



Revista Electrónica de Psicología Iztacala



Universidad Nacional Autónoma de México

Vol. 25 No. 3

Septiembre de 2022

RESPUESTA DE ANSIEDAD EN LOS ACADÉMICOS DE LA FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA

Cedillo-Ildefonso Benita¹, Susana Meléndez Valenzuela², Alejandra Pérez López³, Paulina Espíndola Domínguez⁴

Facultad de Estudios Superiores Iztacala
Universidad Nacional Autónoma de México

RESUMEN

La ansiedad es un emoción que presenta respuestas cognitivas, fisiológicas y conductuales, se manifiesta como reacción a situaciones que se perciben como de peligro, de estrés, de conflicto y en conjunto pueden deteriorar el funcionamiento normal de la persona. Investigaciones refieren a la ansiedad como causa importante de la pérdida de motivación, problemas de salud y desempeño de los académicos en sus actividades. El objetivo de esta investigación fue evaluar y comparar la respuesta de ansiedad entre los académicos de la carrera de Psicología, Biología, Medicina y Odontología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala. A 38 académicos voluntarios de ambos sexos se les aplicó el Inventario de Situaciones y Respuestas de Ansiedad (ISRA), que evalúa el nivel general de ansiedad cognitiva, fisiológica y motor. Los resultados mostraron un mayor nivel de ansiedad cognitiva en los académicos de Biología, respecto a los niveles bajos de los académicos de las otras carreras, sobre todo de psicología y medicina. Estas diferencias podrían ser el resultado de cómo se percibe cada académico de cada carrera respecto a su contexto laboral y como se adapta las condiciones de este, así como de las competencias que requiere el plan curricular de cada carrera.

Palabras clave: ansiedad, cognitiva, fisiológica, motor, carreras.

¹ Profesora Asociado C TC definitivo. FES Iztacala UNAM. Correo Electrónico: cedillo_b@yahoo.com.mx

² Profesora de Asignatura definitivo. FES Iztacala UNAM. Correo Electrónico: cedillo_b@yahoo.com.mx

³ Licenciada en Psicología. FES Iztacala UNAM. Correo Electrónico: cedillo_b@yahoo.com.mx

⁴ Licenciada en Psicología. FES Iztacala UNAM. Correo Electrónico: cedillo_b@yahoo.com.mx

ANXIETY RESPONSE IN THE ACADEMICS OF THE SUPERIOR STUDIES FACULTY OF IZTACALA

ABSTRACT

Anxiety is an emotion that presents cognitive, physiological and behavioral responses, it manifests itself as a reaction to situations perceived as dangerous, stressful, conflictual and together may deteriorate the normal operation of the person. Research refers to anxiety as an important cause in motivation loss, health problems and performance problems of academics in their activities. The objective of this research was to evaluate and compare the anxiety response between academics of psychology, biology, medicine and odontology careers in Iztacala Faculty of Higher Education. Thirty-Eight academic volunteers from both sexes were applied with the "Inventario de Situaciones y Respuestas de Ansiedad" (ISRA), which evaluates the general level of cognitive, motor and physiological anxiety. The results showed a higher level of cognitive anxiety in academics of Biology, unlike the low levels shown in other careers, specially of psychology and medicine. These differences may be the result of how each academic in the career perceives itself in regard to their Laboral context and how they adapt to its conditions as well as the required competencies for the curricular plan of each career.

Keywords: anxiety, cognitive, physiological, behavioral, careers

La institución educativa, tiene como misión preparar a los estudiantes con calidad que se muestra en la eficiencia del aprendizaje adquirido, como resultado del proceso de enseñanza aprendizaje docente-estudiante y del grado de adaptación de ambos, sobre todo del estudiante en cada tarea de aprendizaje. Si la adaptación se presenta, el alumno aprenderá y progresará, cualquiera que sea su nivel actual; pero si no se produce tal adaptación entre lo que el alumno es capaz de hacer y la atención que le ofrece el docente mediante las estrategias de enseñanza, se producirá, sin duda, un desfase en el proceso de aprendizaje del estudiante (Vygotsky, 1988, citado en Arriaga, 2015). En otras palabras, en la institución educativa, los docentes tienen una función importante por su desempeño en la calidad del sistema educativo, un factor importante para este resultado además de la adaptación es que ellos se encuentren en buen estado de salud, ya que se encuentra estrechamente relacionado con su desempeño y, por lo tanto, con el aprendizaje de sus estudiantes.

Es así que los docentes, tienen un papel activo en la enseñanza aprendizaje en su papel de orientadores, tutores, acompañantes en los procesos educativos de los

estudiantes, para que alcancen el nivel máximo de su rendimiento académico, así como el desarrollo de destrezas en cada alumno. Sin embargo, no siempre se cumple esto por diferentes factores como son, el que no cuentan con los recursos necesarios que faciliten dicho proceso y este factor puede ser generador de emociones negativas como la no satisfacción en su trabajo docente (Thomson y Mazcasine, 2000).

En un estudio realizado por Rodríguez-Martínez, Tovalín-Ahumada, Gil-Monte, Salvador-Cruz y Acle-Tomasini (2018). Encontraron que un puesto, un rol o una política de empleo podrían explicar síntomas de ansiedad y depresión, asimismo el control de las emociones negativas y las normas institucionales incrementarían estos síntomas. También se ha observado, que en el tipo de modelos educativos que demandan mayor número de competencias, los docentes son más propensos al incremento del nivel de ansiedad, provocando en algunos la desmotivación.

Como emoción, la ansiedad puede ser entendida como un conjunto de manifestaciones experienciales, fisiológicas y expresivas, ante una situación o estímulo, que es evaluado por el individuo como potencialmente amenazante, aunque objetivamente pueda no resultar peligroso (Cano Vindel, 1989). Reforzando esto, Cano, Dingil y Wood (2012), mencionan que existe una fuerte relación entre la ansiedad y el nivel cognoscitivo de la persona, centrando la atención en las manifestaciones físicas que esta situación implica. Dentro de dichas manifestaciones se puede mencionar: aspectos fisiológicos (aumento de la activación y respuesta corporal) y aspectos conductuales (agilidad, evitación, etc.), con el único fin de mantener a la persona en estado de alerta y prepararla a la situación que clasificamos como una amenaza.

En otras situaciones y por diferencias individuales, es un mecanismo adaptativo (Cano Vindel, 1989), que puede ayudarnos a mantenernos concentrados y afrontar los retos que tenemos por delante, no es sino hasta que los síntomas de ansiedad intervienen en la vida diaria del individuo y pasa a ser un trastorno (Riveros, Hernández y Rivera, 2007). Posibles soluciones a esto, de acuerdo a las teorías del aprendizaje, las respuestas de ansiedad, como cualquier otra conducta, pueden ser modificadas a través de los distintos tipos de aprendizaje (Skinner, 1979).

En el contexto académico, la ansiedad es un factor importante que no solo afecta a los estudiantes de cualquier grado académico, sino también al profesorado de cualquier nivel como el universitario. Rocha (1998), menciona que existe una asociación entre los aspectos de la organización del trabajo docente y los niveles de ansiedad presentados por los profesores. Los docentes también pueden ser afectados por los cambios científico-tecnológicos, económicos, sociales y culturales que se dan en la sociedad actual. Tienen que ser transmisores y a la vez críticos de la cultura ante las nuevas generaciones. Se le pide integrar socialmente al alumnado como miembro comprometido y responsable en una sociedad que está en continua crisis económico-social y de valores. También, se pretende que el profesorado sea agente compensador de las desigualdades sociales y de las deficiencias personales al integrar al alumnado con necesidades educativas especiales en un sistema único de enseñanza (García,1996). Además, de que debe estar en permanente actualización.

Merchan y De Dios Gonzáles (2014), en su estudio demuestra que los profesores pueden manifestar preocupación excesiva, se sienten incapaces de afrontar una situación con éxito, tienen pensamientos negativos sobre sí mismos y realizan una evaluación negativa de la situación, así como dificultad para decidir, pensar, estudiar o concentrarse en las actividades que realizan y temor a que los demás perciban esa dificultad.

Un análisis sobre las situaciones y/o factores que desencadenan un trastorno de ansiedad, muestran que la complejidad de la materia y los temas que el profesorado tiene que impartir, la supervisión constante a los alumnos en la practicas, así como la imagen que tiene de sí mismo y el cómo como lo ven no solo los demás profesores sino también los alumnos, entre otros, son los más frecuentes para que los maestros lleguen a presentar síntomas de ansiedad y tensión.

Asimismo, la acumulación de actividades (publicaciones, investigaciones, reuniones, asesoramiento de alumnos, docencia pluridisciplinar, realización y corrección de exámenes, revisión de tareas, superación académica, etc.) provoca a menudo al profesor agotamiento, esto provocado por el estrés, afectando

negativamente al análisis cognitivo al interactuar con otros procesos psicológicos como la vigilia, la atención, la percepción, el razonamiento y la memoria, importantes en las actividades del docente.

Son pocos los estudios centrados en el profesorado a pesar de que las habilidades de este están íntimamente relacionadas con el aprovechamiento del estudiante. Se han realizado estudios que demuestran como la calidad, el estilo de enseñanza, las estrategias que emplea así como sus propias expectativas, son importantes en el incremento de la motivación y el rendimiento académico de sus alumnos (Woolfolk, 2006), actualmente no se ha superado el modelo tradicional de educación, lo que podría explicar, (la falta de adaptación del profesorado) la dificultad de un gran número de profesores a la hora de adaptarse al modelo actual centrado en el alumno, en la adquisición de competencias, problemas de comportamiento; y la insuficiente motivación y bajo éxito académico del alumnado. Lo que muestra claramente la necesidad de una mayor formación permanente pedagógica y propuestas metodológicas más específicas, que permitan al profesorado adquirir habilidades que realmente le permitan enfrentarse a los nuevos desafíos educativos actuales (o nueva situación educativa actual).

Dado el papel fundamental del profesor en la educación, es importante no solo ser un buen profesor con un gran nivel de conocimientos y divulgarlos, sino que debe saberlos aplicar y enseñar a los alumnos a aplicarlos. También ha de tener un conjunto de características personales y de habilidades docentes (métodos o estrategias de enseñanza) que facilitaran el desarrollo de su trabajo, sus relaciones interpersonales y sobre todo un mayor aprendizaje significativo por parte de sus alumnos (Woolfolk, 2006). Esto es, no solo cuidar la instrucción a los estudiantes, sino además los valores personales y sociales, lo que implica un desarrollo del docente que evidencie los principios fundamentales de valor que sean un modelo y se oriente la formación del estudiante por parte del docente.

Como se puede percibir, el docente tiene una gran responsabilidad hacia los estudiantes, a la institución donde imparta la enseñanza y hacia la sociedad: entre las funciones que desarrolla para cubrir los objetivos de la materia (s) que imparte: instructor, trasmisor de conocimientos, generador de valores, orientador,

investigador, etc., por lo que es comprensible que presente problemas de salud generadas por la ansiedad. Y un buen clima laboral haría más agradable el trabajo de los docentes, del alumnado, y toda la comunidad educativa, beneficiando el aprendizaje de los estudiantes como lo plantean Troya, Troya y Briones (2018).

Como ya se señaló, el sistema educativo depende, en gran medida, de la calidad de la enseñanza de los docentes y una de las variables que puede afectar esta ejecución es la ansiedad, por lo que es importante la investigación de esta variable como uno de los indicadores de su incidencia en las tres áreas: cognitivo, fisiológico y conductual y como varía en función de la carrera que el docente enseña.

Objetivo: evaluar y comparar la respuesta de ansiedad entre los docentes de la carrera de Psicología, Biología, Medicina y Odontología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala (FESI).

Método.

Participantes.

Participaron voluntariamente 38 profesores de ambos sexos, elegidos al azar de la carrera de Psicología (N=10), Biología (N=9), Medicina (N=10) y Odontología (N=9) de la FESI.

Instrumento.

Para evaluar el nivel de ansiedad se aplicó el Inventario de Situaciones y Respuestas de Ansiedad (ISRA), que fue desarrollado por los profesores Miguel Tobal y Cano Vindel. (1986). El ISRA evalúa el nivel general de ansiedad (rasgo general de personalidad ansiosa), los tres sistemas de respuesta por separado (lo que pensamos, regulado por el sistema cognitivo; lo que sentimos a nivel corporal, o sistema fisiológico; y lo que hacemos, o sistema conductual-motor), así como cuatro rasgos específicos de ansiedad o áreas situacionales (ansiedad ante situaciones de evaluación, ansiedad en situaciones sociales o interpersonales, ansiedad en situaciones fóbicas, y ansiedad en situaciones de la vida cotidiana). Presenta una serie de situaciones, que son aquellas en las que solemos reaccionar

con ansiedad, así como otro conjunto de respuestas, que constituyen los principales síntomas de ansiedad y se evalúan en una escala de 0 a 5. El instrumento consta de 23 reactivos para cada área siendo en total 69 reactivos. El instrumento consta de 23 reactivos para cada área siendo en total 69 reactivos. La aplicación de este instrumento es de 30 y 45 minutos. Para calificarlo se suman los puntajes de cada área de manera horizontal y vertical, se obtienen los centiles para cada una haciendo una diferenciación entre hombres y mujeres.

Procedimiento

Previo a la aplicación del instrumento, se invitó a los académicos a participar voluntariamente a responder el instrumento que evalúa la ansiedad, explicándoles la relevancia e importancia de la investigación y que esta es con el objetivo de evaluar el nivel de ansiedad en los profesores de cada carrera de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala.

Posterior a esto, se les solicitó el consentimiento informado a cada uno de los participantes, enfatizando a cada profesor de que, tenían la elección de no continuar con la aplicación del instrumento si así lo consideraban pertinente por la causa que fuera. A los profesores que aceptaron participar, se les explico la forma del llenado de los datos personales, los cuales eran opcionales y además se les informo que toda la información obtenida sería confidencial y sola para fines de la investigación. La aplicación se realizó de manera personal, cada inventario se calificó en forma individual, para obtener los niveles de ansiedad de cada área. Los inventarios de la prueba aplicados a los profesores y resultados fueron guardados en el cubículo del investigador de FESI.

Análisis de datos.

Los datos fueron analizados empleando una ANOVA de una vía con la Carrera como factor para la respuesta de ansiedad cognitiva, fisiológica y conductual. Cuando se detectaron diferencias significativas se aplicó la prueba estadística de Tukey para detectar las diferencias de ansiedad cognitiva, fisiológica y conductual entre las carreras de la FESI., para obtener los niveles de ansiedad en cada área.

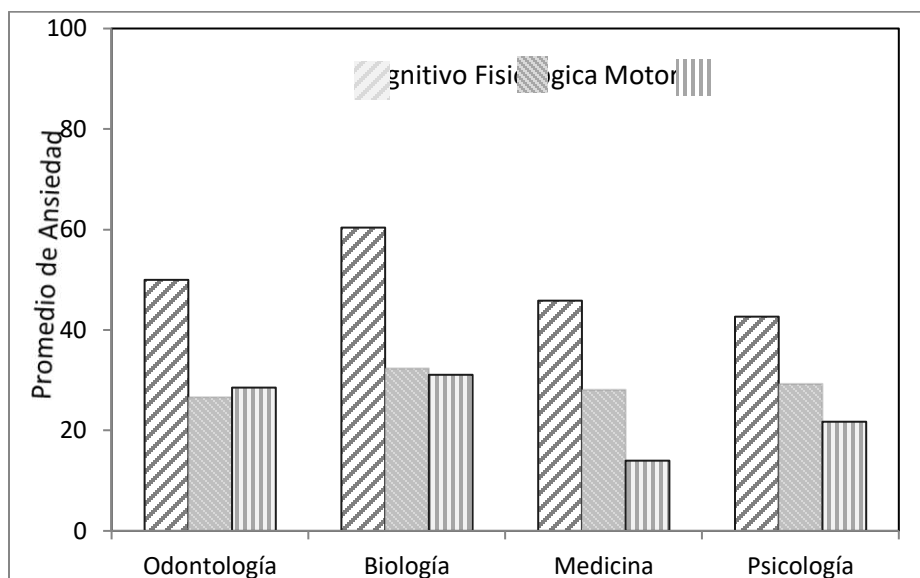
Resultados.

Los resultados obtenidos, no mostraron diferencias estadísticamente significativas al aplicarse una ANOVA ($p < 0.05$) entre las 4 carreras de la FESI para las respuestas en las tres áreas de ansiedad cognitiva, fisiológica y conductual en los académicos. Esto es, en términos generales los niveles de ansiedad en los académicos son similares en estas áreas a excepción de los académicos de Biología quienes presentaron niveles más altos que los académicos de las otras carreras (ver Figura 1).

Sin embargo, es importante señalar que los docentes de las cuatro carreras de la FESI presentaron mayor ansiedad en el área cognitiva, siendo mayor en los docentes de Biología, siguiéndoles los de Odontología, Medicina como se observa en la Figura 1 y en menor nivel de ansiedad los académicos de Psicología, lo que demuestra que lo que pensamos, el cómo nos percibimos, es relevante en la manifestación de la ansiedad y esto se presenta más en los académicos de biología. En el área fisiológica, se observa en la figura 1 que los académicos de Biología muestran ligeramente mayor ansiedad comparados a las otras carreras. No se observan mayores diferencias en la respuesta de ansiedad entre los académicos de las otras 3 carreras, incluso cuantitativamente son similares los promedios de ansiedad, tal vez porque el académico pone poca atención a estas respuestas y no las reporto en el cuestionario del instrumento aplicado.

A nivel conductual, los docentes de Biología y Odontología mostraron mayor ansiedad motora pero menor a la ansiedad cognitiva y similar a la ansiedad en el área fisiológica, siguiéndoles los profesores de Psicología y los que presentaron menor ansiedad en esta área fueron los de Medicina. Cabe señalar, que en esta área fue donde se manifestó menor ansiedad en los académicos de medicina y psicología.

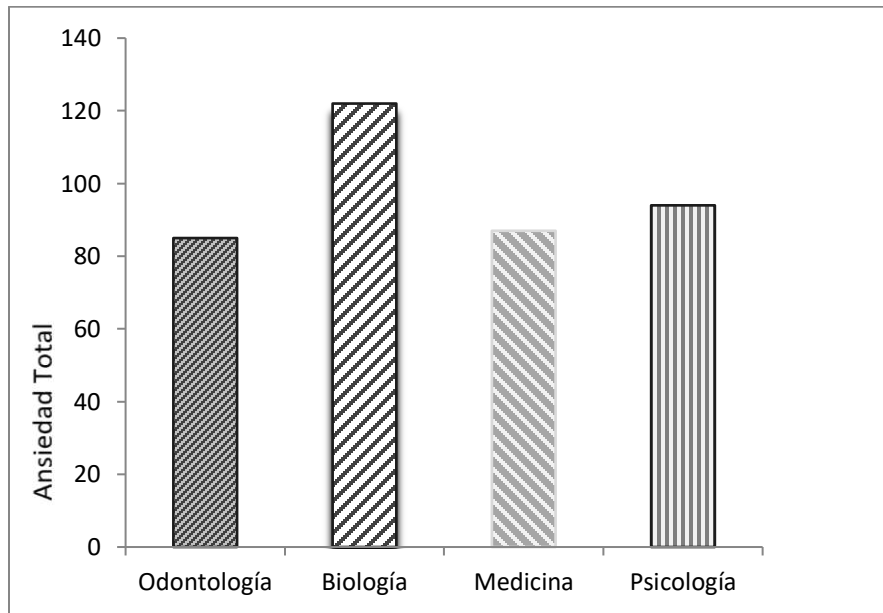
Los resultados indican que los docentes de Biología en general presentaron mayores niveles de ansiedad en las tres áreas comparadas con las otras tres carreras.



La figura 1, muestra el promedio de ansiedad por carrera en las áreas cognitiva, fisiológica y conductual en los académicos de la FESI

La figura 2, muestra la ansiedad total de los académicos de las cuatro carreras de la FESI, no se obtuvieron diferencias estadísticamente significativas ($p < 0.05$). Cuantitativamente los resultados muestran que los docentes de Biología fueron los que presentaron mayor ansiedad, siguiéndole los académicos de Psicología, los académicos de Odontología, Medicina muestran resultados similares y menores a los académicos de Biología.

Los resultados mostrados en la figura 1 y 2, indican diferencias mayores niveles de ansiedad de los académicos de biología y menores niveles en los académicos de psicología y medicina.



La figura 2, muestra el nivel de ansiedad total por carrera en los académicos de la FESI

Discusión y Conclusiones.

El objetivo de esta investigación fue evaluar y comparar la respuesta de ansiedad entre los académicos de la carrera de Psicología, Biología, Medicina y Odontología de la FESI.

Los resultados de la evaluación de la ansiedad entre los académicos de las carreras de Psicología, Odontología, Biología y Medicina muestran diferentes resultados en las diferentes áreas evaluadas en este estudio. El área cognitiva es la que se ve más afectada por esta variable, indicando la importancia de las diferencias perceptuales como lo señalado por Calvete y Villa (2000). Esto es, nuestros resultados muestran como los académicos se perciben y cómo piensan en función de la asociación de ciertas situaciones (Merchan y De Dios Gonzáles, 2014), como por ejemplo el ser evaluado para algo importante en su trabajo o para un nuevo puesto, así como la importancia que le dan a la crítica social tanto de sus

compañeros de trabajo como de los estudiantes a los que le imparten la enseñanza al cometer errores y hacer al que ellos creen que es ridículo o por las competencias que se requieren para plan curricular dado. Todo esto les puede generar baja autoestima, actitudes negativas hacia sí mismo y hacia los demás, sentimientos de inferioridad y de incompetencia como lo mencionan Moriana y Herruzo (2004). También, la ansiedad tiene implicaciones en las expectativas que genera el profesor hacia su vida académica (Miño, 2012), en muchos de los casos se ven disminuidas por los efectos de la ansiedad.

En el área cognitiva, los docentes de Biología fueron los que presentaron mayor ansiedad comparada a la de la otras carreras, resultados similares se presentaron en esta área en los resultados de la investigación de ansiedad con alumnos de la FESI (Cedillo y cols. 2016), esto se podría explicar en función de las materias que enseñan (química, matemáticas, biología) y el contenido de estas, y las competencias a desarrollar que son más de orden práctico-reflexivo y las prácticas de campo que realizan, tal vez esto podría marcar la diferencia en el nivel de ansiedad presentados por ellos. Asimismo, el nivel de competencia que se puede generar entre los académicos, las estrategias que emplean para afrontar todo lo anterior no son las idóneas o no tiene información de estas y como aplicarlas en su contexto laboral.

Respecto a los docentes de la carrera de Psicología, mostraron un menor nivel de ansiedad comparados con los docentes de Biología, también cuentan y deben desarrollar en sus alumnos el análisis crítico y reflexivo, pero sus materias a enseñar son diferentes a las de la carrera de Biología. Los docentes psicólogos, también realizan prácticas con animales no humanos y con participantes humanos voluntarios y se esperaría que esto por sí mismo les generaría más ansiedad por el grado de responsabilidad y las implicaciones éticas que implica trabajar con personas. Sin embargo, nuestros resultados no mostraron esto, posibles explicaciones son que los docentes psicólogos manejan y controlan mejor la ansiedad por su misma preparación y exposición a tales situaciones generando habilidades en el desarrollo de estrategias en la resolución de problemas, conflictos y tolerancia a estas situaciones. En otras palabras, parece que se adaptan mejor a

las condiciones de trabajo por las razones anteriormente expuestas como lo mencionan Cano Vindel (1989).

Explicaciones similares son para los resultados en general de los académicos de odontología y medicina, respecto que al parecer también se adaptan mejor a las condiciones de trabajo y exigencias de las materias que imparten.

Es importante señalar que se debe tomar en cuenta que cada carrera tiene características propias de su ambiente de trabajo, y que cada académico expresa de diferentes formas el cómo percibe y siente lo que experimenta en sus vivencias laborales dependiendo del contexto laboral. La satisfacción de la enseñanza por parte del docente en el proceso de enseñanza aprendizaje en el alumno como lo señala Hernández (2011), es otra variable importante que debe considerarse en los resultados de nuestra presente investigación. La satisfacción significa realización personal en virtud de la experiencia provocada por diversas actividades y recompensas.

El ejercicio de la profesión docente demanda un repertorio de recursos personales que le ayuden a la gestión emocional ante las múltiples exigencias inherentes a la propia profesión (planificación, cumplimiento de objetivos académicos), bajo un contexto marcado por barreras académicas y a veces tecnológicas, en consecuencia, pueden manifestar agotamiento por exceso de trabajo, ansiedad, falta de concentración como respuesta física o emocional a las demandas exigidas, estos repercuten negativamente en su integridad psíquica, por lo menos en lo que respecta a la ansiedad, como lo señala Rocha (1998). Por lo que resulta importante contar con un buen estado de ánimo que favorezca la actitud positiva ante las adversidades y una autopercepción positiva o que este estado emocional pueda ser inducido por el apoyo que proporcionan las IES al profesorado, como lo demostraron Talidong y Toquero (2020).

Tales factores son importantes a tomar en cuenta para un mejor desempeño del académico, que se reflejara en su enseñanza y productividad, ya que no se debe olvidar que ellos son los primeros perjudicados, pero no los únicos, porque a través de ellos se pueden ver afectados un gran número de alumnos en la dificultad para concentrarse debido a la ansiedad experimentada.

También es importante señalar, que el clima institucional es importante para favorecer la superación a nivel personal. Asimismo, el que el académico tenga el apoyo y el reconocimiento profesional por la institución educativa tanto en el plano académico como en el de las retribuciones, favorecerían una mayor adaptación laboral y equilibrio personal de los docentes, observándose una mayor calidad en la educación (Troya, Troya y Briones, 2018) disminuyendo la probabilidad de ausentismo, problemas de salud, y con riesgo de bajas laborales.

En área fisiológica nuestros resultados mostraron niveles de ansiedad similares en las cuatro carreras, siendo menores a las respuestas de ansiedad cognitiva, lo que significa que en términos generales que son niveles que al parecer los pueden controlar o no le prestan atención, incluso le restan importancia porque tal vez los efectos de la ansiedad son menores y poco perceptibles y no afectan ni interfieren en el desempeño laboral de los académicos.

Asimismo, los resultados de nuestra investigación en el área conductual estas se presentaron en menor nivel comparado a los resultados en el área cognitiva, lo que indica que las manifestaciones motoras son las menos comunes entre estos grupos de académicos como lo señala Merchand y De Dios Gonzáles (2014). Es decir, son menos los casos en nuestra investigación en que los académicos se quedan paralizados, muestren intranquilidad motora, temblores, tics, perturbaciones en la conducta motora verbal.

Otras variables para considerar en nuestra investigación, es el comportamiento de los alumnos en el salón de clases, laboratorios, prácticas de campo, sociales y clínicas que se les ha relacionado con el aumento de los niveles de ansiedad en los profesores, por el grado de responsabilidad que tienen los profesores en estas situaciones y que no alcanzaron un nivel de adaptación a todas estas situaciones en la vida académica.

Se concluye que la ansiedad afecta el desempeño del académico en sus diferentes actividades que realiza en este contexto y que la más frecuente esta relacionada con el área cognitiva, que se relaciona en el cómo se percibe ante sus compañeros y alumnos, los pensamientos negativos hacia su persona en relación a sus competencias y las estrategias que desarrolla para adaptarse a las diferentes

situaciones que le generan ansiedad, aunque en algunas situaciones no le sean efectivas.

Una limitación del presente estudio es que tiene un tamaño de muestra pequeño por lo cual los resultados no pueden ser generalizados a toda la población de los académicos de las carreras investigadas, no se consideraron variables como la historia conductual de desempeño histórico de los académicos, sin embargo, nos da indicios de que el nivel de desempeño del académico podría estar asociado a diferentes variables.

Referencias Bibliográficas.

- Arriaga, H. M. (2015). El diagnóstico educativo, una importante herramienta para elevar la calidad de la educación en manos de los docentes. *Atenas* [en línea]. 3(31), 63-74[fecha de Consulta 19 de Octubre de 2021]. ISSN: Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=478047207007>
- Calvete, E. y Villa, A. (2000). Burnout síntomas psicológicos: modelo de medida y relaciones estructurales. *Ansiedad y Estrés* 6: 117-130.
- Cano-Vindel A. (1989). Cognición, emoción y personalidad: un estudio centrado en la ansiedad. https://www.researchgate.net/publication/230577041_Cognicion_emocion_y_personalidad_un_estudio_centrado_en_la_ansiedad_Cognition_emotion_and_personality_a_study_focused_in_anxiety
- Cano, V. A., Dongil, E., y Wood, C. (2012). *Estrés*. Barcelona: Océano-Ámbar.
- Cedillo I. B., López Z. J. S., Pérez L. A., Espíndola D. P., Ramos G. A., Álvarez H. O. (2016). Ansiedad en los estudiantes de la facultad de estudios superiores iztacala. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*; 19, No 2. Recuperado de <https://repositorio.unam.mx/contenidos/45130>.
- García, E. (1996). Estrés, profesión docente y personalidad del docente. *Ansiedad y Estrés*, 2, 245-260.
- Hernández H. C. A. (2011). La motivación y satisfacción laboral de los docentes en dos instituciones de enseñanza media superior. *Investigación administrativa*, 40(108), 69-80. Recuperado en 20 de octubre de 2021, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-76782011000200069&lng=es.
- Merchán R. I. M., y De Dios González H. J. (2014). Autopercepción de la ansiedad en maestros de primaria de badajoz y castelo branco. *International Journal*

of Developmental and Educational Psychology, 2(1),177-185. [fecha de Consulta 2 de Noviembre de 2021]. ISSN: 0214-9877. Disponible en:
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349851782018>

Miguel Tobal, J.J. y Cano Vindel, A. (1986). Manual del Inventario de Situaciones y Respuestas de Ansiedad (I.S.R.A.) Madrid: TEA Ediciones (1ª edición, 1986; 2ª edición, 1988; 3ª edición, 1994; 4ª edición, 1997; 5ª edición, 2002).

Miño, S. A. (2012). Clima organizacional y estrés laboral asistencial (Burnout) en profesores de enseñanza media: Un estudio correlacional. *Revista Psicología Científica.com*, 14(9). Disponible en:
<http://www.psicologiacientifica.com/burnout-profesores-ensenanza-media>

Moriana, E. J.A. y Herruzo, C. J. (2004). Estrés y burnout en profesores. *International Journal of Clinical and Health Psychology*. 4, 3: 597-621.

Riveros, Q. M, Hernández, V. H. y Rivera, B. J. (2007). Niveles de depresión en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Revista IIPSI Facultad de Psicología UNMSM*, 10:91-102.

Rocha, R. (1998). Organización del trabajo docente y ansiedad en profesores de primaria del D.F. BIEN. *Rev. Especializada en Ciencias Sociales y de la Educación*. 1: (2), 70-77.

Rodríguez-Martínez, M., Tovalín-Ahumada, J., Gil-Monte, P., Salvador-Cruz, J. y Acle-Tomasini, G. (2018). Trabajo emocional y estresores laborales como predictores de ansiedad y depresión en profesores universitarios mexicanos. *Información psicológica*, 115, 93-107.
<https://doi.org/10.14635/IPSIC.2018.115.11>.

Talidong, K. J. B., y Toquero, C. M. D. (2020). Philippine teachers' practices to deal with anxiety amid COVID-19. *Journal of Loss and Trauma*, 25(6-7), 573-579. <https://doi.org/10.1080/15325024.2020.1759225>.

Thompson, B. y Mazcasine, J. (2000). Attending to Learning Styles in Mathematics and Science Classrooms. ERIC Digest. <https://www.ericdigests.org/2000-1/attending.html>

Troya M. I. E, Troya M. B. E., Briones T. D. E. (2018) La formación y superación del docente: "desafíos para el cambio de la educación en el siglo XXI". Memorias del cuarto Congreso Internacional de Ciencias Pedagógicas de Ecuador. La formación y superación del docente: "desafíos para el cambio de la educación en el siglo XXI" págs. 1438-1447.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=743196>.

Woolfolk, A. E. (2006). *Psicología educativa* (9ª ed.). México: Prentice-Hall Hispanoamericana.