

Rosa Art. -.pdf



My Files



My Files



Universidad Peruana Union

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::29566:522932098

Fecha de entrega

4 nov 2025, 1:57 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

4 nov 2025, 2:02 p.m. GMT-5

Nombre del archivo

Rosa Art. -.pdf

Tamaño del archivo

543.7 KB**23 páginas****4769 palabras****27.935 caracteres**

18% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía

Exclusiones

- N.º de coincidencias excluidas

Fuentes principales

- 10%  Fuentes de Internet
- 1%  Publicaciones
- 7%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

10%	Fuentes de Internet
1%	Publicaciones
7%	Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	2%
2	Internet	dilemascontemporaneoseducacionpoliticayvalores.com	1%
3	Internet	repositorio.upeu.edu.pe	<1%
4	Internet	repositorio.uwiener.edu.pe	<1%
5	Internet	unac.edu.mx	<1%
6	Internet	editorialeidec.com	<1%
7	Trabajos entregados	Corporación Universitaria Minuto de Dios, UNIMINUTO on 2024-12-30	<1%
8	Trabajos entregados	Universidad Estatal Amazonica- on 2025-10-25	<1%
9	Internet	octaedro.com	<1%
10	Internet	bibliotecadigital.exactas.uba.ar	<1%
11	Internet	hdl.handle.net	<1%

12	Trabajos entregados	Universidad Católica de Santa María on 2025-01-07	<1%
13	Trabajos entregados	Universidad Internacional de la Rioja on 2025-05-15	<1%
14	Trabajos entregados	Universidad Internacional de la Rioja on 2025-06-12	<1%
15	Publicación	Raquel Gomis, Núria Garcia-Blanc, Agnès Ros-Morente, Gemma Filella-Guiu. "Ansi...	<1%
16	Internet	gredos.usal.es	<1%
17	Internet	www.revistas.upel.edu.ve	<1%
18	Publicación	César Augusto Vázquez Peredo, Gabriela Ivet López Ramírez. "Autoeficacia docen...	<1%
19	Publicación	Tomás Caycho-Rodríguez, Miguel Barboza-Palomino, José Ventura-León, Carlos C...	<1%
20	Internet	bmcpyschology.biomedcentral.com	<1%
21	Internet	stecyl.net	<1%
22	Internet	www.4j.lane.edu	<1%
23	Internet	www.repositorio.autonomadeica.edu.pe	<1%
24	Trabajos entregados	Colegio Nuevo Gimnasio on 2025-09-24	<1%
25	Trabajos entregados	Universidad Nacional de Colombia on 2019-01-15	<1%

26	Trabajos entregados	University of Southampton on 2024-09-06	<1%
27	Internet	deltadent.es	<1%
28	Internet	doaj.org	<1%
29	Internet	repositorio.puce.edu.ec	<1%
30	Internet	repositorio.unfv.edu.pe	<1%
31	Internet	repositorio.unica.edu.ni	<1%
32	Trabajos entregados	unapiquitos on 2025-11-02	<1%
33	Internet	www.frontiersin.org	<1%
34	Publicación	"Abstracts in Spanish, French, Chinese, Arabic, and Russian", Comparative Educat...	<1%
35	Trabajos entregados	Universidad Estatal Amazonica- on 2025-09-02	<1%
36	Trabajos entregados	Universidad Tecnológica Indoamerica on 2025-01-05	<1%
37	Internet	digibug.ugr.es	<1%
38	Internet	pesquisa.bvsalud.org	<1%
39	Internet	repositorio.upeu.edu.pe:8080	<1%

40	Internet	repositorio.uss.edu.pe	<1%
41	Internet	researchonline.jcu.edu.au	<1%
42	Internet	roderic.uv.es	<1%
43	Internet	www.researchgate.net	<1%
44	Publicación	龍哉 世良, 喜比古 山崎. "精神健康度に対する□ 労働職場ストレスと職場風土良好度□ スト...	<1%
45	Trabajos entregados	Universidad Autónoma de Querétaro on 2025-09-30	<1%
46	Trabajos entregados	Universidad Internacional de la Rioja on 2025-07-17	<1%
47	Trabajos entregados	Universidad Tecnológica del Perú on 2025-08-26	<1%
48	Trabajos entregados	consultoría de servicios formativos on 2025-05-23	<1%

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y EDUCACIÓN
Escuela Profesional de educación



**Estrés laboral y competencias didácticas y organizacionales en
docentes de educación básica**

Tesis presentada para obtener el Título Profesional de Licencia en Educación,
especialidad Inicial y Puericultura

Por:

Rosa Marcela Gavidia Quispe

Asesor:

Mg. Segundo Salatiel Malca Peralta

Lima, octubre de 2025

DECLARACIÓN JURADA DE TESIS

Yo Segundo Salatiel Malca Peralta, docente de la Facultad de Ciencias Humanas y Educación, Escuela Profesional de Educación, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“Estrés laboral y competencias didácticas y organizacionales en docentes de educación básica”** de la autora Rosa Marcela Gavidia Quispe tiene un índice de similitud de 18% verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima a los 08 días del mes de noviembre del año 2025.



Mg. Segundo S. Malca Peralta

072

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En Lima, Ñaña, Villa Unión, a los **08** días del mes de **octubre** del año **2025** siendo las **8:00** horas, se reunión en el Salón de Grados y Títulos de la Universidad Peruana Unión, bajo la dirección de la presidenta del jurado: **Dra. Gabriela Requena Cabral**; la secretaria: **Dra. Melva Hernández García** y el asesor: **Mg. Segundo Salatiel Malca Peralta**, con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulada: **Estrés laboral y competencias didácticas y organizacionales en docentes de educación básica**, de la bachiller: **Rosa Marcela Gavidia Quispe**, conducente a la obtención del Título Profesional de Licenciada en Educación, Especialidad **Inicial y Puericultura**.

La presidenta inició el acto académico de sustentación invitado a la candidata a hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, la presidenta invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas y aclaraciones pertinentes, la cuales fueron absueltas por la candidata. Luego se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del jurado.

Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Candidata (a) – **Bach. Rosa Marcela Gavidia Quispe**

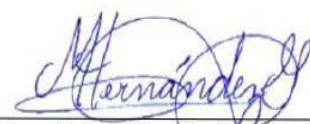
CALIFICACIÓN	ESCALAS			MERITO
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
APROBADO	16	B	Bueno	Muy bueno

*Ver parte posterior

Finalmente, la presidenta del jurado invitó a la candidata a recibir la evaluación final y concluir con el acto académico de sustentación, procediéndose a registrar las firmas respectivas.

“SUSTENTACIÓN REALIZADA BAJO LA MODALIDAD VIRTUAL SINCRÓNICA”


Dra. Gabriela Requena Cabral
 Presidente


Dra. Melva Hernández García
 Secretaria


Mg. Segundo Salatiel Malca Peralta
 Asesor


Rosa Marcela Gavidia Quispe
 Candidata (a)

Resumen

El presente estudio analiza la relación entre el estrés laboral y las competencias didácticas y organizacionales en docentes de educación inicial y primaria en Perú. Participaron 315 docentes ($M = 41.48$; $DE = 11.91$) a quienes se aplicaron la Escala de Estrés Docente (ED-6) y la Escala de Competencias Docentes Organizacionales y Didácticas (ESCOD). Los análisis descriptivos indican distribución aproximada a la normalidad de las variables. Se halló una correlación negativa débil entre estrés laboral y competencias didácticas ($r = -0.24$) y organizacionales ($r = -0.22$), y una correlación positiva moderada entre las competencias didácticas y organizacionales ($r = 0.52$). El modelo de ecuaciones estructurales mostró ajuste aceptable ($CFI = 0.965$; $TLI = 0.951$; $RMSEA = 0.062$; $SRMR = 0.089$). En conjunto, los resultados sugieren que, aunque el estrés laboral guarda relación negativa con las competencias docentes, el efecto observado es de baja magnitud. Se discuten implicancias para políticas de formación y condiciones laborales, y se recomiendan estudios longitudinales que permitan explorar relaciones causales y variables mediadoras o moderadoras.

Palabras clave: Estrés laboral, competencias didácticas, competencias organizacionales, docentes, educación básica.

Abstract

4 This study examines the relationship between workplace stress and teaching and organizational competencies among preschool and primary school teachers in Peru. A total of 315 teachers participated ($M = 41.48$; $SD = 11.91$) and completed the Teacher Stress Scale (ED-6) y the Teacher Competency Scale (ESCOD). Descriptive analyses 26 indicated approximate normality of the variables. A weak negative correlation was found between workplace stress and teaching competencies ($r = -0.24$) and organizational 41 competencies ($r = -0.22$), while a moderate positive correlation was observed between teaching and organizational competencies ($r = 0.52$). The structural equation model showed acceptable fit ($CFI = 0.965$; $TLI = 0.951$; $RMSEA = 0.062$; $SRMR = 0.089$). 44 Overall, results suggest that workplace stress is negatively associated with teacher competencies, but the observed effect size is small. Implications for teacher training and workplace conditions are discussed, and longitudinal studies are recommended to examine causal mechanisms.

Keywords: Workplace stress, teaching competencies, organizational competencies, teachers, primary education.

8

1. Introducción

38

30

33

37

4

24

El estrés laboral constituye actualmente un reto global que afecta a trabajadores de múltiples sectores. Según datos del CIPD (2022), el 62% de las personas en Europa experimenta alteraciones en su vida cotidiana derivadas del estrés, y cerca del 39% de los empleados ha considerado dejar su empleo en el último año por este motivo. En Estados Unidos, la cifra asciende al 51%, reflejando un alarmante nivel de agotamiento emocional que incide en una percepción negativa de la calidad de vida (Forbes, 2024).

En el sector educativo, el estrés ha tenido un impacto profundo en la vida personal y profesional de los docentes (Robinson et al., 2023). La crisis sanitaria por la COVID-19 exacerbó esta situación debido a la sobrecarga derivada del uso constante de tecnologías, la complejidad del manejo del aula y la atención a la diversidad estudiantil (Fernández-Batanero et al., 2021; Santamaría et al., 2021; Vargas & Oros, 2021). Esta realidad no solo ha deteriorado el bienestar de los docentes, sino que ha puesto en duda su capacidad para mantener clases eficaces y entornos educativos saludables (Fahmi et al., 2022; von der Embse & Mankin, 2021).

En América Latina, la situación también es preocupante: aproximadamente el 65% del profesorado reporta altos niveles de estrés (Mero et al., 2023). En el caso específico del Perú, el estrés entre docentes se ha incrementado notablemente desde 2021, con una mayor prevalencia en mujeres (65%) en comparación con los hombres (52%) (Velásquez, 2023), lo que refuerza la necesidad de intervenir frente a esta problemática.

Revisión de la literatura

Estrés laboral

El estrés es entendido como una reacción fisiológica, emocional y cognitiva frente a demandas que se perciben como excesivas o amenazantes (Crum et al., 2017).

La teoría transaccional de Lazarus & Folkman (1984), plantea que el estrés surge cuando las exigencias del entorno superan los recursos personales disponibles. Desde una perspectiva biológica, McEwen (2007) subraya que esta respuesta activa mecanismos neuroendocrinos que afectan la salud integral del individuo. Lupien (2009), señala que una exposición prolongada al estrés compromete no solo el bienestar físico y emocional, sino también la eficiencia en las tareas cotidianas.

En el ámbito educativo, el estrés puede minar la autoeficacia docente, reduciendo la confianza del maestro en su capacidad para influir positivamente en el aprendizaje y controlar los retos del entorno escolar (Zee & Koomen, 2016; Burić & Frenzel, 2023). Si no se gestiona adecuadamente, este estrés se convierte en agotamiento crónico o "burnout", afectando la posibilidad de mantener un ambiente educativo productivo (Zee & Koomen, 2016; Ghasemi, 2024).

En Perú, los educadores enfrentan circunstancias particulares que intensifican esta problemática, como la sobrecarga laboral derivada de la multiplicidad de clases y funciones administrativas (Arbulu et al., 2023; Belizario et al., 2024). La rápida transición hacia modalidades digitales durante la pandemia agravó aún más la situación, dada la escasa preparación tecnológica del personal docente (Santamaría et al., 2021; Vargas & Oros, 2021). Además, la insuficiencia de recursos, la precariedad en la infraestructura y la falta de personal de apoyo aumentan la tensión emocional del profesorado, dificultando el desarrollo de estrategias pedagógicas adecuadas (Castro-Bedriñana et al., 2022). Este estrés mal gestionado deteriora las competencias

didácticas y organizacionales del docente, impidiéndole aplicar metodologías innovadoras o colaborar de forma efectiva con otros actores educativos (Pozo-Rico et al., 2023).

Competencias didácticas y organizacionales

Las competencias didácticas aluden a la capacidad de planificar, ejecutar y evaluar procesos de enseñanza-aprendizaje adaptados a las necesidades del estudiantado. Estas habilidades se ven afectadas negativamente en contextos de alto estrés (Moreira et al., 2023; Konstantinou & Konstantinou, 2021). Por otro lado, las competencias organizacionales abarcan la gestión del entorno educativo, el manejo del tiempo, la planificación de actividades y la cooperación con otros docentes (Lenning et al., 2023; Škrinjarić, 2022);

Investigaciones han confirmado que las competencias didácticas son fundamentales para garantizar una educación de (Martín, 2021; Unamuno et al., 2017), ya que permiten aplicar metodologías pertinentes a los distintos contextos. No obstante, el estrés reduce significativamente la motivación y energía necesarias para sostener estas prácticas (Zee & Koomen, 2016; Robinson et al., 2023). La sobrecarga laboral y las demandas institucionales provocan fatiga, lo que compromete el mantenimiento de estrategias pedagógicas efectivas (Belizario et al., 2024). En este sentido, el estrés laboral no solo impacta el bienestar personal de los docentes, sino que también disminuye su capacidad para adaptarse a nuevas metodologías y herramientas tecnológicas, afectando su desempeño en el aula (Mero et al., 2023).

Asimismo, estas competencias son esenciales para el buen desarrollo de actividades administrativas y pedagógicas, así como para la gestión del aula (Dios et

al., 2018). Sin embargo, quienes padecen estrés crónico suelen enfrentar dificultades para organizar su tiempo, coordinar tareas o colaborar eficazmente (Asaloei et al., 2020). La fatiga acumulada reduce su capacidad para mantener entornos organizados, lo que puede incrementar la rotación docente y perjudicar la calidad de la enseñanza (Santamaría et al., 2021). En consecuencia, abordar el estrés laboral se vuelve un imperativo para proteger tanto el clima educativo como el desempeño profesional de los docentes.

Justificación

Dado este panorama, se hace necesario explorar de manera rigurosa la relación entre el estrés laboral y las competencias profesionales de los docentes. Comprender cómo el estrés afecta su desempeño didáctico y organizacional permitirá diseñar estrategias de prevención e intervención más efectivas. El bienestar del docente es crucial no solo para su salud integral, sino también para asegurar una enseñanza de calidad. Este estudio busca determinar si el estrés laboral influye en las competencias didácticas y organizacionales en docentes de educación básica regular.

2. Método

Diseño y participantes

Estudio cuantitativo, de tipo explicativo y corte transversal. La muestra estuvo compuesta por 315 docentes peruanos de educación inicial y primaria, con edades entre 25 y 65 años ($M = 41.48$; $DE = 11.91$). El 54.92% de la muestra fueron mujeres y el 45.08% hombres; 46.90% trabajaba en el nivel inicial y 53.10% en primaria. El muestreo fue no probabilístico por conveniencia. Se incluyeron docentes en ejercicio activo que aceptaron participar mediante consentimiento informado; se excluyeron

quienes se encontraban en licencia, en proceso de jubilación o que no completaron los instrumentos.

Tabla 1

Datos sociodemográficos

Variable	M	DE
Edad	41.48	11.91
Variable	f	%
Sexo		
Femenino	173	54.92
Masculino	142	45.08
Nivel de enseñanza		
Inicial	148	46.90
Primaria	167	53.10

Instrumentos

14 Escala de Estrés Docente (ED-6)

La ED-6 (Gutiérrez-Santander et al., 2014), adaptada al contexto peruano por Samanamud (2019), constaba de 39 ítems distribuidos en 5 dimensiones. La escala utiliza un formato Likert de 1 (totalmente de acuerdo) a 5 (totalmente en desacuerdo). El análisis factorial confirmatorio reveló una estructura coherente con seis factores, con índices de ajuste entre .840 y .880, y un coeficiente de confiabilidad global de .937.

2 Escala de competencias docentes organizacionales y didácticas (ESCOD)

La ESCOD (Dios et al., 2018), adaptada al contexto peruano por, está conformada por 23 ítems organizados en una escala Likert que va de 0 (no se desarrolla) a 6 (se desarrolla mucho). Evalúa dos dimensiones: competencias didácticas (14 ítems, $\alpha = .925$) relacionadas con la promoción del aprendizaje autónomo

y la inclusión, y competencias organizacionales (9 ítems, $\alpha = .890$), centradas en la gestión colaborativa y la planificación. En este estudio, ambas dimensiones alcanzaron una confiabilidad de $\alpha = .89$.

Procedimiento

Los instrumentos fueron digitalizados mediante la plataforma Google Forms y distribuidos por correo electrónico y WhatsApp a los directores de diversas instituciones educativas. La recolección de datos se realizó entre el 15 de marzo y el 10 de abril de 2025. Antes de responder el cuestionario, se presentó el consentimiento informado, donde se enfatizó la participación voluntaria y la confidencialidad de la información. Todo el procedimiento se llevó a cabo en conformidad con los principios éticos establecidos en la Declaración de Helsinki (Manzini, 2000), garantizando el respeto a los derechos de los participantes.

Análisis de datos

Se realizaron análisis descriptivos (media, desviación estándar, asimetría, curtosis), pruebas t para comparar por sexo y correlaciones de Pearson para explorar relaciones entre variables. Además, se estimó un modelo de ecuaciones estructurales (SEM) para evaluar las relaciones entre estrés laboral y las competencias didácticas y organizacionales. Los índices de ajuste reportados son χ^2 , CFI, TLI, RMSEA (con IC 90%) y SRMR.

Resultados

Los análisis de normalidad mostraron valores de asimetría y curtosis dentro de rangos aceptables. El estrés laboral presentó $M = 11.50$ ($DE = 4.59$), asimetría = -1.17 y curtosis ≈ 0.00 . Las competencias didácticas y organizacionales presentaron $M =$

17.86 (DE = 3.85), asimetría = -0.88 y curtosis = 1.18. Estos valores sugieren que los docentes evaluados presentaron niveles moderados de estrés y un desarrollo adecuado de sus competencias profesionales.

Tabla 2

Análisis de normalidad

Variables	M	DE	g1	g2
Estrés Laboral	11.50	4.59	-1.17	-0.00
Competencias Didácticas y Organizacionales	17.86	3.85	-0.88	1.18

Análisis de Correlación

Las correlaciones de Pearson indicaron que el estrés laboral se correlaciona de manera negativa y significativa tanto con las competencias didácticas ($r = -0.24$, $p < .01$) como con las competencias organizacionales ($r = -0.22$, $p < .01$). Aunque la fuerza de estas relaciones es baja, los resultados indican que, a mayor desarrollo de competencias, menor es la percepción de estrés en los docentes. Por otro lado, la correlación entre competencias didácticas y organizacionales fue positiva y moderada ($r = 0.52$, $p < .01$), lo que evidencia que ambas dimensiones se encuentran estrechamente vinculadas y pueden reforzarse mutuamente.

Tabla 3

Análisis de correlación entre las variables de estudio

Variables	Estrés Laboral	Competencias Didácticas	Competencias Organizacionales
Estrés Laboral	1.00	-0.24**	-0.22**
Competencias Didácticas	-0.24**	1.00	0.52**
Competencias Organizacionales	-0.22**	0.52**	1.00

Nota: * $p < 0.05$; ** $p < 0.01$

El modelo SEM mostró un ajuste aceptable: $\chi^2 (17) = 48.362$, $p < 0.001$; CFI = 0.965; TLI = 0.951; RMSEA = 0.062 (IC 90% [0.042, 0.085]); SRMR = 0.089. Estos índices sugieren que el modelo es apropiado para los datos, aunque el RMSEA y el SRMR indican margen de mejora en la especificación del modelo. En términos prácticos, estos resultados sugieren que, aunque el estrés laboral influye negativamente en el desarrollo de competencias docentes, dicho impacto es limitado en magnitud.

Tabla 4

Índices de Ajuste del Modelo de Ecuaciones Estructurales

χ^2	gl	p	CFI	TLI	RMSEA	IC RMSEA (90%)	SRMR
48.362	17	0.000	0.965	0.951	0.062	[0.042; 0.085]	0.089

Discusión

Los resultados de este estudio evidencian que el estrés laboral es un factor que afecta negativamente, aunque de manera leve, el desarrollo de las competencias didácticas y organizacionales en docentes de educación básica. Esta relación negativa, aunque débil, coincide con lo reportado por investigaciones previas (Vargas & Oros, 2021). Se ha demostrado que el estrés reduce la eficacia de los docentes en la planificación y ejecución de estrategias pedagógicas, así como en la gestión del aula y la colaboración con otros profesionales (Friedman, 2021). El estudio buscó determinar la relación específica entre el estrés laboral y las competencias didácticas y organizacionales de los docentes de educación básica en Perú.

Los hallazgos obtenidos evidencian una asociación negativa, aunque de baja intensidad, entre el estrés laboral y las competencias didácticas y organizacionales en

el profesorado. En términos concretos, se observa que cuando aumentan los niveles de estrés, dichas competencias tienden a disminuir, aunque esta relación no resulta ser significativamente fuerte. Este resultado coincide con investigaciones previas, como lo afirman Robinson et al. (2023), quienes evidencian que el estrés puede afectar la capacidad de los docentes para implementar prácticas pedagógicas eficaces, lo que afecta directamente la calidad de la enseñanza.

El estrés laboral es un fenómeno que afecta profundamente tanto la vida personal como profesional de los educadores. Según Zee & Koomen (2016), el estrés crónico puede mermar la capacidad de los docentes para manejar el aula y adaptar sus metodologías pedagógicas a las necesidades de los estudiantes. A pesar de que la competencia pedagógica sigue siendo crucial para el desempeño docente, el estrés disminuye la energía y la motivación necesarias para aplicar métodos innovadores y adaptarse a un entorno educativo cambiante (Fahmi et al., 2022; Ghasemi, 2024).

El estrés laboral tiene implicaciones directas sobre las competencias organizacionales de los docentes. Lenning et al. (2023) subrayan que las competencias organizacionales incluyen la capacidad para gestionar el tiempo, organizar actividades y colaborar eficazmente con colegas. Sin embargo, el estrés laboral, especialmente en contextos con alta carga administrativa, dificulta la gestión eficiente del aula y la colaboración entre educadores. Santamaría et al. (2021) concluyen que la presión derivada del estrés laboral puede resultar en dificultades para coordinar actividades, gestionar recursos o planificar adecuadamente, lo que puede llevar a la fatiga y a un ambiente de trabajo desorganizado.

Este punto es especialmente relevante en el contexto educativo de América

8 Latina y concretamente en el Perú, donde los docentes enfrentan una alta carga laboral, la falta de recursos y una infraestructura escolar deficiente, lo cual incrementa significativamente los niveles de estrés (Arbulu et al., 2023; Belizario et al., 2024). Estos factores no solo afectan el bienestar de los educadores, sino que también disminuyen su capacidad para desarrollar y aplicar competencias pedagógicas y organizacionales. La falta de formación adecuada en herramientas tecnológicas, especialmente durante la pandemia, también contribuyó a aumentar la ansiedad y la frustración, impactando negativamente la calidad educativa (Santamaría et al., 2021; Vargas & Oros, 2021).

18 El impacto del estrés sobre las competencias didácticas está claramente reflejado en la capacidad de los docentes para implementar prácticas pedagógicas efectivas. El estrés puede reducir la motivación de los docentes para emplear métodos de enseñanza innovadores y centrados en el estudiante. 5 Moreira et al. (2023) afirman que los docentes que experimentan altos niveles de estrés tienen menos capacidad para ajustar sus enfoques pedagógicos a las necesidades de los estudiantes, lo que 22 puede resultar en una menor efectividad en el aula. Además, la sobrecarga de trabajo y la presión por cumplir con los estándares educativos pueden generar agotamiento emocional, lo que compromete aún más su desempeño pedagógico (Robinson et al., 29 2023; Unamuno et al., 2017).

Por otro lado, las competencias organizacionales también se ven afectadas por el estrés. Como sugieren (Škrinjaric, 2022, Dios et al., 2018), los docentes que experimentan estrés laboral tienen dificultades para gestionar su tiempo y coordinar eficientemente las actividades del aula. Esta falta de organización puede derivar en un ambiente educativo desordenado, donde los docentes no logran mantener un control

adecuado sobre las actividades, lo que a su vez afecta la calidad de la enseñanza. Asaloei et al. (2020) argumentan que la ansiedad y la fatiga derivadas del estrés laboral reducen la capacidad de los docentes para colaborar eficazmente con sus colegas, lo que podría generar una mayor rotación de personal y contribuir al deterioro de las condiciones del ambiente escolar.

Este estudio también resalta el papel crucial que juegan las políticas educativas en la gestión del estrés docente. Como mencionan Santamaría et al. (2021), las políticas deben enfocarse no solo en el desarrollo de competencias pedagógicas, sino también en proporcionar un entorno educativo favorable que reduzca la carga administrativa y ofrezca los recursos necesarios para la enseñanza. Las intervenciones deben ser holísticas, abordando tanto las demandas laborales como las condiciones estructurales que contribuyen al estrés, como la escasez de personal de apoyo y la falta de recursos tecnológicos adecuados.

Implicaciones

Los hallazgos obtenidos permiten proponer lineamientos para la mejora de las políticas educativas y los programas de formación docente. Es imperativo que la capacitación docente incluya el fortalecimiento de competencias organizacionales, ya que estas permiten al profesorado manejar adecuadamente su tiempo, planificar sus actividades y establecer redes de colaboración eficaces, lo que contribuye a reducir los niveles de estrés percibido (Lenning et al, 2023; Škrinjarić, 2022).

En términos prácticos, estos hallazgos apuntan a la necesidad de combinar medidas para reducir fuentes de estrés (por ejemplo, disminuir la carga administrativa, mejorar recursos e infraestructura y aumentar el apoyo institucional) con programas de

formación continua centrados en gestión del tiempo, regulación emocional y estrategias pedagógicas (Arbulu et al., 2023; Castro-Bedriñana et al., 2022).

Limitaciones

Aunque los resultados aportan evidencia valiosa, este estudio presenta limitaciones que deben ser consideradas. Debido al diseño transversal y al muestreo por conveniencia, las conclusiones no permiten establecer relaciones causales ni generalizar con seguridad a toda la población de docentes. Se recomienda que investigaciones futuras utilicen diseños longitudinales y muestreos probabilísticos, e incluyan posibles variables mediadoras y moderadoras como el clima institucional y la autoeficacia docente para comprender con mayor profundidad las relaciones entre el estrés laboral y las competencias docentes.

Conclusiones

Los resultados indican que el estrés laboral se asocia negativamente con las competencias didácticas y organizacionales de los docentes de educación básica, aunque la magnitud de esta relación es baja, lo que sugiere que, si bien el estrés constituye un obstáculo para el ejercicio profesional, no es el factor único ni predominante en el desarrollo de dichas competencias. Además, las competencias didácticas y organizacionales se relacionan de manera positiva y moderada entre sí, por lo que su fortalecimiento debe abordarse de forma conjunta.

Referencias

- Arbulu Castillo, J. C., Ballesteros, M. A. A., de los Ángeles Guzmán Valle, M., Farroñán, E. V. R., Valle-Palomino, N., Francisco Segundo, M. G., Ninaquispe, J. C. M., & Rodríguez, J. C. F. (2023). Resilience and Burnout Syndrome as Perceived by University Faculty in Lambayeque, Peru. *Academic Journal of Interdisciplinary Studies*, 12(6), 251–260. <https://doi.org/10.36941/ajis-2023-0167>
- Asaloei, S. I., Wolomasi, A. K., & Werang, B. R. (2020). Work-related stress and performance among primary school teachers. *International Journal of Evaluation and Research in Education*, 9(2), 352–358. <https://doi.org/10.11591/ijere.v9i2.20335>
- Belizario, M. V., Mamani-Benito, O., Zerga-Morales, C. A., Turpo-Chaparro, J. E., & Morales-García, W. C. (2024). Effect of perceived stress, job satisfaction, and workload on the professional self-efficacy of Peruvian regular basic education teachers. *Frontiers in Education*, 9, 1302624. <https://doi.org/10.3389/feduc.2024.1302624>
- Burić, I., & Frenzel, A. C. (2023). Teacher emotions are linked with teaching quality: Cross-sectional and longitudinal evidence from two field studies. *Learning and Instruction*, 88. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2023.101822>
- Castro-Bedriñana, J., Chirinos-Peinado, D., & Castro-Chirinos, G. (2022). Emergency Remote Education Satisfaction during COVID-19 at a Public University in Central Andes, Peru with Low Resources and Little Online Teaching Experience. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 22(1), 46–51. <https://doi.org/10.12738/jestp.2022.1.0005>
- CIPD. (2022). Health and Wellbeing at Work 2022. *Survey Report, April*, 1–53. https://www.cipd.co.uk/Images/health-and-well-being-at-work_tcm18-40863.pdf
- Covarrubias Apablaza, C. G., & Mendoza Lira, M. C. (2016). Determinantes e impacto de los sentimientos de autoeficacia en los profesores. *Educación y Educadores*, 19(3), 339–354. <https://doi.org/10.5294/edu.2016.19.3.2>
- Crum, A. J., Akinola, M., Martin, A., & Fath, S. (2017). The role of stress mindset in shaping

cognitive, emotional, and physiological responses to challenging and threatening stress.

Anxiety, Stress and Coping, 30(4), 379–395.

<https://doi.org/10.1080/10615806.2016.1275585>

Dios, I., Calmaestra, J., & Rodríguez-Hidalgo, A. J. (2018). Validación de la escala de competencias docentes organizacionales y didácticas para educadores. *Revista Mexicana de Investigacion Educativa*, 23(76), 281–302.

Dominguez-Lara, S. A., Fernández Arata, M., Merino Soto, C., Navarro Loli, J., & Calderón De la Cruz, G. (2019). Escala de Autoeficacia Docente: análisis estructural e invarianza de medición en docentes peruanos de escuelas públicas. *Revista Argentina de Ciencias Del Comportamiento*, 11(3), 61–72. <https://doi.org/10.32348/1852.4206.v11.n3.24624>

Fahmi, P., Sudjono, Parwoto, Supriyatno, Saluy, A. B., Safitri, E., Effiyaldi, Rivaldo, Y., & Endri, E. (2022). Work Stress Mediates Motivation and Discipline on Teacher Performance: Evidence Work from Home Policy. *Journal of Educational and Social Research*, 12(3), 80–89. <https://doi.org/10.36941/jesr-2022-0068>

Fernández-Batanero, J. M., Román-Graván, P., Reyes-Rebollo, M. M., & Montenegro-Rueda, M. (2021). Impact of educational technology on teacher stress and anxiety: A literature review. In *International Journal of Environmental Research and Public Health* (Vol. 18, Issue 2, pp. 1–13). Multidisciplinary Digital Publishing Institute. <https://doi.org/10.3390/ijerph18020548>

Forbes. (2024). 41% Of Global Employees Are Stressed. Here's Why. <https://www.forbes.com/sites/martingutmann/2024/12/04/41-of-global-employees-are-stressed-heres-why/>

Friedman, I. A. (2021). Classroom Management and Teacher Stress and Burnout. In *Handbook of Classroom Management* (pp. 935–954). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203874783-47>

Ghasemi, F. (2024). A systematic narrative review of teachers' occupational stressors and

- coping strategies: A bioecological systems perspective. In *Research Papers in Education*. Routledge. <https://doi.org/10.1080/02671522.2024.2381142>
- Gutiérrez-Santander, P., Morán-Suárez, S., & Sanz-Vázquez, I. (2014). Estrés docente: elaboración de la escala ED-6 para su evaluación. *RELIEVE - Revista Electrónica de Investigación y Evaluación Educativa*, 11(1), 3. <https://doi.org/10.7203/relieve.11.1.4196>
- Konstantinou, C., & Konstantinou, I. (2021). Determinants of Teacher Effectiveness: Pedagogical and Didactic Training. *Open Journal for Educational Research*, 5(1), 11–24. <https://doi.org/10.32591/coas.ojer.0501.02011k>
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=i-ySQQUpr8C&oi=fnd&pg=PR5&dq=Lazarus,+R.+S.,+%26+Folkman,+S.+\(1984\).+Stress,+appraisal,+and+coping,+Springer+Publishing+Company.&ots=DhFUqveiPb&sig=e5ze7TRnJ_WKqSKvtkxoWtz7TDY](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=i-ySQQUpr8C&oi=fnd&pg=PR5&dq=Lazarus,+R.+S.,+%26+Folkman,+S.+(1984).+Stress,+appraisal,+and+coping,+Springer+Publishing+Company.&ots=DhFUqveiPb&sig=e5ze7TRnJ_WKqSKvtkxoWtz7TDY)
- Lenning, O. T., Hill, D. M., Saunders, K. P., Solan, A., & Stokes, A. (2023). Powerful learning communities: A guide to developing student, faculty, and professional learning communities to improve student success and organizational effectiveness. In *Routledge*. Taylor and Francis. <https://doi.org/10.4324/9781003446385>
- Mäkikangas, A., Minkinen, J., Muotka, J., & Mauno, S. (2023). Illegitimate tasks, job crafting and their longitudinal relationships with meaning of work. *International Journal of Human Resource Management*, 34(7), 1330–1358. <https://doi.org/10.1080/09585192.2021.1987956>
- Manzini, J. L. (2000). Declaración de Helsinki: principios éticos para la investigación médica sobre sujetos humanos. *Acta Bioethica*, 6(2), 321–334. <https://doi.org/10.4067/s1726-569x2000000200010>
- Martín Vegas, R. A. (2021). Diagnóstico de las deficiencias y dificultades didácticas de la comunicación oral en las aulas españolas. *Didáctica. Lengua y Literatura*, 33, 95–107.

<https://doi.org/10.5209/dida.69982>

McEwen, B. S. (2007). Physiology and neurobiology of stress and adaptation: Central role of the brain. In *Physiological Reviews* (Vol. 87, Issue 3, pp. 873–904).

<https://doi.org/10.1152/physrev.00041.2006>

Mero Macías, V. G., Maldonado Jaramillo, J. del R., Galeas Guevara, J. J., & Ríos Silva, M. A. (2023). Importancia de reducir el estrés laboral en los docentes. *Revista Científica Multidisciplinaria Ogma*, 2(1), 21–30. <https://doi.org/10.69516/dwf3cn42>

Moreira, M. A., Arcas, B. R., Sánchez, T. G., García, R. B., Melero, M. J. R., Cunha, N. B., Viana, M. A., & Almeida, M. E. (2023). Teachers' pedagogical competences in higher education: A systematic literature review. *Journal of University Teaching and Learning Practice*, 20(1), 90–123. <https://doi.org/10.53761/1.20.01.07>

Pozo-Rico, T., Poveda, R., Gutiérrez-Fresneda, R., Castejón, J. L., & Gilar-Corbi, R. (2023). Revamping Teacher Training for Challenging Times: Teachers' Well-Being, Resilience, Emotional Intelligence, and Innovative Methodologies as Key Teaching Competencies. *Psychology Research and Behavior Management*, 16, 1–18. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S382572>

Robinson, L. E., Valido, A., Drescher, A., Woolweaver, A. B., Espelage, D. L., LoMurray, S., Long, A. C. J., Wright, A. A., & Dailey, M. M. (2023). Teachers, Stress, and the COVID-19 Pandemic: A Qualitative Analysis. *School Mental Health*, 15(1), 78–89. <https://doi.org/10.1007/S12310-022-09533-2/TABLES/1>

Samanamud, O. (2019). Propiedades psicométricas de la Escala De Estrés Docente (ED-6) en instituciones educativas estatales de secundaria del distrito de Trujillo. *REVISTA CIENTÍFICA SEARCHING DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES*, 1.

Santamaría, M. D., Mondragon, N. I., Santxo, N. B., & Ozamiz-Etxebarria, N. (2021). Teacher stress, anxiety and depression at the beginning of the academic year during the COVID-19 pandemic. *Global Mental Health*, 8, e14. <https://doi.org/10.1017/gmh.2021.14>

- SJ Lupien, BS McEwen, MR Gunnar, C. H. (2009). Effects of stress throughout the lifespan on the brain, behaviour and cognition. *Nature Reviews Neuroscience*, 10(6), 434–445. <https://www.nature.com/articles/nrn2639>
- Škrinjarić, B. (2022). Competence-based approaches in organizational and individual context. In *Humanities and Social Sciences Communications* (Vol. 9, Issue 1, pp. 1–12). Palgrave. <https://doi.org/10.1057/s41599-022-01047-1>
- Tschannen-Moran, M., & Hoy, A. W. (2001). Teacher efficacy: Capturing an elusive construct. *Teaching and Teacher Education*, 17(7), 783–805. [https://doi.org/10.1016/S0742-051X\(01\)00036-1](https://doi.org/10.1016/S0742-051X(01)00036-1)
- Unamuno, F., Elmina, I, Rivadeneira Rodríguez, M., Matilde, E., & Rodríguez, R. (2017). Competencias didácticas-pedagógicas del docente, en la transformación del estudiante universitario. *Orbis: Revista de Ciencias Humanas*, ISSN-e 1856-1594, Año 13, N°. 37, 2017, Págs. 41-55, 13(37), 41–55. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7158994&info=resumen&idioma=SPA>
- Vargas Rubilar, N., & Oros, L. B. (2021). Stress and Burnout in Teachers During Times of Pandemic. *Frontiers in Psychology*, 12, 756007. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.756007>
- Velásquez, A. (2023). *Salud mental: El 55.8% de docentes padeció problemas de estrés en el segundo año de la pandemia*. PULSO PUCP. <https://pulso.pucp.edu.pe/noticias/salud-mental-el-55-8-de-docentes-padecio-problemas-de-estres-en-el-segundo-ano-de-la-pandemia>
- von der Embse, N., & Mankin, A. (2021). Changes in Teacher Stress and Wellbeing Throughout the Academic Year. *Journal of Applied School Psychology*, 37(2), 165–184. <https://doi.org/10.1080/15377903.2020.1804031>
- Zee, M., & Koomen, H. M. Y. (2016). Teacher Self-Efficacy and Its Effects on Classroom Processes, Student Academic Adjustment, and Teacher Well-Being: A Synthesis of 40

Years of Research. *Review of Educational Research*, 86(4), 981–1015.

<https://doi.org/10.3102/0034654315626801>