y su clima escolar a lo largo del tiempo juega un papel importante en el bienestar docente. Esta interacción crea un ambiente donde los docentes transmiten conocimientos, y también valores que mejoran las relaciones dentro de la comunidad escolar. A medida que los docentes adoptan y practican estos valores, el clima escolar mejora, lo que reduce el estrés y promueve un entorno de aprendizaje positivo para todos los involucrados, con actividades dinámicas.

En el trabajo de Oeschger et al. (2024) se define el valor personal de un docente. Además, se detallan las causas que determinan el clima escolar. Relacionando la docencia con valores personales como la ética, la enseñanza adquiere mejor calidad y se transforma en una práctica que mejora las relaciones no solo con los estudiantes, sino también con otros profesores. Los valores educativos compartidos contribuyen a reducir el estrés en los docentes, ayudando a crear un clima en el que todos los miembros de la comunidad educativa se sienten valorados y respetados.

Este modelo ayuda a comprender mejor la coherencia que debe existir entre los valores personales y los institucionales. En instituciones en que se valora el respeto y la justicia, la docencia se enfrenta a un ambiente menos estresante y hay un aumento en la disposición hacia el trabajo. La reducción de estas tensiones debe ser considerada un atributo básico para el desarrollo de la cultura escolar que favorezca la convivencia armónica y combata el desgaste, emocional de los docentes.

La interacción entre los valores personales de los docentes y el clima escolar puede servir como una poderosa palanca para aliviar el estrés ocupacional y mejorar su bienestar. Tal enfoque fomenta una comunidad educativa unificada, donde los docentes no solo instruyen, sino que también encarnan e inculcan los valores que cultivan un ecosistema basado en el respeto mutuo y la colaboración. Así, las políticas escolares deben incorporar estos valores en la estructura y el desarrollo profesional de los docentes, asegurando que el contexto escolar promueva su bienestar y desarrollo profesional.

La conclusión del objetivo general fue examinar el estrés laboral del docente basado en el irrespeto y la falta de valores dentro de la comunidad educativa, para evaluar sus implicaciones en el bienestar del docente, fue posible establecer un vínculo directo entre la falta de un entorno respetuoso y los niveles de estrés elevados reportados por los docentes. Los resultados apoyan la hipótesis de que la falta de apoyo, el alto umbral de tolerancia interpersonal autocrática y el descuido de valores básicos dentro de la comunidad escolar han causado un aumento en el estrés del docente, comprometido su bienestar emocional y disminuido su efectividad profesional al abordar el tema centrándose en cómo estos factores afectan el bienestar de los docentes.

Atendiendo a los objetivos específicos, este ensayo científico permitió reconocer diversos factores que contribuyen al estrés docente, entre ellos resalta el irrespeto por parte de los alumnos y la ausencia de cultura cívica en la escuela. El estudio de la información mostró que un clima escolar donde no existe disciplina y no se practica la convivencia respetuosa con normas de cortesía y convivencia, es un elemento que impacta en el bienestar emocional del docente. Estas investigaciones han logrado determinar que la dinámica que hay entre el docente y los educandos, así como con otros profesores y administradores, incide sobre el estrés que sufren estos profesionales por mala gestión emocional.

En este ensayo, el autor aborda el problema con una hipótesis demostrando que la falta de respeto y valores son factores determinantes en el estrés docente. Las secuelas del estrés sobre los educadores se caracterizaron por el agotamiento

emocional, baja motivación y un declive en la calidad educativa. Estos resultados son consistentes con investigaciones previas que sugieren que un entorno educativo considerado, positivo y ético es básico para el bienestar emocional y el rendimiento profesional de los educadores. Es decir, estas observaciones del presente estudio ilustran la necesidad urgente de abordar estos problemas en el marco de la política educativa local.

Se propone mejorar el respeto y los valores en la comunidad educativa, incorporando programas de capacitación sobre manejo del estrés, desarrollo de protocolos de convivencia que practiquen el respeto mutuo, así como la creación de espacios de apoyo emocional para los docentes. Esto puede reducir el estrés docente al mejorar las condiciones laborales. Es básico que los responsables de políticas educativas apliquen estos enfoques porque mejorarán el bienestar de los docentes, así como la calidad de la enseñanza. En futuros estudios, sería interesante investigar la implementación de estos enfoques en diversos contextos educativos y analizar su efecto en distintos marcos culturales y sociales.

REFERENCIAS

- Agyapong, B., Obuobi-Donkor, G., Burbach, L., y Wei, Y. (2022). Estrés, agotamiento, ansiedad y depresión entre los docentes: Una revisión de alcance. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 183. <https://doi.org/10.3390/ijerph191710706>
- Ascate Ramos, M. E. (2019). Estrés y desempeño en el aula de los docentes con acompañamiento pedagógico de la UGEL 04, Trujillo 2019 (Tesis doctoral). Universidad César Vallejo.
- Carroll, A., Forrest, K., Sanders-O'Connor, E., Flynn, L. M., Bower, J., Fynes-Clinton, S., York, A., y Ziaei, M. (2022). Estrés docente y agotamiento en Australia: Examinando el papel de los factores intrapersonales y ambientales. *Social Psychology of Education*, 110. <https://doi.org/10.1007/s11218-022-09686-7>
- Cutipa Cahuana, R. W. (2020). Relación entre el estrés laboral y el desempeño docente en la I.E "Francisco Bolognesi" del distrito de Cuchumbaya en el 2018 (Tesis doctoral). Universidad César Vallejo.
- Forcum, A. (2023). First-Year Teacher Stress and the Impact on Teacher-Student Relationships. Liberty University, Lynchburg, VA. <https://digitalcommons.liberty.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=5927&context=doctoral>
- Fox, H. B., Tuckwiller, E. D., Kutscher, E. L., y Walter, H. L. (2020). ¿Qué hace que los docentes estén bien? *Journal of School Psychology*, 4. <https://doi.org/10.32674/jise.v9i2.2170>
- Gómez Palacios, E. (2022). Talleres de prevención para disminuir el estrés laboral en instituciones de educación secundaria del distrito de Catacaos (Tesis de doctorado). Universidad César Vallejo.
- Gómez, O. C., Cabrera, F. J. P., Contreras, G. N., De La Roca Chiapas, J. M., y Juárez, M. F. (2024). Modelo transaccional del estrés y estilos de afrontamiento en investigación psicológica del estrés: Análisis crítico. *Uaricha. (En Línea)*, 22, 42–53. <https://doi.org/10.35830/kcgm5244>

- Granja Cornejo, M. M. (2020). Programa sobre la Práctica de Valores: Identidad, Respeto, Perseverancia y Asertividad que permita mejorar el Clima Institucional entre los Docentes de la IE N° 14624 "María Albina Baca León" del Centro Poblado La Encantada, Distrito de Chulucanas, Provincia de Morropón, Región Piura; 2015. <https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/6304>
- Haines, S., Strolin-Goltzman, J., Ura, S. K., Conforti, A., y Manga, A. L. (2022). Fluye en ambas direcciones: Relaciones entre familias y educadores durante la pandemia de COVID-19. *Education Sciences*, 6. <https://doi.org/10.3390/educsci12110745>
- Herman, K., Reinke, W., y Eddy, C. (2020). Avances en la comprensión y la intervención en el estrés docente y el afrontamiento: La Teoría de Afrontamiento-Competencia-Contexto. *Journal of School Psychology*, 84. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2020.01.001>
- Herman, K., Sebastian, J., Eddy, C., y Reinke, W. (2023). El liderazgo escolar, el clima y el aislamiento profesional como predictores del estrés y los perfiles de afrontamiento de los docentes de educación especial. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 12. <https://doi.org/10.1177/10634266221148974>
- Iriarte Redín, C., y Erro-Garcés, A. (2020). Estrés en los profesionales docentes a través de Europa. *International Journal of Educational Research*, 57. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2020.101623>
- Jeon, L., y Ardeleanu, K. (2020). Clima laboral en la atención temprana y educación y el estrés de los docentes: Asociaciones indirectas a través de la regulación emocional. 58. <https://doi.org/10.1080/10409289.2020.1776809>
- Kabito, G., y Wami, S. D. (2020). Estrés laboral percibido y sus factores asociados entre los docentes de escuelas secundarias públicas en la ciudad de Gondar: Un estudio transversal en Etiopía. *BMC Research Notes*, 34. <https://doi.org/10.1186/s13104-020-4901-0>
- Liang, CT, Rocchino, GH, Gutekunst, MH, Paulvin, C., Melo Li, K. y Elam-Snowden, T. (2020). Perspectivas del respeto, las relaciones profesor-alumno y el clima escolar entre niños de color: Un estudio multidisciplinario. *Psicología de los Hombres y las Masculinidades*, 21 (3), 345. <https://psycnet.apa.org/record/2019-50035-001>

- Martínez, J. P., Méndez, I., Ruiz-Esteban, C., Fernández-Sogorb, A., y García-Fernández, J. (2020). Perfiles de agotamiento, estrategias de afrontamiento y sintomatología depresiva. *Frontiers in Psychology*, 76. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00591>
- Moreno-Lucas, J. L., Martínez-Ramírez, J. P., Morales-Rodríguez, F. M., Ruiz-Esteban, C., y Méndez, E. I. (2023). Estrés, agotamiento y resiliencia: ¿Están los docentes en riesgo?. *International Journal of Mental Health Promotion*, 4. <https://doi.org/10.32604/ijmh.2023.025901>
- Nores Gutiérrez, A. R. (2024). Autoeficacia y afrontamiento al estrés en el manejo de conflictos en cadetes de una institución superior castrense de Lima (Tesis doctoral). Universidad César Vallejo.
- Oeschger, T. P., Makarova, E., Raman, E., Hayes, B., y Döring, A. K. (2024). La interacción entre los objetivos educativos relacionados con los valores de los docentes y su clima escolar relacionado con los valores a lo largo del tiempo. *European Journal of Psychology of Education*, 1. <https://doi.org/10.1007/s10212-024-00849-y>
- Pedditzi, M., Nicotra, E., Nonnis, M., Grassi, P., y Cortese, C. (2020). Estrés docente y agotamiento: Un estudio utilizando el modelado MIMIC. 6. <https://doi.org/10.1285/i20705948V13N3P739>
- Sohail, M. M., Baghdady, A., Choi, J. Y., Huynh, H. V., Whetten, K., y Proeschold-Bell, R. J. (2023). Factores que influyen en el bienestar y agotamiento docente en las escuelas: Una revisión de alcance. *Work*, 7. <https://doi.org/10.3233/WOR-220234>
- Wettstein, A., Schneider, S., Holtforth, M. G., y La Marca, R. (2021). Estrés docente: Un enfoque psicobiológico de las interacciones estresantes en el aula. *Frontiers in Education*, 31. <https://doi.org/10.3389/feduc.2021.681258>
- Zhao, W., Liao, X., Li, Q., Jiang, W., y Ding, W. (2022). La relación entre el estrés laboral docente y el agotamiento: Un modelo de mediación moderada. *Frontiers in Psychology*, 47. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.784243>