



**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA
NACIONAL**

Educadora de educadores

**FACTORES DEL ESTRÉS LABORAL
EN EL PAPEL ACTIVO DEL DOCENTE**

Modalidad de Monografía

Natasha Sabrina Amanda Blanco Herrera
Código 2019277006

Juan Pablo Caballero Quiroz
Código 2019277009

Tutora externa: Carolina Camargo Lombana

Trabajo de grado para optar por el título de Licenciados en Artes Escénicas.

**Universidad Pedagógica Nacional
Facultad de Bellas Artes
Licenciatura en Artes Escénicas
Bogotá D.C**

TABLA DE CONTENIDO

Agradecimientos.....	4
Resumen	5
Abstract.....	6
Carta a los docentes	7
CAPÍTULO I- PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	8
Pregunta de investigación	8
Objetivo general	8
Objetivos específicos	8
Introducción al rol del docente en la educación en Colombia: Revisión Histórica	9
¿Cómo es la educación en otros países?.....	13
Problema y justificación	15
CAPÍTULO II- REFERENTES CONCEPTUALES	25
Educación popular	26
Teatro del Oprimido	28
CAPÍTULO III - MARCO METODOLÓGICO	32
Enfoque de investigación	32
Instrumentos	33
Encuesta descriptiva	33
Test Burnout Maslach.....	34
La entrevista como instrumento de apoyo para la encuesta descriptiva.....	38
CAPÍTULO IV – ANÁLISIS DE RESULTADOS	39
Factores emergentes de estrés en el estilo de vida de los docentes del ICES.....	40
Factor personal	40
Factor social	46
CAPÍTULO V - CONCLUSIONES.....	55
1. Conciencia del término estrés laboral	56
2. Factores que generan estrés y sus consecuencias.....	57
3. Revisión del rol docente en Colombia y del término de Educación Popular.....	57
4. Las Artes Escénicas como medio para prevenir el estrés	58
Bibliografía	60

ÍNDICE DE TABLAS, GRÁFICOS Y FIGURA

Tabla 1 - Salarios según Títulos obtenidos – Fuente: MinEducación	19
Tabla 2 - Categorías reflejadas en la encuesta (creación propia)	36
Tabla 3 - Categorías y sus enunciados (creación propia).....	38
Tabla 4 - Opciones de respuesta (creación propia).....	38
Gráfico 1 - Resultados Categoría Físico Emocional (creación propia)	41
Gráfico 2 - Resultados Categoría Económico (creación propia).....	45
Gráfico 3 - Resultados Categoría Laboral (creación propia)	49
Gráfico 4 - Resultados Categoría Político (creación propia)	53
Figura 1 - Elementos para creación de recomendaciones (creación propia)	54

Agradecimientos

Natasha

A la primera persona que quiero agradecer es a mi mamá, por haberme proporcionado la mejor educación, lecciones de vida y amor.

A mis hermanas por acompañarme en todo mi proceso de educación y por apoyarme cuando lo necesitaba.

A mis compañeros de grupo por los momentos compartidos y la ayuda brindada en el proceso.

A mi abuela materna, porque fue profe.

Juan Pablo

A la vida y al destino por marcarme el camino a seguir durante todo este proceso.

A mis padres por el apoyo emocional, psicológico y en especial financiero en la búsqueda de cumplir mis sueños.

A las artes escénicas por mostrarme la verdadera belleza del alma humana y a la docencia por su lucha constante por transformar mentes más críticas y rebeldes.

Queremos agradecer a nuestra tutora la profesora Carolina Camargo, por ser la guía de este proceso.

A la profe Lorena Hormaza por ser el faro en el mar de dudas.

A la profesora Lorena López: Thank you so much!

Al ICES de Ciudad Bolívar por abrirnos sus puertas y recibirnos.

A los profesores del ICES por enseñarnos otras maneras de educar.

Gracias a la Universidad Pedagógica Nacional por la oportunidad de estudiar en una Universidad Pública, la educadora de educadores.

Resumen

Este trabajo tiene como tema central los factores que determinan el estrés laboral en el papel activo del docente. El objetivo de este proyecto es proponer diferentes recomendaciones desde las artes escénicas (Teatro del Oprimido) para la prevención del estrés laboral teniendo como objeto de investigación la Institución Cerros del Sur de Ciudad Bolívar y su enfoque de Educación Popular. A partir de la realización de una encuesta basada en el Test Burnout Maslach, un instrumento de medición que maneja las diferentes dimensiones del estrés según una serie de preguntas que determinan si el nivel es alto, medio o moderado, se pretende determinar la presencia o no de estrés en el plantel docente de la Institución Cerros del Sur y visualizar cuáles son los factores que causan estrés. Así mismo, se realizó una revisión histórica del papel docente en Colombia para comprender cómo estos procesos políticos e históricos pueden afectar al bienestar docente.

En relación con algunos conceptos como el estrés laboral, el síndrome de Burnout hace referencia a la cronificación del estrés laboral y es un fenómeno que afecta especialmente a los docentes de educación básica primaria y secundaria (UNAL, 2022). Como método de investigación se decidió utilizar la investigación descriptiva, la cual permite establecer criterios para la investigación de varios elementos (Cerdeña, 1991). Para cumplir con el objetivo principal se creó una cartilla que reúne elementos que abordan diferentes aspectos para hablar del estrés laboral docente y las recomendaciones desde la Educación Popular y el Teatro del Oprimido para prevenirlo.

Palabras claves: Estrés laboral docente, Escuela, Educación popular, Artes Escénicas, Teatro del Oprimido.

Abstract

This research project focuses on the main factors that might cause work stress when teachers have an active role in their educational settings. The main objective of this research aims at providing some advice to the educational setting Institución Cerros del Sur de Ciudad Bolívar, based on performing arts (Theater of Oppressed); therefore, there can be some preventive actions in regard to work stress. In this project, there was the implementation of a survey based on the Test Burnout Maslach to the teachers' staff at Cerros del Sur de Ciudad Bolívar; this instrument allows the researchers to observe and measure the different dimensions of stress based on some pre-established questions. Likewise, this research presents a historical review of the teaching role in Colombia and how the political and historical background might have a relation with teachers' well-being. The research method for this project was the descriptive one, which allowed us to create some criteria for the research itself. As a result from the research project process, the researchers created a booklet which presents some advice from Popular Education and the Theater of Oppressed which might prevent work stress.

Keywords: Teacher Job Stress, School, Popular education, Scenics arts, Theater of Oppressed

Carta a los docentes

Desde que empezamos a aprender y a encontrarnos con la vida académica entrelazamos nuestro camino con los profesores. Ellos son los encargados de instruirnos en las áreas básicas del conocimiento humano y proporcionarnos las herramientas necesarias para defendernos social y culturalmente. Sin embargo, cuando somos niños, juzgamos la labor docente y hacemos comparaciones odiosas sin conocer su contexto, encasillándolos en el profesor bueno y malo. Los buenos, eran aquellos que muchas veces dejaban salir temprano al descanso, no ponían tarea, jugaban con nosotros en el patio, no eran dictatoriales, tenían clases dinámicas, se les notaba el gusto por enseñar y siempre llegaban con una sonrisa y un juego para comenzar la clase. Aquellos profesores malos gritaban mucho, dejaban tarea, no nos tenían paciencia, siempre hacían evaluaciones, conservaban en sus listas a varios alumnos preferidos y no tenían buena disposición en el aula. Sus clases se nos hacían eternas y rogábamos para que llegara la hora del descanso y así poder salir lo más pronto posible.

Tal vez en la niñez no somos conscientes de lo que conlleva ser docente y porqué los profesores tienen esas actitudes. Cuando crecemos nos damos cuenta de que esas conductas pueden ser producto de diferentes factores que podrían afectarlo y que la docencia es una labor mucho más compleja que solo entrar al aula y hablarles a los estudiantes. Como docentes en formación reflexionamos desde la experiencia en nuestras prácticas académicas y en la vivencia universitaria que la figura del profesor tiene la responsabilidad, el privilegio y el objetivo de guiar, educar y motivar a los estudiantes en su proceso de aprendizaje. Implica también compartir conocimientos, fomentar el pensamiento crítico e inspirar curiosidad, creatividad e imaginación para ayudar a desarrollar habilidades académicas y personales. Como diría Freire "ser maestro es ser constructor de mundos, arquitecto de sueños"

Es por eso por lo que este trabajo se preocupa por el bienestar docente y tiene como eje de investigación los factores de estrés laboral que afectan a los profesores. Así mismo, reconoce la labor docente desde su rol en la historia de la educación en Colombia y se propone concientizar desde contenidos pedagógicos y creativos, como la Educación Popular y el Teatro del Oprimido, para crear diferentes recomendaciones desde estos aspectos que ayuden a prevenir el estrés laboral en los docentes. Por ello querido docente, queremos que este proyecto sea un regalo y un reconocimiento a tu trabajo para seguir con tu lucha de transformar vidas desde el aula, así muchas veces parezca imposible por las circunstancias exigidas por la sociedad.

¡MUCHAS GRACIAS Y CONTINÚA TRANSFORMANDO DESDE LA EDUCACIÓN!

CAPÍTULO I- PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Con el fin de introducir al lector, los siguientes puntos hacen parte de la ruta investigativa que siguió este proyecto:

Pregunta de investigación

¿Qué elementos pedagógicos y creativos desde las artes escénicas se deben tener en cuenta para plantear diferentes recomendaciones para prevenir el estrés laboral docente en la Institución Educativa Cerros del Sur de Ciudad Bolívar?

Objetivo general

Proponer algunas recomendaciones desde las artes escénicas a partir de elementos pedagógicos y creativos para prevenir el estrés laboral docente en el ICES Ciudad Bolívar.

Objetivos específicos

- Comprender el rol docente desde una perspectiva histórica y focalizada a partir de una revisión documental.
- Desarrollar un diagnóstico del contexto de la Institución Educativa Cerros del Sur a partir de la aplicación de una encuesta basada en el Test Burnout Maslach para identificar posibles causas y propuestas al estrés laboral docente.
- Concientizar por medio de los contenidos de las artes escénicas la pertinencia de una propuesta pedagógica desde una institución comunitaria que brinda diferentes elementos para la prevención del estrés laboral docente.

Introducción al rol del docente en la educación en Colombia: Revisión Histórica

El rol de los docentes aparece de manera recurrente en el proceso histórico de Colombia como una de las piezas claves para el fortalecimiento de la calidad de la educación y el desarrollo del país, pues un país sin educación está condenado a la inopia. Por ello, “los profesores deben trasladar a sus aulas y a otros medios pedagógicos el valor, las herramientas analíticas, la visión moral, el tiempo y la dedicación necesarios para devolver a las escuelas su cometido primordial: ser lugares de educación crítica” (Giroux, 2002, p.28).

Teniendo en cuenta que la profesión docente ha estado presente a lo largo de la historia del país es necesario revisar cuáles son los factores que han ayudado y afectado el proceso de su labor y si estas siguen vigentes o se han camuflado en la actualidad considerando diferentes ámbitos como el social, económico y cultural.

Los primeros educadores en Colombia se remontan al siglo XVI y XVIII. Durante esta época los sacerdotes tenían la tarea de convertir a la fe y doctrina cristiana a los indígenas por medio de la intervención de los encomenderos quienes costearon “esta enseñanza”. En el siglo XVIII el territorio nacional experimentó uno de los primeros cambios en el campo educativo con el impulso dado en las reformas establecidas por Carlos III, quien ordenó que las primeras escuelas fueran colocadas bajo el control de los cabildos de villas y ciudades. Sin embargo, esto representó un mal manejo de dinero que se veía reflejado en el sueldo de los maestros, pues la renta impuesta por la corona para el pago de las escuelas muchas veces no podía ser costeadas

por los habitantes de las villas y ciudades quienes se veían obligados a solicitar ayuda al virrey para pagar al maestro de escuela. De esta manera, el maestro no tenía la posibilidad de recibir un sueldo digno acorde a su labor y era frecuente que los padres de los alumnos tuvieran que contribuir con uno o dos reales mensuales para que pudiera sobrevivir. (Jaramillo, 1980)

La historia de la educación colombiana en el período de 1880 a 1900 estuvo marcada por diferentes cambios significativos que influyeron directamente en la cultura de ese entonces. Este periodo es conocido como “la Regeneración” el cual tuvo como objetivo la centralización política y la búsqueda del orden. Las constantes luchas políticas y enfrentamientos partidistas que tuvieron lugar durante las dos últimas décadas del siglo XIX marcaron el contexto social e influenciaron los cambios en el ámbito educativo. En 1880 la coalición de conservadores y liberales independientes opuestos al radicalismo llevaron a la presidencia en nombre del partido Nacional al político cartagenero Rafael Núñez, quien comenzó de inmediato un programa de reformas en todo el país.

Dentro de estas reformas se encontró la del campo educativo, vinculado directamente al proyecto centralista que caracterizó este periodo. Una de las principales reformas fue la creación de la constitución de 1886, la cual estableció a la religión católica como parte integral de la nación, asegurando su protección por parte de los poderes públicos al considerarla como un elemento esencial del orden social y determinando que la educación pública sea organizada en torno a la religión católica. Es así como se estableció la enseñanza obligatoria de la religión católica en todas las

escuelas del país y se impuso la enseñanza de textos religiosos y morales que reflejaran el nombre de la religión católica. Así mismo, se decretó el derecho de denunciar y excluir a todo docente que practicara creencias religiosas y morales distintas a las que el Estado sancionó como oficiales. (Olarte, 1989)

De acuerdo con lo anterior, se logra evidenciar que a pesar de que el profesor en la práctica educativa del siglo XIX en Colombia se convierte en un soporte del saber pedagógico, su labor ha sido calumniada por instituciones y por otros, reduciendo su papel al de la enseñanza desconociendo la historicidad de la pedagogía. Se han tergiversado tanto su labor y su palabra que otros sujetos de otras ciencias humanas ajenas a la educación se la han repartido como si fuese propio el complejo saber de la formación educativa. Queda como secuela que el maestro sigue siendo un nómada de su saber y siendo visto como un mártir por la sociedad donde aprende por las propias instituciones el saber pedagógico y donde es señalado como un adoctrinador de “ideas revolucionarias”. (Zuluaga, 1999).

Durante el siglo XX surge en Colombia la ley 39 de 1903 o Ley Uribe la cual ha sido poco observada desde el punto de vista de las relaciones y efectos que causó en su implementación. Revisando la historia educativa en Colombia esta ley es vista como el inicio de la modernización en el país a inicios del siglo XX en un momento en donde se quería consolidar la unificación de la nación con el estado “a la par de la dotación de una infraestructura mínima para el intercambio comercial y la creación de un mercado interno.” (Ospina, 2015, p.101) En esa época, las mujeres hacían parte del 75% del gremio profesoral que se desempeñaba en las zonas urbanas y rurales de nuestro país.

Su opinión en las discusiones sobre la educación no era escuchada. Esto tiene como precedente el siglo XIX donde la mayoría de las mujeres eran maestras, no solo por su formación normalista, sino porque se les exigía o “dotaba” de buenos modales, discreción y sobre todo fidelidad a la iglesia católica, institución que seguía teniendo poder en las decisiones futuras del Gobierno Nacional. En ese sentido, las prácticas desarrolladas por las “señoritas”, como eran llamadas, no era voz suficiente para darles el estatus de voceras válidas en las discusiones sobre la educación en Colombia. Hacia el primer cuarto del siglo XX, no hay evidencias suficientes que permitan ver a profesoras hablando públicamente sobre la educación y mucho menos ocupando cargos directivos de mayor relevancia, más allá de algunas rectoras en escuelas específicas quienes desempeñaban el rol de servir a instituciones mayores. (Ospina, 2015).

En Colombia, el rol del docente ha sido parte esencial para la construcción de nación, pues existen momentos claves en la configuración no solo de la profesión del educador en el país, sino del proceso de formación que le subyace. Por ejemplo, Colombia es un país que tiene dos estatutos para regular la profesión docente. El primero, fue negociado entre el magisterio y el gobierno: Decreto 2277 de 1979. El segundo es el Decreto 1278 de 2002 que fue impuesto por el gobierno nacional, sin tener en cuenta el criterio de los maestros. Este decreto hace parte del modelo de regulación con el cual se ha gestionado durante los últimos años la educación pública. Teniendo en cuenta esto y así como lo mencionó FECODE (2012):

“La existencia del doble estatuto divide al cuerpo magisterial y desmonta reivindicaciones profesionales, educativas y pedagógicas alcanzadas por los

docentes en varios años de lucha y arduos procesos de concertación con el Estado. Afecta sustancialmente las posibilidades de estabilidad laboral, ascenso en la carrera docente y condiciones para el ejercicio de la profesión. Sin duda, es necesario no solo abrir ese gran debate sino generar un conjunto de acciones encaminadas a la adopción de un nuevo estatuto” (p.3).

¿Cómo es la educación en otros países?

La calidad, el desempeño educativo y el rol docente se han visto reflejados en diferentes países que con sus propuestas apuestan por la mejora de la enseñanza, aprendizaje y bienestar docente. En países como Finlandia no solo es fundamental que su educación genere un valor alto en la sociedad, sino que también tengan un desempeño bueno en las pruebas de conocimiento. A su vez, también se ha demostrado que las inversiones en la calidad docente son las que contribuye a mejorar el aprendizaje en los estudiantes, teniendo en cuenta la labor docente como el catalizador para la excelencia y la calidad educativa.

En casos como Chile, la educación es monitoreada por las autoridades nacionales competentes, haciendo el análisis respectivo de la labor del docente y si su desempeño es el óptimo y esperado. Hay casos donde algunos procesos son acompañados por centros de investigación dedicados a la docencia, donde de la mano con instituciones evaluadoras se plantean capacitaciones o charlas sobre los problemas que aquejan a los profesores chilenos.

En Brasil la labor docente es notoriamente muy débil. La mayoría de los docentes son normalistas lo que demuestra el poco dominio de las materias dictadas por los profesores, quienes tienen una nula práctica pedagógica que hace que las clases se vean completamente descontextualizadas haciendo que los estudiantes no aprendan nada.

En el caso de Canadá, específicamente en Ontario, el éxito de la política educativa reside en tres aspectos. El primero es la unificación curricular, una guía que proporciona los saberes que los estudiantes deben aprender en cada nivel de enseñanza. El segundo son las garantías que se le ofrecen al docente y que incluyen buena remuneración y subsidios a la formación. El último aspecto es el apoyo a colegios de bajo desempeño a partir de acompañamiento de expertos externos, apoyo en recursos suplementarios y mejoramiento de la planta docente.

Otro de los países en los cuales la apuesta educativa ha sido un éxito es Corea del Sur, pues a lo largo de su historia ha experimentado diferentes cambios que lo han llevado a ser uno de los países con mejor política educativa. Una de estas mejoras fue en el año 2000, con la reforma curricular, la cual “prioriza la creatividad y el uso de tecnologías de la información para el aprendizaje” (Compartir, F, 2019, p.104). Esta reforma abrió camino para que el currículo que existe hoy en día en Corea sea uno basado en adquirir habilidades de creación, innovación y el fortalecimiento del trabajo en equipo. Para que se generen estos cambios en la malla curricular y garantizar su vigencia este documento se revisa entre cada cinco y diez años.

Teniendo en cuenta el recorrido histórico a lo largo de la educación en Colombia y en el mundo, la construcción del docente ha sido partícipe de diferentes etapas que definen el papel del profesor en la actualidad y sus condiciones laborales. El objetivo del docente no es solo transmitir conocimientos, sino formar un pensamiento crítico a partir del diálogo y el acompañamiento al estudiante. Sin embargo ¿cómo lograr este objetivo teniendo en cuenta las condiciones laborales que tiene hoy en día el docente en Colombia? Hay una crisis en la enseñanza que se ve reflejada en el bienestar actual del profesor y que es resultado de las diferentes construcciones históricas que se han dado en el país. El docente tiene que tomar una postura reflexiva sobre los cambios y las condiciones en las que labora para ser agentes críticos en su contexto de enseñanza y “trabajar en solidaridad con los demás para conseguir cierto control sobre las condiciones de su trabajo” (Giroux, 2002, p.29).

Problema y justificación

A pesar de los esfuerzos por mejorar el bienestar educativo en Colombia el estrés laboral es uno de los principales factores que padecen los docentes. En el año 2000, “la Organización Mundial de la Salud reconoció el estrés laboral como un factor de riesgo que puede afectar de diferentes formas a cada persona” (UNAL, 2022, párr. 1) e influir de manera negativa en la salud física y emocional. En el contexto colombiano el estrés laboral es uno de los factores de deserción y pérdida del trabajo que existen actualmente en el país. Según un estudio de la firma Mercer-Marsh realizado a mil empleados, tres de cada cinco trabajadores en Colombia dicen sentirse al menos un poco estresados todos los días. El estudio pone a la nación en lo alto del ranking de países con más personas

sufriendo de esta condición, pues el porcentaje de empleados por región que dijeron sentirse extremadamente, muy o algo estresados a diario fue del 50% en el ámbito global; el 56% en Latinoamérica y el 57% en Colombia. (La República, 2023). Durante la pandemia y a pesar de las medidas como el teletrabajo, este problema no desapareció.

La coyuntura asociada al virus Covid-19 causó que muchos trabajadores empezarán a sufrir estrés laboral desde sus hogares tal y como lo indicó un informe realizado por el Ministerio de Salud en la Encuesta Nacional de condiciones laborales, en donde “determinó que entre el 20% y 33% de los trabajadores manifestaban un alto nivel de estrés” (Castañeda, 2020, párr. 3). Siguiendo estas cifras se puede concluir que el ambiente en el que se ejerza el trabajo (presencial o virtual) no es un factor concluyente para establecer las causas del estrés laboral. Hay que revisar de manera específica y contundente los diferentes campos laborales en Colombia (medicina, docencia, ingeniería, empleos públicos, etc.) por qué se da el estrés y qué procedimientos o formas hay que seguir para evitar que suceda, pues según Salamanca y Garavito (citando a Martínez, 2008) plantean que “es difícil considerar alguna ocupación, profesión u oficio que no implique estrés, dada la rapidez y las exigencias en las cuales están inmersas las personas” (Salamanca y Garavito, 2020, párr. 3)

En el campo de la docencia “el síndrome de burnout hace referencia a la cronificación del estrés laboral y es un fenómeno que afecta especialmente a los docentes de educación básica primaria y secundaria.” (UNAL, 2022, párr. 3). Para detectar este padecimiento es necesario aplicar el Test Burnout Maslach, un instrumento de medición

que maneja las diferentes dimensiones del síndrome según una serie de preguntas que determinan si el nivel es alto, medio o moderado.

En Colombia existen diferentes estudios que plantean las posibles causas y factores que influyen en el síndrome de burnout en los docentes. Según UNAL (2022) “entre los factores que más influyen al docente bogotano al momento de desarrollar estrés están la sobrecarga laboral, las malas condiciones de trabajo, el trato con padres de familia y el sistema educativo poco organizado en el contexto nacional” (párr. 4). La sobrecarga laboral consiste en un alto nivel de trabajo administrativo que los docentes tienen que presentar entre los que se encuentran los informes, planillas, seguimiento de evaluaciones de sus estudiantes y diferentes requerimientos que exigen las instituciones, que conllevan asimismo a sobrepasar las horas laborales y a tener problemas físicos y vocales ligados al estrés en el aula, con lo cual pueden desarrollar ansiedad y otros problemas psico-emocionales.

Para analizar los diferentes factores que derivan del estrés laboral docente es necesario reconocer el significado de estrés laboral. Según Alvites (2019):

El estrés laboral es una respuesta fisiológica, emocional y conductual, que lleva a una pérdida de motivación, e influye hacia sentimientos de inadecuación y fracaso en el trabajador, lo cual le genera un desajuste en su desempeño y repercute en su salud física y psicológica, mermando en su capacidad de concentración y cambios fluctuantes en su estado de ánimo. (párr. 1)

Esto indica que el estrés laboral afecta diferentes facetas del trabajador y puede repercutir de manera negativa en los procesos laborales. A nivel docente estas presiones se ven reflejadas en la carga de trabajo, los tiempos adicionales dentro de las horas académicas sin ningún beneficio, cambios en las mallas curriculares, conflictos en el aula y salones con gran cantidad de estudiantes. Estos factores influyen en la salud del docente lo cual imposibilita su desarrollo profesional y académico en el aula pues “la interrelación negativa entre las condiciones laborales y los factores humanos, pueden generar consecuencias nocivas, de los cuales se tienen tres aspectos detectados: el rendimiento en el trabajo, la satisfacción el mismo y la salud del trabajador” (Díaz, 2011, p. 82)

La presencia de estrés laboral docente está directamente relacionado a las condiciones en las que el profesor ejerce su trabajo. Es por esto por lo que para detectar si existe un nivel de estrés, es necesario revisar el contexto en donde el docente ejerce su labor y las posibles causas que lo generan. Algunas de las variables que pueden causar estrés en el plantel docente son: escasez de recursos materiales y humanos, tener que atender las necesidades específicas de apoyo a los estudiantes, falta de motivación por parte de los alumnos, problemas de disciplina estudiantiles, falta de reconocimiento social por parte del país al no proponer nuevas propuestas educativas, falta de colaboración por parte de los acudientes, poca o nula relación con el resto de la comunidad educativa y desigualdad salarial en la forma como se les contrata según sus competencias y conocimientos adquiridos. En la siguiente tabla se ve reflejada la forma de contratación que existe actualmente en Colombia y el salario correspondiente según el título.

Título	Grado o escalafón	Nivel salarial	Asignación básica mensual	Valor adicional
Normalista Superior	1	A	\$1.506.519	
		B	\$1.920.390	
Tecnólogo en Educación		C	\$2.475.525	
		D	\$3.068.850	
Licenciado o Profesional no Licenciado	2		Sin especialización	Con especialización
		A	\$1.896.063	\$2.060.890
		B	\$2.477.441	\$2.633.097
		C	\$2.893.617	\$3.262.063
		D	\$3.457.870	\$3.860.432
Licenciado o Profesional no Licenciado	2		Maestría	Doctorado
		A	\$2.180.471	\$2.464.881
		B	\$2.849.058	\$3.220.675
		C	\$3.327.659	\$3.761.701
		D	\$3.976.548	\$4.495.228
Licenciado o Profesional no Licenciado con Maestría o con Doctorado	3		Maestría	Doctorado
		A	\$3.173.382	\$4.209.738
		B	\$3.757.408	\$4.941.710
		C	\$4.646.994	\$6.240.112
		D	\$5.384.487	\$7.163.444

Tabla 1 - Salarios según Títulos obtenidos – Fuente: MinEducación

Otro factor que puede generar estrés laboral en el docente es la poca claridad en las políticas públicas en educación. La falta de contratación, los procesos de selección, la destinación de los recursos educativos y otros factores más hacen que la docencia se

vea afectada por los estamentos políticos del país, lo cual genera inconformidad y estrés para el profesor. (MinEducación, 2022)

El rol de los docentes también se ve afectado por la cuarta revolución industrial, un movimiento masivo de digitalización de las industrias y los servicios, el cual traslada muchas funciones y oficios a las tecnologías de la información de manera más inteligente y óptima reemplazando completamente el papel del humano (Rodríguez et al., 2021). Teniendo en cuenta esto, el papel del docente pertenece de un sistema que educa para hacer parte de un engranaje de la industria social y no para potencializar las habilidades de sus estudiantes, desmotivando y afectando la labor del docente como educador. El internet también se ha constituido como la base principal para la transferencia de conocimientos, haciendo que este sea un eje fundamental para las nuevas formas de educación. La labor del profesor en esta cuarta revolución es utilizar los recursos que proporcionan las nuevas tecnologías para emplearlas como una herramienta útil y necesaria para la educación.

Otro tema que aqueja a los docentes actuales es la calidad educativa en las instituciones, pues se le considera un tema de suma importancia en la búsqueda de la formación de los estudiantes del futuro que ayuden a promover el desarrollo de una nación. Según la Organización de las Naciones Unidas para la Educación UNESCO (2005) una educación de buena calidad “facilita la adquisición de conceptos, aptitudes y actitudes que posean un valor intrínseco y contribuyan a la consecución de objetivos humanos”. (p. 43). Es importante resaltar que en la búsqueda de la calidad educativa existen diferentes modelos pedagógicos definidos a partir del contexto, la variedad y el

tipo de escuela. Uno de ellos es el de la educación popular, la cual pretende facilitar la enseñanza de manera transformadora desde los sectores populares para el mejoramiento de sus condiciones de vida. (Van De Velde, 2012.) Por ello, el conocimiento de la gran variedad de modelos educativos permite crear una comunidad alrededor de la enseñanza, dándole importancia a la educación como derecho fundamental.

Teniendo en cuenta los procesos históricos que ha tenido la profesión docente y los factores que han influido en su bienestar, el objetivo central de este proyecto radica en plantear diferentes recomendaciones desde lo pedagógico y creativo para prevenir el estrés laboral docente, teniendo en cuenta los resultados de la encuesta basada en el Test Burnout Maslach aplicado al plantel de profesores del Instituto Cerros del Sur (ICES) ubicado en la localidad de Ciudad Bolívar.

Ciudad Bolívar es una localidad mayoritariamente rural y montañosa que ha sido marginada durante los últimos años por la alcaldía de Bogotá. Sus primeros pobladores eran personas de bajos recursos, lo que hizo se desarrollara, en su mayoría, socialmente como una localidad llena de carencias económicas y sociales. Esto implica que afronte diversas dificultades para el desarrollo social. Sin embargo, a pesar de esas carencias ha podido generar su propio desarrollo de manera comunitaria.

El Instituto Cerros del Sur (ICES), (Cll 81 # 42-09) presta sus servicios educativos en los niveles de preescolar, básica primaria, básica secundaria y media. Es una institución de carácter comunitario y con énfasis en educación cultural y al estar ubicada en Ciudad Bolívar se ve afectada por los factores sociales y económicos

anteriormente mencionados. Sin embargo, al ser un colegio comunitario y tan cercano a las carencias de la localidad, la comunidad abraza, defiende y protege la institución, así como apoya y entiende el porqué de la importancia de la educación en este sector, a pesar de las dificultades económicas y sociales que puedan tener. Siendo un colegio con énfasis en educación cultural la institución logra que los estudiantes, profesores y comunidad educativa presentes sean personas que tengan un gran interés por las actividades y oferta cultural que hay en la localidad y que apoya la Alcaldía local.

De esta manera, los habitantes de este sector pueden disfrutar de las diferentes propuestas culturales que emergen a pesar de sus carencias económicas y dirigentes quienes los abandonaron. Una de esas actividades culturales es *“No le saque la piedra a la montaña”* una idea ambiental y cultural del barrio Potosí, donde se busca prohibir la minería de la montaña del sector. Allí los jóvenes usan espacio para jugar, caminar y estar en medio de la naturaleza. Sin embargo, se ha visto devastada por los empresarios que quieren afectar al ecosistema. Por ello, por medio de pancartas, protestas y muestras culturales los jóvenes que encabezan el proyecto han logrado hacer conciencia de la importancia de la montaña para el sector y se han sobrepuesto a las empresas explotadoras del medio ambiente. (El Espectador, 2015).

También es importante mencionar la edificación del *Teatro El Ensueño*, un centro cultural inaugurado en diciembre de 2019 con el equipamiento suficiente para que las personas que viven en los sectores aledaños puedan disfrutar del teatro en grandes formatos. A sí mismo, este proyecto tiene el objetivo de vincular activamente a la comunidad a las actividades culturales de gran impacto como en el resto del Distrito

Capital. (IDARTES, 2019). Uno de los procesos más importantes que ha tenido esta localidad fue la construcción del TransmiCable en el 2014. Más allá de ser un paso adelante en el progreso, también sirvió para dar paso a proyectos turísticos y culturales en la localidad que buscan mejorar la calidad de vida de los residentes. Lugares como el *Museo de la Ciudad Autoconstruida* o muchos murales artísticos son visibles en las estaciones del TransMiCable y adornan de color el trayecto de los habitantes de Ciudad Bolívar.

Como se mencionó anteriormente, este trabajo busca realizar un diagnóstico de contexto de la Institución Educativa Cerros del Sur por medio del Test Burnout Maslach. Este Test es un instrumento de medición que maneja las diferentes dimensiones del estrés según una serie de preguntas que determinan si el nivel es alto, medio o moderado. Para la aplicación del test Burnout Maslach es necesario tener en cuenta los factores y las razones por las cuales se evalúa con el propósito de conocer la presencia de estrés laboral.

Considerando los diferentes factores que se evalúan en el inventario Burnout Maslach los cuales son (Agotamiento emocional, Despersonalización, (Falta de) Realización Personal y (Falta de) Involucramiento), el test propuesto para el diagnóstico de contexto docente en la Institución Educativa Cerros del Sur tuvo como ejes centrales cuatro factores, dos de los cuales estuvieron basados en los elementos que evalúa el Inventario Burnout Maslach y que contenían cinco afirmaciones que hacían referencia a los sentimientos encontrados en el ejercicio de la labor docente. Estos factores fueron el ámbito laboral, físico emocional, político y económico.

Teniendo en cuenta que la Institución Educativa Cerros del Sur es un colegio con énfasis comunitario, los factores propuestos en el test estuvieron relacionados a la percepción del bienestar docente desde el ámbito comunitario. Por ello surge la intención de enfatizar en el ámbito de comunidad por medio de la Educación Popular para concientizar desde los contenidos de las artes escénicas la pertinencia de diferentes recomendaciones desde lo pedagógico y creativo en una institución comunitaria con el objetivo de prevenir el estrés laboral docente. Según Tumay (2021):

[...] es imperante reconocer las prácticas culturales, artísticas y comunitarias desde lo teórico y lo empírico, pues ello permite: el fortalecimiento de la identidad; reconocimiento de la diversidad; cohesión social, comprendiendo la cultura el arte como una apuesta política y social, de lo contrario no podrían establecerse intenciones de transformación, desembocando en su caducidad. (p.30)

Las artes escénicas como campo disciplinar reúne diferentes elementos como el teatro, la danza y la música. A partir de los recursos que brinda el teatro se pueden encontrar diversos ejercicios que fomenten el fortalecimiento de la voz y la corporalidad desde la expresión. Siguiendo esto, uno de los objetivos que se proponen en este proyecto está relacionado a la revisión de contenidos desde las Artes Escénicas que permitan crear diferentes recomendaciones para prevenir el estrés laboral docente. El arte como área de enseñanza docente, va más allá de un hacer o una habilidad, se consolida como un método de comunicación, expresión y sensibilización, promoviendo el desarrollo de competencias activamente críticas. (Barragán, Camargo, 2019.)

Así pues, el elemento escogido desde este campo fue el Teatro del Oprimido, específicamente el Teatro Imagen, el cual, según Boal (2002) “crea espacios de libertad donde la gente puede dar rienda suelta a sus recuerdos, emociones, imaginación, pensar en el pasado, en el presente, e inventar su futuro en lugar de sentarse a esperarlo de brazos cruzados” (p. 14)

Desde esta perspectiva y teniendo en cuenta los medios que proporciona el teatro se plantea proponer por medio de aspectos pedagógicos y creativos diferentes recomendaciones para prevenir el estrés laboral en el ICES Ciudad Bolívar teniendo en cuenta la implementación de la encuesta basada en el Test Burnout Maslach y la revisión histórica para comprender el rol del profesor en Colombia y los factores que pueden generar estrés laboral. Con ello, se pretende visibilizar la labor docente, entendiendo los dilemas que aquejan a los profesores en el ámbito nacional e institucional desde la construcción histórica y sociocultural de la educación en el país siguiendo los referentes que proporciona el teatro.

CAPÍTULO II- REFERENTES CONCEPTUALES

En los siguientes apartados se detalla la línea conceptual que caracteriza la investigación de este proyecto. De esta manera esta ruta investigativa se dividirá en dos partes teniendo en cuenta el objetivo central de este trabajo: concientizar por medio de los contenidos de las artes escénicas la pertinencia de una propuesta pedagógica desde

una institución comunitaria para la prevención del estrés laboral docente. La primera es la revisión del concepto de Educación Popular, el cual orientará desde diferentes aportes de lo comunitario a la creación de recomendaciones para prevenir el estrés laboral docente a partir de este componente pedagógico. El segundo concepto es el Teatro del Oprimido, término escogido desde las artes escénicas que dialoga con el análisis de resultados para encontrar rutas que guíen a la creación de diferentes recomendaciones desde lo pedagógico y creativo para prevenir el estrés laboral docente.

Educación popular

La Educación Popular tiene un propósito político y social cuya propuesta pedagógica y metodológica es facilitar los procesos de desarrollo comunitario, construyendo colectivamente alternativas y oportunidades de avance desde cada una de las realidades en las que se vive. La intención principal de la Educación Popular es construir de manera conjunta oportunidades de aprendizaje, partiendo desde las propias experiencias y desde los lugares sociales del contexto.

Para entender cómo enseñar desde la Educación Popular, su punto de partida es la experiencia vivida, pues permite construir colectivamente teniendo en cuenta la realidad en la que vivimos. Es un proceso en conjunto de recuperación crítica de las prácticas educativas que da un sentido a los componentes y a los procesos de educación que intervienen en ella. (Van De Velde, 2012.)

La idea principal de la Educación Popular, como decía Paulo Freire es tener un compromiso ético con la forma de enseñanza, por encima de lo didáctico, pedagógico, epistemológico, político o ideológico, con la intención de darle un giro de transformación a la realidad en la que se vive. (Van De Velde, 2012.) La Educación Popular está concebida como una forma histórica, política y se percibe desde la condición del pensamiento crítico de la realidad, la cual se refleja desde los ámbitos sociales, comunitarios, históricos y políticos de un sector. (Ghiso, 1998).

Adicionalmente, cabe aclarar que la Educación Popular también se ha visto afectada por los avances dados a través del tiempo desde las luchas sociales, incluso desde América Latina. En relación a lo anterior “Estas prácticas educativas se ubican en contextos políticos de silenciamiento y sometimiento de los sectores populares de América Latina; muchas propuestas formativas afianzaban desigualdades y agudizaban conflictos en las comunidades, debilitando lazos de pertenencia, comunicación e interrelación, generando desplazamientos de los campos a las ciudades, porque aquellos que se formaban no encontraban espacios de desempeño en sus entornos” (Ghiso, 2016, p.64)

En el caso del Instituto Cerros del Sur (ICES) la educación está relacionada a los propósitos e ideales de la Educación Popular. Allí, los docentes están comprometidos con su labor en el colegio y en la comunidad, sin importar los obstáculos que presenten en el camino desde el contexto que hay en la localidad de Ciudad Bolívar y en esos estudiantes.

Para finalizar, es importante mencionar el proceso de Educación Popular como uno de carácter participativo, donde los estudiantes también deben ser parte de él, pero no solo para aprender, sino para construir una identidad propia desde la institución. Tanto alumnos como profesores son los protagonistas de esta forma de aprendizaje deberían ser los que más protejan y exijan una educación acorde a las necesidades socioculturales que necesitan. (Rodriguez -Mena, 2014).

Teatro del Oprimido

Uno de los objetivos de este proyecto es proponer diferentes recomendaciones desde los contenidos de las artes escénicas para prevenir el estrés laboral docente. El contenido creativo que se escogió para dar cumplimiento a este propósito es el Teatro del Oprimido, desarrollado por el dramaturgo y escritor brasileño Augusto Boal. Sin embargo, para hablar del Teatro del Oprimido es necesario contextualizar este término desde la Pedagogía del Oprimido propuesta por el educador brasileño Paulo Freire, quien planteaba que desde la educación se podían transformar diferentes situaciones de desigualdad en Latinoamérica. A partir de esto, Freire proponía dos términos para definir estas desigualdades: oprimidos y opresores, pues según Ocampo (2007) “el pueblo latinoamericano vive en la opresión por fuerzas sociales superiores, “los grupos opresores”, que no permiten su liberación” (p.63) Para que los oprimidos puedan visualizar la realidad a la que se ven enfrentados por “los grupos opresores” deben tomar

conciencia por medio de una educación transformadora, liberadora y crítica, pues según Ocampo (2007):

Las masas oprimidas deben tener conciencia de su realidad y deben comprometerse, en la praxis, para su transformación. En ello tiene gran solución la educación, pues la pedagogía del oprimido busca crear conciencia en las masas oprimidas para su liberación. La alfabetización del oprimido debe servir para enseñarle, no solamente las letras, las palabras y las frases, sino lo más importante, la transmisión de su realidad y la creación de una conciencia de liberación para su transformación en un hombre nuevo. (p. 64)

A partir del planteamiento de la Pedagogía del Oprimido de Freire y de las tensiones sociales en Brasil en los años 60', Boal propone el Teatro del Oprimido como una forma de reconocer el teatro desde los juegos y la colectividad para analizar la realidad por medio de una perspectiva crítica y creativa. Siguiendo esto, el Teatro del Oprimido "tiene por objetivo utilizar el teatro y las técnicas dramáticas como un instrumento eficaz para la comprensión y la búsqueda de alternativas a problemas sociales e interpersonales" (Motos, 2013, p.3).

Así como la Pedagogía del Oprimido tiene el propósito de enseñar y de transmitir la realidad por medio de la educación, el Teatro del Oprimido busca dialogar con diferentes contenidos del teatro para poder reconocer, visualizar y tomar conciencia de la realidad. Según Boal (2002) "el Teatro del Oprimido crea espacios de libertad donde la gente puede dar rienda suelta a sus recuerdos, emociones, imaginación, pensar en el

pasado, en el presente, e inventar su futuro en lugar de sentarse a esperarlo de brazos cruzados” (p. 14). Es una forma de reinventar el futuro por medio del teatro.

Para poder visualizar, reinventar y transformar la sociedad desde la mirada del teatro, Boal propone que cada persona puede ser artista y es capaz de mostrar su realidad por medio de los planteamientos del Teatro del Oprimido. Para ello, “el Teatro del Oprimido es una formulación teórica y un método estético, basado en diferentes formas de arte y no solamente en el teatro. Reúne un conjunto de ejercicios, juegos y técnicas teatrales que pretenden des mecanizar física e intelectual de sus practicantes y la democratización del teatro” (Motos, 2013, p.3) Según esto, el Teatro del Oprimido agrupa diferentes formas y técnicas para que cualquier persona, con formación actoral o no, pueda ser partícipe de estas propuestas.

A partir de estos planteamientos surge la propuesta de la colectividad en el Teatro del Oprimido. Según Boal (2002):

Nos vestimos de forma distinta, tenemos diferentes costumbres, inventamos nuestra propia música, nuestra cocina; pero no podemos vivir sólo con lo que creamos inicialmente. La vida es expansiva, se extiende dentro mismo de nuestro cuerpo, creciendo, desarrollándose, y también de forma territorial- física y psicológicamente-, descubriendo lugares, formas, ideas, significados, sensaciones. Esto sucede como un diálogo: recibimos de los demás lo que han creado y les damos lo mejor de nuestra creación” (p. 10)

Para crear es necesario estar y escuchar al otro y así poder crear reflexiones por medio de la representación de historias que involucren a los oprimidos y opresores. Teniendo en cuenta la relación de la creación en colectivo y las reflexiones sobre el poder Motos (2013) afirma lo siguiente:

Con el Teatro del Oprimido se pretende que los participantes reflexionen sobre las relaciones de poder, mediante la exploración y representación de historias entre opresores y oprimidos, a las que el público asiste y participa de la pieza. Las obras teatrales son construidas en equipo, a partir de hechos reales y de problemas típicos de una comunidad, tales como la discriminación, los prejuicios, la violencia, la intolerancia y otros. El Teatro del Oprimido es, ante todo, un espacio de acción que se vale de las técnicas de representación con el propósito de analizar y proponer soluciones de cambio ante la opresión que bajo distintas formas sufren los individuos y las comunidades. (p.3)

Para la creación de las historias en colectivo que den cuenta y reflexionen sobre las relaciones de poder, el teatro del oprimido propone diferentes formas de llevarlas a cabo. Para este proyecto se hará un pequeño énfasis en el Teatro Imagen.

- Teatro Imagen: El Teatro Imagen o teatro del cuerpo, “es una herramienta esencial para implicar al espectador, estimulando su creatividad” (Boal, 2002, p. 67) Su principal objetivo es no usar la palabra y encontrar por medio del cuerpo otras maneras de comunicación. A partir de un trabajo grupal en donde los participantes encuentren diferentes posturas del cuerpo, gestos faciales y la

interacción colectiva se pretende construir una imagen que muestre las relaciones de poder y movilice las opiniones acordadas por el grupo. Teniendo en cuenta esto en la construcción de la imagen “debemos trabajar con la realidad de la imagen, y no con la imagen de la realidad” (Motos, 2013, p.5)

CAPÍTULO III - MARCO METODOLÓGICO

Enfoque de investigación

Este trabajo tuvo como referente metodológico la investigación descriptiva. Según Cerda (1993) el acto de describir emplea diferentes formas de lenguaje como los escritos, gráficos y símbolos que permiten comunicar información. Teniendo en cuenta esto, la investigación descriptiva es un enfoque que posibilita “la capacidad de seleccionar las características fundamentales del objeto de estudio y su descripción detallada dentro del marco conceptual de referencia” (Cerda, 1993, p.73)

Este enfoque se caracteriza por responder preguntas relacionadas al proceso de composición, propiedades y lugar del problema a describir. Para ello, esta ruta metodológica divide el desarrollo de la investigación en tres etapas: establecimiento de criterios para la selección de elementos que serán descritos, recolección de la información y sistematización y presentación.

Para el desarrollo de esta investigación este enfoque permitió relacionar los objetivos propios del método descriptivo con los propuestos en este proyecto. Según

Cerda (1993) este enfoque permite “Describir el contexto en el cual se presenta cierto fenómeno” y logra “Caracterizar globalmente el objeto de estudio” (p.73). De esta manera, la investigación descriptiva permitió recolectar y sistematizar los datos necesarios para el desarrollo de este proyecto por medio de una revisión documental del rol docente desde una perspectiva histórica y mediante la implementación del Test Burnout Maslach en la Institución Educativa Cerros del Sur.

Instrumentos

Encuesta descriptiva

Para la presente investigación se utilizó la encuesta descriptiva como un elemento de recolección de la información el cual permitió recoger los datos necesarios para el desarrollo del proyecto. Según Cerda (1993):

La selección y elaboración de los instrumentos de investigación es un capítulo fundamental en el proceso de recolección de datos, ya que sin su concurso es imposible tener acceso a la información que necesitamos para resolver un problema o comprobar una hipótesis. (p. 235)

Las encuestas descriptivas según Briones (1996) tienen la finalidad de “describir la distribución de una o más variables en el total del colectivo objeto de estudio o en una muestra del mismo” (p. 52). Este tipo de encuesta se relaciona con el enfoque descriptivo, pues responde a preguntas como el ¿qué es? ¿dónde está? y ¿cómo están sus partes interrelacionadas? Esta encuesta se aplicó teniendo en cuenta los parámetros del

Test Burnout Maslach, un inventario que mide el nivel de estrés que puede tener una persona en su trabajo.

Test Burnout Maslach

El término Burnout aparece por primera vez en 1960. Sin embargo, la relación entre este concepto y el cansancio proporcionado por la realización constante de una labor la da en 1974 el psicoanalista Freudenberger. De esta manera se puede definir el burnout desde una perspectiva clínica como “un estado al que llega la persona como consecuencia del estrés laboral” (Ornelas et al., 2020, párr. 4) A partir de diferentes estudios sobre el burnout y su relación con la fatiga y el estrés en el trabajo las psicólogas Christina Maslach y Susan E. Jackson crearon el Test Burnout Maslach, un instrumento de medición que maneja las diferentes dimensiones del síndrome según una serie de preguntas que determinan si el nivel es alto, medio o moderado.

En relación con la aplicación del Test Burnout Maslach, Pérez et al., (2012) afirma que:

Este instrumento, desarrollado por Maslach y Jackson (1981), se sustentó en investigaciones previas sobre los sentimientos que caracterizan a un trabajador con Burnout. A partir de sus primeras aplicaciones en muestras de trabajadores estadounidenses de diferentes ocupaciones, se identificaron cuatro factores para el instrumento: Agotamiento emocional, Despersonalización, (Falta de) Realización Personal y (Falta de) Involucramiento. (p. 256)

Diseño encuesta basada en el Test Burnout Maslach

Para el desarrollo de este trabajo se creó una encuesta basada en el Test Burnout Maslach, un inventario que determina la presencia o no de estrés en una persona. Para el cumplimiento de uno de los objetivos de este proyecto se diseñó esta encuesta la cual fue aplicada en la Institución Educativa Cerros del Sur para así determinar la existencia o no de factores de estrés en el plantel docente. Teniendo en cuenta los resultados de esta prueba el presente trabajo tiene como objetivo proponer diferentes recomendaciones desde lo pedagógico y creativo para así contribuir en la mejora del bienestar del cuerpo docente.

La idea de usar el test como instrumento para medir la presencia o no de estrés en los docentes del ICES surge a partir de la existencia del instrumento y su funcionalidad y fácil interpretación. A través de su uso se puede recopilar de mejor manera las respuestas e información obtenida a la hora de hacer el análisis y lectura para los encuestados.

La versión original del test cuenta con cuatro categorías para analizar: Agotamiento emocional, Despersonalización, (Falta de) Realización Personal y (Falta de) Involucramiento. Para el diseño de esta encuesta basada en el test se decidió utilizar, al igual que en la versión original, cuatro categorías. Sin embargo, el nombre y el objetivo de cada una de estas cambió, pues el diseño de este test estuvo enfocado en cómo el plantel docente del Instituto Cerros del Sur percibe su labor en la vida cotidiana.

En el siguiente cuadro se mostrarán las cuatro categorías con su respectivo objetivo de observación en el test.

CATEGORÍA	OBJETIVO
LABORAL	Visualizar la comodidad que siente el docente en su trabajo.
FÍSICO Y EMOCIONAL	Visualizar si existen diferentes consecuencias físicas y emocionales que pueden ser resultado de diferentes experiencias en el trabajo.
POLÍTICO	Reconocer las políticas educativas y como el profesor percibe su papel en la sociedad.
ECONÓMICO	Determinar de qué manera el docente percibe la economía teniendo en cuenta que prestan un servicio a la comunidad y no reciben remuneración monetaria.

Tabla 2 - Categorías reflejadas en la encuesta (creación propia)

Teniendo en cuenta el objetivo de cada categoría se establecieron seis enunciados para cada una de ellas que hacían referencia a los sentimientos o situaciones que el docente podía encontrar al momento de ejercer su labor. Para el diseño de los enunciados de las categorías laboral y físico y emocional se tomaron como referencia algunas de las situaciones que proponía el test original Burnout Maslach en las categorías de agotamiento emocional y despersonalización. En cuanto a las categorías político y económica estas fueron diseñadas teniendo en cuenta el rol del docente en la sociedad colombiana y en el contexto de la Institución Cerros del Sur. En los siguientes cuadros se mostrarán cada una de las categorías con sus respectivos enunciados.

CATEGORÍA	ENUNCIADOS
LABORAL	Me siento frustrado en mi trabajo.
	Creo que estoy trabajando demasiado.
	Creo que estoy influyendo positivamente con mi trabajo en la vida de los demás.
	He conseguido muchas cosas útiles con mi profesión.
	Trabajar todo el día con estudiantes es un esfuerzo.
FÍSICO Y EMOCIONAL	Me siento emocionalmente agotado por mi trabajo.
	Me siento físicamente cansado después de mi jornada laboral.
	Me siento fatigado cuando me levanto por la mañana y tengo que enfrentarme a otro día de trabajo.
	Mi voz se siente cansada después de la jornada laboral.
	Me he vuelto más insensible con las personas desde que ejerzo esta profesión.
POLÍTICO	Me siento bien con las opiniones que genera mi profesión en la sociedad.
	Me siento satisfecho con el camino que está tomando la educación en el país.
	Me siento afectado por la poca gratitud que recibo de acudientes, padres de familia, directivos y estudiantes.
	Considero que esta profesión si aporta realmente a la construcción social del país.
	Considero que tengo los beneficios gubernamentales que merezco, para la profesión que ejerzo.
ECONÓMICO	Siento satisfacción dando un servicio comunitario al colegio
	Siento que la educación vale la pena más allá de lo monetario
	Realmente vale la pena seguir ejerciendo la profesión sin recibir dinero a cambio.
	La necesidad de obtener dinero alguna vez me ha hecho pensar en dejar de prestar un servicio e irme del colegio.

CATEGORÍA	ENUNCIADOS
	Me siento satisfecho cuando recibo algún estímulo (económico, alimentario) por parte de la comunidad.

Tabla 3 - Categorías y sus enunciados (creación propia)

Respecto a las opciones de respuesta el test Burnout Maslach propone seis opciones de respuesta en donde cero (0) es nunca y seis (6) es diariamente. Para el diseño de este test se decidió mantener esa puntuación.

0 NUNCA	1 ALGUNA VEZ AL AÑO O MENOS	2 UNA VEZ AL MES O MENOS	3 ALGUNAS VECES AL MES	4 UNA VEZ A LA SEMANA	5 VARIAS VECES A LA SEMANA	6 DIARIAMENTE
-------------------	--	--	--	---------------------------------------	---	-------------------------

Tabla 4 - Opciones de respuesta (creación propia)

La entrevista como instrumento de apoyo para la encuesta descriptiva

Cerda (1993) define a la entrevista como una modalidad de investigación cuyo objetivo es hacer preguntas para obtener un tipo de información específica deseada. En la mayoría de las veces la encuesta se hace de manera oral y sus resultados no se obtienen desde la simple observación de los detalles, sino a partir del diálogo para obtener información personal, sentimental, física y psicológica del individuo, con el fin de enriquecer la investigación a hacer. En este proyecto se utilizó la entrevista como instrumento de apoyo, con el propósito de profundizar de manera más concisa y

trascendente el objetivo principal del trabajo y a su vez, para que facilite la recolección y recopilación de la información requerida.

CAPÍTULO IV – ANÁLISIS DE RESULTADOS

En el desarrollo de este capítulo se mostrarán los resultados de la implementación de una encuesta realizada teniendo en cuenta varios parámetros del Test Burnout Maslach desarrollado al plantel de docentes del Instituto Cerros del Sur en Ciudad Bolívar. El objetivo de esta encuesta fue desarrollar un diagnóstico del contexto docente para identificar posibles causas y propuestas a la presencia de estrés.

A partir de estos resultados se realizará un análisis teniendo en cuenta si hay presencia o no de estrés y cuáles son sus posibles factores. En los siguientes gráficos se mostrarán los resultados de las cuatro categorías sugeridas en la encuesta (laboral, físico-emocional, político y económico) y en donde se relacionan los cinco enunciados de los sentimientos que se pueden encontrar a la hora de ejercer el trabajo, las opciones de respuesta (nunca, alguna vez al año o menos, una vez al mes o menos, algunas veces al mes, una vez a la semana, varias veces a la semana y diariamente) y la cantidad de profesores que respondieron cada uno de los enunciados. De esta manera, se podrán visualizar dos categorías que aporten a la construcción de recomendaciones pedagógicas desde las artes escénicas para prevenir el estrés laboral docente. Estas categorías son personal y social, las cuales tienen como subcategorías los factores analizados en la

encuesta basada en el Test Burnout Maslach: físico-emocional, económica, laboral y político.

Factores emergentes de estrés en el estilo de vida de los docentes del ICES

Factor personal

1. Físico-emocional

Según el acercamiento histórico realizado sobre el rol docente en el país, el estilo de vida de los profesores se ha visto marcado por cambios sociales y culturales los cuales afectan de manera directa su bienestar y su salud. Teniendo en cuenta los resultados de las encuestas y las entrevistas realizadas en el ICES se pueden evidenciar diferentes factores emergentes a las categorías anteriormente mencionadas. Estos pueden repercutir de manera directa e indirecta en la dinámica de vivir y enseñar donde se encuentran factores externos a los laborales que también afectan al docente. Uno de ellos es el factor personal. Allí los profesores son conscientes del sobreesfuerzo en su rutina, pues no comen ni duermen bien o tienen dolencias físicas y no hacen nada para evitar esos problemas excusándose en el bienestar de la Institución.

“Sí, claro. Eso es normal en los seres humanos. Sí, he sentido estrés. En estos momentos creo que me he sentido con estrés. Porque en los talleres estoy trabajando aeróbicos y es algo que me gusta, pero llevo varias semanas con un dolor en el cuello. Yo trato de estirar, pero hay veces en las que no aguanto el dolor. Pero ahí vamos.” (Comentario de profesora del Ciclo I del ICES sobre el

esfuerzo y el estrés que le produce el no poder dictar una clase en las mejores condiciones. Revisar anexo 2: Entrevistas profesoras ICES)

Teniendo en cuenta esto, el estrés laboral afecta diferentes facetas del trabajador y puede repercutir de manera negativa en los procesos laborales como el no poder dictar una clase de manera óptima. Así mismo como se resaltó en la revisión documental estas consecuencias derivadas de los factores emergentes influyen en la salud del docente lo cual imposibilita su desarrollo profesional y académico en el aula pues “la interrelación negativa entre las condiciones laborales y los factores humanos, pueden generar consecuencias nocivas, de los cuales se tienen tres aspectos detectados: el rendimiento en el trabajo, la satisfacción el mismo y la salud del trabajador” (Díaz, 2011, p. 82)

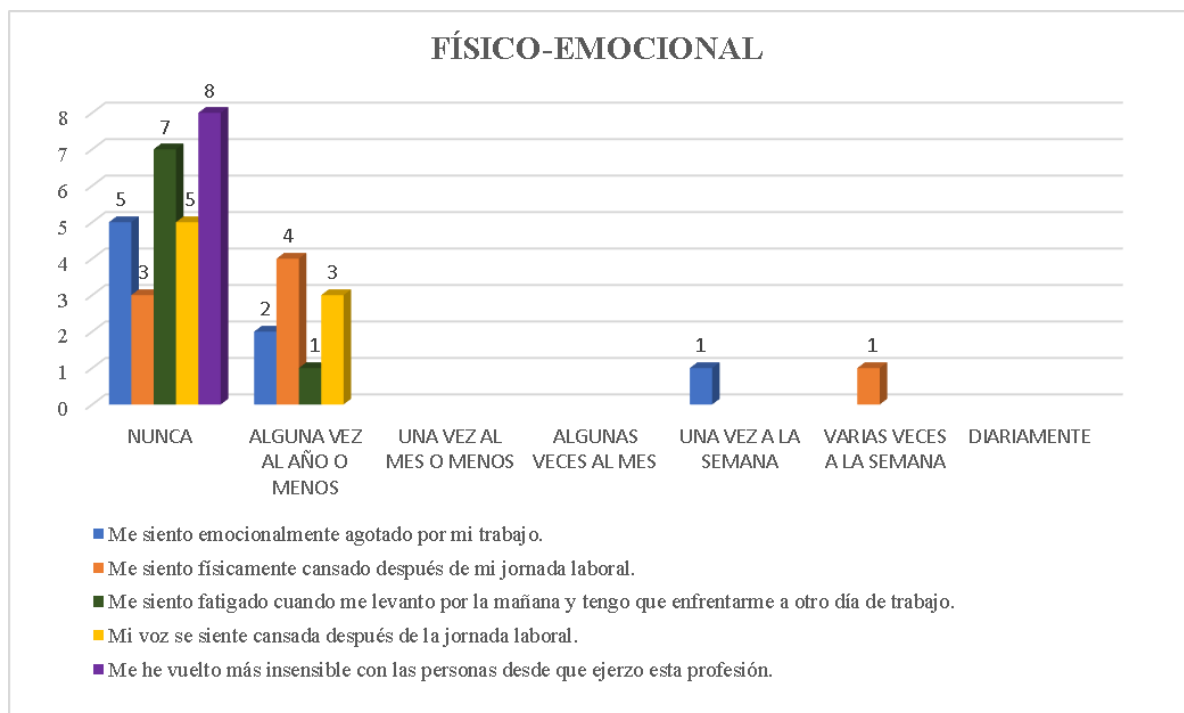


Gráfico 1 - Resultados Categoría Físico Emocional (creación propia)

En los resultados plasmados en el gráfico 1 se evidencian algunas consecuencias negativas que puede generar el trabajo en el aula. En cuanto a la percepción del cansancio físico, cinco (4 y 1 respectivamente) docentes dicen haberse sentido físicamente cansados después de la jornada laboral alguna vez al año o menos y varias veces a la semana, mientras que tres de ellos dijeron nunca haberlo sentido. El cansancio vocal por las largas jornadas en las que el docente expone su voz también forma parte del agotamiento físico. Tres de los ocho docentes que forman parte de la institución expresaron que su voz se siente cansada alguna vez al año o menos después de la jornada laboral, mientras que cinco dijeron que nunca. La fatiga y la falta de motivación antes de ejercer el trabajo en el aula pueden ser un motivo de estrés. Sin embargo, la mayoría de los docentes expresó que nunca se había sentido fatigado cuando se levantaba por la mañana a enfrentar un nuevo día de trabajo.

En cuanto al cansancio emocional por el trabajo cinco docentes expresaron que nunca lo habían sentido, mientras que uno dijo haberlo sentido por lo menos una vez a la semana. A su vez, todos los docentes respondieron que nunca se habían sentido insensibles con las personas desde que ejerce la profesión. Teniendo en cuenta esto se puede decir que el cansancio físico existe, no en la mayoría, pero sí en gran parte del plantel docente de la institución.

Esta categoría tuvo como objetivo visualizar si existen diferentes consecuencias físicas y emocionales que pueden ser resultado de algunas experiencias en el trabajo. Para ello, esta parte del test constó de cinco enunciados de los cuales tres hacen

referencia al cansancio físico y dos al cansancio emocional. Como se mencionó en el apartado del problema una de las situaciones que aqueja a los docentes a la hora de ejercer su labor en el aula son las consecuencias físicas y emocionales debido al estrés laboral. El bienestar docente es foco de atención al ser una de las esferas de la sociedad en donde el estrés está presente. Según Rodríguez et al., (2017).

El impacto que genera el estrés laboral repercute en la salud física y mental del maestro debido a las condiciones en las que se trabaja: grupos numerosos, nivel escolar, tipo de familia, contexto social, entre otros. Los problemas de salud que genera este fenómeno se manifiestan comúnmente con las siguientes patologías: dolor de garganta, dolor de cabeza y trastornos del sueño. (párr. 39)

Si bien las condiciones en las que trabaja el docente son factores que determinan el estrés, el modelo de aprendizaje comunitario con el cual trabaja y dialoga la Institución Cerros, del Sur busca una relación de saberes y una investigación comunitaria para el reconocimiento de los sujetos en el contexto. Por ello, el docente debe encontrar una interacción dialogada que recontextualiza y resignifica los “dispositivos” pedagógicos convencionales en pro de facilitar las reflexiones y la construcción de acciones, saberes e historias desde su territorio. (Ghiso, 2000). Esto podría ser un motivo por el cual el profesor comunitario no sufre de estrés o los índices son más bajos.

2. Económico

Otros factores que afectan el bienestar del docente del ICES son los económicos.

Según Palacios y Poveda (2021)

Las dificultades que ha tenido el ICES en los últimos años, se resalta el proceso de financiación. Antes de la Alcaldía de Gustavo Petro, el ICES tenía procesos de concesión público-privada, lo que generaba una mayor cobertura institucional, beneficiando a más estudiantes y familias del sector, la preocupación actual es latente, el poco apoyo del Estado desampara a jóvenes que no pueden pagar la colegiatura y genera impotencia por parte del colegio al no poderlos ayudar y ofrecerles espacios seguros y adecuados para su proceso de formación, así nos cuenta. (p. 65)

Este aspecto se puede abordar desde la idea de escuela comunitaria. A raíz de las encuestas y entrevistas hechas, se da a entender que los profesores deben redoblar esfuerzos, no solo para poder cumplir con su admirable labor en la escuela, sino porque de alguna manera deben buscar la forma de subsistir económicamente haciendo labores extra.

“Por la noche, los jueves dicto filosofía y economía para los chicos de por la noche, solo los jueves”. (Comentario de profesora de Ciclo II y III sobre sus actividades fuera de la jornada habitual de clases. Revisar anexo 2: Entrevistas profesoras ICES).

Se puede notar que los docentes deben buscar otras actividades extracurriculares para poder subsistir económicamente ya que es visible que en la escuela no reciben ese apoyo económico. Para encontrar respuestas a esta situación la categoría económica presentada en la encuesta tuvo como objetivo principal visualizar la comodidad en el ámbito económico que siente el docente en su trabajo. En la lectura de estos resultados se puede evidenciar que todos los profesores de la institución consideran que la educación, la docencia y su labor va más allá de factores económicos, siendo incentivados y apoyados en el servicio que prestan para su comunidad. Igualmente, todos los docentes sienten satisfacción prestando un servicio comunitario al colegio sin importar que no reciban un sueldo por su labor.

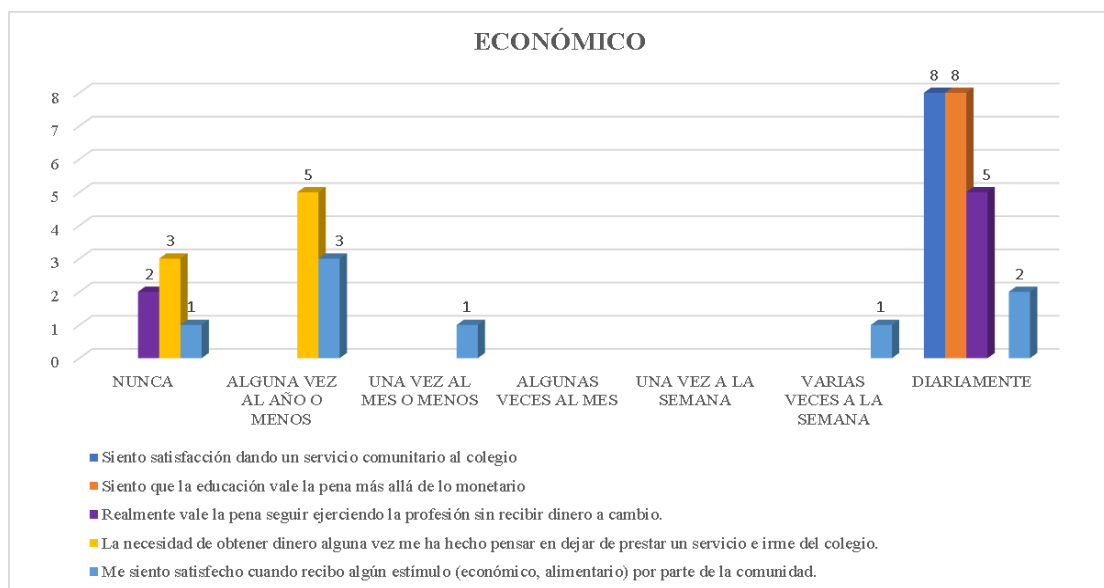


Gráfico 2 - Resultados Categoría Económico (creación propia)

A su vez, la mayoría expresó que realmente vale la pena seguir ejerciendo la profesión sin recibir dinero a cambio ya que el apoyo que cubre la manutención del colegio es suficiente. También, algunos de los encuestados expresaron que algunas veces

la necesidad de obtener dinero los ha llevado a pensar en dejar de prestar un servicio e irse del colegio, demostrando que ellos están ahí porque quieren por su labor llevada en el colegio. A pesar de sus posibles necesidades financieras, se puede afirmar que la mayoría de los educadores demostró sentirse satisfecho cuando recibía algún estímulo (sea de índole económica, alimenticia, etc.) por parte de la comunidad, quien está comprometida con la escuela para que esta siga subsistiendo con el dinero básico y los profesores puedan seguir ejerciendo su labor con el mismo entusiasmo.

Respecto a la comparación con profesiones donde se trabajen un aproximado de horas parecidas y con público, se encuentra una relación con los empleados bancarios y burocráticos del sector público. En el caso de los empleados bancarios, su sueldo oscila aproximadamente en 1'038.965 dependiendo del cargo administrativo que tiene; (Computrabajo, 2024) y en el caso de los empleados burocráticos sus sueldos oscilan dependiendo de la organización en la que trabajen. Por ejemplo, la Cancillería donde el sueldo oscila aproximadamente en 4'298.461 dependiendo del cargo administrativo (Cancillería, 2023). Aunque es cierto que los profesores encuestados no reciben ningún sueldo, la anterior comparación sirve para mostrar que, aunque los docentes trabajan las mismas horas y atienden o trabajan con más o menos la misma gente en diferente rango de edad, su amor a la educación está muy desfasada de la realidad al ni siquiera devenir en una remuneración salarial mínima.

Factor social

1. Laboral

Según la Organización de las Naciones Unidas para la Educación UNESCO (2005) “Una educación de buena calidad, facilita la adquisición de conceptos, aptitudes y actitudes que posean un valor intrínseco y contribuyan a la consecución de objetivos humanos” (p.43) Si bien la Institución Cerros del Sur cuenta con aulas multigrado esto puede generar interacciones negativas en el momento de enseñar, pues algunos profesores tienen a cargo varios estudiantes de diferentes edades y que pertenecen a distintos cursos dentro del mismo salón. Esto hace que el docente en su intención de no tener más carga académica para atender a cada uno de sus estudiantes decida nivelar a todos sin importar el grado y el rango de edad.

Se considera que, aunque este trabajo quiere reflejar el estrés laboral en los docentes, también quiere visibilizar algunas falencias que todavía se presentan en el contexto educativo nacional a la hora de enseñar. A esta problemática se le puede considerar un factor emergente de índole socioeducativo. Sin embargo, también se le puede considerar como factor político, pues relaciona el ámbito social, económico y de contexto con la forma en la que funciona la institución. Adicionalmente dentro de la guía para el mejoramiento institucional, se plantea políticamente el aula multigrado y la descentralización de la educación convencional como una opción de atención base para la consolidación de establecimientos educativos autónomos que permitan una enseñanza inclusiva para toda la población a nivel nacional. (Ministerio de Educación Nacional, 2008).

“Mi plan es nivelarlos, entonces yo lo que hago es comenzar por los que no leen bien y les hago repetir un párrafo muchas veces a ellos y después con los otros chicos,

avanzamos lo que más podemos y los otros más pequeños, con ellos de vez en cuando hacemos relámpago y les digo “Continua fulanito”. Entonces ellos ya, están cogiendo dinámica, además porque tengo que nivelarlos para poder avanzar, no les calificó igual obviamente, a los más pequeños no los puedo calificar igual que a los más grandes, pero si les toco el mismo tema a todos, ¿Por qué? porque hasta ahora tengo a 2 niños de tercero, una es Helen que tiene 12 años y una niña de 9 años que es Sofía, entonces tampoco es que estén tan pequeñas, incluso Ian que tiene 8 años, ya está en cuarto, entonces yo digo “Si, mejor los nivelo” mismo tema para todos y no me complico.” (Comentario de profesora de Ciclo II y III sobre el proceso que se lleva a cabo en la nivelación de estudiantes de diferentes edades y grados Revisar anexo 2: Entrevistas profesoras ICES).

Es importante reconocer el concepto de educación entendiendo que con el enfoque adecuado este aporta al desarrollo de la personalidad y a la sociedad. Teniendo en cuenta esto, se puede llegar a visibilizar una problemática en el plantel docente, pues su bienestar no tendría que sobrepasar las condiciones mínimas de enseñanza hacia los estudiantes haciendo que la educación deba ser un camino trazado donde directivos, padres de familia o acudientes, profesores y estudiantes vayan de la mano en búsqueda de una educación transformadora y de calidad.

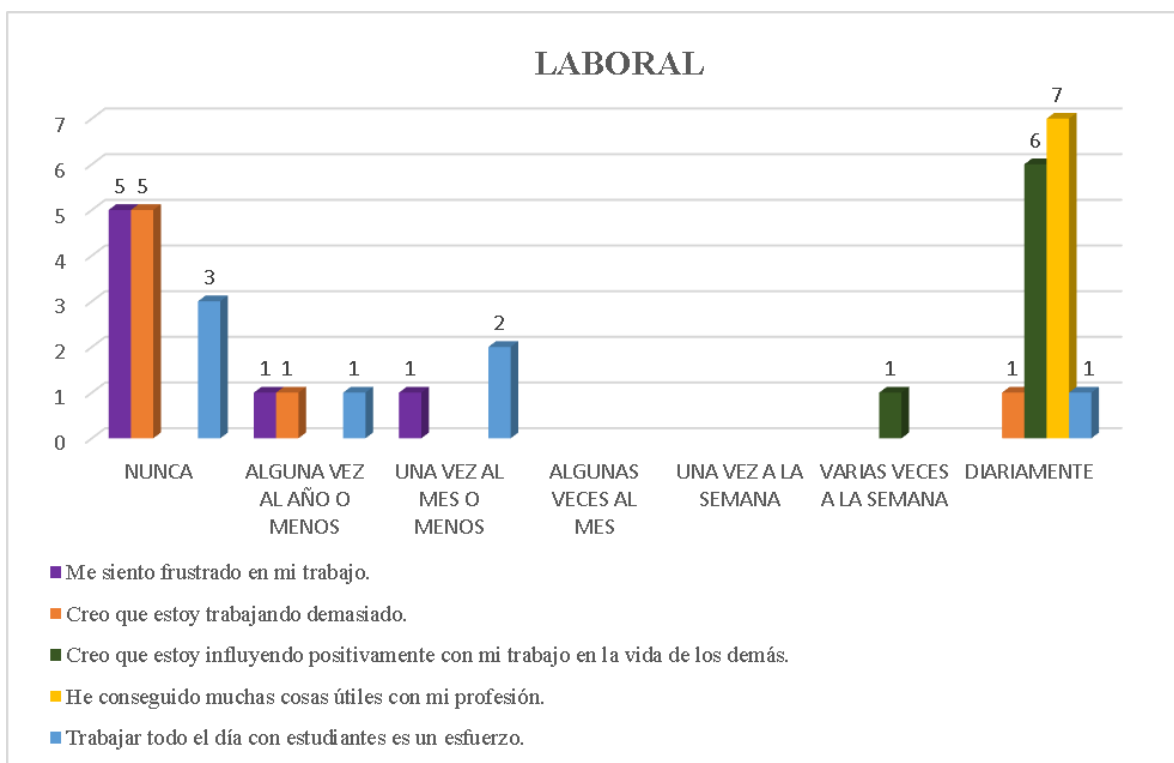


Gráfico 3 - Resultados Categoría Laboral (creación propia)

En los resultados plasmados en el gráfico 3 se puede evidenciar que hay un bajo rango de profesores que cree estar trabajando demasiado o que se sienten frustrados en el trabajo. Siguiendo esto, la mayoría de los profesores encuestados cree que influye positivamente con su trabajo y que ha conseguido cosas útiles con su profesión. Esto se puede deber a que la Institución Educativa Cerros del Sur cuenta con un énfasis comunitario, desde el cual se “construye empoderamiento de la comunidad partiendo de la realidad, para generar organización; así mismo, opera en un constante diálogo de saberes con los habitantes, produce conocimientos de vida con sentido, genera identidad y autodeterminación de los habitantes”. (Díaz & Saboyá, 2014, p. 20)

Teniendo en cuenta esto, la propuesta laboral del Instituto Cerros del Sur va más allá de entregar resultados a partir de la enseñanza. Su estrategia está basada en la construcción de conocimientos y el diálogo con los estudiantes y la comunidad para la búsqueda del bienestar colectivo. Sin embargo, esto no quiere decir que algunos de sus docentes no se sientan frustrados en el trabajo o crean que están trabajando demasiado. Según los resultados dos de los ocho docentes dijeron sentirse frustrados en el trabajo y sentir que estaban trabajando demasiado alguna vez al año o menos, una vez al mes o menos y diariamente. En cuanto al trato con los estudiantes cuatro docentes dijeron sentir que trabajar con estudiantes todo el día es un esfuerzo una vez al año o menos, una vez al mes o menos y diariamente. Esto se puede deber a que, para construir un diálogo efectivo con el estudiante es necesario tener diferentes estrategias que aporten a esa construcción.

Dentro de esas herramientas se encuentra la preparación de materiales y el tiempo que se esto demanda para hacerlo, pues el rol del docente va más allá de transmitir conocimientos. La importancia de la planeación de un diseño de material didáctico permite la movilización de contenidos de manera más concisa y clara para los estudiantes en el aula, a su vez permite un aprendizaje óptimo y al mismo tiempo suaviza las cargas de trabajo que el docente tiene facilitando el manejo de las actividades que se plantean en la clase sin perjudicar su labor.

Los acudientes o padres de familia son parte importante del proceso educativo en el colegio porque es su responsabilidad como la base fundamental. Se debe entender que los padres de familia son los que deben educar a sus hijos, mientras que el colegio

sea el que enseñe a los estudiantes. Desde la constitución se ha planteado que la familia es la base de la sociedad, sin padres responsables no puede haber hijos educados. Adicionalmente, los padres están en la obligación de acompañar el proceso educativo de sus hijos en la escuela y entender que no es una guardería donde se deja a los niños.

“En algunos casos si, uno puede mirar en el colegio y si hay apoyo en algunas cosas pero no hay apoyo en otras, entonces a veces uno tiene problemas en el proceso de formación en los niños, que más que en los niños algunas veces es con los padres, yo creo que los padres deberían recibir una formación de que es ser padre, porque hay papitos que dicen “Soy papá” pero papá de que si piden algo pues tome y si hay que llevar algo tome, pero no hay ese papá de ser y de estar, los dejan, dicen “Cuídelos y los recojo más tarde”, uno obviamente sabe que aquí hay papitos y mamitas con situaciones complejas pero pues uno lo maneja y si uno trae un niño al mundo es para cumplir y para uno asumir, esto no es una compraventa donde uno deja un objeto y vuelve más tarde a mirar los intereses” (Comentario de profesora de Ciclo I del ICES de Ciudad Bolívar sobre los padres de familia y acudientes. Revisar anexo 2: Entrevistas profesoras ICES).

2. Político

En Colombia hay dos leyes que regulan y velan por la profesión docente. Uno fue negociado entre el magisterio y el gobierno, el decreto 1278 de 2002 y fue impuesto por el gobierno nacional, sin tener en cuenta las necesidades de los maestros y que durante los últimos años ha venido montando un modelo de gestión del sistema educativo nacional y de las instituciones educativas orientado a consolidar reformas de corte

administrativo y gerencial en la educación pública colombiana. Otro de los decretos es el 2277 de 1979 fue hecho con la opinión y de acuerdo a las necesidades de los docentes.

Teniendo en cuenta las políticas públicas el objetivo del docente no es únicamente el de enseñar y transmitir conocimientos. Debe formar un pensamiento crítico a partir del diálogo y el acompañamiento al estudiante sin dejar de lado el contexto y las construcciones históricas que reconocen la labor docente. “En otras palabras, me refiero a la conexión entre concepción y práctica, pensar y hacer y producir e implementar en cuanto a actividades integradas que otorgan a la enseñanza su dignidad, sentido y capacidad para actuar”. (Giroux, 2002, 7)

Para conocer acerca de las políticas públicas del país en relación a la labor docente se creó la categoría Política en la encuesta basada en el Test Burnout Maslach. Esta categoría tuvo como objetivo principal visualizar la comodidad en el ámbito social y político que siente el docente en su trabajo. En los resultados plasmados en el gráfico 4 se puede evidenciar que todos los profesores de la institución están muy convencidos de su labor, que es fundamental en el ámbito político y gubernamental colombiano.

A sí mismo, todos los docentes consideran que su labor aporta a la construcción social del país, pues la mayoría de los encuestados se siente bien con las opiniones que genera ser docente, y el restante algunas veces. En ese sentido, se puede decir que la mayoría de los profesores se sienten satisfechos con lo que tienen, aunque no reciben un salario acorde a la ley, ya que, a través de los recursos dados por la comunidad o la

mensualidad de 80.000 pesos recibida por los padres y acudientes, saben que su labor es protegida, apoyada, escuchada y respetada.

Finalmente, la mayoría de los docentes no se sienten satisfechos con el rumbo que toman los procesos educativos en Colombia, ya que al igual que en la educación tradicional y regulada por el Ministerio de Educación, también hay falencias grandes a nivel institucional y social. Es posible encontrar estas respuestas debido a que los educadores al pertenecer a una institución alternativa perciben y sienten la educación de manera diferente demostrando que la pasión y la vocación de estos docentes sobrepasa cualquier dificultad de índole sociopolítico en su profesión.

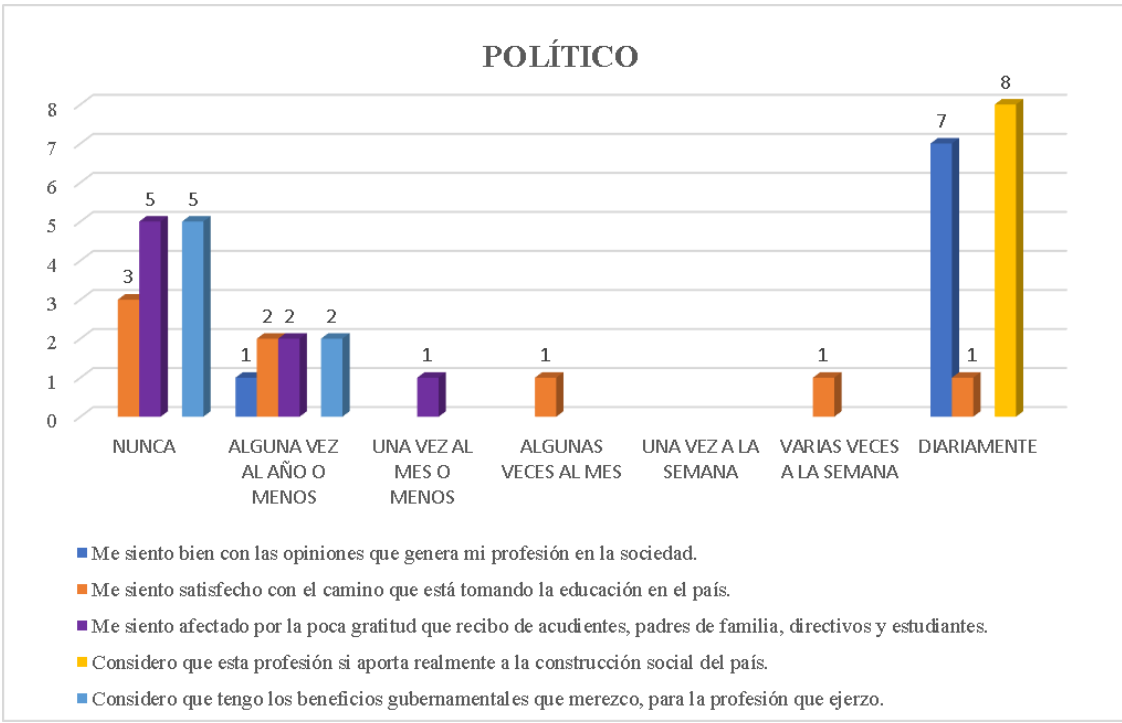


Gráfico 4 - Resultados Categoría Político (creación propia)

Desde la revisión histórica de la educación en Colombia se puede encontrar que el papel y las condiciones de trabajo del docente siempre han estado relacionadas con los cambios políticos del país. Para afrontar estas transformaciones abruptas es necesario que el docente establezca una pedagogía dialogante en donde se “reconoce el papel activo del estudiante en el aprendizaje y además le otorga valor al rol de mediador ocupado por el docente, quien asume que el conocimiento puede ser construido dentro o fuera de la escuela”. (Adoumieh, 2013, párr. 9).

A partir de este análisis se pueden visualizar diferentes elementos que ayudan a la creación de las recomendaciones desde los aspectos pedagógicos y creativos para la prevención del estrés laboral docente. Estos elementos son:

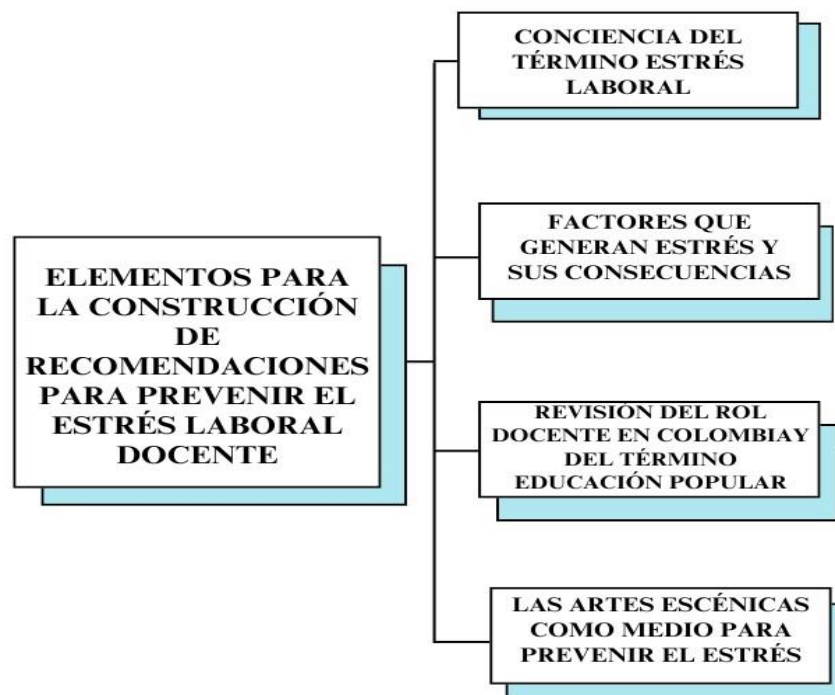


Figura 1 - Elementos para creación de recomendaciones (creación propia)

CAPÍTULO V – CONCLUSIONES

La pregunta central de este proyecto surgió a partir de diferentes dudas sobre el papel del profesor en Colombia, su bienestar en el ámbito profesional y cómo prevenir condiciones como el estrés laboral docente teniendo en cuenta elementos pedagógicos y creativos. Siguiendo esto, se crearon cuatro objetivos, uno general y dos específicos, que guiaron la ruta investigativa y dieron respuesta a la pregunta planteada.

El primer objetivo específico se enfocó en la comprensión del rol docente desde una perspectiva histórica y focalizada a partir de una revisión documental, la cual se realizó desde la primera aparición de la figura del profesor en Colombia durante el Virreinato, hasta las políticas y procesos en educación que se han visto en el Siglo XXI. Para encontrar cuáles podrían ser los factores que afectan el bienestar del docente en la actualidad, en el segundo objetivo se desarrolló un diagnóstico del contexto de la Institución Educativa Cerros del Sur a partir de la aplicación de una encuesta basada en el Test Burnout Maslach para identificar posibles causas y propuestas al estrés laboral docente. Finalmente, a partir de estos resultados, el tercer objetivo planteado estuvo relacionado a la toma de consciencia desde los contenidos de las artes escénicas desde la pertinencia de una propuesta pedagógica en una institución comunitaria que brinda diferentes elementos para la prevención del estrés laboral docente.

Teniendo en cuenta los tres objetivos específicos, sus alcances en la ruta investigativa y para dar cumplimiento a la pregunta y al objetivo general, el cual es proponer algunas recomendaciones desde las artes escénicas a partir de elementos

pedagógicos y creativos para prevenir el estrés laboral docente, se creó una cartilla. Esta cartilla tiene como propósito visualizar diferentes recomendaciones desde algunos elementos del Teatro del Oprimido y la Educación Popular para la prevención del estrés laboral docente. Así mismo, a partir de la información relacionada al estrés laboral docente recolectada en la realización del proyecto, se disponen de diferentes apartados que dan cuenta a la definición de este término y los factores que pueden causar estrés en los docentes. Cabe aclarar que este material está destinado a los profesores que se encuentran activos en su labor en el aula y que es un elemento que busca crear conciencia de las consecuencias del estrés laboral en el bienestar del profesor. También, esta cartilla está sujeta a cambios y es un material que puede seguirse nutriendo de otras investigaciones futuras.

Siguiendo esto, la presente investigación arrojó las siguientes conclusiones para construir algunas recomendaciones, situadas en la cartilla la cual se encuentra en el anexo 3 del trabajo, desde elementos pedagógicos y creativos como la Educación Popular y el Teatro del Oprimido teniendo en cuenta la comprensión histórica del rol docente en Colombia y el diagnóstico del contexto de la Institución Educativa Cerros del Sur (ICES Ciudad Bolívar): (Revisar anexo cartilla “Detrás del escenario: Cartilla desde las artes escénicas para la prevención del estrés laboral docente)

1. Conciencia del término estrés laboral

En el ámbito laboral es importante hacer conciencia del término estrés: qué es, cómo se manifiesta y qué consecuencias tiene. Para varios docentes del ICES el

término estrés era sinónimo de cansancio y frustración al no poder realizar en las mejores condiciones sus clases. La relación entre estos términos (cansancio y frustración) permite visualizar la poca claridad del término estrés y cuáles son sus manifestaciones tanto físicas como emocionales. Teniendo en cuenta esto y según Díaz (2011) “El concepto de estrés es importante y tiene relevancia en el ámbito laboral porque el individuo puede responder de diferentes maneras ante un suceso inesperado, para algunas personas una situación puede ser muy amenazante, pero para otras esa misma situación podrían pasar desapercibidas” (p.83) Por ello, en la primera parte de la cartilla se dispone un espacio en donde se habla del concepto de estrés y de qué manera se puede detectar este padecimiento.

2. Factores que generan estrés y sus consecuencias

A partir de la revisión del término de estrés es necesario hacer énfasis en cuáles son los factores que lo generan y sus consecuencias. Desde la encuesta realizada a los docentes del ICES, estos factores pueden ser: económico, laboral, político y físico-emocional, los cuales pueden derivar en efectos negativos para la salud del docente. Mediante la construcción de la cartilla se pretende lograr que el docente reconozca el concepto de estrés, cuáles son sus factores. Siguiendo esto, se estipula en la cartilla un apartado sobre un autodiagnóstico para determinar si hay presencia de estrés.

3. Revisión del rol docente en Colombia y del término de Educación Popular

La revisión y el conocimiento de los procesos históricos que han tenido los docentes en Colombia son puntos importantes para saber de qué manera el profesor puede comprender cómo estas fases logran estar relacionadas a los factores que generan estrés. Es evidente que históricamente el papel del docente en Colombia ha tenido momentos donde no tuvo el reconocimiento necesario de acuerdo a su labor en la sociedad. Hay que recordar que “Los profesores deben preocuparse de promover la investigación y la comprensión crítica, así como del funcionamiento del poder y de la práctica pedagógica que combina el lenguaje de la posibilidad de autocrítica y de crítica social”. (Giroux, 2002, p. 9) Por ello, es importante que a partir de esta revisión se pueda relacionar el término de Educación Popular y su concepción en instituciones educativas como el ICES en la construcción de comunidad. De esta manera en la cartilla se encuentra una sección destinada a hablar del rol del docente en Colombia y cómo se han visto reflejados diferentes momentos en su proceso histórico y su papel en las etapas sociales del país. Así mismo, se muestran algunas recomendaciones desde la Educación Popular y cómo el docente puede desarrollarlas en el aula.

4. Las Artes Escénicas como medio para prevenir el estrés

Las Artes Escénicas como campo disciplinar reúne diferentes elementos como el teatro, la danza y la música. A partir de algunos recursos que brinda el teatro se pueden encontrar diversos ejercicios que fomenten el fortalecimiento de la voz y la corporalidad desde la expresión. Siguiendo esta perspectiva y teniendo en cuenta los medios que proporciona el teatro este proyecto tuvo como objetivo central proponer a partir del

Teatro del Oprimido varias recomendaciones que cumplan con el propósito de prevenir el estrés laboral docente.

Bibliografía

- Adoumieh Coconas, Nour. (2013). Modelo pedagógico dialogante y su aplicación en la escritura. *SAPIENS*, 14(1), 023-040. Recuperado en 04 de marzo de 2024. Obtenido de: http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S131758152013000100003&lng=es&tlng=es
- Alvites, Cleofé, (2019). *Estrés docente y factores psicosociales en docentes de Latinoamérica, Norteamérica y Europa*. Obtenido de: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2307799920190003000006&script=sci_abstract
- Barragán, L, Camargo, C. (2019) *Fortalecimiento de la calidad educativa a partir de los convenios de cooperación interinstitucional: Un caso desde la educación artística* Obtenido de: <https://revistas.uniandes.edu.co/index.php/vys/article/view/7614/8093>
- Boal, A., & Merlino Tornini, J. (2002). *Juegos para actores y no actores: teatro del oprimido / Augusto Boal; traducción Mario Jorge Merlino Tornini*. (Edición ampliada y revisada.). Barcelona: Alba Editorial.

· Briones, Guillermo. Metodología de la investigación cuantitativa en las ciencias sociales. Programa de Especialización en Teoría, Métodos y Técnicas de Investigación Social. 1996. Obtenido de: <https://metodoinvestigacion.wordpress.com/wpcontent/uploads/2008/02/metodologia-de-la-investigacion-guillermo-briones.pdf>

· Castañeda, D. R. (2020). Estrés laboral, una enfermedad común que sufre 33% de los trabajadores en Colombia. Asuntos legales. Obtenido de: <https://www.asuntoslegales.com.co/actualidad/estres-laboral-una-enfermedad-comun-que-sufre-33-de-los-trabajadores-en-colombia-2995082>

· Cerda Gutierrez, H. (1993). Los elementos de la investigación. Cómo reconocerlos, diseñarlos y construirlos. Santa fé de Bogotá: EDITORIAL EL BUHO LTDA.

· Compartir, F. (2014). TRAS LA EXCELENCIA DOCENTE. Obtenido de <https://www.fundacioncompartir.org/pdf/Tras%20la%20excelencia%20docente%20-%20estudio%20final.pdf>

· Díaz Cortés, N. (2022). Síndrome Burnout en docentes de educación básica en Bogotá: una mirada cualitativa de sus causas, consecuencias y posibles soluciones. Universidad Nacional de Colombia. Obtenido de: <https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/84804>

· Díaz, D. (2011). Estrés laboral y sus factores de riesgo psicosocial.
Obtenido de: https://revistas.ces.edu.co/index.php/ces_salud_publica/article/view/1451

· Díaz, L. O. & Saboyá, C. P. (2014). *La enseñanza de las Matemáticas una posibilidad para fomentar relaciones democráticas*. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/20.500.12209/2187>.

· El Espectador (2015) *No le saque la piedra a la montaña*. Obtenido de: <https://www.elespectador.com/bogota/no-le-saque-la-piedra-a-la-montana-article-542701/>

· FECODE (2012). *Educación y Cultura: Nuevo Estatuto Docente*. Obtenido de: https://revistavirtual.fecode.edu.co/images/revistas_1100/Educacion%20y%20Cultura%2095.pdf

· Ghiso, A. (2000). *Potenciando la diversidad*. Obtenido de: https://ecominga.uqam.ca/PDF/BIBLIOGRAPHIE/GUIDE_LECTURE_6/3/1.Ghiso.pdf

- Giroux, Henry. (2002) *Los profesores como intelectuales públicos*.
Obtenido de:https://www.researchgate.net/publication/318842744_Los_profesores_como_intelectuales_publicos
- IDARTES. (2019) *Teatro el Ensueño, un gran espacio para Ciudad Bolívar*. Obtenido de: <https://www.idartes.gov.co/es/noticias/teatro-ensueno-un-gran-escenario-ciudad-bolivar>
- Jaramillo, J (1980). *Manual de historia de Colombia: La educación en el virreinato*. Bogotá: Instituto Colombiano de Cultura.
- Ministerio de Educación (2008) *Guía 34 para el mejoramiento institucional* Obtenido de: https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-177745_archivo_pdf.pdf
- Motos, T. (2013) *El teatro del oprimido de Augusto Boal*. Obtenido de: http://www.postgradoteatroeducacion.com/wpcontent/uploads/2017/01/1Teatro_Oprimido_Master_TA_febrero_2017.pdf
- Ocampo, J. (2008) *Paulo Freire y la pedagogía del oprimido*. Revista Historia de la Educación Latinoamericana, núm. 10, Universidad Pedagógica y

Tecnológica de Colombia Boyacá, Colombia. Obtenido de:
<https://www.redalyc.org/pdf/869/86901005.pdf>

· Olarte, R. S. (1989). *Nueva Historia de Colombia: La educación en Colombia 1880- 1930*. Bogotá: Planeta.

· Organización Mundial de la Salud OMS (2022) *La salud mental en el trabajo*. Obtenido de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-at-work>

· Ornelas et al. (2020). *Composición factorial del Inventario de Burnout de Maslach para Estudiantes universitarios mexicanos*. Obtenido de: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-62662020000100140

· Ospina, C. V. (2015) *De maestras, señoritas y otras peripecias pedagógicas. Las mujeres en la historia de la educación en Antioquia 1903-1930*
Obtenido de:
https://revistas.uptc.edu.co/index.php/historia_memoria/article/view/2648/2948

· Palacios, M. C. & Poveda, S. C. (2021). *Proyecto escuela-comunidad, ICES, configurando espacios de organización, formación política y movilización en defensa del territorio*. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/20.500.12209/16401>

· Rodríguez-Mena, M, (2014) *Metodología para la evaluación formativa de competencias en líderes comunitarios*. Obtenido de: <https://revistaccuba.sld.cu/index.php/revacc/rt/prINTERfriendly/1102/1215>

· Rodríguez, L, Trujillo, G, Egusquiza, M. (2021) *Revolución Industrial 4.0: La brecha digital en Latinoamérica*. Obtenido de: <https://www.redalyc.org/journal/5768/576868768011/576868768011.pdf>

· Salamanca, S, Garavito, Y. (2021). *Análisis sistemático sobre estrés laboral en Colombia*. Universidad Santo Tomás. Obtenido de: <https://www.redalyc.org/journal/5155/515570056015/html/>

· Tumay, J. E. (2021). *Escuela del Carnaval: apuesta comunitaria y pedagógica desde la cultura y el arte como reivindicadores de derechos humanos*. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/20.500.12209/16524>.

- UNAL. (29 de abril de 2022). *Estrés y sobrecarga laboral exponen a docentes de Bogotá al síndrome de burnout*. Agencia UNAL.: Obtenido de: <http://agenciadenoticias.unal.edu.co/detalle/estres-y-sobrecarga-laboral-exponen-a-docentes-de-bogota-al-sindrome-de-burnout>
- UNESCO. (2005) *Educación para todos: El imperativo de la calidad; informe de la EPT en el mundo*. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000150169>
- Van De Velde, H. (2012) *Sistematización de experiencias: Una historia de la educación popular*. Obtenido de: <https://abacoenred.org/wp-content/uploads/2015/10/Sistematizacion-de-Experiencias-CICAP-ABACOenRed-Herman-Van-de-Velde-2008.pdf.pdf>
- Zuluaga, O, L. (1999) *Pedagogía e historia: La historia de la pedagogía, la enseñanza, un objeto de saber* Obtenido de: [https://www.academia.edu/17615387/Pedagogia e historia Zuluaga](https://www.academia.edu/17615387/Pedagogia_e_historia_Zuluaga)

ANEXOS

Anexo 1: Formato encuesta basada en el test Burnout Maslach. Link para visualizar:

https://drive.google.com/file/d/1-iw0p4yUzw2XeAYrkVQnUA3l4_2Xhkui/view?usp=sharing

Anexo 2: Entrevistas profesoras ICES. Link para visualizar:

<https://drive.google.com/file/d/1vAv5nCJmn3-INjWSZBokaCsWNT9ACQYg/view?usp=sharing>

Anexo 3: Detrás del escenario: Cartilla desde las artes escénicas para la prevención del estrés laboral docente. Link para visualizar:

https://www.canva.com/design/DAFu2n3dPRc/FsSAQWVnzvWc3bLGrFU1zA/view?utm_content=DAFu2n3dPRc&utm_campaign=designshare&utm_medium=link&utm_source=editor