



INSTITUTO SUPERIOR DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN DEL
ESTADO DE MÉXICO

DIVISIÓN ACADÉMICA ECATEPEC

LAS EMOCIONES PREDOMINANTES DE LOS ORIENTADORES DE UNA
ESCUELA SECUNDARIA ANTE LAS TENSIONES DE SU LABOR
DOCENTE Y SUS EFECTOS EN LA SALUD

TESIS

QUE PARA OBTENER EL GRADO DE:

MAESTRA EN INVESTIGACIÓN DE LA EDUCACIÓN

PRESENTA

ANA EVA BAUTISTA ORTIGOZA
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

COMITÉ TUTORAL

TUTOR: MTRO. JORGE HERNÁNDEZ ESQUIVEL
COTUTORES: MTRO. EDGAR FELIPE DECEANO ESTRADA
MTRA. ELIZABETH ZAMORA ESPINO

DEDICATORIAS

A mis padres por contribuir en mi formación.

A mi esposo Alfredo por su apoyo y su espera para alcanzar este sueño.

A Christian Gabriel mi hijo por ser ese motivo de amor y vida.

A mis hermanos y hermanas Arturo, Julieta, Cruz, Nora Praxedis, Eliseo, Juan Servando, Saúl Héctor, María Magdalena, Sara, David y César por formar parte de mi historia de vida.

A mis sobrinos y sobrinas por compartir momentos de tristeza y alegría.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco al Creador por darme la estrella para vivir esta experiencia y coincidir con las personas que han contribuido en mi historia de vida, así como en mi formación profesional.

Gracias al personal académico del ISCEEM división Ecatepec por compartir sus conocimientos y por los momentos que fueron espejo.

A mis padres Juan (+) y Agustina gracias a las experiencias compartidas impulsaron mis estudios.

A mis hermanos Arturo, Julieta, Cruz, Nora Praxedis, Eliseo, Juan Servando, Saúl Héctor, María Magdalena, Sara, David y César por su apoyo y ejemplo de superación.

A todos mis sobrinos y sobrinas por su apoyo y por formar parte en mi historia de vida.

A todos mis cuñados y cuñadas que también me apoyan y forman parte de mi vida.

Al Dr. Jorge Salim Maloof Maloof por su apoyo para realizar este sueño, y por su ejemplo de compasión, ética, profesionalismo y paciencia.

Mi más sincero agradecimiento a la Mtra. María del Carmen Flores Ceja, con quién se inició el proyecto de investigación y el proceso de la elaboración de la tesis, así como a la Dra. María de Jesús Sánchez Meneses. Al comité tutorial integrado por el Maestro Jorge Hernández Esquivel; al cotutor, Mtro. Edgar Felipe Deceano Estrada y la lectora, Mtra. Elizabeth Zamora Espino, por su apoyo y observaciones; así como a la Mtra. Ma. Catalina J. González Pérez, quién me acompañó en la parte final para obtener el grado

A mis amigas Adela, Angélica, Margarita, Marisela y Gala por escucharme en los momentos complicados y su apoyo para terminar este ideal.

A mi esposo por su apoyo, ayuda y acompañamiento en esta experiencia.

A Christian Gabriel por ser un ángel en mi vida, por su comprensión y amor.

A Fernanda por su acompañamiento en este proceso.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	11
CAPÍTULO 1. Emociones del orientador ante las tensiones laborales	13
Presentación.....	15
1.1 Referentes empíricos: inicio en la docencia	15
1.2 Educación Pública: ejerciendo como orientador técnico.....	21
1.3 Momentos de cambio: ¿Ser absorbida por el sistema?.....	24
1.4 Descubrir emociones y tensiones a través del cuerpo: la experiencia del orientador.....	28
1.5 Problema.....	32
1.5.1 Pregunta de investigación.....	36
1.5.2 Objetivos.....	36
1.5.3 Propósito.....	37
1.5.4 Supuestos.....	37
1.5.5 El Objeto de Estudio.....	40
1.5.6 Justificación.....	41
1.5.7 Enfoque de la investigación.....	42
CAPÍTULO 2. El orientador, emociones, salud y condiciones de trabajo	47
Presentación.....	49
2.1 El orientador en un mundo cambiante	49
2.2 Concepto de emoción	52
2.2.1 ABC de las emociones.....	54
2.3 Acerca del concepto salud-enfermedad.....	56
2.3.1 Concepto de Salud.....	58
2.3.2 Concepto de enfermedad	58
2.4 ¿Quién es y qué hace un orientador?	61
2.4.1 El orientador y las condiciones laborales	67
2.4.2 Inteligencia emocional como respaldo	73

2.5 Leyes aplicables al trabajo del orientador, derechos y obligaciones	77
2.5.1 Artículo 3° de la Carta Magna.....	78
2.5.2 Artículo 4° de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos.....	79
2.5.3 Artículo 123 de la Carta Magna	79
2.5.4 Artículos 158 y 159. Disposiciones reglamentarias en materia laboral para los servidores públicos Docentes del Subsistema Educativo Estatal	82
2.5.5 Artículos 513 y 514 de la Ley Federal del Trabajo.....	82
CAPÍTULO 3. Contexto de la investigación y trabajo de campo.....	87
Presentación	89
3.1 Descripción del contexto de la investigación.....	89
3.2 Contexto municipal de trabajo	90
3.2.1 Ubicación y medios de comunicación	90
3.2.2 Vías de acceso.....	91
3.2.3 Clima del municipio de Tultitlán	91
3.3 La Institución	92
3.4 Incursión en la indagación de campo	93
3.4.1 Datos generales de los orientadores de la escuela secundaria	94
3.4.2 Formación profesional de los orientadores de la escuela secundaria.....	99
3.4.3 Trayectoria laboral	100
3.4.4 Estilos de vida (hábitos).....	105
3.4.5 Emociones del orientador.....	111
3.4.6 Tensiones de la labor del orientador	115
3.4.7 Salud.....	119
3.4.8 Historia de vida	124
CAPITULO 4. Hallazgos del trabajo de campo.....	127
Presentación	129
4.1 Emociones, ser orientador, condiciones de trabajo y salud	129
4.2 Las Emociones predominantes del orientador	134
4.3 Las Tensiones de la labor del orientador	139

4.4 Salud del orientador.....	140
4.5 Satisfacción de las necesidades en los orientadores	143
A manera de cierre	149
Fuentes de consulta	157
Bibliográficas	159
Electrónicas	162
Anexos	165

INTRODUCCIÓN

El Estado de México es una Entidad Federativa donde las escuelas de nivel secundaria cuentan con la figura de orientador técnico.

En la modalidad de secundaria general el orientador desempeña diversas funciones tales como: atención a padres de familia, alumnos, administrativas y prefectura entre otras; a diferencia de la secundaria técnica que tiene el puesto de prefecto. Hay escuelas donde los orientadores además de sus funciones, desempeñan actividades secretariales.

Las condiciones de trabajo en que el orientador ejerce su labor despiertan emociones como: dolor, miedo, tristeza, ira, alegría, ansiedad, depresión, resentimiento; de acuerdo con varios expertos en el tema como Riso, Estrada, Martínez, Lara, Hargreaves, Goleman, Mansione, guardan concordancia en la construcción de enfermedades o prevención de las mismas.

El presente estudio identifica cuales son las emociones predominantes de los orientadores de una escuela secundaria ante las tensiones de su labor docente y sus efectos en la salud.

El enfoque metodológico de la presente investigación es de corte cuanti-cualitativo, se emplea la fenomenología de la percepción de Merleau-Ponty, así como la hermenéutica que hace referencia a la interpretación de los textos, para comprender el sentido y significado que dan los orientadores respecto a las emociones generadas de las condiciones de trabajo y sus efectos en la salud.

La ubicación de la institución donde se llevó a cabo la investigación se encuentra en el Estado de México, municipio de Tultitlán zona oriente. En primera instancia se realizaron observaciones directas, posteriormente se aplicó un cuestionario con 56 preguntas y tres tablas a siete orientadores de ambos turnos, posteriormente se llevaron a cabo tres entrevistas para conseguir el sentido y significado que dan los orientadores al objeto de estudio.

El procedimiento metodológico permitió encontrar las categorías: emociones, condiciones de trabajo, ser orientador y salud, para análisis de los referentes empíricos y teóricos. Posteriormente, con el trabajo teórico, se reforzaron las categorías de emociones (Goleman, Riso, López); condiciones de trabajo (Martínez, Hargreaves); y salud (López, Estrada, Navarro).

Este trabajo se conforma de cuatro capítulos, el primero se titula *Emociones del orientador ante las tensiones laborales*; en este capítulo se abordan los siguientes apartados: Referentes teóricos: inicio en la docencia; Educación Pública: ejerciendo como orientador técnico; Momentos de cambio ¿ser absorbido por el sistema?; Descubrir emociones y tensiones a través del cuerpo: la experiencia del orientador; así como los elementos que dieron origen a la investigación: el problema, pregunta de investigación, objetivos, propósito, supuesto, el objeto de estudio, justificación y enfoque de la investigación.

El segundo capítulo se llama *El orientador, emociones, salud y condiciones de Trabajo* el cual trata sobre las condiciones del trabajo del orientador, un bosquejo del concepto salud-enfermedad, así como quién es y que hace un orientador, sus condiciones laborales y un apartado de inteligencia emocional. Las Leyes aplicables al trabajo del orientador derechos y obligaciones.

El tercer capítulo lleva por nombre *Contexto de la investigación y Trabajo de campo*, en él se aborda la descripción del contexto de la investigación, el contexto municipal del trabajo, características del municipio al que pertenece la Escuela, así como una descripción de la misma y los datos arrojados por la encuesta.

El cuarto capítulo titulado *Hallazgos del trabajo de campo*, en este se hace el tejido de la investigación, es decir se entrelazan las categorías, los referentes teóricos y los hallazgos.

Un quinto apartado a manera de cierre donde se reflexiona analizando los hallazgos de la investigación. Finalmente se registraron las referencias y los anexos.

Investigar en educación es importante pues da la oportunidad de ver otros aspectos desconocidos en la vida cotidiana, como saber que el orientador más que un servidor es un trabajador con derechos, los cuales son preciso conocer, a su vez tocar esa parte sensible expresada en la salud a veces no escuchada, de aquí la relevancia de realizar este tipo de investigaciones, para difundir los resultados de aquello que pasa a ese ser integral de carne y hueso cuando se puede prevenir evitando el deterioro de su salud, la cual es un tesoro.

CAPÍTULO 1

EMOCIONES DEL ORIENTADOR ANTE LAS TENSIONES LABORALES

Presentación

En el presente capítulo se aborda las emociones del orientador ante las tensiones laborales. Se desenvuelve en cinco apartados, los cuales comienzan con presentar algunos referentes empíricos de la propia experiencia en el ejercicio de la función docente, primero y después como orientadora, lo cual abarca el inicio en la docencia como profesora horas clase hasta llegar al puesto de orientadora en escuelas de sostenimiento particular. En el segundo, se relata la experiencia en la educación pública, cuando se ejerce como orientador técnico. El tercer apartado describe momentos de cambio a partir del cuestionamiento ¿Ser absorbida por el sistema?, en el cual se expresan situaciones vividas con alumnos, profesores horas clase y compañeras orientadoras, las cuales lejos de obstaculizar el trabajo se tornan en oportunidad de mejora. En el cuarto apartado, se presentan distintas situaciones que permitieron descubrir emociones y tensiones a través del cuerpo cuando se vive la experiencia de orientador en una escuela secundaria y cómo ésta descubre emociones y tensiones. Finalmente, se presentan el problema de investigación, las preguntas, los objetivos, así como el propósito, el supuesto básico, el objeto de estudio, la justificación y enfoque de la investigación.

Se utiliza las orientadoras, de manera genérica para referirse a ambos géneros.

1.1 Referentes empíricos: inicio en la docencia

Después de varios años de labor educativa, poniendo en práctica las herramientas pedagógicas adquiridas en la formación profesional, surgió la inquietud de ingresar a estudiar la Maestría en Investigación de la Educación en el Instituto Superior de Ciencias de la Educación del Estado de México (ISCEEM), División Ecatepec.

Al lograr ingresar, fue ineludible hacer un recuento de la experiencia formativa, buscando en la memoria los inicios de la experiencia laboral docente lo que significó la incorporación al Sistema Educativo Estatal, teniendo la oportunidad de ejercer al mismo tiempo en la educación particular y la educación pública.

Después de egresar de la UNAM como Psicóloga, en el año de 1998, se buscó trabajar como profesora horas-clase en el Bachillerato Tecnológico particular *Las Américas*, impartiendo clases

de puericultura, relaciones humanas, lectura y redacción; se disfrutaba con alegría dar esas clases a los alumnos. Las condiciones laborales en esta institución eran trabajar por honorarios, cada quincena se extendía el recibo. Se concluyó un semestre y al comenzar el siguiente, en septiembre de 1998, se obtuvieron 20 horas como profesora en el Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP) plantel Tultitlán, donde las condiciones laborales se caracterizaban por trabajar por honorarios asimilados a salarios, el pago era mensual, con la prestación de aguinaldo, pero no se contaba con seguro social. En caso de faltar un maestro por enfermedad, al siguiente semestre ya no era recontratado. El director tenía poco trato con los profesores, había tres coordinadores, uno de cada carrera Electricidad, Contabilidad y Automotriz, quienes contrataban a los profesores. Las contrataciones no se hacían bajo criterios del perfil profesional, sino de simpatía. Paralelamente, en 1998, se trabajaba en el Bachillerato Tecnológico particular *Las Américas*. Después de un semestre se tuvo que dejar este trabajo debido a la incompatibilidad de horarios con el CONALEP, ya que asignaron un horario mixto, que no permitió continuar en el Bachillerato.

Fue triste separarse de esa escuela, pues era grato impartir clases, había un ambiente agradable, armonía entre profesores y directivos, los alumnos en el aula preguntaban sus dudas, eran alegres, y responsables con sus estudios. Al impartir clases había alegría, se disfrutaba aplicar actividades y ejercicios para mejorar la comunicación; así también fue interesante haber tenido la oportunidad de realizar distintas actividades, como llevar al grupo de puericultura a la FES Iztacala (Facultad de Estudios Superiores) a ver un video titulado *Mece a tu bebé*. Daba gusto observar los rostros de los estudiantes sorprendidos por los conocimientos impartidos. Además, el trabajo de los docentes y alumnos era reconocido, por ejemplo, cuando se trabajaba en sábado se reponía el tiempo invertido el siguiente lunes, es decir, no había clases.

En el CONALEP se impartieron clases de historia de México, valores y actitudes, lectura y redacción. Aquí los alumnos presentaban diversas situaciones, tenían otras inquietudes, por ejemplo: un alumno se acercó solicitando orientación, su novia estaba embarazada y él comentó que era muy enojón con ella. Se dieron algunas recomendaciones y la sugerencia de acudir a una atención psicológica, lo cual apoyó a los jóvenes.

En una clase de lectura y redacción, una alumna platicó a la maestra acerca de un intento de suicidio, situación que requirió atención.

Respecto a la clase de historia los alumnos expresaron a la maestra que era la consentida. Al grupo se le proporcionó la escala de evaluación, se firmaba el trabajo de cada clase y se trataba prevaleciera un ambiente de respeto. Un día un alumno sacó unas plumas de color pastel, otro compañero le hizo burla. La intervención de la profesora fue en el sentido de que se aceptaran las preferencias y gustos.

Un día un padre de familia se acercó con la profesora para preguntar sobre el aprovechamiento de su hijo, el padre comentó -Mi hijo se quiere ir a trabajar y yo le digo que no. La sugerencia de la docente fue -Aprovecha el esfuerzo de tus padres, termina tus estudios y entonces te pones a trabajar, lo cual redujo el conflicto entre ambos

En el año 2000, se trabajó como profesora horas clase en la preparatoria particular *Montessori*, durante un semestre, al término del cual la dueña de la escuela ofreció el puesto de orientadora en la secundaria y se aceptó en el ciclo escolar 2000-2001.

Como novel orientadora se disfrutó de las nuevas funciones en la secundaria, ya que generaban alegría y satisfacción. Los alumnos y alumnas requerían atención y fue gratificante apoyarlos. En este ciclo escolar, se trabajó con tres grupos, uno de cada grado, el de primer año era un grupo activo, constantemente los estudiantes se movían o pasaban tiempo fuera de su lugar, por lo que en ese grupo se aplicaron técnicas de relajación para apoyarlos en el aprendizaje. Había un alumno con bajo aprovechamiento en las evaluaciones, la recomendación a sus padres fue darle de desayunar antes de ir a la escuela y escuchar música clásica; además, se aplicaban ejercicios de relajación en el aula. En el siguiente bimestre, al ver calificaciones más altas, su papá y él fueron a orientación a dar las gracias por el progreso obtenido, lo cual causó satisfacción.

Un incidente más, fue que otra orientadora descubrió que un alumno era golpeado por su papá cuando el adolescente mostró las marcas de los golpes. En ese momento se estaba a cargo del grupo del estudiante, por lo que se platicó con la mamá quien confirmó la situación de violencia en su hogar, incluso también era golpeada. Uno de esos días, se realizó una llamada a su casa y apenas se dijeron unas palabras con respecto a un citatorio, el padre colgó el teléfono. Días después de esta

llamada, el padre se disculpó en la escuela. La orientadora sintió tristeza y miedo al no poder hacer algo por el alumno y su mamá.

Otro suceso fue el de una alumna de tercero; su mamá trabajaba como podóloga y en una ocasión, en su casa, se pasó un cúter por sus muñecas como intento de suicidio. Un día llegaron mamá y alumna para hablar con la orientadora, la directora comentó: -Vienen muy cargadas, como advertencia de su estado de ánimo. Se llevó a buen término la situación, concluyó el tercer año y realizó su trámite para ingresar a una preparatoria de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM).

A mitad del ciclo escolar, en esta misma secundaria *Montessori*, ingresó una alumna que venía de Fundación Azteca, quien se quejaba frecuentemente de dolores estomacales; su mamá comentó que tenía gastritis; en esa Fundación les pedían mantener su promedio, además llevaban un ritmo acelerado por el nivel de estudios exigido, no aguantó la presión sobre ella, por eso llegó a esta secundaria.

Era frecuente que los alumnos se sintieran enfermos de dolor de cabeza, dolores estomacales, y otros síntomas leves por lo cual buscaban a la orientadora, quien les daba los primeros auxilios, lo que hacía que se sintieran atendidos. En alguna ocasión, una persona de la escuela comentó a un estudiante que *la orientadora no es doctora*, lo cual no influyó en la actitud de su orientadora para atenderlos, estimarlos, cuidarlos y hablar con ellos.

En esta institución la dueña (que en paz descansa) era una maestra que padecía diabetes, tenía un carácter fuerte al grado que cuando entraba a la secundaria alumnos, maestros, secretaria, orientadoras y directora percibían su presencia, por el silencio. Un día, antes del festejo del día de las madres llegó a la escuela, el bullicio de los alumnos en ese momento se eliminó; la maestra de inglés ofreció apoyar a envolver los regalos adquiridos para la rifa. Un alumno preguntó: - ¿Por qué todos le tienen miedo a la maestra? La dueña gritaba, manoteaba cada vez que llegaba al plantel. Sin embargo, para festejar a los maestros en su día, los llevó a una comida en un salón de fiestas y cubrió los gastos.

Las condiciones laborales en *Montessori* eran trabajar bajo el régimen de honorarios asimilados a salarios, quince días de aguinaldo, pero con pocos meses de trabajo no otorgaban seguro social, a

excepción de los profesores con más años en la escuela a quienes sí les dieron. Estas condiciones despertaban enojo e incertidumbre entre el personal de la institución. Por ejemplo, quien escribe el presente texto, una mañana en casa antes de salir a trabajar, cayó por las escaleras, como no tenía seguridad social, no le dieron incapacidad, se atendió con un médico general particular, quien dio tres días de reposo, además de recetar antiinflamatorios, lo cual generó gastos imprevistos. La atención a la salud no era prioritaria y no había apoyos para su cuidado.

Para concluir el ciclo escolar, se solicitó un aumento salarial al hijo de la dueña, quien llevaba la administración y sólo ofreció aumentar cien pesos a la quincena, lo cual motivó a terminar la relación laboral.

Así se llegó al Colegio San Carlos en el municipio de Ecatepec, el primer día de clases del ciclo escolar 2001-2002, ese día tocó conducir los honores a la Bandera a la orientadora Angélica, puso una canción titulada *Hoy puede ser un gran día* para dar la bienvenida a los alumnos. Ese recibimiento causó alegría. Ella era amable, noble, amigable, clara, sincera, honesta, compartía sus experiencias acerca del trabajo con padres de familia, alumnos, maestros, maestras, coordinador, subdirector y director. Explicaba cómo hacer el cuadro de honor, dónde estaba, a quien pedir las llaves, daba referencia del trabajo de las secretarías. También tenía sus defectos, los cuales no afectaban la relación laboral.

Era el segundo ciclo escolar de Angélica, Ana se incorporó ese día al presenciar esas actividades en el homenaje, las emociones fueron alegría, sorpresa y felicidad. Había empatía en el trabajo entre las orientadoras y los alumnos.

Al momento de la contratación hubo una gran diferencia, el maestro encargado del personal, explicó que había secretaria mecanógrafa para apoyar con lo administrativo, pre-boletas, actas de nacimiento, CURP, capturar las evaluaciones, hacer el llenado de boletas por lo cual debía enfocarse a orientar a los alumnos. Contaban con una doctora para brindar atención médica a los alumnos, tenían alberca techada en la que una vez a la semana los alumnos aprendían natación, también estaba una cancha de fútbol rápido. Esta institución abarcaba los niveles de educación preescolar hasta posgrado. La secundaria ubicada en un edificio de tres niveles, a un lado estaba la cafetería donde vendían fruta, postres, pasteles, sándwich, área al aire libre con sombrillas para sentarse a consumir los alimentos. Enseguida, se encontraba el salón de cómputo debidamente equipado, con

una persona a cargo del mantenimiento. En otro edificio, estaba en el tercer nivel el auditorio, a un costado de la dirección se hallaba la biblioteca. Inmediatamente estaba el lugar de venta de uniformes. También laboraban dos prefectos, una secretaria y la orientadora Angélica quienes usaban radio para comunicarse información acerca de los alumnos, la llegada de un padre de familia o si solicitaban la presencia de alguien en las oficinas. Contaban con suficiente personal de limpieza.

En este colegio había capacitación dieron un curso de computación de dos horas los días viernes. Gracias a eso se puede trabajar en la computadora, enseñaron a realizar presentaciones en Power Point y a usar el proyector. El horario de trabajo era de 6:45 am a 15:00 pm, con una hora de comida. El director era accesible, amable y llamaba la atención de una manera cortés, nunca se observó que gritara o faltara al respeto a alguna persona.

En el mes de diciembre una de las orientadoras enfermó de faringitis, motivo por el cual no asistió a trabajar tres días, al regresar a laborar, entre las dos prepararon la sesión de escuela para padres, desde el uniforme para usar ese día, hasta los contenidos, repartición y aplicación de los mismos. El director Jesús (que en paz descanse) otorgó el recurso económico para comprar los materiales de papelería. Fue muy grato trabajar en el Colegio San Carlos y coincidir con Angélica.

Como se mencionó anteriormente había empatía entre las orientadoras, lo cual hacía fluir el trabajo, se compartía bibliografía, se proponían alternativas, había respeto. Una vez el director solicitó a Angélica fuera a checar a uno de los alumnos de Ana; después de lo ocurrido se habló de esto sin ningún problema.

Un día un alumno de primer año se acercó a su orientadora y llorando le dijo que su papá estaba en la cárcel, ante esto la orientadora sorprendida respondió haz oración por él; días posteriores el papá y el hijo buscaron a la docente para agradecerle.

También hubo dificultades, conflictos o situaciones que causaban tensiones. Por ejemplo, la hija del matrimonio encargado de la cooperativa era un líder negativo, que generaba problemas.

Otro ejemplo, fue que unos alumnos con el balón de fútbol rompieron el parabrisas de un automóvil, el director y la orientadora a cargo atendieron lo ocurrido, buscando la reparación del daño.

Aunque fueron cinco meses de trabajo en ese plantel, algunos alumnos se encariñaron con la orientadora; también ella correspondía el afecto y aprecio de los adolescentes, un alumno lloró al despedirse. Fue una etapa feliz, el ambiente en el colegio y entre las orientadoras era agradable, había confianza y respeto.

1.2 Educación Pública: ejerciendo como orientador técnico

En diciembre de 2001 la orientadora de Montessori ofreció trabajar horas clase de matemáticas, lo cual no se aceptó; enseguida la propusieron como orientadora en la Secundaria Oficial No. 0655 Telpochcalli en el turno matutino, en Ciudad Cuauhtémoc; de inmediato fue admitida la propuesta, aunque el ingreso fue a mediados de febrero de 2002.

En esta escuela desde el primer día de trabajo correspondía estar en la puerta revisando corte de cabello, uniforme, credencial, ir a los grupos asignados en el cambio de hora evitando la salida de los alumnos, revisar los documentos en los expedientes, para solicitar los faltantes. La escuela secundaria está ubicada en el cerro de Ciudad Cuauhtémoc. En ese tiempo, la falta de servicios públicos como drenaje, pavimentación y agua potable afectaba la higiene en la preparación de los alimentos para consumir durante la jornada laboral, motivo por el cual se prefería consumir productos empaquetados como yogurt y galletas, hasta decidir llevar los alimentos desde casa o a veces comprar ahí pidiendo un menú especial; con respecto a los sanitarios no duraban limpios, había una cubeta para echarle agua después de usarlos, a veces no era posible, desde la entrada a los baños se podía percibir el mal olor. Había cinco salones prefabricados y seis construidos con tabique y techo colado. En varios de los salones y en el área de la dirección escolar cuando llovía había goteras, lo cual generaba dificultad para trabajar, por lo que alumnos y maestros buscaban un lugar para evitarlas.

La escuela ha crecido en infraestructura, matrícula y personal lo cual conlleva más alumnos, algunos de los cuales con problemas para atender, es decir, si antes una orientadora atendía dos grupos de treinta y cinco alumnos, con el crecimiento atiende noventa alumnos, lo cual implica la documentación, evaluaciones y captura de las mismas, al parecer no representa gran esfuerzo, sin embargo; en un día se requiere capturar información de los alumnos y al mismo tiempo atender

problemas entre los estudiantes o la llegada de padres de familia preguntando “¿cómo va mi hijo (a)?”, a veces el tiempo de la jornada laboral no alcanza. El incremento de personal con ideas diferentes mueve emociones como envidia, celos, ansiedad entre los compañeros. Estas son situaciones que generan tensiones entre alumnos, profesores horas clase, orientadoras, padres de familia y directivos.

Al ingresar en el año 2002 había tres grupos de cada grado atendidos por cuatro orientadoras, tres de ellas atendían dos grupos del mismo grado y la cuarta orientadora estaba a cargo de tres grupos de diferente grado.

En el año 2004 se recibió la visita de una instancia gubernamental, a revisar los baños de las escuelas de la zona, tomaron fotografías, después de unos meses la escuela ganó para la construcción de un módulo sanitario debidamente equipado con lavabos, llaves, espejo, cuatro excusados para alumnas, uno para maestras, igual para los hombres. Se ha hecho el trabajo necesario para cuidarlos, sin embargo, las llaves de los lavabos ya no sirven, se debe salir a lavarse las manos en la llave del tinaco. Cuando algún alumno o alumna raya los baños, en consecuencia, se cierran un tiempo permitiendo el uso de los anteriores, con la finalidad de que se valoren y conserven en buen estado.

En el año 2006, el director emprendió la construcción de seis aulas, las cuales fueron terminadas por el Municipio de Ecatepec. También, se comenzó la construcción de una explanada, un laboratorio, un salón de cómputo.

En 2007, se inició la construcción de un auditorio, el cual no se ha concluido; seis años después, se construyó una cooperativa, posteriormente, un audiovisual donde se llevan a cabo las juntas con padres de familia, maestros o proyecciones para los alumnos.

En el ciclo escolar 2016-2017, construyeron una oficina cerca de la entrada de los alumnos para orientadores con el objetivo de abrir la puerta cuando tocaran. Finalmente, la ocupan los directivos.

Con respecto a la matrícula los grupos comenzaron con 35 alumnos, para el 2016 los grupos eran de 45 integrantes. De tres grupos por grado se incrementó a cuatro. Contrataron dos orientadoras y una compañera ascendió al puesto de secretario escolar. Emplearon a cuatro profesoras horas clase,

como la escuela estaba asociada a una organización popular, el subdirector buscaba, entre los compañeros, interesados en trabajar en la secundaria.

Por otra parte, una de las consecuencias de aumentar el número de alumnos por grupo fue disminuir el espacio entre las filas, en una ocasión al pasar una alumna a calificarse, lastimó el brazo de otra. Se generó tensión, estrés, entre alumnos, las mamás de las alumnas, maestros, orientadora y subdirector.

La escuela en un inicio pertenecía a la organización llamada Unión General de Obreros y Campesinos del Estado de México (UGOCEM). Después se formó el Comité de Lucha y Defensa (COLUDE). Posteriormente, en el año 2017, se terminó la relación con el líder del COLUDE volviéndose independiente, es decir la escuela no se ha entregado a las autoridades educativas y tampoco está asociada con alguna organización; sigue siendo atendida en el departamento de escuelas de organización de la Secretaría de Educación del Estado de México.

A diferencia de la educación particular, donde la infraestructura está a cargo de los dueños, en la escuela pública incorporada a una organización, se recurría a hacer plantones, marchas, incluso como orientadora al no tener tantas horas frente a grupo, era asignada para acudir al palacio municipal a repartir volantes.

El orientador técnico en la educación pública ejerce diferente a la educación particular. En lo público se lleva el control de lo administrativo de los alumnos, es decir se encarga de la documentación, como son acta de nacimiento, CURP, comprobante de domicilio, fotografías, boleta de sexto, certificado de primaria, mecanografiar las credenciales, pre-boletas, reportes de evaluación, la captura de datos y evaluaciones de los estudiantes a su cargo. Además, de la atención individual y grupal, las juntas con padres de familia, hacer visitas domiciliarias cuando los estudiantes se enferman, si dejan de asistir, por no llevar a su mamá debido a un citatorio, en caso extremo para solicitar documentación que no entregan y urge capturar en plataforma.

De igual manera, la orientadora brinda los primeros auxilios al estudiante enfermo o a quien sufrió algún accidente de los grupos a su cargo, de ser necesario lo acompaña junto con el tutor a recibir atención médica sea en el servicio de salubridad o con el seguro médico.

También, le corresponde cobrar cooperaciones como la que se realiza para la Cruz Roja, así como el pago de sus exámenes, de las copias para el trabajo en clase, entre otras acciones.

En las escuelas oficiales se cuenta con la prestación de veintidós días económicos, son días que los orientadores pueden tomar sin descontarles su sueldo, y, si no hacen uso de ellos, se les pagan diez y siete. Esto representa un apoyo pues a veces se necesita atender situaciones médicas, familiares o personales en el horario de trabajo.

1.3 Momentos de cambio: ¿Ser absorbida por el sistema?

Por experiencias descritas a continuación, surge la necesidad de aprender más, de buscar alternativas para dar respuesta profesional al trabajo que se realiza con alumnos, padres de familia, compañeros docentes, orientadoras y directivos.

Se alude al sistema, entendido como burocratización donde se requiere que el alumno inicie y concluya su educación secundaria, es decir cumplir con la eficiencia terminal. Sin embargo, los tres años de estancia de los estudiantes en la escuela secundaria transcurren en las circunstancias señaladas anteriormente en donde se hace necesaria la formación continua de las orientadoras para corregir los errores que se cometen. ¿Cómo fortalecer el desempeño de la función de la orientación en la escuela secundaria? ¿Cómo tener más alternativas para acompañar a los jóvenes en sus estudios durante la secundaria? A veces estas preguntas cuestionan y desestabilizan a las orientadoras, quienes se van formando en el día a día, con recursos propios, pues cada día se viven situaciones inéditas que requieren de un sólido y responsable ejercicio de la orientación.

En la práctica de la orientación se presentan diversos problemas de alumnos con los maestros, como los siguientes:

a) El alumno K ingresó a primer grado a medio ciclo escolar 2014-2015; era un alumno inteligente, responsable, vestía el uniforme con limpieza, hacía apuntes en sus cuadernos; conforme transcurrieron los meses él fue perdiendo cualidades, empezó a fallar con material para taller de electricidad, su conducta mostró rebeldía en especial con la maestra de español, quien era exigente en los trabajos de clase esto representaba molestia para el adolescente. Su principal problema era

la relación con su mamá, quien, desafortunadamente, lo descuidaba en tiempo de calidad debido a su horario de trabajo; por lo demás, lo tenía bien vestido, le daba los materiales para la escuela, pero lo afectivo era el punto débil. K no lograba aceptar esa frustración. A pesar de canalizarlo a atención psicológica, él no podía sanar la relación con su mamá, quien no estaba dispuesta a asistir a los citatorios y tratar esta situación con la orientadora. Todo esto afectó a K académicamente, porque era un alumno con capacidad, pero su comportamiento, por ejemplo, en clase de español no le permitía terminar, entregar los trabajos y aprobar la asignatura. Este alumno le daba por cantar mientras la maestra daba la clase. Tenía varios reportes en esa asignatura y como orientadora había tratado el tema de su mamá con él; luego ocurrió que en el momento de levantar ese reporte le preguntó ¿En qué se parece la Maestra a tu mamá? Inmediatamente y sin pensarlo respondió ¡En todo!

b) Una alumna de primer grado de secundaria tenía un grupo de amigas en el salón, quien, al parecer era líder, sus ocurrencias las proponía a los demás y la seguían, en una ocasión propuso a tres alumnos salirse de una clase, ese día la orientadora solicitó un permiso económico para atender un asunto personal. En otra ocasión la adolescente incitó a dos niñas a hacerse cortadas con una navaja en los brazos. Una más fue cuando logró que el grupo la siguiera haciendo el comentario de “la maestra E. no me hubiera suspendido por abrazarme con mi amigo”; como la orientadora con base en el reglamento la suspendió. En ese momento, se hacía el trabajo de orientación guiando a la alumna para que se hiciera responsable de las situaciones generadas por ella, sin embargo, la mamá comentó: “¡Ay maestra ni nosotros!”.

c) Al observar a una maestra de inglés comparar a los alumnos de la orientadora X con los de la orientadora A, porque obedecían en quitarse las sudaderas que no eran del uniforme. Es importante enfatizar que el trabajo de la orientadora era en el sentido de comparar al alumno con él mismo, no con otros, porque al compararlo con otro se genera resentimiento y se pierde el sentido de un cambio significativo. La orientadora A trabajaba en las juntas con padres de familia con la idea de evita comparar a sus hijos, por ejemplo: en las calificaciones; les expresaba “compáralo con él mismo, muéstrale su boleta actual y su boleta anterior donde tiene un diez de calificación y señala aquí tienes una buena calificación, entonces si puedes, ¿qué está pasando ahora? ¿Por qué bajaste de calificación?” Esta forma de comparar deja un buen sabor de boca en el alumno, genera una mirada hacia sí mismo, en consecuencia, genera satisfacción y la posibilidad de repetir la acción

favorable por el autoconocimiento. La acción de comparar a los alumnos generó resentimiento en ellos, en una orientadora causó enojo y en otra se alimentó el ego.

Estas tres experiencias movieron a la reflexión en cuanto al trabajo específico en la orientación educativa. Fueron experiencias que cuestionaron el papel del orientador en la formación de los alumnos, que favorecieron identificar la necesidad de actuar, de alejarse de prácticas que conciben al orientador como el receptor de las quejas. Permitieron advertir que la orientación educativa puede contribuir a educar para la vida.

Las emociones despertadas en estas experiencias fueron enojo, tristeza, impotencia ante el abandono de la madre y observar el desperdicio de la capacidad de los alumnos, quienes se perjudican.

El trabajo del orientador implica el dominio de sí, mencionado por Goleman (2001). Cuando el orientador trabaja sobre el manejo de sus emociones, puede encausar al alumno para la autorregulación, en consecuencia, ayuda a la liberación de las tensiones y disminuye el efecto negativo en su salud.

Sin embargo, algunas orientadoras hacen valer la verticalidad en el ejercicio de su autoridad, el anclaje en prácticas pedagógicas ya rebasadas o en sus creencias. No se acercan a las nuevas propuestas pedagógico-educativas, frenando así, la posibilidad de aportar y crecer en la comunidad escolar, no se dan cuenta que, por el contrario, se puede trabajar por el bienestar de la comunidad escolar y de la institución. Al respecto, Riso (2013:51) menciona: “Quizás en los seres humanos exista un gen recesivo egoísta que desconoce el bien común por encima del personal, o tal vez, en el famoso inconsciente colectivo de Jung, no haya perdurado la arcaica costumbre de respetar la propia especie”.

Desde luego, no todo es negativo, existen momentos en los que el trabajo de orientación fluye, es posible encontrar el apoyo entre orientadores, por ejemplo: cuando fue necesario atender el reporte del profesor de artes, en relación a dos grupos a quienes les pidió un palo de lluvia. Sucedió en uno de los grupos durante la junta con padres de familia, el maestro entró y explicó desde el material requerido, hasta el procedimiento para elaborarlo, así como la fecha de entrega. En el otro grupo, no entró a la junta, pero el docente contó con el apoyo de la orientadora pues hablaron directamente

con los alumnos, logrando que los dos grupos cumplieran en un 98%. Los alumnos aprendieron a realizar el palo de lluvia, fueron responsables al cumplir en tiempo y forma. Aquí la importancia de trabajar de manera coordinada por ese bienestar común donde todos salen ganando. Como consecuencia los alumnos logran los aprendizajes esperados en las asignaturas, los profesores pueden valorar lo aprendido por los alumnos, los padres de familia quedan satisfechos y disminuye la tensión en orientadoras.

Otra situación que se observa desde la orientación es la influencia entre los alumnos que entablan una relación de noviazgo. Por ejemplo, había una pareja de novios, se percibían enamorados, casi siempre andaban juntos. Entre las actividades de orientación se propuso a los padres de familia escuchar otro profesionista para contribuir en la educación de los adolescentes. Así se invitó a un Psicólogo-Tanatólogo, quien les expuso varias recomendaciones para lograr mayor autonomía de los jóvenes, una de ellas fue dejar trabajar a los hijos, en actividades sencillas y bajo supervisión de adultos. Esto fue un apoyo para el trabajo de orientación. ambos integrantes de la pareja ingresaron a trabajar como empacadores en un centro comercial. A partir de esta situación, el alumno F. se dio cuenta de la situación del abandono de la madre de su novia y decidieron platicar con la orientadora quien ya venía trabajando sobre el aspecto económico con la alumna, por lo que una de las recomendaciones era: haz actividades que generen dinero, como llevaba taller de corte y confección se sugirió en su casa colocara un letrero de se cambian cierres, se hacen trabajos de costura, pero a la alumna no le gustaba eso, entonces se propuso haz lo que te gusta, el profesor de artes les enseñó a adornar unas plumas tejiendo con hilo un nombre. Esto le interesó a la alumna, así lo hizo. Finalmente, la parejita se separó. Después de un año de haber egresado, al final del siguiente ciclo escolar la mamá de F visitó a la orientadora y le dijo: -Maestra hizo su buena obra porque esa alumna ya no iba a estudiar.

En muchas ocasiones, las orientadoras organizan actividades de apoyo a los profesores, para las cuales es necesario apoyo económico. Sin embargo, se nota el disgusto de algunos compañeros cuando se proponía llevarles una conferencia con la módica cooperación de veinte pesos por maestro, había quienes amablemente cooperaban y otros no. Por su parte a veces los directivos apoyaban con su cooperación, sin embargo, hubiera sido mejor si se cubría con las cuotas de inscripción de los alumnos, lo cual no ocurría. Dentro de la escuela suceden eventos complejos y es necesario apoyo externo de un especialista, como en el caso del suicidio de un alumno, fue

pertinente llevar un tanatólogo, quien hizo un trabajo de duelo, para que los compañeros docentes liberaran esa situación. Acontecimientos como este, causan emociones cuyo manejo requiere de un especialista.

En la escuela, es común la petición de cooperaciones, lo cual genera tensiones entre orientadores, maestros, alumnos y directivos. A los alumnos se pide el pago de sus exámenes, para comprar el cartucho requerido en la impresión del certificado, carta de buena conducta, y lo necesario para su salida de tercer grado. Los maestros, orientadores y directivos cooperan para los gastos del festejo del día de las madres, día del maestro, entre otros. Algunos protestan abiertamente lo cual es visto con desagrado y causa momentos de tensión.

Lo anterior cobra sentido de ser narrado, porque fueron este tipo de situaciones las que llevaron a plantear preguntas, primero acerca del desempeño, y posteriormente vincularlas con el entorno escolar; y en un tercer momento, tomar conciencia de que los orientadores educativos, también son seres humanos con sentimientos y emociones. Que ese trabajo, se encuentra vinculado al mundo de las emociones, sin embargo, los orientadores, requieren ser capacitados para afrontar situaciones que impliquen un tema emocional. Paradójicamente, se observó, en la práctica empírica, que las emociones facilitan o dificultan el proceso de aprendizaje, en tanto que, en docentes y orientadores, la detonación de enfermedades físicas, al paso de la trayectoria laboral, se agravan debido a que institucionalmente se ignora el impacto de las emociones, como parte integrante del trabajo.

1.4 Descubrir emociones y tensiones a través del cuerpo: la experiencia del orientador

Tomar conciencia de las emociones y tensiones conlleva un trabajo personal, destapar y hablar resulta complicado para algunas orientadoras, a veces falta la madurez, confianza, amabilidad, profesionalismo y ética. Entre las compañeras existe quien hable de la transferencia, sin embargo; no se actúa en consecuencia.

La transferencia es un término terapéutico, Fromm (1984:118) lo define:

“Transferencia” en el sentido más general de la palabra, significa transferir y repetir tempranas formas de relación interpersonal con los allegados actuales, como acontece en todos, y en consecuencia también en cada paciente. De aquí que tratemos de comprender parte de la psicología de una persona y de la psicopatología de un enfermo, mediante la indagación de sus primeras experiencias formativas en las relaciones interpersonales.

Se usaba este concepto para los alumnos, pero también entre orientadoras es aplicable ¿Qué emociones se mueven en la relación entre orientadoras? Una orientadora comentó “aquí es cuestión de ego”.

En el trabajo de orientación, se vive dolor, miedo, tristeza, ira, alegría, sufrimiento, ansiedad, depresión, rencor-resentimiento, restricción-apego. Como seres humanos que son, hay quien llega a sentir culpa cuando un alumno es reportado por un profesor y debe ser sancionado, el desenlace, no se aplica el acuerdo de convivencia. Por lo tanto, no hay reparación del daño. A veces esto genera tensión entre los docentes y las orientadoras, en otras se acepta, sin embargo, permanece el malestar, la queja acerca de la falta de control del grupo.

Respecto a la tensión Lowen (1991:214) comenta:

La tensión es consecuencia de la imposición de una fuerza o presión en el organismo, que reacciona a ella modificando su energía. Evidentemente, si el organismo puede escapar a esa fuerza, no estará sujeto a tensión. Desde luego, hay tensiones naturales asociadas con la vida, que el organismo no puede evitar, aunque está normalmente bien equipado para hacerles frente. Existen además presiones resultantes de las condiciones del vivir social, que varían según la situación cultural del individuo.

Observar las emociones entre compañeras fue un motivo para indagar ¿Qué pasa con las emociones de las orientadoras? Esas que a veces limitan su trabajo para encausar al alumno, generando tensión entre profesor horas clase, padres de familia y directivos; causando efecto en la salud.

Enterarse, por ejemplo, de la parálisis facial de dos orientadoras y otra estuvo en riesgo, dejando parestesias como secuela; por la tensión del trabajo en la escuela. Son muestras de que el espacio escolar puede convertirse en un espacio de riesgo para quienes ejercen la función de la orientación.

De igual manera, se vivían momentos alegres, felices; al grado que la orientadora X comentó a la orientadora B “cuando sales del grupo D se ve tu cara feliz”. Otros instantes fueron tensos por diferencias con los directivos. Al respecto Lowen afirma (1991:214) “Las relaciones interpersonales están frecuentemente llenas de tensión”. Esto significa que toda relación humana

mantiene cierto grado de tensión. En el caso de las orientadoras, las relaciones interpersonales son parte integrante de su función.

Las experiencias de la orientadora son muy variadas por la misma relación con la comunidad escolar. Estas vivencias conllevan estados de ánimo, al ser frecuentes, vivirlas y observarlas en otras compañeras, llamaron la atención al mirar el desequilibrio emocional y corporal, con gestos, acciones, manifestando el disgusto o gripa habitual.

La orientadora está expuesta, por sus funciones, al trato continuo con los alumnos y padres de familia, quienes demandan atención. Aún alumnos con nueves y dieces de calificación, enfrentan situaciones que necesitan el apoyo de la orientadora. Por ejemplo, se atendió el episodio de un alumno, entregaba todo lo que se le solicitaba, desde el trabajo de cada clase hasta tareas y prácticas de taller de electricidad; sin embargo, a veces lloraba en clase o receso, se mostraba ensimismado. En su primer año de secundaria, jugó a cortarse con tijeras con otro compañero. En el segundo año, se identificó la problemática de fondo, él vivió la separación de sus padres y no superaba la pérdida, aunque había días que lo visitaba, convivía con su papá y su nueva familia. Se tuvieron varias pláticas con la madre. para brindarle alternativas, entre ellas, se orientó para que leyera el libro “Tu hijo, tu espejo” de Martha Alicia Chávez, además de sugerirle lo llevara a terapia con un psicólogo. No obstante, la economía familiar a veces es una limitante. Después de tres años, cuando terminó la secundaria otro de sus hijos, la madre de estos jóvenes agradecida comentó “hay muchas orientadoras, pero usted hace la diferencia”. La orientadora se sintió agradecida y reforzó las ideas y conocimientos aplicados en su labor.

Otra circunstancia observada fue cuando la orientadora Z, movida por sus emociones se desquitaba o tenía actitudes como dejar con la palabra en la boca a los directivos.

Una vez faltó una profesora, había solicitado material a los alumnos, de eso se derivó una dificultad con la orientadora, porque a la siguiente clase varios no lo llevaban, la maestra los reportó y la orientadora llevó a la subdirección lo acontecido, cuestionando en sentido negativo el trabajo de la maestra. Esa era una de sus actitudes, resaltar de manera negativa el trabajo de los demás.

Cabe señalar que el factor biológico de las orientadoras también despierta emociones, cuando no se alimentan o no duermen bien se muestran irritables, tensas. Esto se percibe en el trabajo con alumnos, profesores, directivos y padres de familia.

A través del tiempo y con quince años de servicio en el puesto de orientadora, se buscan recursos como seminarios, conferencias, videos (disciplina inteligente en la escuela, límites y consecuencias; de Vidal Schmill) los cuales a veces no funcionan; se desarrollan estrategias para no afectar la salud, pues hay días con saturación de trabajo, a veces por falta de tiempo no consumen alimentos a pesar de llevarlos desde casa, se opta por comer aunque sea caminando, como ocurrió un día eran las ocho de la mañana, con hambre se inició a consumir el refrigerio, una maestra llamó a la orientadora para atender un reporte de uno de los grupos, al llegar al salón, con el alimento en las manos, la compañera se extrañó y preguntó ¿tan temprano? La respuesta fue “sí, perdón, pero tengo hambre”. Hay orientadoras que cuando no comen a sus horas se ponen irritables. Y es necesario valorar el costo-beneficio.

También se observaron experiencias con los alumnos que despertaban emociones en las orientadoras, como celos, envidia, entre otras. Hubo un tiempo en que no se permitía a los alumnos las gorras, a pesar de eso los alumnos las llevaban, a la orientadora X le llamaron la atención por su alumno quien se puso a la defensiva en un receso con un profesor, unos días después uno de los alumnos de la orientadora B traía un gorro tejido porque era tiempo de frío y la orientadora X le dijo que se lo quitara, se tuvo la necesidad de llegar a dirección con esa situación. Los alumnos son muy inteligentes y se dan cuenta de las preferencias, permisividad y desquite de las orientadoras. Observar las conductas, actitudes y rostro de las orientadoras reflejando el malestar, la incomodidad, tensión en ambas; el enojo ante esas emociones que no son trabajadas por ellas y que afectan a los alumnos, es lo cotidiano en la escuela.

Narrar estos episodios, cobra sentido porque es importante señalar que la convivencia al interior de las escuelas es controvertida, difícil de entender y descifrar en cierta forma, sus integrantes en conjunto, en sus actitudes, ideas, acciones, refleja la vida de nuestra sociedad y del mundo que habitamos, donde el individualismo y la falta de interés y compromiso con los demás se ha convertido en una forma de vida para un sector de nuestra comunidad educativa. Lo que resulta

paradójico, ya que, en el espacio escolar, lo que debiera prevalecer sería la solidaridad y el interés por la comunidad.

1.5 Problema

El problema, surgió de la experiencia laboral, en el día a día, ante las tensiones surgidas de la labor de orientación, las orientadoras expresan sus emociones a través del dolor, miedo, tristeza, ira, alegría; así como el sufrimiento, ansiedad, rencor-resentimiento, depresión, restricción-apego; ante las adversas condiciones de trabajo, seguridad y capacidad intelectual, académica del orientador se encuentran a la deriva, demeritadas, limitadas y desposeídas de sus objetivos profesionales por las autoridades, padres de familia, alumnos e incluso sus compañeros docentes. Si se considera la afirmación de Maslow (en Rodríguez, 1987:2) “Sólo se podrá respetar a los demás cuando se respeta uno a sí mismo; sólo podremos dar cuando nos hemos dado a nosotros mismos, sólo podremos amar cuando nos amemos a nosotros mismos”; es así que las emociones y sentimientos que genera, si son contrarios a la alegría, al bienestar, no podrá estar contento al interior de la institución escolar, ni podrá estar motivado a desarrollar con acierto su labor.

Goleman (2001:24) refiere: “La raíz de la palabra emoción es *motere*, el verbo latino “mover”, además del prefijo “e”, que implica “alejarse, lo que sugiere que en toda emoción hay implícita una tendencia a actuar”. Al respecto de las emociones Riso (2013) profundiza y clasifica las emociones primarias y secundarias.

Las emociones primarias son: dolor, miedo, tristeza, ira y alegría; sirven para adaptarnos a la vida y duran lo indispensable (Riso, 2013).

Las emociones secundarias son: sufrimiento, ansiedad, depresión, rencor-resentimiento y restricción-apego. Son mentales, se aprenden, manifiestan un problema no resuelto y debilitamiento del yo. No cumplen una función adaptativa (Riso, 2013).

En la escuela, en donde se tiene la experiencia de orientadora, se observaron expresiones de enojo y queja de orientadoras ante la inasistencia de profesores, absentismo laboral, trabajado por Esteve, abuso cuando no se apoya a compañeras orientadoras que tienen exceso de trabajo. No existe

equilibrio en las funciones y trabajo a desarrollar, tampoco apoyo entre compañeras; desafortunadamente de esto, no se hablaba abiertamente en el momento de diseñar el plan y proyecto del trabajo colegiado, de tal forma resultó difícil trabajar por el bienestar común.

En consecuencia, la falta de claridad institucional para entender la importancia del trabajo de orientación se muestra en ocasiones en las que se recurre a las orientadoras, para cubrir las ausencias de los docentes. Muchos de ellos, pasan horas frente a grupo, a veces ocasionado tal grado de abuso laboral que, no se respeta el horario de comida, manteniéndose varias horas en el grupo sin ingerir alimentos, hidratarse o ir al sanitario. Esta situación provoca fuertes tensiones y enfrentamientos entre docentes y orientadoras, derivando en molestias e inconformidades personales, sin que estas tensiones se aborden en el plano institucional y estructural. De tal manera se ha llevado, prácticamente al nivel de usos y costumbres la función de orientador como un comodín cubriendo las carencias o ausencias del personal docente al encargársele tareas que poco o nada tienen que ver con sus funciones primordiales.

El resultado de esta situación manifiesta problemas de salud, como el insomnio, colon irritable, diarrea, gastritis, desgaste físico-várices, faringitis, problemas de columna, entre otros. Por ejemplo, un orientador del turno vespertino, que trabaja como profesor horas clase en turno matutino observó brincos en su párpado inferior derecho, lo cual se debía a las presiones y condiciones de trabajo.

En el trabajo de orientación, llega a suceder, en varias ocasiones, el orientador, literalmente se guarda sus emociones, en lugar de dar cauce a ellas. A la larga, ocasiona alguna enfermedad.

Al respecto de la somatización de las emociones, Herrera y Chaparro (2008) mencionan:

El enfermo del estómago suele tragar la agresión, el sentimiento o la presión. El estómago simboliza el polo femenino y los ácidos el masculino, cuando encontramos estos aspectos entendemos el proceso de construcción de la enfermedad; es decir, si domina un pensamiento, una emoción, se presenta el desequilibrio corporal en el individuo (Herrera y Chaparro, 2008:30).

Las orientadoras, al igual que los profesores horas clase se enfrentan a carencias de infraestructura adecuada al interior de la escuela, el espacio donde laboran no cuenta con cubículos en donde trabajar cuestiones que requieren privacidad alumnos y padres de familia; por el contrario, en un

salón de clases se compartía el espacio entre seis orientadoras del turno matutino y tres del turno vespertino. El mobiliario se encuentra en malas condiciones escritorios con cajones que no cierran bien, uno de los orientadores debía recargar su escritorio en la pared porque éste no tenía una pata. El material audiovisual es insuficiente, sólo ante la insistencia de una orientadora se instaló una computadora en el auditorio para proyectar presentaciones e impartir clases a los alumnos. Pero el acceso a éste se encuentra burocratizado; el proyector no tiene una instalación permanente, debe ser trasladado de la dirección al salón audiovisual, buscar cable que funcione, restando tiempo de clase conectarlo, ajustarlo desconectarlo y entregarlo en la dirección. Todo este ritual burocratizado, causa malestar y enojo en orientadoras y profesores.

En la oficina de orientación entraba un gato y se quedaba en la silla de una orientadora, se hablaba con la señora de la limpieza y solicitaba revisar tal situación, sin embargo, continuaba hasta que la orientadora forró la silla con plástico y terminó limpiándola. Al respecto Victoria menciona:

Las quejas relacionadas con la salud pueden deberse a reacciones alérgicas. Si está presente un alérgeno, el 10% o más personas de una determinada población podrán exhibir síntomas, incluyendo estornudos, vías respiratorias hinchadas y ataques parecidos a los del asma. Individuos con una alergia relacionada con los edificios experimentarán síntomas similares en otros ambientes si el alérgeno en cuestión está presente (por ejemplo, acáridos de polvo, caspa de gatos o esporas de moho). (2000:42-43)

A su vez Robalino y Kôrner mencionan:

Trabajar en condiciones inadecuadas, recorrer enormes distancias hasta su escuela, contar con recursos didácticos rudimentarios, padecer enfermedades derivadas del ejercicio, etc., era parte de lo que estaba (o aún está) dispuesto a aceptar aquel o aquella que decidía optar por la docencia. (2006:13)

De lo cual se deriva la importancia de indagar las condiciones laborales en que trabajan las orientadoras. Martínez, cita:

En los estudios sobre condiciones de trabajo [...] El stress en sus diversas manifestaciones lleva a una incapacidad profesional aguda cuando no es atendido oportunamente y puede manifestarse en depresión, irritabilidad y pérdida de memoria. (1992:40)

Con base en Esteve, Franco y Vera (1995), teóricos especialistas sobre los conflictos de la enseñanza, al respecto mencionan: “en los últimos años se ha ido fraguando una nueva crisis, en la historia de la educación, cuyo principal indicador es la crítica generalizada de nuestra sociedad sobre el sistema de enseñanza”. (Esteve *et al*, 1995:7) Esta crítica recae generalmente en los

docentes quiénes se sienten menospreciados y con poco reconocimiento a su trabajo, lo cual también es compartido por los orientadores.

Otro de los problemas que se está presentando con frecuencia en las escuelas, es la inasistencia de orientadoras causada por problemas de salud física, que van desde colon irritable, gastritis, hipertensión, desgaste físico, problemas de columna, hasta una parálisis facial, entre otros. Las tensiones laborales son la carga administrativa de trabajo, además del trabajo frente a grupo, llegando a cubrir hasta siete horas por día, falta de tiempo para ingerir sus alimentos de una manera adecuada, como es sentarse para tomar un refrigerio, estirarse o posponer ir al sanitario; al parecer son condiciones que generan un desequilibrio emocional; emociones como la ira, ansiedad repercuten en el sistema inmunológico, deteriorando la calidad de vida y la salud.

Al respecto Esteve *et al* clasifica, dos tipos de factores que inciden para estudiar la presión del cambio social sobre la función docente.

[...] factores de primer orden a aquellos que inciden directamente sobre la acción del profesor en su clase, modificando las condiciones en las que desempeña su trabajo, y generando, en último extremo, tensiones asociadas a sentimientos y emociones negativas que constituyen la base empírica del malestar docente. (1995:23)

Es decir, son aquellos factores en los que la orientadora en su trabajo toma decisiones al diseñar su planeación, solicitar material para la clase, organizar el trabajo de los alumnos, solicitar un cuaderno con características especiales para su materia, llevar un formato de reporte de tareas y de conducta por grupo, crear ese ambiente de respeto y confianza en el grupo para que los alumnos expresen libremente su participación oral, entre otros.

Por otro lado, los “factores de segundo orden se refieren a las condiciones ambientales, al contexto en que se ejerce la docencia” (Esteve *et al*, 1995:23). En estos factores aluden a las formas de interacción en las que intervienen las decisiones de directivos, las formas de diálogo y comunicación entre los integrantes de la institución, la relación con la mesa directiva de la sociedad de padres de familia, la organización para la venta de alimentos en la cooperativa escolar, entre otras. En estos factores no se pueden cambiar, en estos no se opina como orientadora.

Las condiciones de trabajo en que laboran las orientadoras despiertan emociones como dolor, miedo, tristeza, ira, alegría, sufrimiento, ansiedad, depresión, rencor, resentimiento, restricción,

apego, afectando la salud, ocasionando su inasistencia. Las enfermedades van desde colon irritable, gastritis, hipertensión, desgaste físico, problemas de columna, hasta una parálisis facial, entre otras.

Acerca de la salud de los maestros Mayorga (1993:26) expresa lo siguiente: Las enfermedades más frecuentes entre los docentes son las que afectan la garganta, el sistema auditivo, la vista, y en casos extremos problemas emocionales y de neurosis (angustia, obsesiones, temores).

La presente investigación tiene por objetivo indagar las emociones predominantes de los orientadores de una escuela secundaria ante las tensiones de su labor docente y sus efectos en la salud, para lo cual se plantea el problema:

¿Cuáles son las emociones predominantes de las orientadoras de una escuela secundaria ante las tensiones de su labor docente y sus efectos en la salud?

1.5.1 Pregunta de investigación

Para el desarrollo de la investigación se formularon tres preguntas; una de carácter general y dos secundarias. La pregunta general es:

¿Cuáles son las emociones predominantes con las que responden las orientadoras de una escuela secundaria ante las tensiones de su labor docente y sus efectos en la salud?

Las preguntas secundarias:

¿Cómo inciden en la salud de las orientadoras las emociones predominantes ante las tensiones de su labor docente de una escuela secundaria?

¿Cuáles son los efectos que tienen las emociones de ira, miedo, dolor, tristeza, alegría en la salud de las orientadoras de una escuela secundaria?

1.5.2 Objetivos

Objetivo General

Identificar cuáles son las emociones que presentan los orientadores de una escuela secundaria ante las tensiones de su labor docente y sus efectos en la salud.

Objetivos Específicos

Distinguir la repercusión que tienen las emociones predominantes ante las tensiones de su labor docente en la salud de las orientadoras de una escuela secundaria.

Reconocer cuáles son las reacciones que presentan las orientadoras por el exceso de trabajo de una escuela secundaria.

Explicar cuáles son los efectos que tienen las emociones de dolor, miedo, ira, tristeza, alegría en la salud de las orientadoras de una escuela secundaria.

1.5.3 Propósito

Promover acciones que contribuyan al equilibrio de emociones y salud de los orientadores.

1.5.4 Supuestos

La experiencia de quince años de trabajo en el magisterio estatal, ha permitido percatarse de los problemas de salud que se desprenden del trabajo de orientación, tales como diarrea, colitis, parálisis facial, insomnio; problemas que no aparecen solos, sino que se relacionan íntimamente con la forma en que asumen social y personalmente su mundo emocional. El cuerpo enferma, el binomio salud-enfermedad se constituye en parte de la vida cotidiana del orientador. Se expresan con claridad, las emociones primarias y secundarias de las que habla Riso (2013) emociones primarias: dolor, miedo, tristeza, ira, y alegría; emociones secundarias el sufrimiento, ansiedad, rencor-resentimiento, depresión, restricción-apego; que surgen y se expresan ante las tensiones de la labor de orientación.

De acuerdo con Flores (2006), se observaron los factores que inciden en el ser considerando el trabajo de orientación, como ya se ha planteado, es resultado de las políticas educativas del Estado

y la regulación de éstas por medio de leyes y reglamentos por lo que es preciso tener presente que las orientadoras son sujetos integrales e históricos. Debido a ello en esta investigación se consideraron factores, situaciones y circunstancias como su biología, que se refiere a la herencia genética; alimentación, cultura, medio físico y la historia de vida, todo ello enmarcado en el concepto de cultura; para lo cual se parte del concepto de cultura de Geertz, quien refiere:

El hombre es un animal inserto en tramas de significación que él mismo ha tejido, considero que la cultura es esa urdimbre y que el análisis de la cultura ha de ser por lo tanto, una ciencia interpretativa en busca de significaciones. (2003:20)

Esas significaciones acerca del trabajo de orientación, han variado, sobre todo en los últimos veinte años, al interior del magisterio, debido al rol que se le asigna a quien ejerce la función de orientación en las escuelas secundarias. Aunado a ello, también se gestan dentro de los planteles escolares un conjunto de condiciones en que se realiza la labor del orientador, las cuales, en ocasiones, son adversas; una de ellas, es la referida a la alimentación, pues las constantes demandas de actividades y atención a alumnos y padres de familia, la carga administrativa y el apoyo a los docentes, restan tiempo para tomar un refrigerio durante la jornada laboral; dejar de tomar agua o alimento durante largas horas es contraproducente para la salud.

Es importante señalar la importancia de la alimentación, pues ésta ha variado de manera radical, es en el siglo XX cuando surge la llamada comida *chatarra*, los alimentos transgénicos, la comida rápida y la alimentación tradicional, a base de frutas, verduras y granos, sucumbe ante las grandes transnacionales de alimentos procesados, lo cual repercute en los hábitos alimenticios y en la salud de la población. Es importante destacar que cuerpo, alimento y emociones se encuentran íntimamente conectados.

Al respecto Clerget señala:

Las emociones actúan sobre el comportamiento alimentario, sobre la elección de los alimentos que se consumen y sobre el almacenamiento de las grasas. Y a la inversa, los alimentos, por su composición química, también actúan sobre las emociones. (2015:150)

Otro aspecto importante, en el diario vivir del orientador, es la forma en que se apropia de los caminos que recorre para trasladarse a la institución donde labora, de la geografía de la que se apropia, día a día, semana a semana, mes con mes, año tras año, y por largo tiempo de su vida. Todo el entorno de la comunidad en que desarrolla sus actividades cotidianas, es decir, el medio

físico y social en que se desenvuelve la persona, de manera casi imperceptible, influye también en sus emociones, y es causa de estrés laboral, debido a lo intrincado y complejo que pueda resultar trasladarse desde su lugar de residencia hasta su espacio laboral.

También, la historia de vida del orientador aporta elementos para comprender la manera en que se manejan las emociones en diversas experiencias vitales del orientador. De ahí que habrá de analizarse el número de hijo que ocupa en la familia, si hubo un aborto antes o después de esa persona, si nació a término o fue prematuro, a qué edad caminó, a qué edad habló, etc. Su trayectoria escolar, las decisiones que lo llevaron hasta el ejercicio de la orientación, así como la etapa de vida en la que trabaja como orientador, su antigüedad en el servicio, su edad, sus condiciones actuales de salud.

Al respecto Fullan y Hargreaves refiriéndose a los docentes con edades entre los cuarenta y cincuenta o cincuenta y cinco años mencionan: “Aquí es cuando puede nacer la desilusión. También es una época, sobre todo hacia los últimos años, de repentina declinación de la capacidad física, que pone a prueba el estado de ánimo y el entusiasmo”. (2000:34)

Por otra parte, Riso (2013:17) respecto a las emociones menciona: “El equilibrio mente-cuerpo es uno de los factores más importantes para crear inmunidad psicológica y física. Para lograr esta armonía, necesitamos pensar bien y serenar la mente, también integrar adecuadamente nuestras experiencias afectivas”.

En tanto Esteve *et al* (1995:23) emplean la expresión “malestar docente para describir los efectos permanentes, de carácter negativo, que afectan a la personalidad del profesor como resultado de las condiciones psicológicas y sociales en que ejerce la docencia”. Otros autores como Lara, también trabajan el tema del malestar docente: “me referí a las formas neuróticas en que se expresa el malestar docente, malestar marcado por un conflicto psíquico, que se manifiesta de forma conciente o de forma inconciente.” (Lara, 2007:103)

Por lo que el malestar docente presentado en las orientadoras ante las tensiones de su trabajo, mueven emociones expresadas de distintas maneras.

Si las condiciones laborales de las orientadoras como son: salario, los estilos de los directivos, tiempos de descanso durante la jornada, carga de trabajo fuera del horario laboral, infraestructura

y material de trabajo fueran las adecuadas, no enfermarían o no faltarían, pues tendrían la posibilidad de atender mejor sus grupos, al alumno, al padre de familia. Y sus emociones le permitirían transitar de una manera más saludable en su práctica de orientación, su vida personal, familiar y social.

1.5.5 El Objeto de Estudio

Por lo expuesto anteriormente, las emociones son el objeto de estudio a indagar durante la investigación. Las emociones de las personas influyen en cualquier contexto y actividad, siempre habrá algo para aportar, son de gran interés porque todos tenemos emociones, lo cual trae consecuencias psicológicas y de salud.

Es importante considerar las emociones para el desempeño profesional, debido al puesto de orientador, en el cual hay trato con padres de familia, profesores y directivos atendiendo los problemas académicos y de conducta de los alumnos; en ausencia de los profesores horas clase, trabaja con el grupo; captura las calificaciones en el programa SEC (SEC significa secundaria; es donde se concentra la base de datos de los alumnos, se envía a Supervisión y de ahí, al Departamento de Secundarias de Toluca); registra las calificaciones en los reportes de evaluación; organiza y lleva a cabo las juntas para la firma de evaluaciones y la escuela para padres, entre otras actividades; en todas ellas se reflejan las emociones del orientador.

En esta responsabilidad laboral, los orientadores muestran enojo, por ejemplo, cuando deben cubrir hasta siete horas de clase en sus grupos, en ausencia de los profesores. Puede presentarse que se requiere apoyar dos grupos a la misma hora, lo cual resulta imposible. Es probable que en la escuela secundaria se observe la saturación de actividades del orientador, lo cual genera ansiedad, dolor, tristeza y enojo que afectan su estado de salud al causar enfermedades de vías respiratorias, problemas de circulación, colon irritable, gastritis, entre otras.

Al respecto, López (2017a) señala que en la relación cuerpo y emoción, el primero es considerado un microcosmos integrado a un macrocosmos, el cual es parte de una red diseñada solo para la cooperación, alejada de la competencia sin almacenar odios, reclamos, angustia, miedo, tristeza.

Sin embargo, estas emociones se concentran en efectos como gastritis, úlceras, tumores, entre otras enfermedades crónicas.

El conjunto de situaciones observadas en la escuela secundaria dio pie a preguntas como las siguientes: ¿Será que el malestar al que se encuentra expuesto el orientador y maestro, incide en las emociones y viceversa? ¿Será que estas emociones inciden en la salud? Fueron estas inquietudes las que llevaron a investigar sobre las emociones de los orientadores atrapados en las tensiones de su labor docente corriendo riesgos y afectando la salud.

Así como alude López (2017a) que el cuerpo no está hecho para guardar porque se enferma, es importante investigar sobre las emociones de los orientadores ¿Cuáles son las emociones que predominan en los orientadores?

1.5.6 Justificación

En el puesto de orientación, una de las funciones de las orientadoras es cubrir la inasistencia de los profesores horas clase, al entrar a trabajar en los grupos en ausencia del profesor. A veces la orientadora impartía la asignatura del profesor que no tenía cubierta la incapacidad. Otras veces se resolvían problemas del grupo, o actividades de orientación.

Con base en Esteve *et al*, (1995) trata del estudio de la influencia del cambio social sobre la función docente, sería importante hacer un perfil del puesto de orientador para que cada uno de los integrantes que participan en la educación de los alumnos, se hagan responsables de lo que toca a cada quien. Y así tener claro que el profesor o el orientador no es el único responsable de los problemas de la enseñanza. Hay problemas sociales que requieren soluciones sociales de acuerdo a los planteamientos del grupo de trabajo de Esteve; como es frecuente por la tarde hay alumnos solos debido a que los padres de familia salen a trabajar. Ante los problemas, el orientador llega a sentirse culpable, ansioso, enojado, de esto se deriva tener claro la función de cada uno de los integrantes de la triada: maestro, padre de familia y alumno. Para que cada quien se haga responsable de lo que le toca.

El tema de las emociones, es de interés porque trae consecuencias psicológicas y de salud. Influyen en cualquier contexto y actividad, siempre hay algo para aportar para ampliar los conocimientos sobre las emociones de las orientadoras ante las tensiones de su labor docente y difundir los resultados encontrados, ya que trabajando con los profesores horas clase y orientadoras se da cuenta de orientadoras y profesores con alguna enfermedad como hipertensión, desgaste físico-várices, colon irritable, gastritis, problemas de columna, entre otros; lo cual influye para no asistir a trabajar, otros motivos de faltas son reuniones de academia, comisiones y en consecuencia las orientadoras entran a los grupos para cubrir sus horas y de igual manera hay orientadoras afectadas en su salud ante la carga administrativa, el trabajo con los padres de familia, individual con los alumnos y frente a grupo.

Muchas veces el cuerpo humano está hablando, o protesta con alguna enfermedad y es común las orientadoras no lo escuchan. Hay una frase entre el lenguaje médico: *Paciente que no coopera, se opera*, lo cual deja ver hay cosas que la orientadora puede hacer para evitar una operación, sería un grado extremo de una enfermedad física; así poder intervenir en la mejoría de la salud.

Con relación a lo anterior, Goleman (2001) señala que la inteligencia emocional ayuda a estar atentos de las emociones que sentimos, así como comprender a los demás, tener tolerancia a la frustración, aumenta la empatía y las habilidades sociales, además incrementa la posibilidad de desarrollo social.

Por lo anterior es importante identificar las emociones ante las fuentes de tensión existentes en el trabajo profesional de las orientadoras y sus efectos en la salud.

1.5.7 Enfoque de la investigación

El enfoque de esta investigación es cuanti-cualitativo; cuantitativo porque establece una dimensión palpable del objeto de estudio, valida el dato, la objetividad a través de la descripción. Y cualitativo al recuperar el sentido y significado del objeto de estudio por los sujetos que viven la función de la orientación, a través de recopilar evidencias que impliquen la subjetividad y aporten elementos para la interpretación. Al respecto Michel (1996:9) menciona: “Interpretar no es explicar, es sobre todo comprender con el corazón y el cerebro: con el cuerpo.”

El cuerpo es el medio por lo que percibimos, así uno de los autores que trabaja la fenomenología sensitiva es Merleau-Ponty, quien señala:

La adquisición más importante de la fenomenología estriba, sin duda, en haber unido el subjetivismo y objetivismo, extremos en su noción del mundo o de la racionalidad. La racionalidad se mide, exactamente, con las experiencias en las que se revela. Hay racionalidad cuando las perspectivas se recortan, las percepciones se confirman, un sentido aparece. Pero no hay que ponerla a parte, transformada en Espíritu absoluto o en mundo en sentido realista. El mundo fenomenológico es, no ser puro, sino el sentido que se transparenta en la intersección de mis experiencias y en la intersección de mis experiencias con las del otro, por el engranaje de unas con otras; es inseparable, pues, de la subjetividad e intersubjetividad que constituyen su unidad a través de la reasunción de mis experiencias pasadas en mis experiencias [...] (1993:19).

Por lo cual, en la investigación se utilizó el método mixto (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2008 en Hernández, 2014), ya que representa un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos, al recolectar datos y su discusión, de la cual se hacen metainferencias, con el producto de la información obtenida, para lograr un mayor entendimiento del objeto de estudio. Este estudio consistió en la observación, aplicación de un cuestionario, y una entrevista para conocer el testimonio de lo que expresan las orientadoras.

Con base en este método se recopiló información sobre las emociones de las orientadoras en su trabajo cotidiano, por ejemplo, al descubrir las actitudes de compañeras al negar el apoyo a otra orientadora, lo cual generó dolor y tristeza; así como enojo ante la inasistencia de sus compañeros profesores porque implica la atención de sus grupos.

Por lo tanto, de acuerdo con García (2016:67) se aplicó el método inductivo, el cual consiste en estudiar “un número representativo de casos particulares o equivalentes”. Así mismo, “Establece un principio que se aplica a todos los casos que comparten esas particularidades”. Al respecto García (2016:80) menciona que el modelo cualitativo es “la aproximación cualitativa el intento es lograr el conocimiento íntimo de lo social”.

De acuerdo con Guba y Lincoln (1994) citado por Flik (2002) mencionan que tanto los métodos cuantitativos como cualitativos pueden ser usados dentro de cualquier paradigma de investigación. La referencia de lo cuantitativo se debe al dato a registrarse; para medir, cuantificar.

Con respecto al término cualitativo Rodríguez lo define así: “hace referencia al tipo de datos que se maneja y deja que, subrepticamente, se vaya introduciendo algo realmente incierto como es que los investigadores cualitativos no cuantifiquen, midan o cuenten algo” (1999:23). Indagan el sentido y significado que dan los sujetos al objeto de estudio.

Primeramente, la metodología se basa en una consulta teórica y de campo, llevada a cabo en la escuela secundaria en ambos turnos, ya que es de vital importancia el estudio de los registros obtenidos de orientadoras sobre lo que comentan de las emociones o tensiones ante su labor, así como lo reportado sobre su estado o síntomas de salud.

Con base en lo anterior se estructuró la metodología de la investigación, donde:

La muestra radica en siete orientadoras de una escuela secundaria oficial de ambos turnos, ubicada en el municipio de Tultitlán; se trabajó con cinco orientadoras y dos orientadores, en un rango de edad entre 25 y 61 años y una antigüedad de seis meses y 34 años en servicio.

Se eligió a las orientadoras de una escuela secundaria oficial estatal de ambos turnos, en zona urbana. Al igual se inició una solicitud de apoyo y autorización para llevar a cabo el trabajo de campo en la secundaria elegida, para lo cual proporcionaron horarios de clase para observar a tres orientadoras. Así mismo, se contempló la interacción de las orientadoras con alumnos, maestros y directivos, un día en cada turno.

En la investigación se emplearon:

Instrumentos técnicos, como la observación para identificar conductas indicativas respecto a las emociones de las orientadoras.

Cuestionario aplicado a orientadoras, partió de lo observado en la experiencia empírica, se desentrañó, estructuró racional y científicamente a través del apoyo y consulta de las propuestas teóricas de los autores, con las que se fundamentó el objeto de estudio. Fue un cuestionario de abanico con preguntas cerradas, incómodas o sensibles, sobre acción (García, 2004:77-80). En total fueron 56 preguntas que respondieron las orientadoras.

En la primera fase de indagación se aplicaron los cuestionarios (ver anexo 1) a las 4 orientadoras del turno matutino el día 3 de mayo de 2017 a las 8:00 am. En tanto para las orientadoras del turno

vespertino se aplicó el día 4 de mayo de 2017 a cada uno, de manera individual debido a las circunstancias de ese día, en el que una maestra tuvo incapacidad médica por lo que una de las orientadoras apoyó uno de sus grupos.

Guía de entrevista En donde los ejes fueron: a) Trayectoria laboral, b) Estilos de vida, c) Emociones del orientador, d) Tensiones de la labor docente, e) Salud, f) Historia de vida. Estos fueron propuestos después de sistematizar la información del cuestionario, al aplicar la técnica de semáforo sugerida por la maestra María Del Carmen Flores Ceja, con base en la frecuencia de las respuestas.

En la segunda fase correspondiente a lo cualitativo se entrevistó (ver anexo 3) a dos orientadoras y un orientador para ahondar en su trayectoria laboral, emociones, tensiones, salud e historia de vida. Dos entrevistas se hicieron el 21 de febrero de 2018 y la tercera entrevista se hizo el 27 del mismo mes y año en el turno vespertino.

CAPÍTULO 2

EL ORIENTADOR, EMOCIONES, SALUD Y CONDICIONES DE TRABAJO

Presentación

Como se expuso en el capítulo anterior, las emociones forman parte del complejo proceso educativo y en éstas se involucran quienes participan en el proceso educativo: alumnos, maestros, padres de familia, directivos, orientadores, personal de apoyo, y por supuesto, aunque no lo parezca, quienes tienen bajo su responsabilidad el diseño de la política educativa de nuestro país: el Estado y los diferentes gobiernos que se encargan de implementar las políticas educativas.

En este capítulo se plantea cómo las emociones, la salud y las condiciones de trabajo están relacionadas; así como sus derivaciones, en el caso de las emociones, las cuales se dividen, para su comprensión y estudio, en primarias y secundarias. Se analiza cómo el deterioro de la salud se manifiesta en el llamado estrés laboral y se revisa, también, la protección legal para el orientador.

2.1 El orientador en un mundo cambiante

En las últimas décadas, en el mundo entero, la economía globalizada se convirtió en la base de las relaciones internacionales, esto ha impactado la forma de vida de los habitantes de las naciones por lo que el ámbito educativo no ha quedado exento de este impacto. El objetivo de la educación ha tenido cambios drásticos desde la última década del siglo XX, los procesos de enseñanza, actualmente se proyectan hacia el desarrollo de las competencias, la evaluación y el liderazgo. A través de diversas reformas educativas, en las últimas décadas se busca que los alumnos adquieran los conocimientos imprescindibles, para integrarse a un mundo globalizado que tiene como base para su funcionamiento la tecnología digital.

Esta nueva circunstancia educativa, ha tenido gran impacto en la labor docente de los orientadores, lo cual se observa en dos situaciones importantes (sin ser las únicas), que se interrelacionan para dar lugar a un cambio al interior del proceso educativo: 1) el deterioro social y cultural de la figura del maestro; 2) las situaciones de alto estrés de los maestros ante las nuevas exigencias educativas, derivadas de un mundo globalizado y altamente tecnologizado. Dichas situaciones provocan inseguridad, angustia, desconfianza, tristeza, emociones que repercuten en su salud, convirtiéndose

en detonadoras de enfermedades, que no pocas veces se convierten en enfermedades crónicas que menoscaban la calidad de vida de los maestros y orientadores.

Este nuevo panorama al interior de la educación ha despertado el interés y la necesidad de pedagogos, filósofos, médicos, psicólogos, por desentrañar los alcances y repercusiones en la vida emocional de los maestros. Así han surgido, desde la década de los años ochenta, importantes investigaciones que aportan propuestas teórico-metodológicas, en las que se dan a conocer los cambios y presiones emocionales que experimenta en su cuerpo y su salud el orientador, ante las condiciones en las que desarrolla su labor educativa en el siglo XXI.

Un ejemplo de quienes se han preocupado en investigar, estudiar y rescatar el complejo mundo emocional de los docentes y su impacto en su cuerpo y salud, es el maestro Sergio López Ramos, quien afirma:

[...] el recurso de lo fisiológico nos aporta la unión entre las correlaciones de un sabor, una emoción y un órgano, el cómo se ven interrelacionados para la expresión de un dolor, una depresión, una ansiedad, un miedo, una tristeza o una alegría, lo mismo para un cáncer que una enfermedad crónica. (2017b:13)

Durante la investigación pudo observarse esta red de funcionamiento órgano-emoción en los orientadores por efecto de las presiones laborales que originan emociones y sus repercusiones en su estado de salud como dolores de cabeza o de estómago, resfriados, falta de apetito o de sueño, cansancio, pérdida temporal de la voz, entre otras, lo cual es considerado un problema individual del orientador y no como un problema de salud profesional y, a su vez, de salud pública que merece ser atendido puesto que influye en su desempeño laboral que suele manifestarse como un malestar.

En cuanto al malestar docente Esteve *et al* (1995:21) lo refiere como “un tópico en la literatura pedagógica con el que se quiere resumir el conjunto de reacciones de los profesores como un grupo profesional desconcertado por el cambio social”.

En el ejercicio diario de la profesión docente es común escuchar a los medios de comunicación y padres de familia criticar el trabajo de los maestros, haciéndolos responsables de las deficiencias en el aprendizaje de los alumnos sin analizar lo mencionado por Esteve *et al* (1995:21) [...] “son problemas sociales que requieren soluciones sociales.” lo cual sugiere considerar que en el aprendizaje influye el factor social que no solamente compete al maestro. El trabajo del orientador

también es desdeñado por los padres de familia quienes comentan abiertamente *los maestros no enseñan nada o la orientadora no hace nada*; esto complica la jornada laboral debido al incremento de exigencias hacia docentes y orientadores, quienes además tienen que adaptarse a un mundo social cambiante e incierto.

En cuanto al cambio social Esteve *et al* mencionan:

[...] los profesores en nuestra sociedad se enfrentan a unas circunstancias cambiantes que les obligan a hacer mal su trabajo, enfrentándose además a una crítica generalizada, que, sin analizar esas circunstancias, considera a los profesores como los responsables inmediatos de los fallos del sistema de enseñanza. (1995:20-21)

En ocasiones el malestar del orientador se expresa de diversos modos, por ejemplo, realizar otras actividades justo en el momento cuando profesores horas clase o compañeras orientadoras requieren el apoyo e incluso faltar al trabajo. Esto da cuenta de lo que Esteve *et al* refiere como absentismo laboral que considera un “mecanismo para cortar la tensión acumulada” (1995:47). Tomarse un tiempo para su refrigerio en horas de clase o reportarse con síntomas de alguna enfermedad para atender su salud y tener una inasistencia, son considerados pretextos para evadir el trabajo, sin analizar que son expresiones de su *mal-estar* en la escuela.

Aunado a lo anterior, las constantes modificaciones a planes y programas de estudio para la educación secundaria de 1993 a la fecha, colocan a los docentes y orientadores en roles cambiantes y exigencias distintas para el ejercicio de su función, lo cual da origen a sentir ansiedad y miedo al pensar que puede afectar su salario y prestaciones como colaterales y jubilación, e incluso, con la Reforma educativa de 2013, sentir amenazada su estabilidad laboral o permanencia en el trabajo.

La crisis profesional docente, particularmente desde los años setenta del siglo pasado, se ha debatido entre especialistas psicólogos, profesores, pedagogos, psiquiatras e investigadores de la Universidad de Estocolmo, la Universidad de Cambridge y la Universidad de Ginebra; también ha saltado a los medios de comunicación social desde hace tiempo (Esteve, 1984). Los estudios presentados por estos especialistas fueron pioneros en documentar el malestar docente.

En tal contexto Esteve (1984:9-10) en *Profesores en conflicto* expone una sección que denomina Los conflictos de la enseñanza: identificación de las fuentes de tensión existentes en el trabajo

profesional del educador, puesto que, desde la década de los ochenta, cobra relevancia en países europeos la emergencia de la crisis de la profesión docente.

Es necesario aclarar que Esteve ha investigado sobre el malestar docente, es decir sus estudios refieren a profesores frente a grupo, profesores horas clase, sin embargo; esta investigación se llevó a cabo con orientadores, la diferencia entre los primeros y los segundos radica en la función genérica: el orientador guía las habilidades, aptitudes e intereses, además de llevar lo administrativo de los grupos correspondientes e informa a los padres y alumnos.

En tanto la función genérica del personal docente: se encarga del proceso enseñanza-aprendizaje con base en el plan y programa de estudio vigente.

Como se observa el docente se encarga de promover el proceso enseñanza-aprendizaje; por su parte el orientador se enfoca a encausar sus habilidades, aptitudes e intereses, así como el control administrativo de los grupos a su cargo.

Así como el docente presenta malestar, el orientador de igual manera lo refleja en el día a día a través de sus emociones ante las cargas de trabajo, los estilos de los directivos, el salario, entre otros aspectos.

2.2 Concepto de emoción

Con base en el objeto de estudio de la presente tesis, en este apartado se señala primeramente el concepto de emoción de diferentes autores como Goleman, Runes, Blauberg y, Denzin, para señalar una clasificación de las emociones (Riso); y, vincular con el trabajo docente y salud.

El objeto de estudio propuesto a indagar es entorno a las emociones de los orientadores en la escuela secundaria. Runes conceptualiza la emoción: “En el sentido más amplio, la emoción sensorial se refiere a todos los fenómenos afectivos, incluyendo las <<pasiones>> del amor, la ira, el miedo, así como los sentimientos de placer y dolor” (1981:109).

Por su parte Blauberg explica la emoción como:

Modo determinado de actitud del hombre hacia el mundo que lo rodea hacia los demás hombres y hacia sí mismo, que se manifiesta en forma de vivencia directa. Entre los animales las reacciones emocionales se hallan ligadas a las necesidades biológicas y a las formas instintivas de la actividad vital (alimentación, reproducción, auto conservación). A su vez las emociones del hombre se hallan ligadas a sus necesidades, motivos, intereses y finalidades. El vínculo de las emociones con las necesidades es doble: de una parte, la satisfacción o insatisfacción de las necesidades puede suscitar distintas vivencias emocionales; de otra las emociones pueden ser manifestación de la necesidad, la forma psíquica concreta de su existencia (1992:98).

También las emociones están ligadas a la supervivencia, dado que accionan un conjunto de respuestas fisiológicas, físicas y psicológicas para la acción y preservación de la vida. Proceso que se complementa con la reacción del parasimpático tendiente a la recuperación y el equilibrio.

Acerca del sistema simpático, Coon señala:

[...] activa el cuerpo para la acción de emergencia: para “luchar o huir. Hace esto activando varios sistemas corporales e inhibiendo otros. Estos cambios tienen un propósito. Se libera azúcar en el torrente sanguíneo para disponer de energía rápida, el corazón late más rápido para suministrar sangre a los músculos, la digestión se inhibe temporalmente, el flujo sanguíneo en la piel se restringe para reducir el sangrado, etc. Casi todas las reacciones simpáticas mejoran las probabilidades de sobrevivir en una emergencia.

El *sistema parasimpático* por lo general revierte la activación emocional y calma y relaja al cuerpo. Después de un periodo de mucha emoción, el corazón late más lento, las pupilas regresan a su tamaño normal, la presión sanguínea disminuye, etc. Además de reestablecer el equilibrio, el sistema parasimpático ayuda a acumular y conservar la energía corporal. (2001:275)

Por su parte Denzin conceptualiza la emoción como:

Una experiencia corporal viva, veraz, situada y transitoria que impregna el flujo de conciencia de una persona, que es percibida en el interior de y recorriendo el cuerpo, y que, durante el transcurso de su vivencia, sume a la persona y a sus acompañantes en una realidad nueva y transformada –la realidad de un mundo constituido por la experiencia emocional (Denzin, 2009 en Bericat, 2012:1).

Para Goleman (2001:24) “La raíz de la palabra emoción es *motere*, el verbo latino «mover», además del prefijo «e», que implica alejarse, lo que sugiere que en toda emoción hay implícita una tendencia a actuar”. Es por eso, que cuando algo nos emociona tendemos a movernos.

Como se puede observar, el concepto de emoción para Goleman (2001) y Denzin (2009 en Bericat, 2012) lleva en sí un movimiento, es decir cuando hay una emoción, se actúa.

2.2.1 ABC de las emociones

Por su parte Riso clasifica las emociones de la siguiente manera:

Las emociones primarias son aquellas con las que nacemos. Son naturales, no aprendidas, cumplen una función adaptativa, son de corta duración y se agotan a sí mismas. Solamente duran lo indispensable para cumplir su misión: dolor, miedo, tristeza, ira y alegría son algunas de las más importantes. (Riso, 2013:25)

Las emociones secundarias son aprendidas, mentales, y aunque algunas de ellas, bien administradas, puedan llegar a ser útiles, no parecen cumplir una función biológica adaptativa. Son defensivas o manifestaciones de un problema no resuelto, y casi siempre implican debilitamiento del yo: sufrimiento, ansiedad, depresión, ira y restricción-apego son algunas de las más significativas. (Riso, 2013:25)

Acerca del dolor, este autor comenta que tiene una función adaptativa: alerta sobre el mal funcionamiento de un órgano, invita a ser consiente de algún daño real o en potencia. Al *dolor psicológico* lo llama sufrimiento. (Riso, 2013:77)

El sufrimiento es una señal que te alerta sobre la existencia de esquemas psicológicos negativos que debes modificar para que no te dañen, pero además, cuando le confieres a tu pena un sentido de superación, ese sufrimiento adquiere una dimensión específicamente humana que trasciende lo meramente animal y te engrandece. El sufrimiento es el privilegio de la autoconciencia. (Riso, 2013:81-82)

También expone *los estilos personales*.

a) La personalidad tipo A, “adicta al futuro, incapaz de liberarse del poder y la ambición” (Riso, 2013:33)

En este tipo de sujetos, el ego se alimenta de dos necesidades indispensables: control y poder absolutos. El organismo vive en un estado de estrés sostenido y crónico, lo que produce el incremento de ciertas sustancias nocivas para la actividad cardiovascular normal. La frustración de no poder alcanzar sus objetivos incrementa notablemente en ellos la hostilidad y la agresión. (Riso, 2013:35)

El patrón tipo A gira alrededor de cuatro premisas: urgencia de tiempo, ilusión y necesidad de control, ambición desmedida e importancia excesiva de los resultados. (Riso, 2013, 35)

b) La personalidad tipo B y el equilibrio mente-cuerpo. El sujeto tipo B entiende que vivir es un cambio permanente guiado por la autoobservación.

Puede manejar su tiempo personal sin angustias; ambiciona, sin caer en la codicia y la envidia; sabe que no puede controlarlo todo; reconoce la importancia de los resultados, pero puede prescindir de ellos. El tipo B sabe perder y parar a tiempo. Cuando ya nada puede hacerse, practica el arte de la sana resignación. Posee una gran sensibilidad para el disfrute, porque trabaja para vivir y no se adelanta previsoramente en el tiempo. Sabe perdonar y comunicar sus estados interiores. (Riso, 2013:71-72)

c) La personalidad tipo C “atada al pasado, incapaz de liberarse de la necesidad de aprobación y del mal hábito de postergar” (Riso, 2013:33)

El tipo C responde a cuatro características principales: postergación, prudencia, sumisión y culpa. Cuatro enormes anclas que aferran la mente al pasado. (Riso, 2013:44)

Esto lleva a reflexionar como orientadores las emociones que pueden presentarse durante la jornada laboral, dolor, miedo, ira, tristeza, alegría, son emociones vegetativas, naturales y necesarias para la supervivencia; más al salir del cauce natural, el dolor, miedo, ira, tristeza, alegría se degradan, dañan y traducen a riesgos para la salud física, mental, emocional, afectando el bienestar.

Es preciso como orientadores tener el conocimiento de lo que sucede ante estas emociones constantes a las que se exponen en calidad de trabajadores, así como también es necesario conocer el potencial que se tiene como humanos, para unirse a él y contribuir a mejorar o conservar la salud.

Con base en los antecedentes que se indagaron, en el puesto de orientador técnico se entera de los motivos de las licencias médicas de los profesores horas clase y orientadoras, sus inasistencias son por causa de várices, problemas ginecológicos, problemas de columna, etc.; esto repercute en el trabajo de los orientadores, al faltar un orientador o profesor horas clase son los orientadores quienes se encargan de trabajar con el grupo correspondiente. Cubren las horas de trabajo de los profesores horas clase en su ausencia y también de compañeros orientadores que no se presentan a trabajar, en ese caso trabajan en el grupo temas de orientación o arreglan problemas del grupo. No se quiere decir que los maestros escapan a estas tensiones, problemas o condiciones laborales ¿Cómo repercute esta situación en el bienestar y salud de los orientadores? Es uno de los aspectos a investigar en este trabajo, para lo cual uno de los autores clave es Esteve y su grupo de colaboradores, quienes han investigado el *malestar docente*.

Al respecto, Robalino y Kôrner en su estudio *Condiciones de trabajo y salud docente*, reportan como conclusión que: “el índice de cansancio emocional es el que más destaca, junto con el Índice de logros personales” (2006:39). Derivado de esto podemos reflexionar sobre lo importante que es indagar cuáles son las emociones que ante el exceso de trabajo predominan en los orientadores de secundaria.

Referente a las enfermedades de los docentes Robalino y Kôrner mencionan: Disfonía, várices, dolores lumbares, fatiga, han sido y son asumidas como las inevitables *marcas* de la profesión (2006:13).

En síntesis, éstas son las situaciones enfrentadas y padecidas por los orientadores, por lo tanto, es necesario aprender a manejar y controlar adecuadamente las emociones, aceptar que forman parte de la condición humana y se encuentran inmersas en las relaciones laborales. Es por esto que detectar y apreciar las emociones de los demás y las propias permitiría evitar situaciones de tensión laboral entre docentes y orientadores, padres de familia, autoridades institucionales que afecten y deterioren la salud provocando, en muchas ocasiones, enfermedades.

2.3 Acerca del concepto salud-enfermedad

En lo referente a la noción de salud-enfermedad es Torres quien escribe sobre su evolución. En la Sociedad primitiva se pensaba la enfermedad como consecuencia de “maleficios o fenómenos naturales” (1981:24) incorporados en el paciente, la familia o la tribu. La práctica médica combatía los espíritus malignos. Estos conocimientos “son mágicos y la práctica médica es la del brujo o Chamán” (Torres, 1981:24-25).

En la etapa de Esclavitud, la salud y enfermedad se conciben como mágicas, en tanto que los conocimientos empíricos comunicados de una generación a otra permitieron descubrir “determinadas causas físicas o ambientales de la enfermedad” (Torres, 1981:25), así como usar plantas medicinales. Fueron los inicios de la anatomía y fisiología. La atención médica “está sometida a la división de clases de la sociedad” (Torres, 1981:26).

La época del Feudalismo atribuye la enfermedad también a las inclemencias naturales. Se consideraba que era “El castigo de Dios por los pecados del hombre o las pruebas de sometimiento de la voluntad humana al servicio de la omnipotencia divina explican el origen de muchos males, incluido entre ellos la enfermedad” (Torres, 1981:26-27).

En el Capitalismo hubo avance sobre la enfermedad, así como en el instrumental para la atención del paciente, además evolucionó la industria farmacéutica.

En estos periodos históricos se reflexiona sobre cómo ha evolucionado el concepto de enfermedad, desde la época primitiva en que se atribuyó la enfermedad a fenómenos naturales, la práctica médica era la del brujo o chamán, hasta llegar a nuestros días con un conocimiento científico del cuerpo humano.

A su vez, Torres (1981) señala una estructura totalmente capitalista basada en la explotación y define al Estado como el que mantiene y reproduce relaciones de dominación entre las clases.

Por otra parte, en relación con el capitalismo y como consecuencia de la modernidad Gómez (2013) refiere como una sociedad contemporánea rodeada del consumo, considerándolo como lo máximo de un gran desarrollo y, un bienestar. En la realidad esto produce un desequilibrio que puede llegar a la enfermedad. Otro factor es la tecnología en la sociedad contemporánea, ya que está presente en todas las actividades humanas.

Además, los orientadores se ven inmersos en la cultura de consumo de comida rápida como yogurt o galletas para el desayuno o durante la tarde. En el Tercer Congreso Nacional por un Cuerpo Autosustentable, el coordinador de la sala 7, *Hacia una psicología corporal del trabajo*, Carlos Geovanni Varela Vega mencionó que debido a la modernidad pasamos a la tiendita por las galletas para mitigar el hambre. Cuando le preguntaron ¿qué podemos hacer para evitar esas acciones? Su respuesta fue: -Lo primero que hay que hacer es quitar la prisa del cuerpo con meditación, relajación, yoga. Esto hace pensar en que el cumplimiento de los horarios escolares, la atención a grupos, las tareas administrativas producen en el orientador prisa y descuido en la salud.

2.3.1 Concepto de Salud

La Organización Mundial de la Salud (OMS) la define de la siguiente forma: “La salud es un estado de completo bienestar físico mental social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.” (Alcántara, 2008:96). La máxima autoridad de salud de esta institución a nivel mundial ha hecho énfasis en considerar el grado de eficiencia del metabolismo orgánico relacionado con las funciones de un ser vivo, tanto a escala micro (celular) y macro (social).

Para Estrada y Morales hay un equilibrio que provoca una sensación de bienestar puesto que:

La salud es la armonía entre los cuerpos físico, mental, espiritual y energético. Hay salud cuando estos cuatro cuerpos se encuentran en armonía en el individuo, tanto en lo personal como en lo familiar, en la comunidad, en la naturaleza y en el cosmos”. (2002:124)

A su vez, para Navarro:

La salud debe definirse en términos de integridad y eficiencia biológica y fisiológica, ya que está fundamentada tanto en factores biológicos como fisiológicos; así, es un estado de integridad estructural y de eficiencia funcional, cuyo fundamento es una forma de vida de acuerdo a las leyes de la higiene y en relaciones biológicas salutíferas. La salud no solamente envuelve la capacidad para producir energía, sino también la capacidad para usarla, para gastarla y para recuperarla (1990:49).

Luego entonces, qué puede quitar el bienestar, la armonía, el equilibrio al orientador, cómo pensar en la enfermedad y cómo definirla.

2.3.2 Concepto de enfermedad

Con respecto al concepto de enfermedad, para Navarro (1990:27) se define de la siguiente forma:

No hay que confundir acciones con condiciones y efectos. El vómito, la diarrea, la fiebre, son acciones vitales; la anemia, la obesidad, la parálisis, los estados artríticos, cancerosos, ulcerosos son condiciones, no acciones, y son consecuencias de procesos destructivos, no enfermedades propiamente dichas.

El concepto de enfermedad de Navarro refiere: “La enfermedad es una acción, no una condición. Es un proceso reparador, no una entidad localizada. Es un proceso de purificación y reparación”. (1990:27)

Se consultó a estos autores por la visión que tienen de la persona es integral, toman en cuenta lo psicológico, lo emocional y lo biológico. Por lo tanto, compartiendo este punto de vista de lo que es enfermedad y salud se puede dar cuenta de qué condiciones merman la salud, cómo podemos contribuir para recuperarla o mantenerla, así como comprender que la enfermedad implica reparación, es decir tiene polaridad. Esto permite analizar la enfermedad con una óptica positiva lo cual importa en salud. Por algo los orientales la conciben como *un tesoro*.

Estos conceptos de salud y enfermedad se observaron en los compañeros docentes y orientadores, hace quince años en la Escuela Secundaria, los profesores horas clase y las cuatro orientadoras gozaban de bienestar, es decir no tenían enfermedades; sin embargo, con las condiciones laborales en que se trabaja en la actualidad, ese bienestar se ha ido deteriorando, al grado en que uno de los compañeros tiene diabetes, otro es hipertenso, varios han vivido episodios de insomnio. Entre las condiciones laborales desfavorables se menciona que no hay agua corriente, es decir, una pipa surte el agua en la escuela, lo cual repercute en ocasiones en que no se mantenían limpios los sanitarios; se transitó de usar el gis en el pizarrón, a usar el marcador para el pintarrón; esta escuela se encuentra en lo alto de un cerro y existen áreas dentro de la escuela sin pavimentar, es decir hay piedras que han generado la caída de maestras cuando se trasladaban a su salón de clases, de igual manera la tierra, el polvo acarrear enfermedades infecciosas. Esto está ligado a las condiciones laborales de los orientadores, debido a la situación de no tener agua potable, se desarrollan estrategias para mantener una relativa higiene como tener una cubetita para dosificar el agua y no desperdiciarla.

En cuanto a la enfermedad como ese proceso que acaece a un ser vivo y altera su estado normal de salud, se muestra en los compañeros comentando los padecimientos: gastritis, insomnio, o simplemente se les puede notar algún derrame en sus ojos debido al trabajo realizado en la computadora o por el estrés ocasionado de la responsabilidad del trabajo, de homenajes a la bandera en fechas especiales: el 15 de septiembre, 20 de noviembre, 5 y 24 de febrero, 21 de marzo, el festival del 10 de mayo. Lo cual tiene relación con las emociones como la ansiedad de terminar el trabajo administrativo, la ira despertada cuando alguien interrumpe en el momento de la saturación del trabajo, o la tristeza por una pérdida familiar y tener que trabajar a veces sin acompañar a los familiares del difunto; el malestar por recibir llamada de atención injustificada. El miedo por los estilos de los compañeros. La ansiedad que tienen debido a su historia de vida.

Al respecto, hubo experiencias de ansiedad, una de ellas vivida entre compañeras una orientadora con pocos años de experiencia se acercó a otra con más antigüedad para preguntar ¿Cómo iba a hacer la actividad de citar a los padres de familia? Ya que sólo debían citarse pocos, la que llevaba más tiempo se sintió temerosa y contestó sin dar detalles. La ansiedad como menciona Riso (2013) manifiesta un problema no resuelto y debilidad del yo.

En relación con la ansiedad Bruce Joyce y sus colaboradores (en Hargreaves)

[...] afirman que “la ansiedad es un síndrome natural que surge a partir de dos fuentes, [que son] el temor a la exposición y la incompetencia en el ambiente, más público, de la enseñanza” De ese modo, las raíces de la ansiedad no se sitúan en las condiciones del lugar de trabajo ni en ninguna objeción racional a lo que se pide a los profesores: que colaboren en algo, sino en los mismos docentes, en sus propias destrezas y cualidades, “naturalmente” vulnerables. (1996:195)

Esa ansiedad por evitar que los demás vean el error en la orientadora, es parte del trabajo cotidiano, por el contrario, si se acepta a sí mismo con sus limitaciones y equivocaciones, se permitiría bajar esa emoción, actuar con libertad y amor.

Al respecto Jersild menciona:

La ansiedad puede surgir como reacción contra algo que amenaza nuestra existencia como seres individuales, o que compromete las actitudes que tenemos respecto de nosotros mismos y los demás. (1986:29)

Al parecer como orientadores se olvida lo mencionado por Torres, (Gonzales, 2016) en entrevista: “El currículum oculto beneficia o perjudica a alguien. Finalmente, el conocimiento es producido por seres humanos que somos falibles, tenemos intereses, prejuicios, sesgos, manías”. Y esto de alguna manera se expresa en el bienestar de los orientadores.

Con base en Zabalza acerca de *currículo oculto* menciona que sirve “para referirse a todos aquellos aspectos y asunciones que están presentes en el diseño curricular o en las prácticas formativas, pero sin figurar explícitamente en ellos”. (2005:32)

Somos seres humanos falibles, es decir nos equivocamos y si se acepta ante los alumnos o los mismos colegas que tenemos errores, disminuiría la ansiedad y evitaríamos tensiones innecesarias en el trabajo.

En la experiencia personal de quince años de servicio en el magisterio se advierte el personal que ingresa a laborar, al menos donde se encuentra mi plaza de orientadora, tanto profesores horas clase como orientadoras entramos gozando de buena salud, conforme transcurren los años se comentan los problemas de salud tales como insomnio, ansiedad, colon irritable, desgaste físico-várices, faringitis, gastritis, parálisis facial, enfermedades de columna, problemas de audición. También, llama la atención el enojo expresado cuando falta algún maestro, porque hay que cubrir sus grupos, esta emoción la muestran cuando se quejan con el subdirector de que faltó un maestro y es necesario trabajar en sus horas clase; la ansiedad y el estrés que reflejan cuando están dentro del grupo. O la tristeza de alguna pérdida y aun así hay que estar frente a grupo.

Uno de los teóricos, de profesión médico, desde hace tres siglos identificó las enfermedades de los profesores. Ramazzini ya desde el siglo XVIII expresaba en su tratado de las enfermedades que “las disciplinas científico-técnicas, como la seguridad en el trabajo, ergonomía higiene industrial, psicología aplicada y medicina del trabajo”. Esto quiere decir que los profesionales de la salud tienen una preocupación por el estado de bienestar de los trabajadores quienes desempeñan un puesto laboral.

Para los que trabajan de pie Ramazzini menciona:

(...) siempre que se les ofrezca una oportunidad, interrumpen, en la medida de lo posible, su permanencia a pie firme. Y enumera un montón de enfermedades propias de tal situación corporal: varices, úlceras en las piernas, debilidad en las articulaciones, cólicos nefríticos, micción de sangre, debilitamiento de estómago, etc. (2011:5)

2.4 ¿Quién es y qué hace un orientador?

Es preciso definir al orientador, Guillen menciona la definición de orientador educativo relacionada con su trabajo dentro de un plantel escolar:

Un orientador educativo es esa persona que brinda un servicio técnico, personal y sistemático a los alumnos del centro educativo (colegio o instituto) en el que se encuentre, con el fin de ayudarlos a conocerse a sí mismos: sus posibilidades, sus limitaciones, sus gustos académicos, la profesión futura que quiera ejercer, o aquella para la que esté realmente cualificado, etc. De esta forma, el alumno estará informado en todo momento, tendrá un conocimiento propio sobre él y su situación educativa y personal y conocerá su entorno, para así poder tomar las decisiones adecuadas alcanzando el máximo desarrollo personal, social y académico dando lugar a la transición lógica y natural de niño a ciudadano libre y autónomo. (2017, s/p)

Esta definición está enfocada a la educación, abarca desde la parte individual hasta referir el civismo de los alumnos, no solo se educa a los alumnos, también se educa a padres de familia, lo cual se refleja en los alrededores de la comunidad escolar.

En tanto que Bisquerra y Álvarez (en García, 2012:62) señalan que el orientador:

[...] puede atender preferentemente algunos aspectos en particular: educativos, vocacionales, personales, sociales, etc. Pero lo que le da identidad, es la integración de todos estos aspectos en una unidad de acción coordinada.

Así como se menciona lo que hace un orientador con los estudiantes es encaminar sus destrezas, capacidades e intereses, de igual manera es responsable de lo administrativo de sus grupos para notificar a padres y alumnos.

En el año 1976, la UNESCO valoró el concepto de orientación presente en América Latina, indicó el corte psicologista resultando la orientación vocacional (Meneses, 2001).

Fue Julio González Tejeda quien propuso la idea de una Orientación Educativa Integral, abarcando desde lo personal hasta la orientación política. (Meneses, 2001)

A través de su artículo, demuestra el establecimiento de la orientación:

La ya desaparecida Dirección General de Educación Media Superior (DGEMS) de la SEP retoma la propuesta de Tejeda y promueve la construcción de un Marco Teórico de la Orientación Educativa en México.

[...] se implanta la idea de Orientación Educativa, que, apuntalada hacia 1984 y coincidente con la creación del Sistema Nacional de Orientación Educativa, se consolida en 1986 con la atención de cinco ámbitos teórica y metodológicamente articulados (socioeconómico, personal, escolar, profesional y vocacional). (Meneses, 2001:17)

Acerca de las funciones del orientador, Meneses explica:

[...] Zarzar se pregunta ¿qué hace un orientador? Y responde, en términos sucintos, que es posible establecer una tipología de la práctica por ellos desarrollada, a partir de diferenciar cuatro formas de acción, que son al mismo tiempo niveles de la conciencia ante la práctica: 1) el sentido común, 2) la técnica, 3) la teoría y 4) la política. (2001:18-19)

El trabajo de orientación se rige desde los *Lineamientos para la formación y atención de los adolescentes 2011 guía para el maestro. Educación básica secundaria*” (Conde, Klein y Rico, 2011) y lo refiere como Tutoría, por lo que el orientador tiene las responsabilidades siguientes:

Con los docentes:

- Mantener comunicación con los demás docentes que atienden el grupo para identificar y apoyar en la solución de problemas académicos y de convivencia escolar.
- Difundir entre el colectivo docente la propuesta del espacio curricular de Tutoría con el fin de favorecer el trabajo colaborativo.
- Apoyar actividades de los docentes con el grupo: encuentros, sesiones de retroalimentación y actividades extraescolares, entre otras.

Con las figuras directivas de la escuela:

- Promover el trabajo colegiado entre docentes y directivos para adoptar medidas oportunas que favorezcan el aprendizaje de los alumnos y de los grupos, y que estén encaminadas a reducir la deserción y la reprobación.
- Mantener comunicación con las autoridades escolares para contar con información relevante sobre características, acontecimientos y circunstancias de la vida escolar y extraescolar que pudieran repercutir en el bienestar de los alumnos.

Con las familias de los alumnos:

- Informar sobre el espacio curricular de la Tutoría y su importancia en la formación de los adolescentes.
- Reconocer y valorar el bagaje cultural o profesional de las familias en la formación integral de los adolescentes.
- Comunicar a las familias el desempeño personal, escolar y social de los alumnos, lo que contribuirá a que asuman responsabilidades y compromisos en apoyo a los adolescentes. (Conde, Klein y Rico, 2011:42)

Por otra parte, Limón (2012) con respecto a las funciones del orientador menciona:

A partir del acuerdo 98 (1982:84) por el que se establece la Organización y Funcionamiento de las Escuelas de Educación Secundaria a nivel Federal, se han propuesto acciones específicas para el orientador en el Estado de México.

A continuación, cito el Acuerdo 98:

En la Sección IV, Personal de servicios de asistencia educativa, señala lo siguiente:

ARTÍCULO 25.- El personal de servicios educativos de asistencia educativa es el responsable de proporcionar, en forma integrada, los servicios de orientación educativa, trabajo social y prefectura, conforme a los objetivos de la educación secundaria y a las normas y disposiciones aplicables.

ARTÍCULO 26.- Corresponde al personal de servicios de asistencia educativa:

I.- Contribuir al desarrollo integral del educando, principalmente en sus procesos de autoafirmación y maduración personal y adaptación al ambiente escolar, familiar y social;

II.- Contribuir a la obtención de mejores resultados en el proceso educativo, a través de la aplicación de técnicas específicas adecuadas en las actividades inherentes a sus funciones;

III.- Participar en la preservación de la salud física y mental de los educandos, adoptando aquellas actitudes que influyan positivamente en el proceso formativo de los alumnos;

IV.- Colaborar con el personal directivo y docente para disminuir la magnitud y frecuencia de los factores internos y externos que obstaculicen el desarrollo efectivo de la labor educativa;

V.- Fomentar el uso adecuado y racional por parte de los alumnos, de los recursos con que cuenta la institución;

VI.- Coadyuvar a establecer entre los miembros de la comunidad escolar las relaciones humanas adecuadas a la función educativa;

VII.- Coordinar la realización de sus actividades con las autoridades del plantel, en todos los asuntos técnicos relativos al ámbito de su competencia, y

VIII.- Cumplir con las demás funciones que le señale el presente Ordenamiento, otras disposiciones aplicables y las que le asignen las autoridades educativas, de conformidad con la naturaleza de su cargo. (SEP, 1982:11)

Si bien las recomendaciones oficiales establecen, y delimitan la práctica el orientador en la realidad cotidiana realiza lo siguiente:

Desde el primer día del ciclo escolar se queda en la puerta de entrada para recibir a los alumnos y revisarles el uniforme, el corte de cabello en los niños y en las niñas el peinado, que las niñas no asistan maquilladas, atender las dudas de los padres de familia, tocar el timbre para indicar el cambio de hora, inscribir a los alumnos pendientes de realizar su inscripción, elaborar las listas de asistencia, pasar lista en los grupos correspondientes, revisar los expedientes de los alumnos,

archivarlos en orden alfabético, hacer la guardia en el lugar correspondiente durante el receso de los alumnos, atender las indicaciones de los directivos, en unión con ellos los orientadores pasan a todos los grupos a dar la bienvenida para detectar alguna irregularidad, atender algún problema de conducta presentado entre los alumnos o en alguna clase, en el caso de inasistencia de un profesor horas clase cubrir las horas de clase, impartir la clase de tutoría correspondiente a su horario.

De tal manera hay discordancia entre las actividades oficiales señaladas en el documento y las actividades realizadas por el orientador a lo que se suma conforme avanza el ciclo escolar, son los orientadores encargados de elaborar formatos correspondientes para la evaluación, archivar todas las actas de nacimiento y CURP de un grupo en un solo fajo; también, resguardan las credenciales de elector de los padres de familia, realizan las juntas con ellos; en el caso de un alumno enfermo, lo atienden brindándole los primeros auxilios, llaman a su padre o tutor y, en caso necesario, lo llevan a su domicilio.

Las responsabilidades señaladas las cuales en comparación a lo que dictan los *Lineamientos para la formación y atención de los adolescentes 2011* (Conde *et al*, 2011) y la práctica permite analizar en lo cotidiano se realizan actividades que en la guía, y el Acuerdo 98 no se manifiestan. Más en la práctica cotidiana, una de las actividades realizadas por el orientador es cubrir dos grupos a la misma hora, también cabe mencionar hay orientadoras desocupadas quienes prefieren *tomar un cafecito* justo en ese momento que se requiere el apoyo en los grupos. Situación que da cuenta, sea por fatiga u otra razón, de la magnitud de trabajo para el orientador, que, en lugar de compañerismo, se suscita egoísmo e indiferencia por el enojo o dolor del trabajo. Con respecto a los efectos de esta saturación de actividades se observa estrés en las orientadoras, manifiestan ansiedad, enojo al grado de traspapelar hojas de respuesta de los exámenes, se complica atender los problemas de los alumnos. Da tristeza al ver entre las orientadoras no hay voluntad para apoyarse, así como también hay quienes piden el apoyo, pero ellas no apoyan a otras orientadoras.

Respecto a este tipo de circunstancias, Esteve *et al* (1995:47) señala consecuencias del trabajo y malestar docente que se traduce en lo siguiente:

1. Sentimientos de desconcierto e insatisfacción ante los problemas reales de la práctica de la enseñanza, en abierta contradicción con la imagen ideal de la misma que los profesores querrían realizar.
2. Peticiones de traslado como forma de huir de situaciones conflictivas.

3. Desarrollo de esquemas de inhibición como forma de cortar la implicación personal con el trabajo que se realiza.
4. Deseo manifiesto de abandonar la docencia (realizado o no).
5. Absentismo laboral, como mecanismo para cortar la tensión acumulada.
6. Agotamiento como consecuencia de la tensión acumulada.
7. Estrés.
8. Ansiedad como rasgo.
9. Depreciación del yo. Autoculpabilización ante la incapacidad para tener éxito en la enseñanza.
10. Neurosis reactivas.
11. Depresiones.
12. Ansiedad como estado permanente, asociada como causa-efecto a diversos diagnósticos de enfermedad mental.

De igual manera Esteve *et al* comentan al hablar de los profesores y de la enseñanza, que es necesario tomar en cuenta las críticas sociales y dos discursos:

El discurso, reproducido del cine y la televisión y en los centros de formación inicial del profesorado se utiliza una imagen ideal, idílica, del profesor y de la enseñanza. En ella se exige del profesor que sea comprensivo, tolerante, paciente, objetivo, justo, bien preparado en su materia y en sus estrategias pedagógicas, etc. (1995:9)

Se le pide que sea perfecto, que responda al estereotipo social vigente de todas las cualidades consideradas como positivas (1995:9).

En el segundo discurso reproduce una imagen ruinosa de la realidad de la enseñanza y de la actuación de nuestros profesores: estadísticas de fracaso escolar, situaciones de violencia física en las aulas, etc. (1995:9).

Estos dos discursos prevalecen en nuestros días, donde encontramos un ideal del trabajo del orientador choca con la realidad, por lo que la sociedad expresa su decepción cuando observa sus exigencias ideales no se cumplen en la práctica. Se han dado casos de alumnos expresando: “la orientadora no hizo nada”. Una ocasión así lo hizo un alumno debido a que no se encontró el responsable que tomó su dinero. Cuando en la práctica educativa, con la finalidad de poner límites a ese tipo de situación se dieron alternativas como ponerse una muñequera con cierre para guardar su dinero, coser una bolsa al interior de su pants, pegar cierres a las bolsas que tiene el uniforme o lo que a ellos se les ocurra para resolver la situación, sin embargo, hay quienes no toman la responsabilidad correspondiente.

2.4.1 El orientador y las condiciones laborales

La función del orientador se desarrolla en un espacio particular, es decir, en una escuela secundaria general, la cual se caracteriza por un conjunto de rasgos físicos del edificio y condiciones de trabajo, es decir, formas de interacción, comunicación y organización entre los integrantes de la comunidad educativa que ahí confluyen, bajo un código de actuación enmarcado en reglas y normas establecidas para el funcionamiento de los planteles escolares como parte del Sistema Educativo Mexicano.

En relación con las condiciones de trabajo, Robalino y Kôrner (2006) coordinaron los estudios sobre *Condiciones de trabajo y Salud Docente* en países de América Latina entre los cuales se encuentran Argentina, Chile, Ecuador, México, Perú y Uruguay.

Así, en el estudio de caso en Argentina, reportaron que “7 de cada 12 docentes tienen problemas de salud, y que la mayor incidencia se da en los primeros años de trabajo” (Kohen, en Robalino y Kôrner, 2006:42). Por el contrario, en la Escuela donde trabajé como orientadora en los primeros años de servicio, las cuatro que ocupaban el puesto, mostraban agilidad al realizar su trabajo en grupo o cuando se requería llevar a los alumnos a su casa.

En cuanto a la caracterización de las condiciones de trabajo, Kohen, en Robalino y Kôrner en un estudio exploratorio, utiliza técnicas cuanti-cualitativas, aplicado en la ciudad de Rosario, plantea un conjunto de consideraciones.

En cuanto a las exigencias ergonómicas, el resultado que aporta la encuesta aplicada son los siguientes:

De las variables que conforman el indicador de exigencia ergonómica: estar de pie la mayor parte de la jornada (93%), forzar la voz (72,2%) y posturas inadecuadas (56,6%) constituyen problemas relevantes que implican una alta exigencia en el trabajo (2006:60).

Las condiciones sociales de trabajo. En cuanto al entorno social, los problemas que más afectan a los docentes vinculados a la condición social del alumno y la familia son el abandono de los padres, la violencia intrafamiliar y las condiciones derivadas de la pobreza, luego en menor porcentaje las agresiones, las adicciones y las migraciones (2006:60).

De las exigencias del trabajo con estudiantes encontraron que la falta de apoyo institucional, de especialistas y la infraestructura intervienen para que el trabajo en el aula represente una exigencia difícil de afrontar por los docentes: ausencia de apoyo

pedagógico de especialistas en la escuela (62,6%); condiciones sociales y económicas de las familias de los estudiantes (60,7%); condiciones de la infraestructura física (25,1%) (2006:63)

Las condiciones de salud. El perfil patológico de los docentes en esta encuesta, construido sobre la base de las enfermedades que les han sido diagnosticadas por médicos, se combinan las expresiones del desgaste físico-várices 37,4%; enfermedades de la columna y lumbalgias 39,7%-, con manifestaciones psicosomáticas como el estrés 33,8%; gastritis 26,9%, hipertensión arterial 12,8%; junto con la disfonía y alteraciones de la voz, padecimiento específico de la profesión docente, que en esta muestra es señalado como afección por el 34,7% de los encuestados (Kohen, en Robalino y Kôrner, 2006:64).

Los trastornos ginecológicos ocupan un lugar destacado en el perfil, el 16,9% de las mujeres han tenido afecciones de este tipo.

Entre los malestares o síntomas experimentados en forma persistente en el último año; los de mayor incidencia son: dolor de espalda, angustia, dificultad para concentrarse; y en menor incidencia, insomnio (Kohen, en Robalino y Kôrner, 2006: 64).

Las conclusiones a las que llegaron Kohen y el equipo de investigadores son las siguientes:

El análisis de cómo la violencia se transforma en exigencia laboral, potencia el desgaste, genera sufrimiento y afecta la salud del magisterio. A pesar de que estadísticamente no exista una correlación entre sufrimiento y violencia se observa que a medida que los síntomas que están vinculados a sufrimiento tienen mayor incidencia en los docentes que afirman que la violencia es un problema grave en la escuela.

De los 82 maestros que han sentido amenazada su integridad física en la escuela, 41 tienen entre 3 y 5 síntomas vinculados con el sufrimiento. (Kohen, en Robalino y Kôrner, 2006:67)

Además, este autor refiere:

La exigencia ergonómica es alta y está asociada con el estado del mobiliario, pero fundamentalmente con las demandas de las tareas que obligan a estar de pie toda la jornada y a forzar la voz a la vez que se trabaja en un ambiente ruidoso. Esta exigencia ergonómica tendrá impacto en el perfil patológico principalmente en relación a la prevalencia de várices, disfonía o problemas crónicos de la voz, las lumbalgias y los trastornos de columna y articulares (Kohen, en Robalino y Kôrner, 2006:68).

Las recomendaciones que más llaman la atención, del estudio de caso son:

- Mejorar las condiciones materiales en que se desempeña la labor docente.
- Incluir dentro de la capacitación de los docentes la problemática de las condiciones de trabajo vinculadas a la salud y el rendimiento profesional (Kohen, en Robalino y Kôrner, 2006:70)

A su vez el malestar docente es como efecto del cambio social, Esteve *et al* (1995:21-22) encontró tres factores:

1. [...] ayudar a los profesores a eliminar el desconcierto. El conocer más exactamente el problema evita el desconcierto, pues nos permite pensar en cómo solucionarlo.
2. El estudio de la influencia del cambio social sobre la función docente es una llamada de atención a la sociedad, padres de familia, medios de comunicación, y, sobre todo, a las administraciones educativas, para que comprendan las nuevas dificultades a las que se enfrentan los profesores. Hacer del profesor el único responsable de los problemas de la enseñanza cuando éstos, en muchas ocasiones, son problemas sociales que requieren soluciones sociales.
3. Sólo a partir del estudio de la forma en que el cambio social afecta al profesor, generando el malestar docente, es posible diseñar unas pautas de intervención que superen el terreno de las sugerencias, sustituyéndolas por un plan de acción coherente, y capaz de mejorar las condiciones en que los profesores desarrollan su trabajo. (1995:21-22)

Si bien Esteve *et al* (1995) tratan del malestar en los docentes, los orientadores también sienten malestar, se da el caso de compañeras orientadoras que expresan *no quiero problemas* o evaden atender situaciones de sus alumnas ocupándose en otras actividades y dejando a otras atender la situación en que están implicadas. Así como lo mencionan Esteve *et al* (1995) es como efecto del cambio social, crece la matrícula escolar y crecen los problemas. Con la tecnología, también, cambian los problemas, antes se peleaban las alumnas o alumnos, hasta ahí quedaba, ahora se graban y suben los videos a las redes sociales. Ha sucedido que los directivos hacen responsables de las peleas de las alumnas o alumnos a las orientadoras.

En referencia al primer punto de ayudar a los orientadores a descifrar causas del desconcierto, es básico una vez identificadas cuáles son las tensiones y las emociones que afloran y afectan a los orientadores, se hace consciente y se actúa en consecuencia contribuyendo al bienestar del mismo. Es decir, una vez que los orientadores toman conciencia de su cuerpo, de la emoción expresada ante la tensión de su labor, actuarán de una manera que contribuya a su bienestar. Además de poner nombre a lo que siente.

Respecto al segundo punto de la función docente, sería importante hacer un perfil del puesto de orientador para que cada uno de los participantes en la educación de los alumnos, se haga responsable de lo correspondiente. Y así tener claro el orientador no es el único responsable de los problemas de la enseñanza. No se pretende dar solución, el propósito de la investigación es promover acciones que generen y contribuyan al equilibrio de las emociones y cuidado de la salud

de los orientadores. Se ha observado a compañeras tristes y culpables cuando los directivos las hacen responsables de peleas de los alumnos a su cargo. Cuando se analiza hay condiciones laborales que dificultan el trabajo del orientador, es cuando se puede dejar a cada quien lo correspondiente.

Esteve *et al* (1995) en sus estudios refieren a los profesores, es decir no investiga a los orientadores, como orientadora se da cuenta del trabajo de orientación es demandante, indefinido y multitareas, debido a que los directivos se apoyan en la función de los orientadores. En la escuela donde se estaba laborando antes de ingresar a la maestría, como orientadora a parte de las actividades descritas con anterioridad, se suma la captura de las evaluaciones en el programa llamado SEC donde se concentra la base de datos de los alumnos y se envía a supervisión, también se capturó en la plataforma la información de los alumnos correspondiente al trámite de los vales de útiles escolares. Y hubo problema en realizarlo al grado en que los horarios y la cantidad de ventanas para hacerlo no eran suficientes, como consecuencia se tuvo la necesidad de trabajar fuera del horario de trabajo y en el domicilio de las orientadoras, es decir se tuvo que trabajar el día diez de mayo, privándose de la convivencia familiar, de disfrutar sus alimentos, entre otras cosas. Tanto padres de familia, profesores horas clase como directivos solicitan el apoyo de la orientadora para atender problemas relacionados con los alumnos como son reportes académicos de lista de alumnos que no llevan el material, no cumplieron con tarea, no trabajaron en clase; otro tipo de problemas atendidos son reportes de conducta tales como se perdió un cuaderno, un material, dinero; los alumnos comen dentro del salón, cuando hay olor a marihuana o thinner dentro del salón, rompieron un vidrio, tiraron agua dentro del salón, las niñas llevan las uñas pintadas, no cumplieron con el uniforme; entre otros.

Se atienden problemas para los cuales no se da capacitación a los orientadores, sin embargo, a lo largo de los años de servicio desarrollan habilidades para hacer frente a esas situaciones, echando mano de otras instituciones como el Centro de Integración Juvenil para las Adicciones, con quienes gestionan pláticas informativas y de prevención, para los alumnos, maestros, directivos y orientadores.

Respecto al trabajo que se llevan los orientadores a casa, Martínez comenta: “La jornada laboral del maestro continúa en su casa a diferencia de otros profesionistas o empleados asalariados” (1992:36).

En referencia al tema de la salud, Robalino y Kôrner mencionan las enfermedades de la garganta, de la columna, entre otras como consecuencia de la profesión docente.

Trabajar en condiciones inadecuadas, recorrer enormes distancias hasta su escuela, contar con recursos didácticos rudimentarios, padecer enfermedades derivadas del ejercicio, etc., era parte de lo que estaba (o aún está) dispuesto a aceptar aquel o aquella que decidía optar por la docencia. Disfonía, várices, dolores lumbares, fatiga, han sido y son asumidas como las inevitables “marcas” de la profesión. (2006:13)

También Mayorga (1993:22) señala las condiciones laborales:

Los maestros de secundaria enfrentan una severa situación económica. Un aspecto que resalta es que su salario es ligeramente inferior al que perciben los maestros de preescolar, primaria y educación especial, con similar número de horas-clase.

Esta situación ha propiciado que un número creciente de profesores desarrolle estrategias para obtener otros ingresos. Dada esta situación, los docentes pueden clasificarse de acuerdo a las actividades que desarrollan para obtener ingresos extra.

Adicionalmente, menciona que:

Un primer grupo, lo forman aquéllos que se dedican únicamente a las labores educativas en secundaria (sea con tiempo completo o con una plaza); este grupo es reducido. Los maestros que trabajan en primaria y secundaria, integran un segundo grupo. El tercer grupo, reúne a maestros que buscan ingresos extra con actividades distintas a la labor educativa. (Mayorga, 1993:24)

Una de las condiciones de trabajo que ha afectado a los maestros y, en este caso, a los orientadores es el salario, pues se han visto en la necesidad de trabajar doble turno. López refiere esta situación de la siguiente manera:

[...] enero de 1955 se iniciaba sin que los salarios recibieran ningún incremento gubernamental. A mediados de febrero, agobiados por la difícil situación de la economía y la insuficiencia del salario que impedía tener una vida decorosa y mejorar la calidad profesional, la Delegación sindical de la Ciudad de Toluca publicó una “Carta Abierta” dirigida al ingeniero Sánchez Colín, en la que expresaban que a raíz de la devaluación del peso frente el dólar, los salarios magisteriales habían tenido un retroceso del 40% en su poder de compra que hacían difícil satisfacer las necesidades vitales. [...] (1995:159)

Así mismo, Meneses comenta:

El salario de un maestro de primaria, de medio tiempo, era en 1986 de \$82 000 mientras que un policía ganaba \$85 000 y un maestro albañil \$100 000 (El Herald, febrero 23 de 1987); 85 000 maestros de secundaria del Distrito Federal recibieron en ese año un aumento de \$655 por hora-semana-mes, es decir, el 20% autorizado para toda la burocracia federal. (1997:377)

Como se puede analizar la situación salarial en el magisterio, se ha dado a lo largo de la historia de la profesión, ha sido uno de los puntos a tratar, dentro está incluido el sueldo de los orientadores como menciona López (1995) los salarios magisteriales “hacían difícil satisfacer las necesidades vitales”, actualmente sucede lo mismo hay orientadores trabajando doble turno porque un sueldo no alcanza.

Se puede revisar el sueldo base de un orientador en el año 2012 era de \$8,691.90 pesos mensuales y para el año 2016 incrementó a \$10,328.10 pesos mensuales.

En el nivel secundaria a principios del año 2019 un profesor horas clase de tiempo completo, es decir con 24 horas base ganaba \$11,436.00 mensuales; el sueldo de un orientador era de \$11,053.00. La diferencia es de \$383.00 pesos mensuales más que un orientador. Además del tiempo de la jornada un orientador permanece todo el turno y el profesor sólo su horario frente a grupo.

En la experiencia de quince años en el servicio dentro del magisterio estatal, se observó los orientadores entran sanos y conforme va pasando el tiempo viene ese desgaste físico vérices y enfermedades como la hipertensión, problemas de columna, colon irritable, gastritis, disfonía, entre otras.

Al respecto Rath (1977) hace mención “Los estudios de Dunbar y otros indican que muchos síntomas de enfermedad física tienen concomitantes emocionales”. (1977:43)

Por otro lado, Rivero menciona que es posible una ética de la personalidad en un mundo de valores contradictorios en el que ya no disponemos de la nueva comunidad moral anticipada por el sentido de la historia; “podemos dar sentido a nuestras acciones orientándolas mediante valores y controlando sus consecuencias” (Rivero en Heller, 1996:27).

En esta parte como orientadores es imprescindible ejercer la ética con claridad, en la escuela secundaria donde se estaba laborando, sucedió a una profesora horas clase le dieron incapacidad por un problema de salud, ante lo cual las orientadoras que ahí trabajaban reaccionaron de manera diferente. Prevalciendo enojo, por cubrir 4 horas a la semana durante varios meses, ya que no cubrían la plaza de la profesora; también por parte de padres de familia había esa emoción al grado de solicitar el despido de la profesora, la orientadora responsable de atender a la mamá se unió a esa solicitud.

Otros estudios, como los de Rockwell, han aportado a la comprensión del trabajo del docente y bajo qué condiciones se realiza.

Ser maestro es primero que nada un trabajo, y como tal depende en gran medida de las condiciones dentro de las cuales se desarrolla, de las restricciones materiales y de la estructura institucional que delimita su ámbito propio. El maestro como trabajador, es a la vez sujeto; es un ser humano que ordena sus propios conocimientos, recursos y estrategias para hacer frente, cotidianamente, a las exigencias concretas que se le presentan en su quehacer (1985:9).

La cita anterior permite reflexionar sobre la responsabilidad y avatares del ser maestro y en especial del desempeño como orientador, sujeto completo histórico, biopsicosocial y de deseo. Clerget (2015:65) aclara: “Somos seres llenos de deseos: deseo de tener, de ser, de confrontación, de cambio, de conquista, de conservación, de saber, de posesión”. Se dice histórico porque forma parte de la historia de la comunidad escolar, biopsicosocial debido a las necesidades biológicas como: comer, dormir, evacuar y sexualidad, etc.; por último, social por los afectos, la relación con los otros y esa necesidad de pertenencia.

2.4.2 Inteligencia emocional como respaldo

Investigar cuáles son las emociones predominantes del orientador y el trabajo que desempeñan con el propósito de promover acciones que contribuyan al equilibrio de las emociones y cuidado de la salud de los orientadores, lleva a revisar aportaciones en torno a la inteligencia emocional. Así, se encontró el concepto de *inteligencia*, en el diccionario de la Real Academia: “Capacidad de entender o comprender”.

Ahí mismo, el concepto de inteligencia emocional: “Capacidad de percibir y controlar los propios sentimientos y saber interpretar los de los demás”.

Y si bien Reuven Feuerstein define la inteligencia como:

[...] la capacidad para cambiar, para beneficiarse de la experiencia en su adaptación a nuevas situaciones, ajustando el comportamiento o actuando sobre el medio” (en Zubiria, 2002). En su acepción más genérica, la inteligencia es la modificabilidad permanente de la capacidad adaptativa, modificabilidad que es diferente entre individuos, entre culturas y entre situaciones, con lo cual construye una concepción profundamente relativista de la inteligencia”. Reuven Feuerstein (en Benítez, 2010:52)

Mientras que Pérez y Gardey definen la inteligencia como:

El término inteligencia proviene del latín *intelligentia*, que a su vez deriva de *intelligere*. Esta es una palabra compuesta por otros dos términos: *intus* (entre) y *legere* (escoger). Por lo tanto, el origen etimológico del concepto de inteligencia hace referencia a quien sabe elegir: la inteligencia posibilita la selección de las alternativas más convenientes para la resolución de un problema. De acuerdo a lo descrito en la etimología, un individuo es inteligente cuando es capaz de escoger la mejor opción entre las posibilidades que se presentan a su alcance para resolver un problema. (2008:s/p)

En la práctica educativa la saturación de trabajo rompe el equilibrio de la inteligencia ante el enviste de la saturación de tareas de la orientadora debido a las propias del cargo, y el gran número de horas para cubrir tiempo de docentes.

Con base en los planteamientos anteriores que mencionan la selección de alternativas para la resolución de un problema, está muy relacionada con la inteligencia emocional de la que habla Goleman.

Acerca de las emociones Goleman nos brinda una visión de equilibrio. Mantener bajo control nuestras emociones perturbadoras es la clave para el bienestar emocional; los extremos –emociones que crecen con demasiada intensidad o durante demasiado tiempo– socaban nuestra estabilidad.

Los momentos de decaimiento, así como los de entusiasmo, dan sabor a la vida, pero es necesario que guarden un equilibrio. En el cálculo del corazón es la proporción de emociones positivas y negativas lo que determina la noción de bienestar.

El arte de serenarnos es una habilidad fundamental para la vida. Algunos pensadores del campo psicoanalítico, como John Bowlby y D. W. Winnicott, consideran que se trata de una de las herramientas psíquicas más importantes. (2001:78-79)

Una de las emociones que es básica en el ser humano es la ira, al respecto Goleman, expone:

Pongamos por caso que alguien de otro coche se acerca peligrosamente a usted, que viaja por una autopista. Si lo que usted piensa es “¡Qué cretino!”, para la trayectoria de la ira es sumamente importante si ese pensamiento es seguido por otros de ira y revancha: “¡Podría haberme chocado! ¡El muy cretino...!”, “¡No puedo permitir que se salga con la suya!”. Se le pondrán blancos los nudillos de tanto apretar el volante, que se convertirá en un sustituto del cuello del otro conductor. Su cuerpo se moviliza para luchar, no para correr, y lo deja tembloroso, mientras las gotas de sudor corren su frente, el corazón se acelera y los músculos de la cara le quedan rígidos en una expresión ceñuda. Siente deseos de asesinar a ese individuo. En ese momento, un coche que viene por detrás le toca bocina porque usted ha aminorado la marcha para evitar el choque, y está a punto de estallar de ira también con ese conductor. Así es la hipertensión, la conducción temeraria e incluso los tiroteos en una autopista.

Comparemos esa secuencia de ira creciente con una forma de pensar más caritativa con respecto al conductor que le intercepta el paso: “Es posible que no me haya visto, o tal vez tenía alguna buena razón para conducir de una manera tan negligente, por ejemplo, una emergencia médica”. Esa variable templada la ira con compasión, o al menos con una mente abierta, evitando su aumento. El problema, como nos recuerda el desafío de Aristóteles, para que tengamos sólo una ira adecuada, es que por lo general nuestra furia queda fuera de control. Benjamin Franklin lo expresó claramente: La ira nunca carece de motivo, pero pocas veces se trata de un buen motivo. (2001:81)

Así como nos muestra este caso para el manejo de la ira, hay otras emociones que sería importante investigar las estrategias de intervención, lo cual será en un futuro en otro estudio. También, Zillmann nos habla de:

Un bálsamo para la ira, él ve dos formas de intervenir. Una forma de aplacar este sentimiento es aprovechar y desafiar los pensamientos que lo disparan, dado que esta es una evaluación original de una interacción que confirma y estimula el primer estallido de ira, y las subsiguientes revaloraciones que alimentan las llamas. Lo que importa es el tiempo; las primeras etapas del ciclo de la ira son las más eficaces. En efecto, la ira puede ser evitada completamente si la información atenuante surge antes de que ésta empiece a actuar (Zillmann en Goleman, 2001:84-85).

La distracción, según considera este autor, es un poderoso recurso para alterar el humor, por una razón sencilla: resulta difícil seguir furiosos cuando estamos pasando un momento agradable. El truco, por supuesto, consiste en lograr que la ira se enfríe hasta el punto en que uno pueda disfrutar realmente de un momento agradable. (Zillmann en Goleman, 2001:86)

Así como Goleman (2001) nos habla de la ira, de la compasión, también nos habla de la alegría y el optimismo, estos dos estados de ánimo ayudan al ser humano e influyen en el sistema inmunológico, básico para mantener la salud.

En concordancia con lo anterior, Varela expone:

Cuando se pregunta de qué modo afectan las emociones al cuerpo, se ha de considerar el sistema nervioso y el modo en que funciona el cerebro, y observar que el sistema inmunitario funciona como un segundo cerebro del cuerpo, no sólo a nivel metafórico, sino casi a un nivel real. (Varela en Goleman, 2003:62)

En cuanto al trabajo como orientadora mueve la compasión hacia aquellas compañeras profesoras horas clase, hasta expresar disgusto o enojo porque hay que cubrir los grupos cuando un profesor no se presenta. Esta es una de las situaciones más frecuentes.

Respecto al tema de las emociones Riso comenta:

Las investigaciones psicológicas son claras en demostrar que el desconocimiento de los propios estados emocionales acorta la vida y predispone a todo tipo de enfermedades. Si conseguimos integrarla adecuadamente a nuestra vida lograremos una mayor coherencia entre lo que hacemos, pensamos y sentimos, y un sentido de vida más vital. Dejemos que la emoción actúe con nosotros y a través nuestro. (2013:23)

Cuando cada uno de nosotros nos damos cuenta de lo que el cuerpo está sintiendo, es cuando podemos manejar esa emoción que afecta la salud; una vez identificada la emoción predominante en la vida, se puede actuar en consecuencia beneficiándose, aplicando alguna estrategia que favorezca en el proceso. Estos signos o síntomas sirven como antecedente para el presente trabajo.

Al respecto de las emociones y la labor docente Gutiérrez menciona:

Si queremos dar sentido a lo que hacemos, ante todo, debemos sentirlo y sentirlo con nuestros sentidos. Es evidente en consecuencia que el sentimiento, la intuición, la emoción, la vivencia y la experiencia son ese norte que nos guiará ilusionados en el construir futuro desde la realidad de cada día (Gutiérrez en Morzán, 2006:59).

En el quehacer educativo se puede transformar, en las actividades cotidianas al dar sentido al trabajo del orientador.

De igual manera, la lectura puede tender un puente entre los mismos orientadores para sensibilizarlos y hacer del trabajo algo más llevadero, despertando una actitud más cordial, más positiva, cuando hay disposición para realizar el trabajo colaborativo.

En el entendido de quienes se desempeñan en el campo educativo, un campo multifactorial por donde se estudie, Mansione, para quien la relación de alumnos-maestro transita por diferentes aristas, describe el aula de la siguiente manera:

- a) **El campo espacial:** cómo nos movemos –o no- en un determinado grupo informa acerca de una actitud nuestra, interior, particular, hacia las personas del grupo y lo que ellas representan para nosotros.
- b) **El campo temporal:** está constituido por el acuerdo explícito de la duración y frecuencia de las clases, las evaluaciones, las interrupciones. El fenómeno del “tiempo que se pasó volando” o lo hartante de algo que no termina nunca.
- c) **El campo funcional:** el campo de la pareja educativa se va estructurando además según una configuración funcional básica, desde los roles asignados por lo que cada persona o cada parte espera de la otra, tanto desde lo instituido socialmente como desde las expectativas individuales, conscientes y no conscientes. (Mansione, 2004:30-31)

2.5 Leyes aplicables al trabajo del orientador, derechos y obligaciones

La función de orientación, como parte del servicio público educativo, está regida por un conjunto de normas jurídicas y por las disposiciones de política educativa que se propongan en la administración en turno. En relación con la situación y la práctica del docente Rockwell escribe:

En cada país se han dado de manera distinta ciertos procesos que marcan y distinguen la situación y la práctica del docente. Es especialmente importante observar las consecuencias de políticas ya experimentadas como la modernización curricular (con “tecnología educativa”), la descentralización, la profesionalización (entendida como extensión de los años de formación), que frecuentemente evidencian el problema común de olvidar al trabajador central de la educación básica y las condiciones en que debe desarrollar su labor. (Rockwell, 1985:11)

Así como señala en cada país se dan de manera distinta los procesos que marcan y distinguen la situación y la práctica del docente, se hace necesario en el marco de la presente investigación, revisar los artículos 3º, 4º y 123 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos para conocer las leyes que regulan el trabajo de los orientadores. Cabe aclarar se aplican en el trabajador en lo general, más no son específicos para los orientadores.

2.5.1 Artículo 3º de la Carta Magna

La máxima regulación jurídica en nuestro país es la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, la cual es de observancia en todo el territorio nacional.

Para la sociedad mexicana es emblemático el enfoque y expresión del sentido que tiene la educación para todos los ciudadanos en el Artículo 3º, el cual a la letra dice:

Toda persona tiene derecho a recibir educación. El Estado –Federación, Estados, Ciudad de México y Municipios-, impartirá educación preescolar, primaria, secundaria y media superior. La educación preescolar, primaria y secundaria conforman la educación básica; ésta y la media superior serán obligatorias.

La educación que imparta el Estado tenderá a desarrollar armónicamente, todas las facultades del ser humano y fomentará en él, a la vez, el amor a la Patria, el respeto a los derechos humanos y la conciencia de la solidaridad internacional, en la independencia y en la justicia.

El Estado garantizará la calidad en la educación obligatoria de manera que los materiales y métodos educativos, la organización escolar, la infraestructura educativa y la idoneidad de los docentes y los directivos garanticen el máximo logro de aprendizaje de los educandos.

- I. Garantizada por el artículo 24 la libertad de creencias, dicha educación será laica y, por tanto, se mantendrá por completo ajena a cualquier doctrina religiosa;
- II. El criterio que orientará a esa educación se basará en los resultados del progreso científico, luchará contra la ignorancia y sus efectos, las servidumbres, los fanatismos y los prejuicios. (Cámara de Diputados, 2020:5)

Como bien se puede apreciar este artículo trata sobre la infraestructura educativa para garantizar *el máximo logro de aprendizaje de los educandos*, sin embargo, existen escuelas que tienen necesidades de pavimentación de patios, todavía tienen salones de materiales prefabricados donde hay goteras y en tiempo de lluvia orientadoras, profesores y alumnos buscan un lugar favorable para trabajar. Lo cual resta minutos de la clase, distrayendo de la prioridad como es el trabajo educativo.

2.5.2 Artículo 4º de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos

Uno de los derechos de los orientadores, es el derecho constitucional de protección a la salud. El artículo 4º señala lo siguiente:

Toda persona tiene derecho a la alimentación suficiente y de calidad. El Estado lo garantizará.

Toda persona tiene derecho a la protección de la salud. La Ley definirá las bases y modalidades para el acceso a los servicios de salud y establecerá la concurrencia de la Federación y las entidades federativas en materia de salubridad general, conforme a lo que dispone la fracción XVI del artículo 73 de esta Constitución. (Cámara de Diputados, 2020:10)

Y esta fracción XVI del artículo 73, sobre las facultades del Congreso de la Unión, indica: “Para dictar leyes sobre nacionalidad, condición jurídica de los extranjeros, ciudadanía, naturalización, colonización, emigración e inmigración y salubridad general de la República.” (Cámara de Diputados, 2020: 70)

Con este artículo se expresa que el derecho a la salud es constitucional y es una garantía individual e inalienable.

2.5.3 Artículo 123 de la Carta Magna

Acerca de las condiciones de trabajo de los orientadores es necesario citar el artículo 123, el cual se ubica en el Título Sexto, Del Trabajo y de la Previsión Social, de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos:

Toda persona tiene derecho al trabajo digno y socialmente útil; al efecto, se promoverán la creación de empleos y la organización social de trabajo, conforme a la ley.

El Congreso de la Unión, sin contravenir a las bases siguientes deberá expedir leyes sobre el trabajo, las cuales regirán:

- A. Entre los obreros, jornaleros, empleados domésticos, artesanos y de una manera general, todo contrato de trabajo:
 - I. La duración de la jornada máxima será de ocho horas.
(...)
- IV. Por cada seis días de trabajo deberá disfrutar el operario de un día de descanso, cuando menos.

- V. Las mujeres durante el embarazo no realizarán trabajos que exijan un esfuerzo considerable y signifiquen un peligro para su salud en relación con la gestación; gozarán forzosamente de un descanso de seis semanas anteriores a la fecha fijada aproximadamente para el parto y seis semanas posteriores al mismo, debiendo percibir su salario íntegro y conservar su empleo y los derechos que hubieren adquirido por la relación de trabajo. En el período de lactancia tendrán dos descansos extraordinarios por día, de media hora cada uno para alimentar a sus hijos;
- VI. Los salarios mínimos que deberán disfrutar los trabajadores serán generales o profesionales. Los primeros regirán en las áreas geográficas que se determinen; los segundos se aplicarán en ramas determinadas de la actividad económica o en profesiones, oficios o trabajos especiales. El salario mínimo no podrá ser utilizado como índice, unidad, base, medida o referencia para fines ajenos a su naturaleza.
- Los salarios mínimos generales deberán ser suficientes para satisfacer las necesidades normales de un jefe de familia, en el orden material, social y cultural, y para proveer a la educación obligatoria de los hijos. Los salarios mínimos profesionales se fijarán considerando, además, las condiciones de las distintas actividades económicas.
- Los salarios mínimos se fijarán por una comisión nacional integrada por representantes de los trabajadores, de los patrones y del gobierno, la que podrá auxiliarse de las comisiones especiales de carácter consultivo que considere indispensables para el mejor desempeño de sus funciones.
- XIII. Las empresas, cualquiera que sea su actividad, estarán obligadas a proporcionar a sus trabajadores, capacitación o adiestramiento para el trabajo. La ley reglamentaria determinará los sistemas, métodos y procedimientos conforme a los cuales los patrones deberán cumplir con dicha obligación.

(...)

- XIV. Los empresarios serán responsables de los accidentes del trabajo y de las enfermedades profesionales de los trabajadores, sufridas con motivo o en ejercicio de la profesión o trabajo que ejecuten; por lo tanto, los patronos deberán pagar la indemnización correspondiente, según que haya traído como consecuencia la muerte o simplemente incapacidad temporal o permanente para trabajar, de acuerdo con lo que las leyes determinen. Esta responsabilidad subsistirá aún en el caso de que el patrono contrate el trabajo por un intermediario.

(...)

B. Entre los Poderes de la Unión y sus trabajadores:

- I. La jornada diaria máxima de trabajo diurna y nocturna será de ocho y siete horas respectivamente. Las que excedan serán extraordinarias y se pagarán con un ciento por ciento más de la remuneración fijada para el servicio ordinario. En ningún caso el trabajo extraordinario podrá exceder de tres horas diarias ni de tres veces consecutivas;
- II. Por cada seis días de trabajo, disfrutará el trabajador de un día de descanso, cuando menos, con goce de salario íntegro;
- III. Los trabajadores gozarán de vacaciones que nunca serán menores de veinte días al año;
- IV. Los salarios serán fijados en los presupuestos respectivos sin que su cuantía pueda ser disminuida durante la vigencia de éstos, sujetándose a lo dispuesto en el artículo 127 de esta Constitución y en la ley.

- En ningún caso los salarios podrán ser inferiores al mínimo para los trabajadores en general en las entidades federativas.
- V. A trabajo igual corresponderá salario igual, sin tener en cuenta el sexo;
 - VI. Sólo podrán hacerse retenciones, descuentos, deducciones o embargos al salario, en los casos previstos en las leyes;
 - VII. La designación del personal se hará mediante sistemas que permitan apreciar los conocimientos y aptitudes de los aspirantes. El Estado organizará escuelas de Administración Pública;
 - VIII. Los trabajadores gozarán de derechos de escalafón a fin de que los ascensos se otorguen en función de los conocimientos, aptitudes y antigüedad. En igualdad de condiciones, tendrá prioridad quien represente la única fuente de ingreso en su familia;
 - IX. (sic 05-12-1960). Los trabajadores sólo podrán ser suspendidos o cesados por causa justificada, en los términos que fije la ley.
En caso de separación injustificada tendrá derecho a optar por la reinstalación en su trabajo o por la indemnización correspondiente, previo el procedimiento legal. En los casos de supresión de plazas, los trabajadores afectados tendrán derecho a que se les otorgue otra equivalente a la suprimida o a la indemnización de ley;
 - X. Los trabajadores tendrán el derecho de asociarse para la defensa de sus intereses comunes. Podrán, asimismo, hacer uso del derecho de huelga previo el cumplimiento de los requisitos que determine la ley, respecto de una o varias dependencias de los Poderes Públicos, cuando se violen de manera general y sistemática los derechos que este artículo les consagra;
 - XI. La seguridad social se organizará conforme a las siguientes bases mínimas:
 - a) Cubrirá los accidentes y enfermedades profesionales; las enfermedades no profesionales y maternidad; y la jubilación, la invalidez, vejez y muerte.
 - b) En caso de accidente o enfermedad, se conservará el derecho al trabajo por el tiempo que determine la ley.
 - c) Las mujeres durante el embarazo no realizarán trabajos que exijan un esfuerzo considerable y signifiquen un peligro para su salud en relación con la gestación; gozarán forzosamente de un mes de descanso antes de la fecha fijada aproximadamente para el parto de otros dos después del mismo, debiendo percibir su salario íntegro y conservar su empleo y los derechos que hubieren adquirido por la relación de trabajo. En el período de lactancia tendrán dos descansos extraordinarios por día, de media hora cada uno, para alimentar a sus hijos. Además, disfrutarán de asistencia médica y obstétrica, de medicinas, de ayudas para la lactancia y del servicio de guarderías infantiles.
 - d) Los familiares de los trabajadores tendrán derecho a asistencia médica y medicinas, en los casos y en la proporción que determine la ley.
 - e) Se establecerán centros para vacaciones y para recuperación, así como tiendas económicas para beneficio de los trabajadores y sus familiares. (Cámara de Diputados, 2020:)

Como se puede apreciar este artículo trata de la jornada laboral, descanso, mujeres embarazadas, capacitación y adiestramiento para el trabajo, accidentes de trabajo, derechos de escalafón, despido injustificado y seguridad social.

2.5.4 Artículos 158 y 159. Disposiciones reglamentarias en materia laboral para los servidores públicos Docentes del Subsistema Educativo Estatal

En relación a la seguridad social, se revisaron las *Disposiciones reglamentarias en materia laboral para los servidores públicos docentes del subsistema educativo estatal*, Título Cuarto *De las Enfermedades y Protección en el Trabajo*, Capítulo XVII *De las enfermedades profesionales, no profesionales y accidentes de trabajo*, en particular los siguientes artículos:

Artículo 158. La inasistencia al trabajo por causa de enfermedad, tanto profesional como no profesional, deberá justificarse, en todos los casos, con el certificado de incapacidad médica expedido por el ISSEMYM.

Artículo 159. Serán consideradas enfermedades de trabajo o profesionales las previstas en los artículos 513 y 514 de la Ley Federal del Trabajo. (GEM, 1999: 76).

2.5.5 Artículos 513 y 514 de la Ley Federal del Trabajo

A su vez se consultó la *Ley Federal del Trabajo*, la cual es un instrumento jurídico que protege en materia laboral a los trabajadores que presten sus servicios en empresas o dependencias públicas y privadas de todos los sectores económicos. Señala lo siguiente:

Artículo 513.- La Secretaría del Trabajo y Previsión Social, previa opinión de la Comisión Consultiva Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo, actualizará las tablas de enfermedades de trabajo y de evaluación de las incapacidades permanentes resultante de los riesgos de trabajo, mismas que se publicarán en el Diario Oficial de la Federación y serán de observancia general en todo el territorio nacional. (Cámara de Diputados, 2012: 105-106)

Dentro de esta legislación, en la *Tabla de Enfermedades de Trabajo*, en el apartado *Enfermedades endógenas*, Afecciones derivadas de la fatiga industrial, se encontró la enfermedad “158. Laringitis crónica con nudosidades en las cuerdas vocales profesores, cantantes, locutores, actores de teatro, etc.”

(...)

Artículo 514.- Las tablas a que se refiere el artículo anterior serán revisadas cada vez que se considere necesario y conveniente para el país, cuando existan estudios e investigaciones que lo justifiquen.

En todo caso la Secretaría del Trabajo y Previsión Social y la Comisión Consultiva Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo deberán tomar en cuenta el progreso y los avances de la medicina del trabajo y para tal efecto podrán auxiliarse de los técnicos y

médicos especialistas que para ello se requiera, informando al Poder Legislativo. (Cámara de Diputados, 2012: 122)

Con base en los artículos anteriores se puede analizar que la laringitis crónica es la única enfermedad de trabajo de los profesores; cuando se dan casos de orientadores con tumores, diabetes, hipoacusia, entre otras enfermedades. Sería importante esos avances de la medicina del trabajo aportaran investigaciones y estudios que justifiquen otras enfermedades de los profesores como la neurosis.

No es asunto de menor importancia reconocer lo que falta aún para una protección plena de la salud y de ejercerla como un derecho constitucional, para lo cual habrá que propugnar por la revisión de las leyes que emanan de las garantías individuales consagradas en la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos. Es menester insistir en la relevancia de estudios e investigaciones en diversas disciplinas científicas que den respaldo a la relevancia del pleno ejercicio del derecho a la salud.

Relacionado con lo anterior, Maslow menciona:

La mayoría de los psiquiatras, lo mismo que muchos psicólogos y biólogos, han llegado a suponer, en la actualidad, que prácticamente todas las enfermedades – y quizá incluso todas, sin excepción- pueden ser consideradas psicósomáticas u orgánicas. Es decir, que si estudiamos a fondo una enfermedad “física”, daremos con variables intrapsíquicas, intrapersonales y sociales que actúan como determinantes. (1990:42)

Rodríguez muestra la Pirámide de Maslow de las necesidades básicas. En orden creciente son:

Fisiológicas: Hambre, sed, abrigo, sueño, conservación, sexo, procreación. **Seguridad:** Libertad, justicia, trabajo, derechos, integridad personal. **Pertenencia:** Aceptación, solidaridad, afecto, intimidad. **Reconocimiento:** (Amarme) (sentirme amado) valoración, prestigio, status. **Autorrealización:** Productividad, creatividad, trascendencia. (1987:16)

Esta pirámide está dividida en dos los primeros cuatro niveles de la jerarquía son *necesidades básicas*, en la parte superior se ubican necesidades de crecimiento representadas por la necesidad de autorrealización. “Esta es una fuerza positiva, que mejora la vida para el crecimiento personal”. (Coon, 2001:271)

La pirámide de Maslow apoya para identificar las necesidades de los orientadores. Por ello se consultó a los autores que investigan la relación de las emociones con los órganos del cuerpo, como López y Rodríguez (2014) y se elaboró el siguiente cuadro:

Cuadro 1. Relación de emoción, sabor y órgano-viscera

Emoción	Sabor	Órgano-Viscera
Ira	Ácido	Hígado Vesícula biliar
Alegría	Amargo	Corazón Intestino delgado
Ansiedad	Dulce	Estómago –Bazo Páncreas
Tristeza	Picante	Pulmón Intestino Grueso
Miedo	Salado	Riñón – Vejiga

Fuente: López y Rodríguez (2014)

En el cuadro 1 se encuentra la relación de la emoción, el sabor y órgano, lo cual muestra una propuesta para comprender que las emociones se asocian a ciertos malestares y estados de ánimo con conexión a los sabores que se degustan y los órganos que se ven involucrados.

Por lo expuesto anteriormente, es impostergable dirigir la mirada hacia las nuevas manifestaciones de las emociones de los orientadores, su impacto en el deterioro de su salud y la aparición de enfermedades, entendidas como resultado de las condiciones de trabajo. Por tanto, la aceptación y regulación legal por parte del Estado de la existencia del mundo emocional, de quienes integran y participan en el proceso educativo, permitirá socializar el problema de salud-enfermedad, evitando se relegue y aisle a aquellos orientadores que con alto estrés emocional se enferman y ven deteriorada su salud a lo largo de su trayectoria laboral.

De tal manera que, si bien los derechos laborales de los maestros y de salud, han sido considerados y protegidos por el Estado, es un hecho que esta protección es insuficiente en los tiempos actuales,

pues en este momento aún no se visibiliza en el terreno legal las nuevas formas de deterioro de la salud de maestros y orientadores: el mundo emocional de éstos es el punto central de atención, es necesario actualizar las formas institucionales de protección del docente, y no aceptar la trampa de pensar que el mundo emocional de los docentes es un asunto individual y personal, algo que no tiene conexión con su mundo y desempeño laboral.

CAPÍTULO 3
CONTEXTO DE LA INVESTIGACIÓN
Y TRABAJO DE CAMPO

Presentación

En este capítulo se exponen el contexto de la investigación y el trabajo de campo. En el primer apartado se describe el contexto de la escuela en la que se realizó toda la fase de recopilación de información sobre el entorno donde laboraban los orientadores de la investigación. Un segundo apartado desglosa el contexto municipal; la ubicación y medios de comunicación; las vías de ingreso y el clima del municipio de Tultitlán. La tercera sección abarca la institución. Y, la cuarta parte del capítulo desglosa la incursión en la indagación de campo, donde se describen los resultados obtenidos.

3.1 Descripción del contexto de la investigación

En este tercer capítulo se abordará lo relacionado al trabajo de campo, el contexto en donde está la escuela, lugar de trabajo de los orientadores de esta investigación.

La escuela secundaria donde se aplicaron los cuestionarios a los orientadores se encuentra ubicada dentro del Estado de México. El Gobierno del estado de México, a través del Consejo Estatal de Población (COESPO) señala que las colindancias de este Estado son:

Al norte: Querétaro e Hidalgo

Al oriente: Puebla y Tlaxcala

Al sur: Guerrero y Morelos

Al poniente: Michoacán y Guerrero

Envuelve al Distrito Federal¹, con excepción de su territorio austral (Consejo Estatal de Población, 2020: s/p).

La situación geográfica del Estado de México es estratégica, pues al estar ubicado en la región centro del país, ha sido históricamente un polo de desarrollo por su cercanía con la capital de la República Mexicana, además de contar con variedad de recursos naturales.

¹ Su nombre actual es Ciudad de México.

3.2 Contexto municipal de trabajo

En el Estado de México se ubica Tultitlán en este municipio se encuentra la escuela secundaria donde se llevó a cabo esta investigación.

La palabra Tultitlán, pertenece a la lengua o idioma náhuatl, que es el que hablaban los aztecas o mexicas, su significado es el siguiente: tollín o tullín: tule, espadaña o juncla; titlan: entre o junto. Tultitlán se traduce como “Lugar entre tules”.

El nombre oficial de la cabecera es Tultitlán y del municipio Tultitlán de Mariano Escobedo. El nombre tradicional de la cabecera es San Antonio Tultitlán. (Córdoba, 2020: /sp)

Los límites territoriales del sector principal del municipio son al norte con el municipio de Cuautitlán y con el municipio de Tultepec, al este con el municipio de Coacalco, al sur con el municipio de Tlalnepantla de Baz y al oeste con el municipio de Cuautitlán Izcalli. Las principales vías de acceso son la vía José López Portillo y el Circuito Exterior Mexiquense.

3.2.1 Ubicación y medios de comunicación

El municipio se forma por dos secciones: en la grande está la cabecera municipal y en el sur y suroeste. La segunda sección es la isla municipal ubicada en zona nororiente, donde se encuentra el pueblo de San Pablo de las Salinas y diversos fraccionamientos, tales como: Granjas, Unidad Morelos Tercera Sección, Izcalli San Pablo, el Kiosco, etc. (Córdoba, 2020: s/p)

En la segunda sección se encuentra ubicada la secundaria donde se realizó la investigación.

Medios de comunicación

Los medios de comunicación son canales de televisión de cobertura nacional, diversas estaciones de radio y de radio local de Coacalco, en algunas colonias hay televisión por cable y satélite; periódicos y revistas también de cobertura nacional, así como periódicos locales. (Córdoba, 2020: s/p)

En territorio municipal se han instalado líneas telefónicas fijas en las diferentes colonias del municipio, así como también, se cuenta con antenas de telefonía celular. Aún es posible encontrar oficinas de correos.

3.2.2 Vías de acceso

En cuanto a las formas de para llegar y transitar por el municipio se tiene:

La autopista México-Querétaro, la carretera Tlalnepantla-Cuautitlán y la Avenida José López Portillo, comunican al municipio de Tultitlán en dirección a la Ciudad de México. Hay un segmento de la vía Mexiquense es paralela a la Avenida López Portillo y conducen a Ecatepec. En la parte noreste del municipio de Tultitlán se hizo la obra del Circuito Exterior Mexiquense, uniendo las autopistas México-Querétaro, México-Pachuca, México-Texcoco y México-Puebla.

También da servicio la Ruta número 1 del tren suburbano partiendo de la estación Buenavista en Ciudad de México y concluye en Cuautitlán. Tultitlán, cuenta con dos estaciones: Tultitlán y Lechería, lo cual es de gran ayuda para la población del municipio. (Córdoba, 2020: s/p)

Esta línea es muy demandada para el transporte de los habitantes pues conecta al municipio con la estación Buenavista, en el centro de la Ciudad de México en un tiempo promedio de 30 minutos.

Además, en años recientes se han realizado obras de infraestructura como el Mexibús. El municipio cuenta con la Línea 2.

3.2.3 Clima del municipio de Tultitlán

El clima sobresaliente de Tultitlán es subtropical de altura o semiseco, es templado. Regularmente llueve en los meses de mayo a octubre. El mes más frío es enero, las heladas abarcan los meses de diciembre a febrero, en tanto que los vientos son desde septiembre a marzo. (Córdoba, 2020: s/p).

La fiesta más importante y tradicional es el 13 de junio en honor a San Antonio, su celebración se lleva a cabo en la cabecera municipal.

3.3 La Institución

Se eligió una escuela secundaria ubicada en una zona urbana, por lo que cuenta con los servicios públicos como luz, teléfono, internet, agua, drenaje, pavimentación y alumbrado público.

El primer día que se visitó la escuela secundaria para solicitar el nombre de la directora, se otorgaron las facilidades para hacer los trámites, es decir después de haber llenado una solicitud, acompañaron a la dirección, se hizo la presentación como maestrante del ISCEEM y se explicó solicitaba su nombre para presentar un oficio y oficializar la solicitud para realizar una investigación respecto al trabajo de los orientadores.

La escuela donde se realizó la investigación contaba con una matrícula de 468 alumnos, nueve grupos de 52 alumnos en promedio los cuales eran atendidos por dos orientadoras, dos orientadores, un subdirector, una directora, dos secretarias en el turno matutino; en el turno vespertino eran nueve grupos de 52 alumnos atendidos por tres orientadoras y un orientador.

Cuenta con barda perimetral, al entrar hay bancas para sentarse a esperar ser atendido. Esta escuela distribuida en dos niveles, cinco escaleras, una de estas sube a la dirección, la otra a la supervisión y la tercera da acceso a los salones de primeros años, la cuarta escalera tiene acceso a los salones de tercero y la quinta al audiovisual; la institución cuenta con nueve aulas para impartir clases, tiene biblioteca, audiovisual, dos aulas para cómputo donde imparten la asignatura de tecnología, un laboratorio, dos oficinas para orientación una para cada turno, tres oficinas en una de ellas se encuentra la dirección, en otra la subdirección y en otra se encuentran las secretarias; los sanitarios para mujeres y hombres, dos canchas techadas de básquetbol, un patio donde entrenan futbol, estacionamiento, tres jardineras, una cooperativa. También se encuentra una oficina para la supervisión. La conserjería. En el patio están distribuidas tres jardineras.

La secundaria se encuentra afuera de dos Unidades Habitacionales, una se llama Ébano y la otra es la Unidad San Pablo III B frente a la escuela está el fraccionamiento IMMEX II que construyó el INFONAVIT conformado por nueve calles, donde hay locales como un expendio de pan, venta de tamales, vulcanizadora, farmacia y una tlapalería. También a un lado hay un local donde venden frituras como chicharrones.

Es una escuela con más de treinta años de servicio por lo que algunos maestros se han jubilado, un orientador está en proceso de jubilación y a otros les faltan entre uno y cinco años para jubilarse. De hecho, la directora inició el ciclo escolar en esta escuela, el director que estaba se jubiló.

A la hora de la entrada 6:50 am; la directora y un orientador reciben a los alumnos, revisando credencial, uniforme, corte de cabello. Para recibir a los alumnos los orientadores se turnan el día.

3.4 Incursión en la indagación de campo

Para elaborar el cuestionario que se aplicó a los orientadores, se retomó a García para quien “Un cuestionario, es un sistema de preguntas racionales, ordenadas en forma coherente, tanto desde el punto de vista lógico como psicológico, expresadas en un lenguaje sencillo y comprensible”. (2004:29). Asimismo, de “acuerdo con el contenido hay preguntas de: hechos, opiniones, creencias, intenciones, acción, test, estimación, razones conscientes, incómodas”. (García, 2004:72)

Tomando en cuenta las características mencionadas, se incluyeron preguntas incómodas: En caso de tener pareja, ¿ama usted a su pareja?; en caso de tener vida sexual activa ¿cuántas veces a la semana acostumbra?

De igual manera con base en Flores (2006) se tomaron en cuenta los indicadores de “datos generales, trayectoria laboral, estilos de vida, actividades que realiza el docente, alimentos y pasatiempos de los docentes”. También se consultó a López (2017a) para elaborar el cuestionario con respecto a las emociones y los órganos del cuerpo. Este autor menciona cinco movimientos de los cuales es necesario

(...) identificar en cuál de estos movimientos nos hemos estancado más y, por consiguiente, a qué tipo de sabor, bebida o alimento recurrimos más frecuentemente; puede ser uno, dos, o quizás hasta tres con los cuales nos sentimos cómodos y satisfechos, lo que provoca que nuestro cuerpo y por ende nuestra alimentación no sea la óptima, lo que en muchos casos ocasiona que el cuerpo sufra alguna alteración o se enferme. (López, 2017a:22)

En el cuestionario aplicado la variable estilos de vida (hábitos) se refiere a:

(...) hábito de vida o forma de vida es un conjunto de comportamientos o actitudes que desarrollan las personas, que a veces son saludables y otras veces son nocivas para la salud. En los países desarrollados los estilos de vida poco saludable causan numerosas enfermedades. (Wikipedia, 2020: s/p)

Es pertinente mencionar con respecto a los estilos de vida, se incluyó una pregunta relacionada con la vida sexual de los orientadores, con base en Lara, quien expresa lo siguiente:

(...) la fatiga magisterial tiene un fuerte impacto en la actividad sexual del docente, la disminución de esta actividad es evidente y va acompañada en muchos casos con eyaculación precoz e inclusive impotencia, y en el caso de las docentes de una falta de deseo, si bien es cierto estos síntomas son propios de una neurosis, vale aclarar que cuando hablamos de fatiga magisterial, esta disminución es en intervalos, el síntoma no es permanente. (2007:54)

El cuestionario para el turno matutino se aplicó el miércoles tres de mayo de 2017 a las 8:00 am en la oficina de orientación. Y para el turno vespertino el jueves cuatro de mayo de manera individual, debido a que ese día dos orientadores se encontraban ocupados apoyando para la fotografía de grupo, otra orientadora estaba trabajando en uno de sus grupos en ausencia de la maestra de inglés quien tenía incapacidad debido a un esguince de un pie. El cuestionario está conformado por 56 preguntas divididas en ocho indicadores, con la finalidad de recabar información relacionada con las tensiones, las emociones y la salud de los orientadores.

Los indicadores del cuestionario son los siguientes: A) Datos generales, B) Formación profesional, C) Trayectoria laboral, D) Estilos de vida (Hábitos), E) Emociones del docente, F) Tensiones de la labor docente, G) Salud, H) Historia de vida. Y tres tablas una acerca de los alimentos de los orientadores, la segunda de pasatiempos de los orientadores y la tercera de actividades de los orientadores en los dos últimos períodos vacacionales.

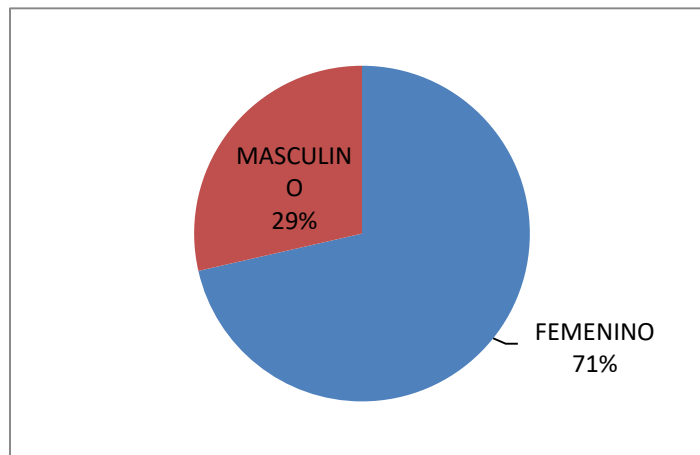
Producto de los cuestionarios aplicados a 5 orientadoras y 2 orientadores, los resultados son los siguientes:

3.4.1 Datos generales de los orientadores de la escuela secundaria

En esta sección se encuentran los datos referentes al sexo, edad, peso, estatura, estado civil, si tienen hijos; que nos permitirán tener una idea de quiénes son los orientadores. En el sector

educativo el personal de los planteles escolares es mayormente femenino, esto se refleja en la composición por género de la escuela secundaria en la que 5 de los 7 orientadores son mujeres (Gráfica 1) por lo que se puede observar que la orientación en esta escuela es ejercida mayoritariamente por mujeres.

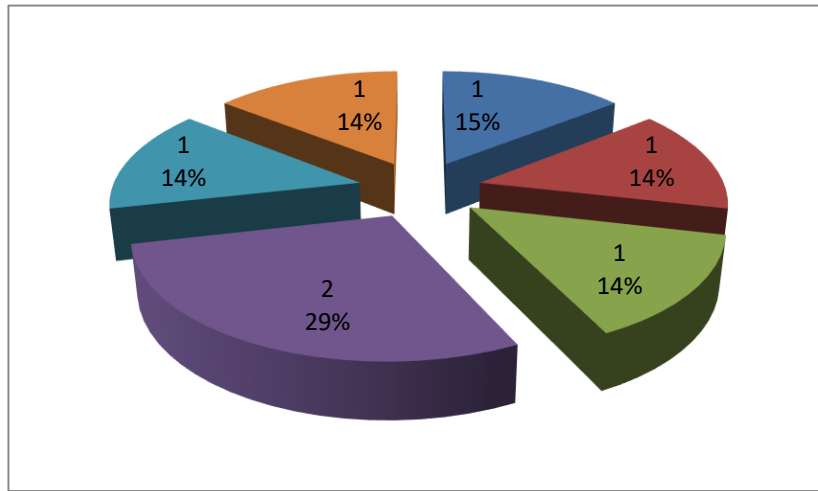
Gráfica 1. Sexo



Fuente: Elaboración propia 2018

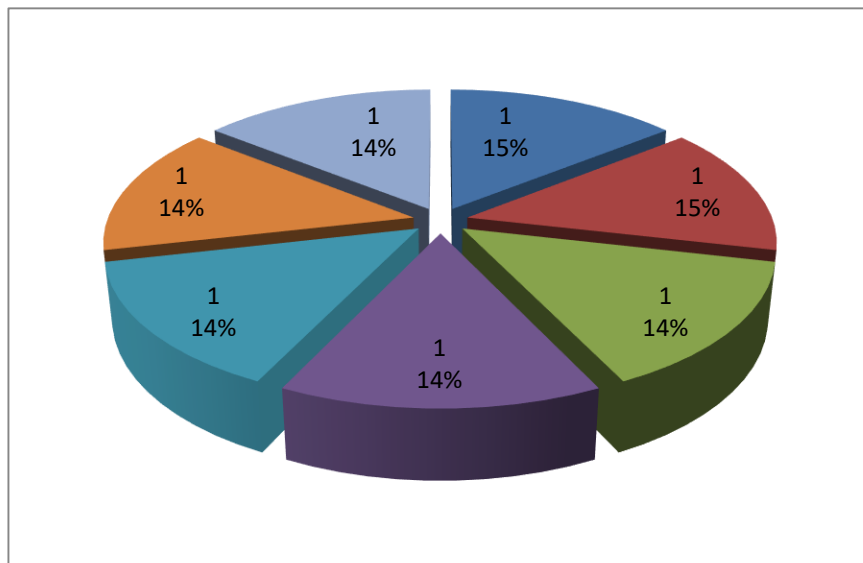
Respecto a la edad, en la escuela secundaria se encontró a los orientadores en edad madura, (Gráfica 2) ya que más de la mitad tenían una edad mayor a los 50 años. En el caso de las mujeres, en esta edad es cuando aparece el climaterio con los cambios hormonales que conlleva y los adolescentes también presentan cambios por la etapa que atraviesan. Al respecto Fullan y Hargreaves refiriéndose a los docentes en esta edad comentan: “Aquí es cuando puede nacer la desilusión. También es una época, sobre todo hacia los últimos años, de repentina declinación de la capacidad física, que pone a prueba el estado de ánimo y el entusiasmo” (2000:34).

Gráfica 2. Edad



Fuente: Elaboración propia 2018

Gráfica 3. Peso

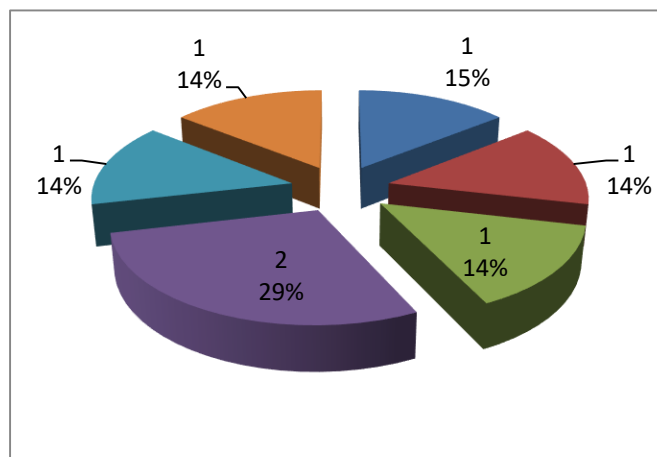


Fuente: Elaboración propia 2018

Con relación al peso (Gráfica 3) y estatura (Gráfica 4) Se observó que un 14% tenía sobrepeso. Este es un dato importante puesto que es un riesgo para la salud así refiere Calles:

[...] una persona obesa tiene un nivel de vida más bajo y está propensa a múltiples enfermedades, tales como aumento de riesgo cardiovascular, hipertensión arterial, diabetes mellitus tipo 2, hiperlipidemia, hiperuricemia, alteraciones cardíacas, aumento de la incidencia de determinadas neoplasias, alteraciones respiratorias (hipoventilación, apnea del sueño), osteoartrosis, alteraciones circulatorias, alteraciones cutáneas, aumento del riesgo anestésico y quirúrgico, complicaciones en la gestación y malformaciones fetales, etcétera (Calles, en Herrera y Chaparro, 2008:101).

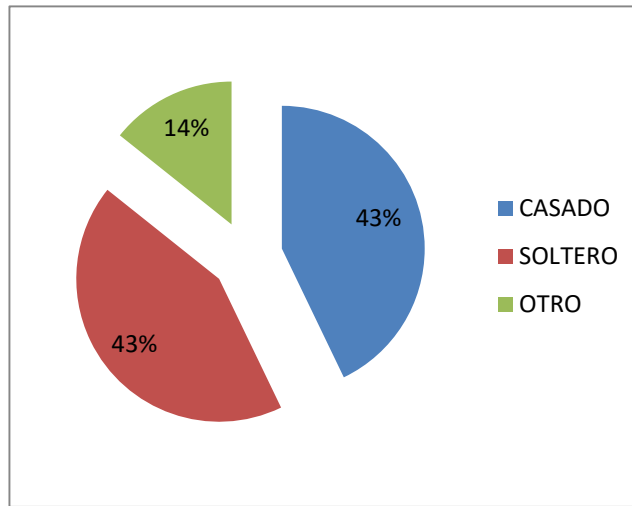
Gráfica 4. Estatura



Fuente: Elaboración propia 2018

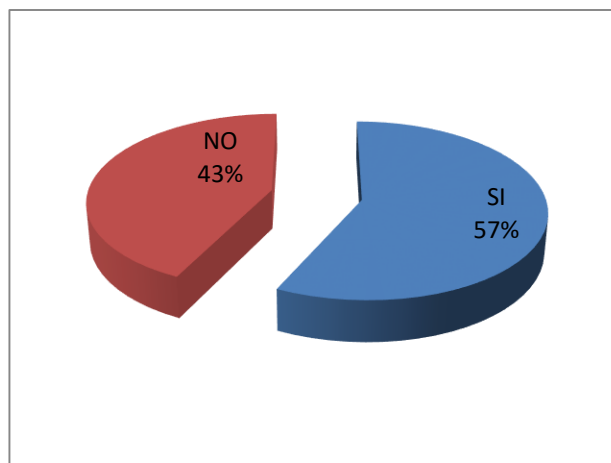
Por otra parte, el estado civil (Gráfica 5) 43% eran casados, un 14% subrayó otro y anotó vivir en unión libre. Aquí despuntan los casados. Analizando son quienes tienen responsabilidades de proveer, el cuidado de los hijos, las actividades propias de un hogar; diferente a un soltero. El 57% tienen hijos (Gráfica 6).

Gráfica 5. Estado civil



Fuente: Elaboración propia 2018

Gráfica 6. Orientadoras con hijos, sin hijos

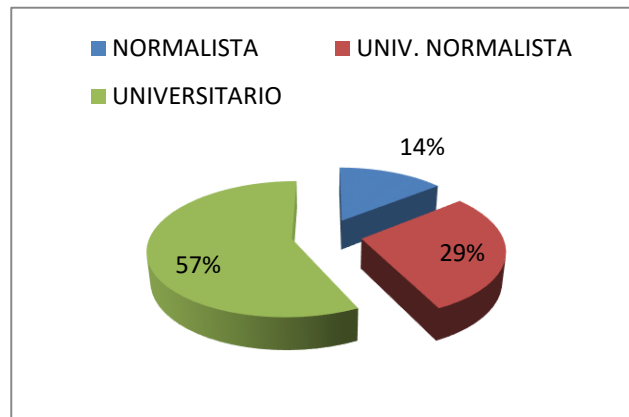


Fuente: Elaboración propia 2018

3.4.2 Formación profesional de los orientadores de la escuela secundaria

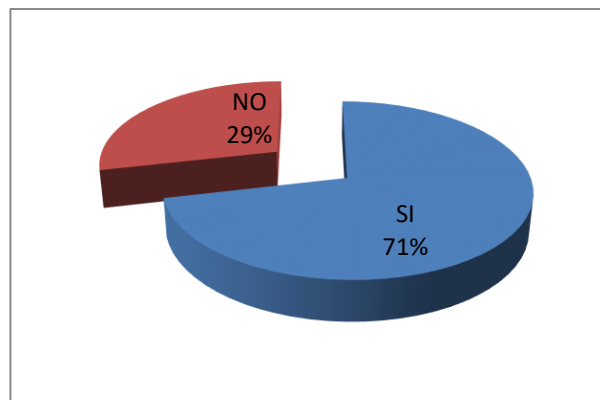
Se indagó entre los orientadores su trayectoria profesional, si contaban con algún posgrado. De lo cual se observó que más de la mitad tenían estudios universitarios, 14% son normalistas, el 29 % tenían una combinación entre la formación normalista y universitaria (Gráfica 7).

Gráfica 7. Formación profesional

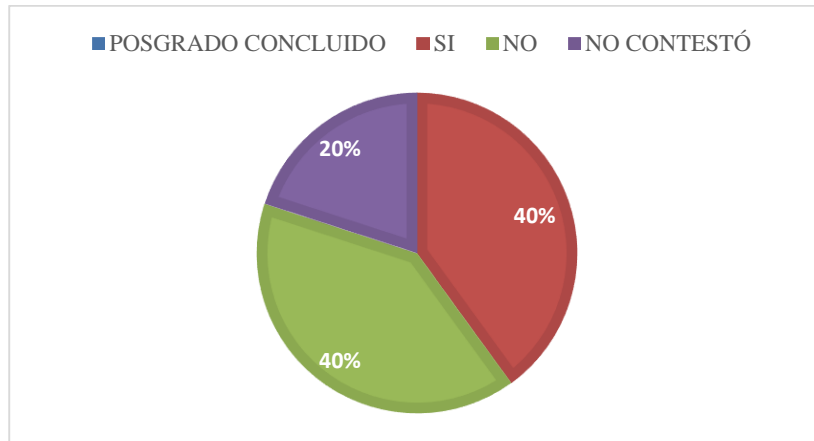


Fuente: Elaboración propia 2018

Gráfica 8. Orientadoras con posgrado



Fuente: Elaboración propia 2018

Gráfica 9. Orientadoras con posgrado concluido

Fuente: Elaboración propia 2018

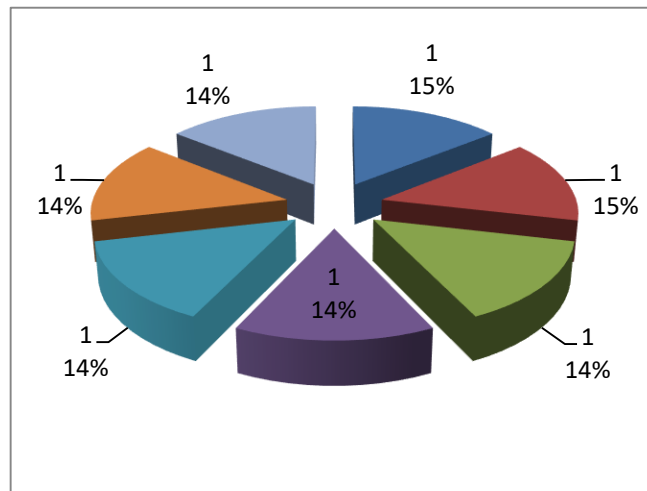
El 71% estudió un posgrado (Gráfica 8). Y el 40% tiene posgrado concluido (Gráfica 9). Respecto a la formación docente Reyes (1993:28) señala: “[...] se parte de la idea de que en la medida que los maestros tengan una mejor preparación, la calidad de la educación nacional habrá de mejorar sensiblemente.

3.4.3 Trayectoria laboral

En este apartado se presentan las características de los orientadores de la secundaria en relación con sus años de servicio, funciones, los grados que atienden, el turno en que labora, el promedio de alumnos que atiende, así como los orientadores que obtuvieron un reconocimiento en el ciclo anterior, motivo que tuvieron para llegar al magisterio.

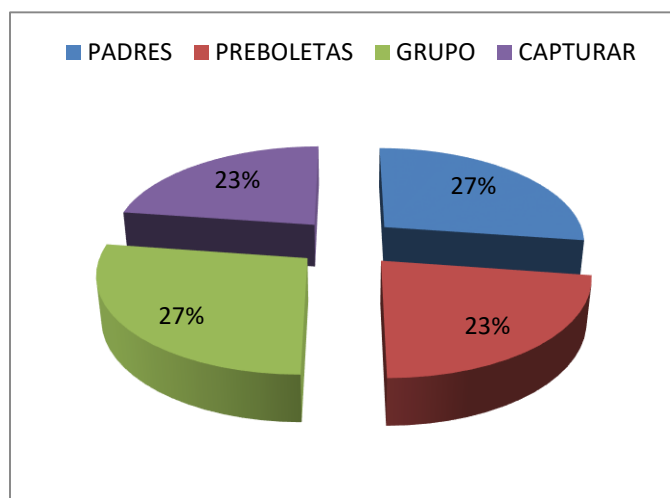
En relación con los años de servicio se puede observar que más de la mitad cuenta con una antigüedad en el servicio de más de 20 años (Gráfica 10).

Gráfica 10. Años de servicio



Fuente: Elaboración propia 2018

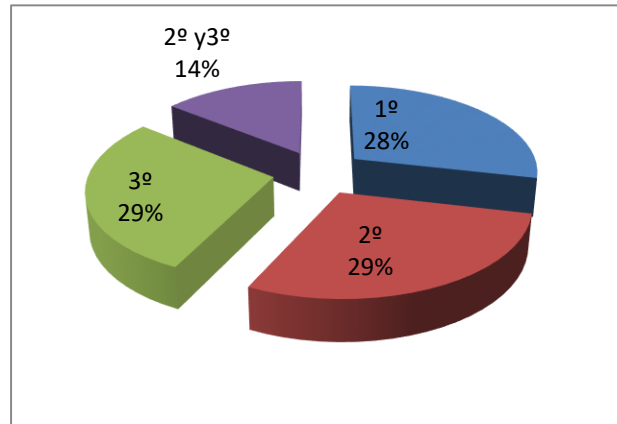
Gráfica 11. Funciones agradables



Fuente: Elaboración propia 2018

Se indagó sobre las funciones que más agradan por orden de importancia entre los orientadores (Gráfica 11). De ahí se tiene que a los orientadores les agrada tanto el trabajo con sus grupos, como el trato con los padres. Y en menor medida las actividades administrativas como el llenado de las pre-boletas y la captura en SEC.

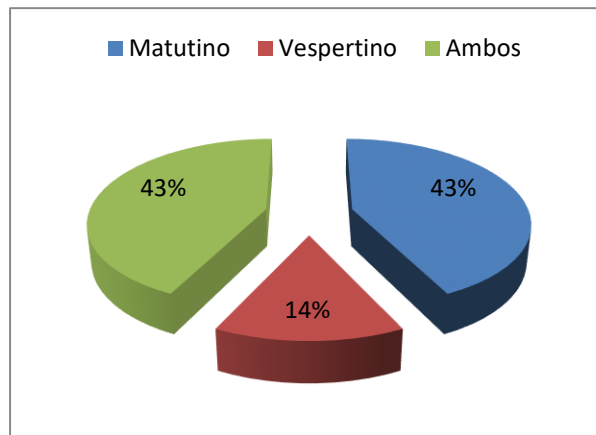
Gráfica 12. Grados atendidos por las orientadoras



Fuente: Elaboración propia 2018

En el caso particular de esta secundaria las siete orientadoras con los que cuenta como se muestra en la Gráfica 12 cada grado es atendido por dos orientadoras y uno de ellos atiende 2º y 3º.

Gráfica 13. Turnos de trabajo



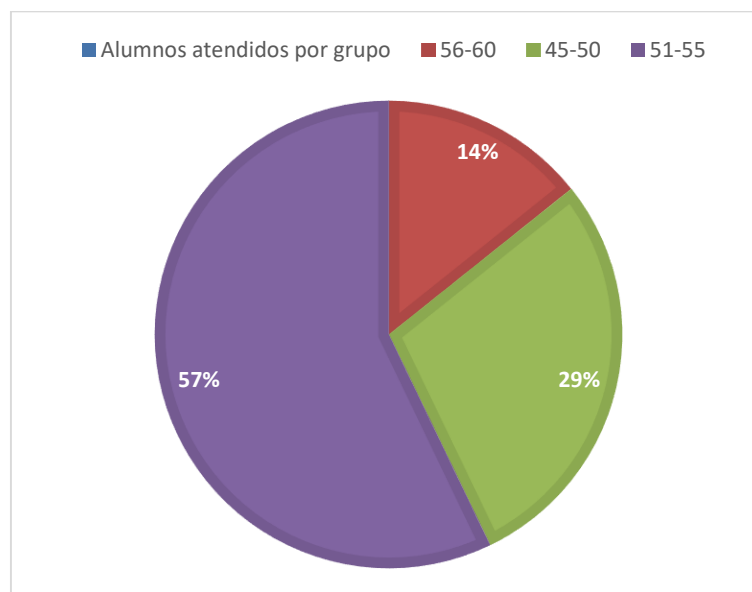
Fuente: Elaboración propia 2018

En cuanto al turno de trabajo de las orientadoras en esta secundaria (Gráfica 13) el 43% trabaja en el turno matutino y otro porcentaje igual en ambos turnos, solamente uno de las orientadoras trabaja

en el turno matutino. Esto es importante porque permite reflexionar la carga laboral que tienen durante un día de trabajo las orientadoras. Hay quien solo está en un turno.

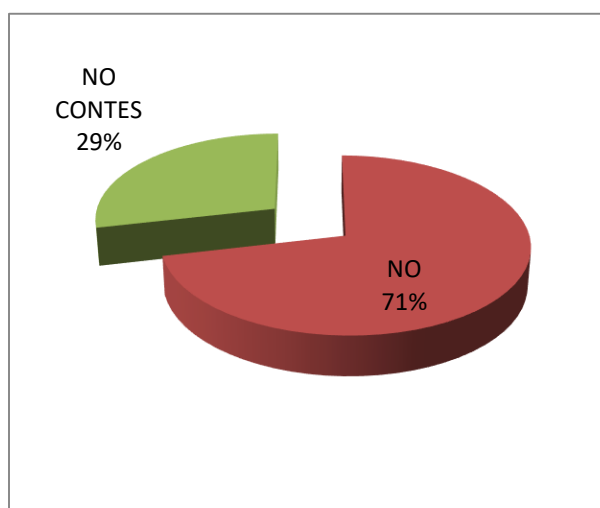
Es un sector importante de esta escuela secundaria el que trabaja en ambos turnos. Lo cual implica un desgaste físico y emocional del que hablan Robalino y Kôrner (2006).

Gráfica 14. Alumnos atendidos por grupo



Fuente: Elaboración propia 2018

Por otra parte, casi el 60% de los orientadores en esta escuela secundaria atienden entre 51 y 55 alumnos. Hay un orientador que atiende más alumnos, entre 56 y 60 (Gráfica 14).

Gráfica 15. Orientadoras con reconocimiento en el ciclo anterior

Fuente: Elaboración propia 2018

Gráfica 16. Motivo para llegar al magisterio

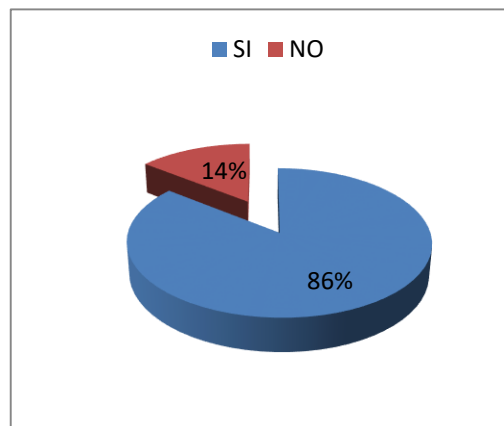
Fuente: Elaboración propia 2018

Así mismo se indagó si en el ciclo anterior los orientadores obtuvieron un reconocimiento, el 71% respondió que no y el 29% no contestó (Gráfica 15). De igual importancia fue conocer el motivo que los llevó al magisterio (Gráfica 16) El 14% subrayó porque mis padres son maestros. El 72% señaló otro, anotando porque desde niña soñé ser maestra, por gusto a la profesión, porque me gusta interactuar con los niños, por invitación.

3.4.4 Estilos de vida (hábitos)

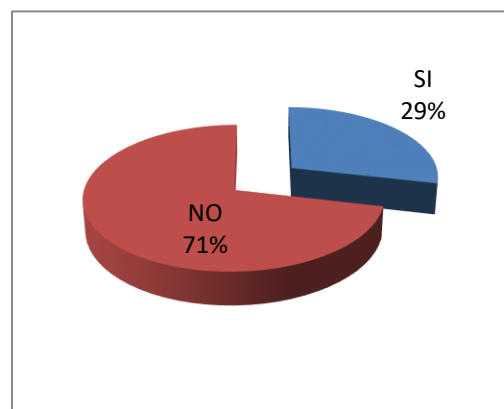
Esta variable de estilos de vida arrojó los siguientes resultados: El 86% de los orientadores de esta escuela hacen ejercicio (Gráfica 17). El 71% no tienen el hábito de fumar (Gráfica 18). Así mismo el 72% no bebe licor (Gráfica 19). Por otra parte, la cantidad de agua bebida durante el día el 57% consume un litro y el 43% dos litros (Gráfica 20).

Gráfica 17. Porcentaje de orientadores que hacen ejercicio físico



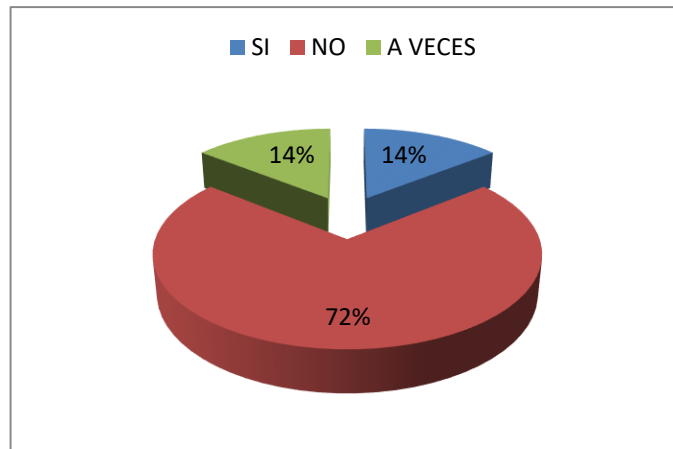
Fuente: Elaboración propia 2018

Gráfica 18. Porcentaje de orientadores que fuman



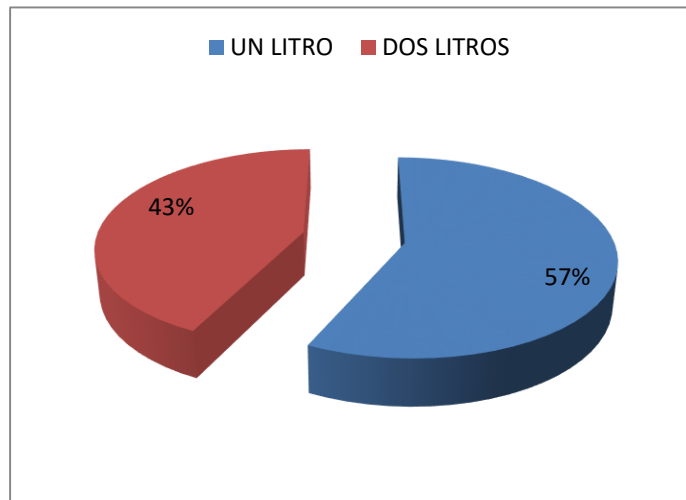
Fuente: Elaboración propia 2018

Gráfica 19. Porcentaje de orientadores que beben licor



Fuente: Elaboración propia 2018

Gráfica 20. Cantidad de agua bebida en el día

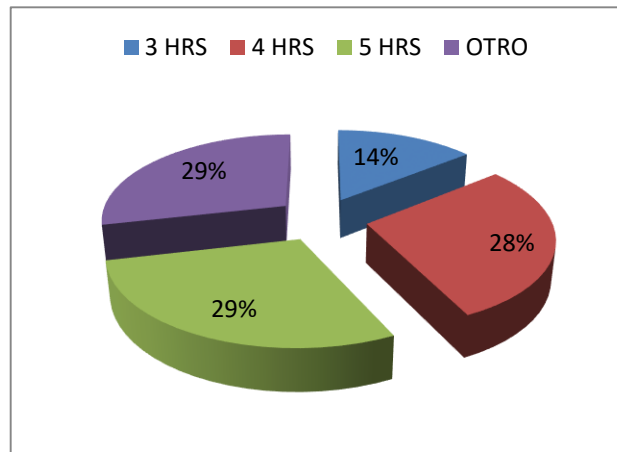


Fuente: Elaboración propia 2018

El número de horas que dejan entre comidas abarca un rango de 3, 4, 5 6 y 8 horas (Gráfica 21). De igual importancia el 43 % anotó en la opción de otro que comen las comidas completas, dos comidas y dos guarniciones, así como un desayuno ligero (Gráfica 22). Igualmente, importante es

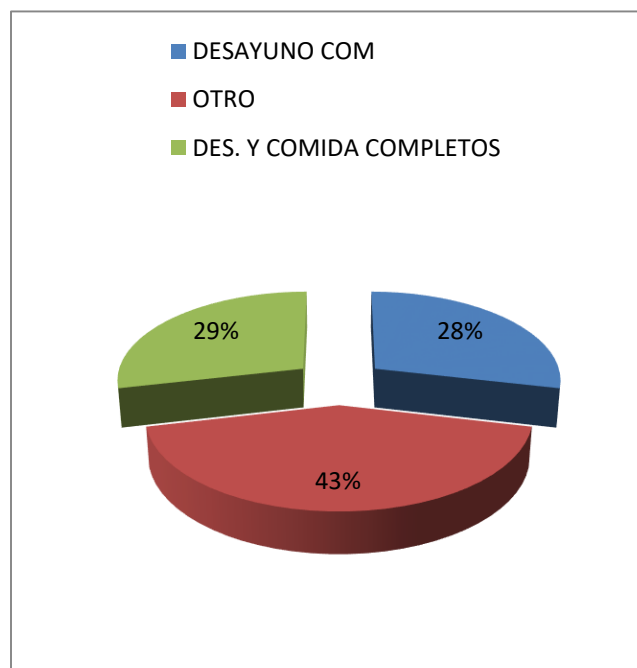
saber dónde comen los orientadores, el 43% consume sus alimentos en casa y la cooperativa. Un 14% come en orientación, otro 14% en casa y un 29% en la cooperativa (Gráfica 23).

Gráfica 21. Número de horas transcurridas entre comidas

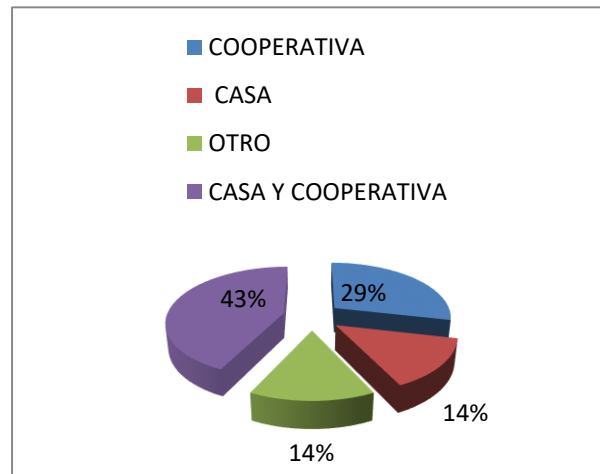


Fuente: Elaboración propia 2018

Gráfica 22. Comidas durante el día

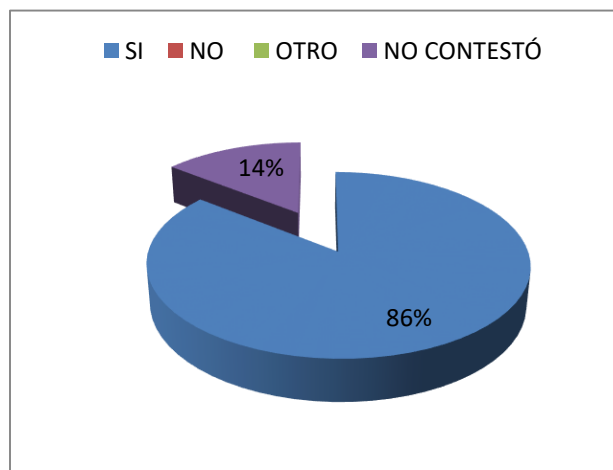


Fuente: Elaboración propia 2018

Gráfica 23. Lugar donde ingieren alimentos los orientadores

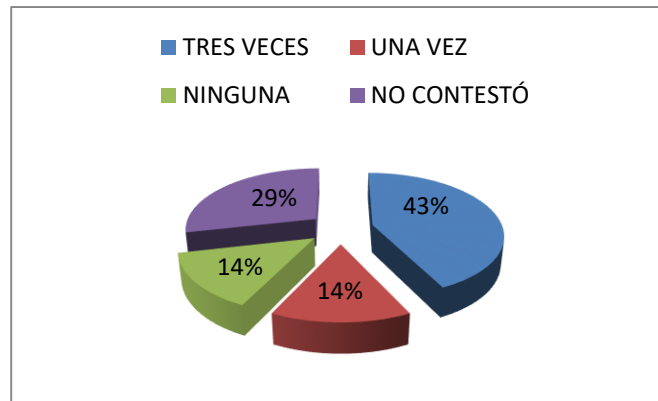
Fuente: Elaboración propia 2018

En las preguntas incómodas como: ¿ama a su pareja? El 86% respondió afirmativamente (Gráfica 24). Otra cuestión incómoda fue: en caso de tener vida sexual activa ¿Cuántas veces a la semana acostumbra? El 43% subrayó tres veces; el 29% no contestó (Gráfica 25). Al respecto Goleman (2001) señala la importancia del amor y la satisfacción sexual que activan el sistema parasimpático, generando la “respuesta de la relajación”, facilita la cooperación.

Gráfica 24. Porcentaje de orientadores que aman a su pareja

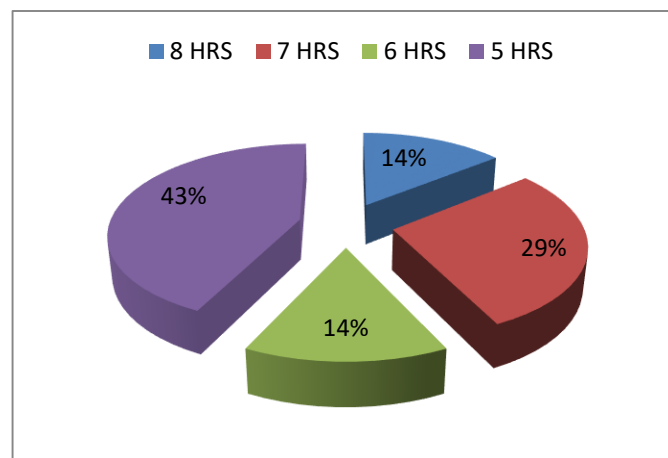
Fuente: Elaboración propia 2018

Gráfica 25. Vida sexual a la semana



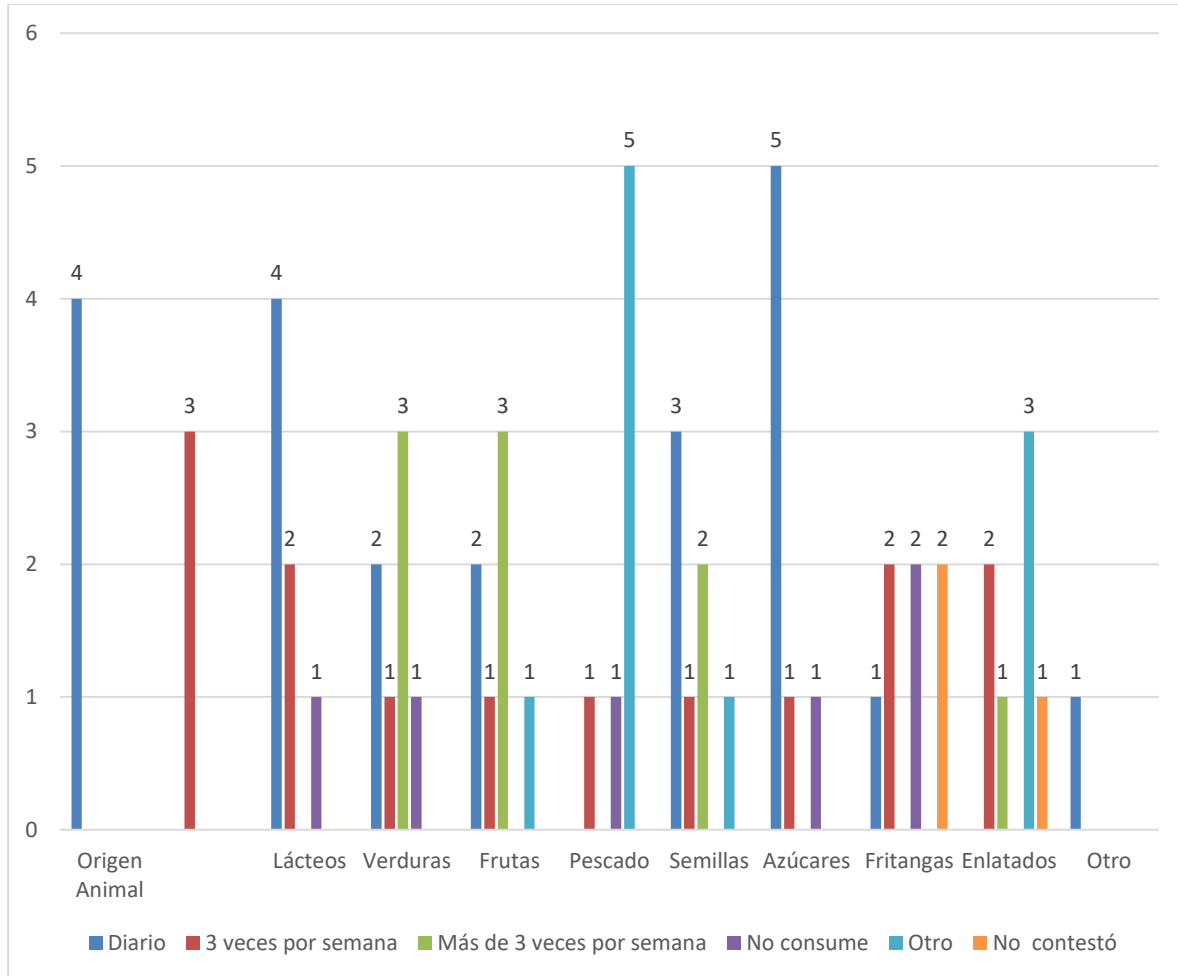
Fuente: Elaboración propia 2018

Gráfica 26. Número de horas dormidas



Fuente: Elaboración propia 2018

De igual importancia es saber las horas que duermen los orientadores, menos de la mitad, es decir el 43% duerme 5 horas, esto indica la posibilidad de que no hay un sueño reparador (Gráfica 26).

Gráfica 27. Frecuencia con la que consumen alimentos por los orientadores

Fuente: Elaboración propia 2018

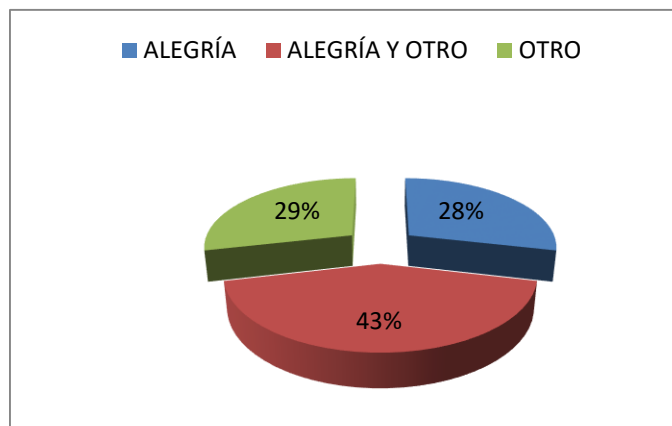
Por otra parte, se puede observar el alimento que más consumen los orientadores de esta escuela son los azúcares. El que menos consumen es el pescado (Gráfica 27). Con relación a los azúcares López y Rodríguez (2014) señalan la conexión que tienen con la ansiedad.

El deseo de poseer se apodera de las personas llevándolos a buscar más los sabores dulces, que empalaguen; se cree que así se debe vivir y así se vive, la ansiedad y el vacío del cuerpo se hacen un caos, por lo que el estómago y el bazo-páncreas piden más calorías para mandarlas a los órganos que han puesto a secretar (López y Rodríguez, 2014:37).

3.4.5 Emociones del orientador

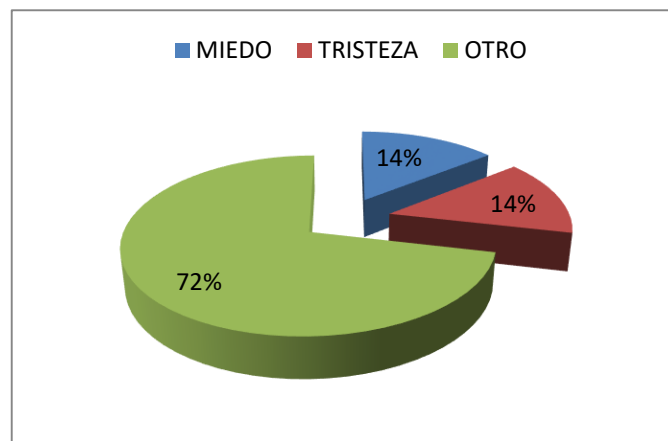
Las emociones del orientador en relación con los directivos durante su trabajo el 43% resultó con alegría y otro; un 28% subrayó alegría (Gráfica 28). En esta escuela predomina la alegría en los orientadores. Cabe mencionar que la directora se había incorporado en ese ciclo escolar.

Gráfica 28. Categorías en relación con directivos



Fuente: Elaboración propia 2018

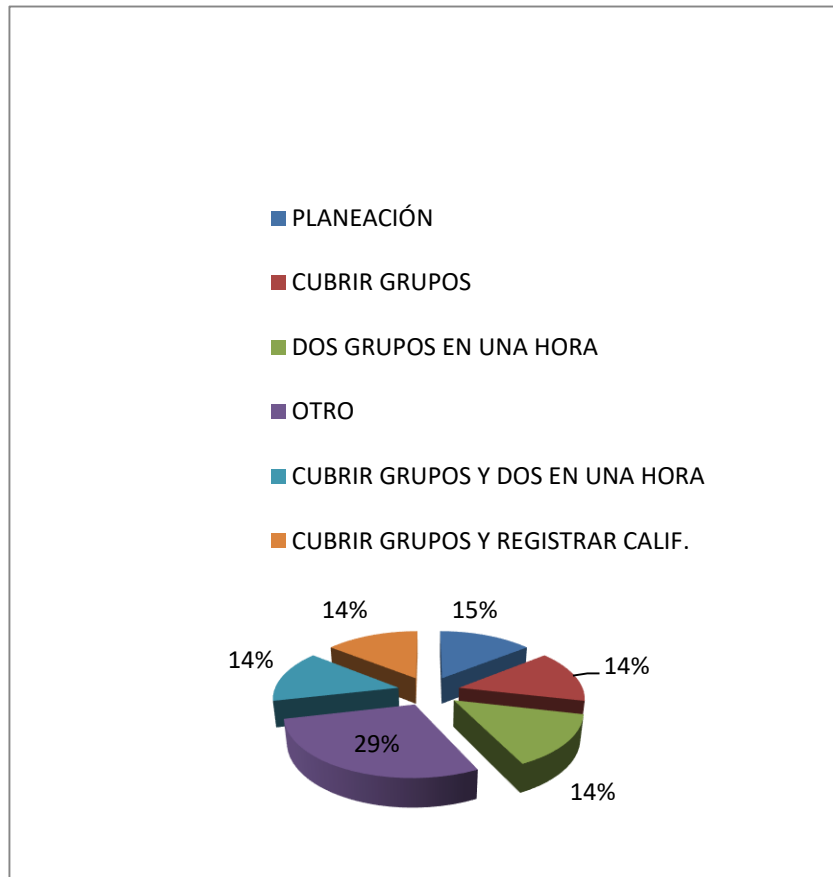
Gráfica 29. Estado de ánimo cuando hacen responsable al orientador de peleas de alumnos



Fuente: Elaboración propia 2018

El estado de ánimo del orientador cuando lo responsabilizan de las peleas de los alumnos a su cargo (Gráfica 29) el 72% anotó molestia, malestar e inconformidad, no lo he experimentado; estas no son emociones. En tanto que un 14% contestó miedo, otro 14% tristeza. Estas dos son emociones primarias.

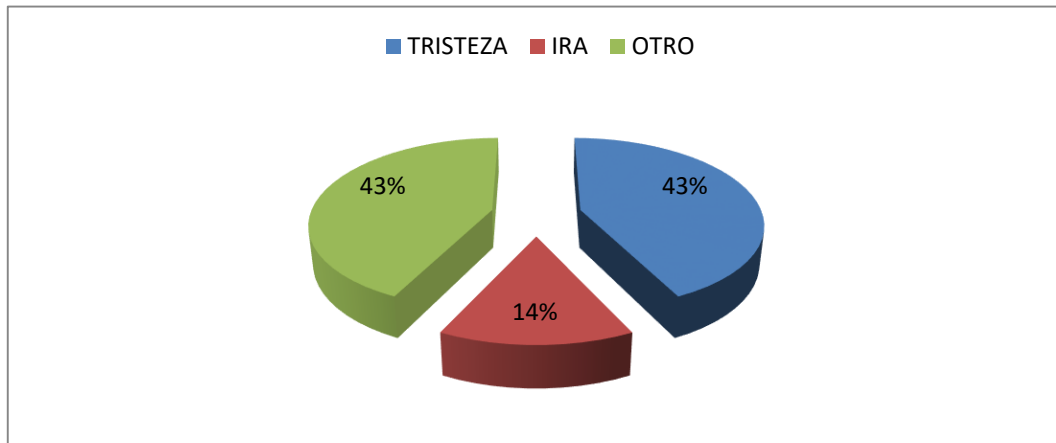
Gráfica 30. Actividades que enojan a los orientadores



Fuente: Elaboración propia 2018

Las actividades que causan enojo en el orientador son variadas (Gráfica 30) el 29% respondió en la opción otro, ninguna, usar los medios tecnológicos.

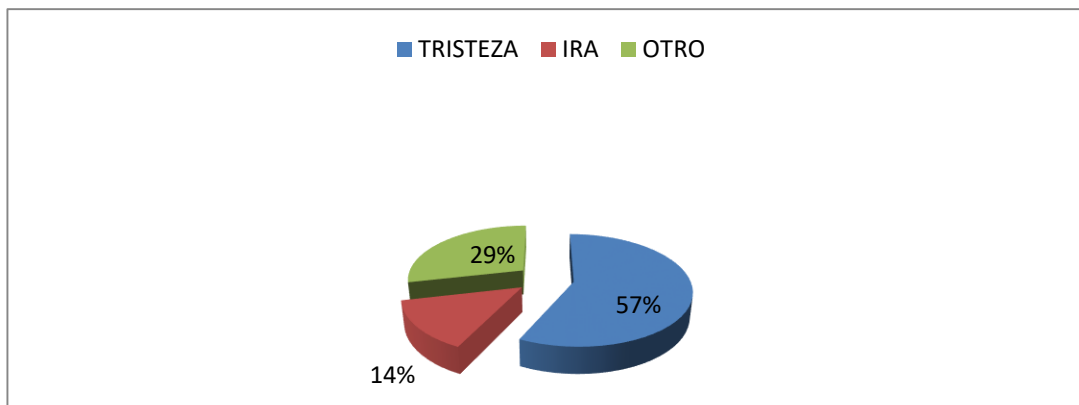
Gráfica 31. Emoción ante la falta de apoyo de la sociedad a la educación



Fuente: Elaboración propia 2018

La emoción de los orientadores ante la falta de apoyo de la sociedad al sistema educativo (Gráfica 31) un 14% respondió ira, el 43% manifestó tristeza, igualmente un 43% en la opción otro escribió frustración, reto, mejoro mi entorno laboral; estas dos últimas no son emociones.

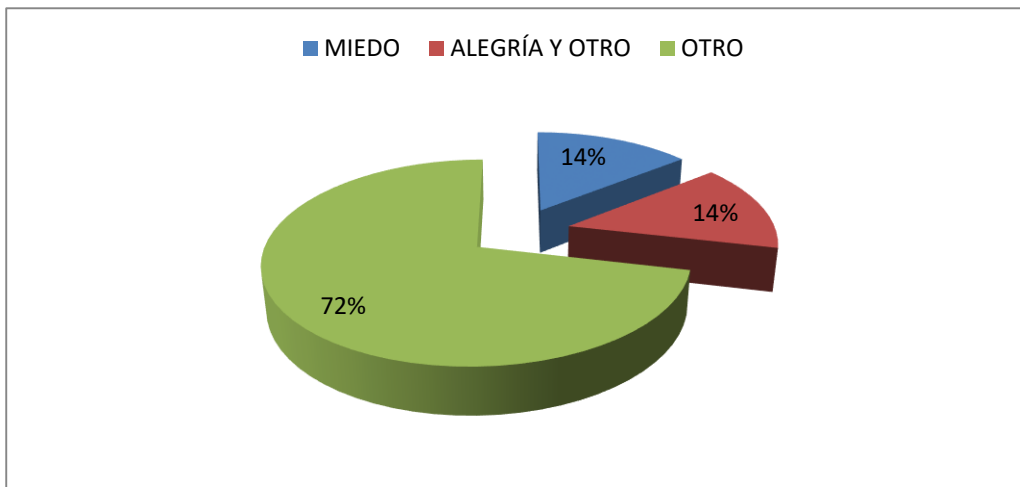
Gráfica 32. Emoción ante el descenso en la valoración social del orientador



Fuente: Elaboración propia 2018

Ante el descenso en la valoración social del orientador (Gráfica 32) la emoción reportada por el 57% fue tristeza, un 14% ira y el 29% otro, anotando indiferencia, pienso que es culpa de cada orientador; estas dos últimas no son emociones. La emoción predominante de los orientadores es tristeza.

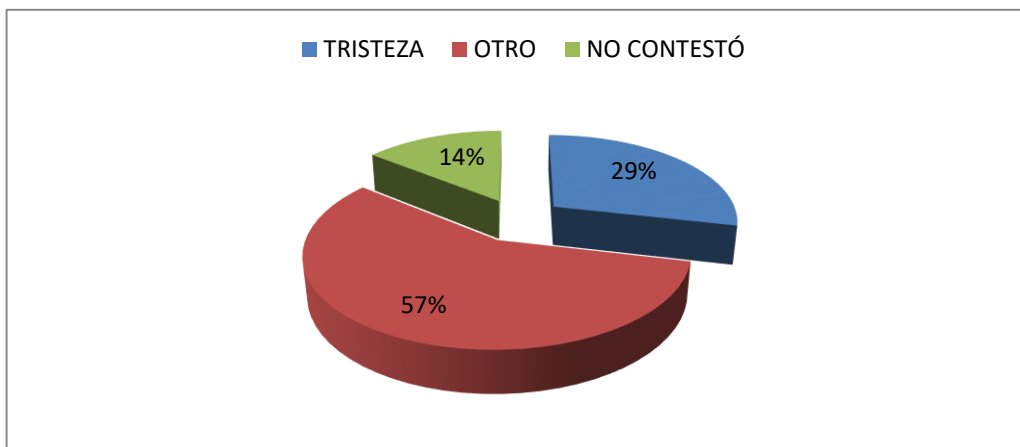
Gráfica 33. Emoción ante cambios en contenidos curriculares



Fuente: Elaboración propia 2018

Igualmente, importante es conocer la emoción de los orientadores ante los cambios en contenidos curriculares (Gráfica 33) el 14% expresó miedo, así mismo un 14% alegría y otro; el 72% en la opción otro escribió superación, incertidumbre, asombro, extrañeza, esperar buenos resultados, descontrol, da igual; entre estas no hay emociones primarias ni secundarias.

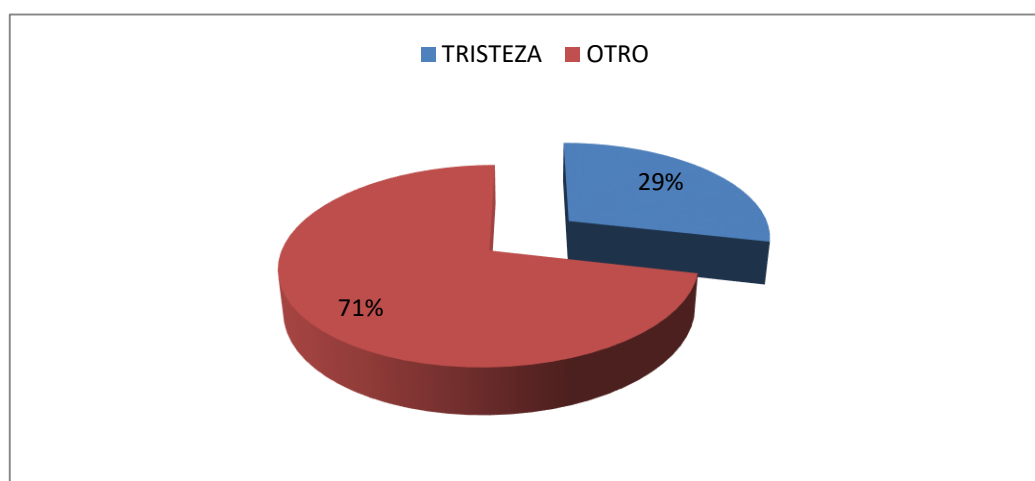
Gráfica 34. Emoción ante escasez de recursos materiales para su trabajo



Fuente: Elaboración propia 2018

La escasez de los recursos materiales despierta emociones en el orientador (Gráfica 34), en esta escuela el 29% subrayó tristeza; el 57% en otro aclaró contamos con material, busco alternativas; estas dos no son emociones.

Gráfica 35. Emoción ante la relación orientador-alumno



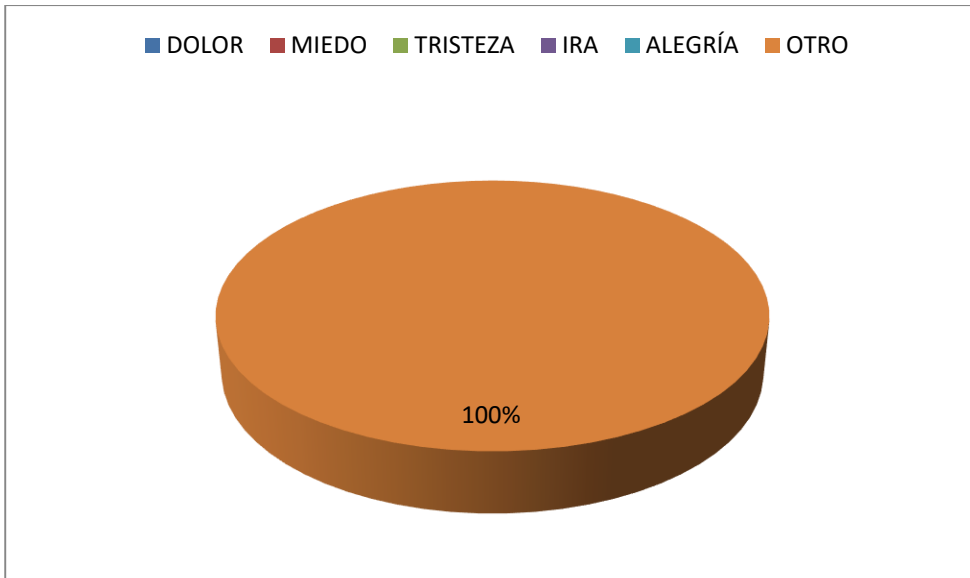
Fuente: Elaboración propia 2018

La relación orientador-alumno (Gráfica 35) mueve emociones, el 29% siente tristeza; el 71% asentó en la opción otro trato de crear vínculos, la relación es buena, mal entendido derechos y obligaciones, no me ha pasado seguido, depende del caso; se observa que algunas son acciones más no emociones.

3.4.6 Tensiones de la labor del orientador

Las tensiones en la función del orientador se hacen presentes.

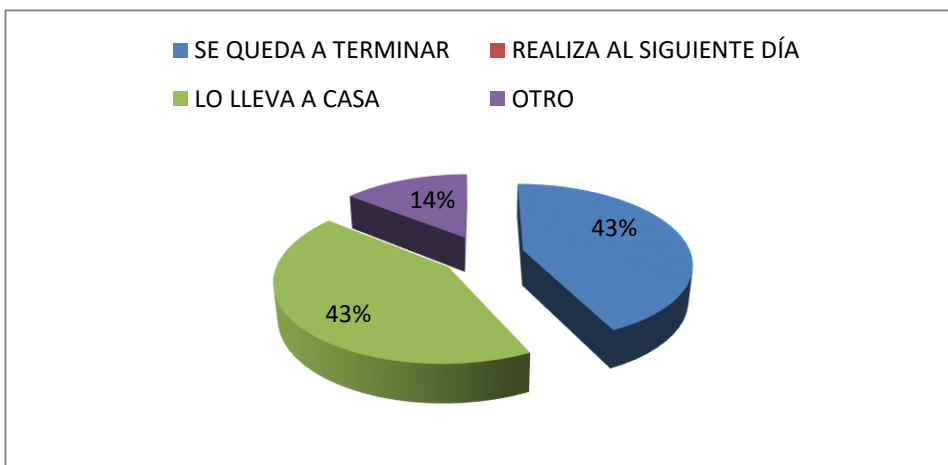
Gráfica 36. Emoción ante la saturación de trabajo



Fuente: Elaboración propia 2018

Ante la saturación de trabajo los orientadores en esta escuela no manifestaron emociones primarias, el 100% subrayó la opción otro (Gráfica 36), algunos citaron estrés, desesperación, angustia, cumplir con el trabajo, ansiedad. Esta última es una emoción secundaria.

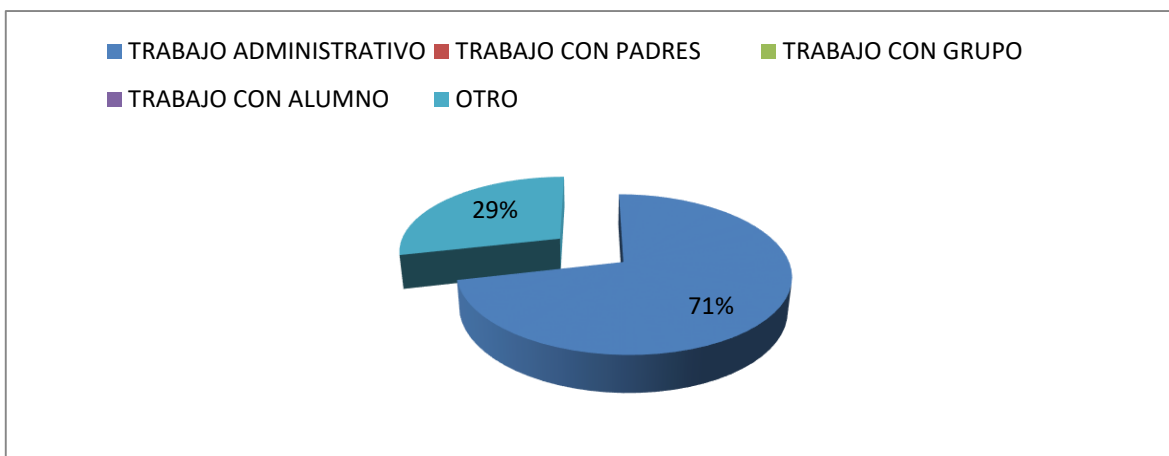
Gráfica 37. Acciones ante trabajo de última hora



Fuente: Elaboración propia 2018

En el magisterio suele suceder que minutos antes de concluir la jornada laboral solicitan datos, documentos de alumnos, o el llenado de formatos al orientador. Las acciones de los orientadores de esta escuela ante tal situación (Gráfica 37) el 43% se queda a terminar, igualmente un 43% lo lleva a casa. Con relación al trabajo que los orientadores se llevan a casa Martínez (1992:36) comenta: “La jornada laboral del maestro continua en su casa a diferencia de otros profesionistas o empleados asalariados”.

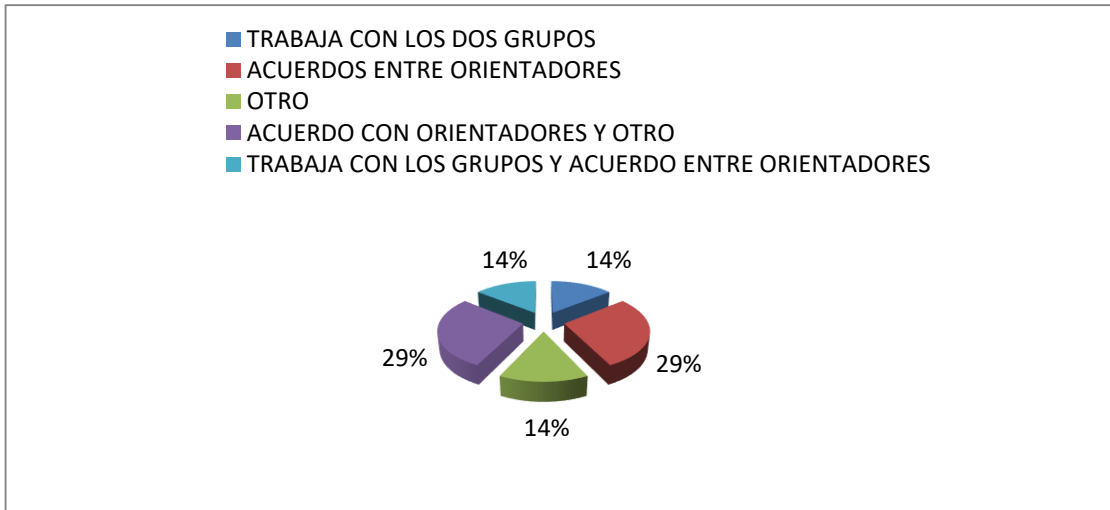
Gráfica 38. Actividades que generan malestar



Fuente: Elaboración propia 2018

Por otra parte, las actividades que generan malestar el 71% marcó el trabajo administrativo (Gráfica 38).

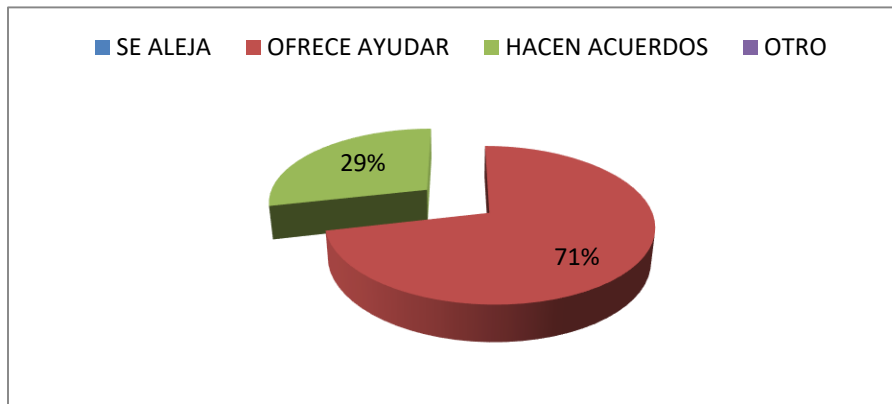
Gráfica 39. Organización para trabajar con dos grupos a la vez



Fuente: Elaboración propia 2018

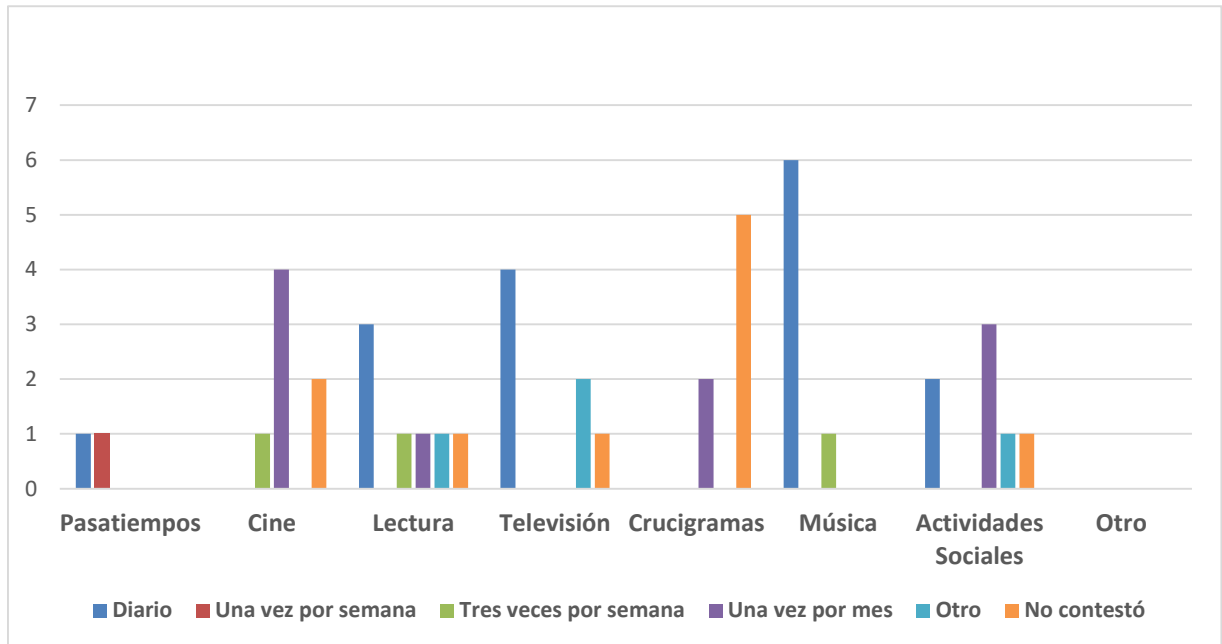
En cuanto a la organización para trabajar con dos grupos a la vez el 29% hacen acuerdo con orientadores y otra opción se tiene trabajo previo, organiza su trabajo (Gráfica 39).

Gráfica 40. Acciones entre orientadores ante saturación de trabajo



Fuente: Elaboración propia 2018

Entre las acciones ante la saturación de trabajo (Gráfica 40) el 71% ofrece ayudar.

Gráfica 41. Pasatiempos de las orientadoras

Fuente: Elaboración propia 2018

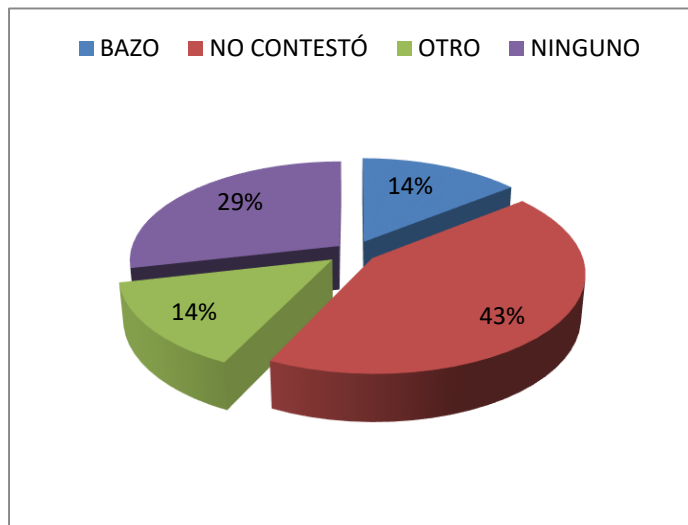
El pasatiempo de seis orientadoras es escuchar música a diario (Gráfica 41). También se observan las diferentes actividades que disfrutan como resolver crucigramas, el cine una vez por mes y ver la televisión todos los días.

3.4.7 Salud

En el cuerpo existe la relación órgano-emoción, de ahí la importancia de indagar sobre el órgano afectado de los orientadores de esta escuela. El resultado fue un 14% presenta problema de salud en el bazo, igualmente, otro 14% el estómago (Gráfica 42). Al respecto López y Rodríguez (2014:37) mencionan:

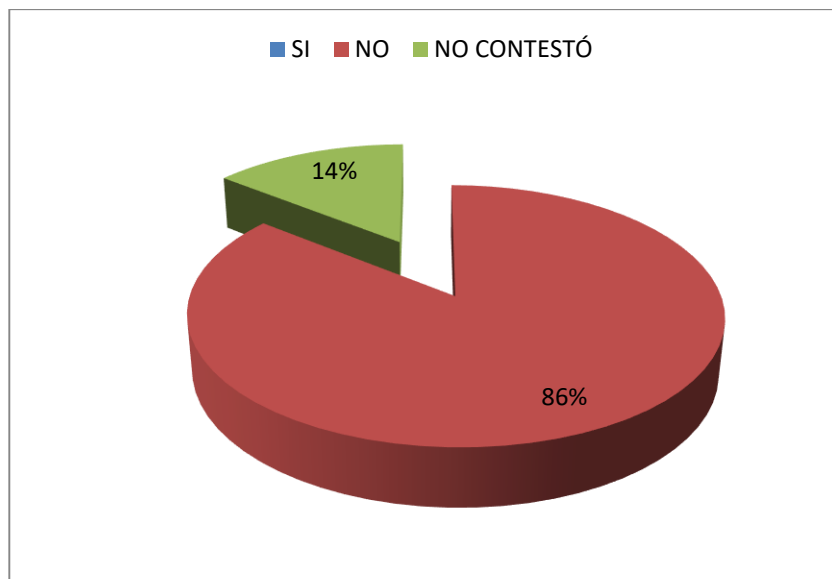
[...] la ansiedad tiene su base en el estómago y el bazo-páncreas. Su geometría es de capas que reciben las cosas del exterior: todo debe llegar por el estómago, espacio que recibe lo que el cuerpo necesita: actitud, ganas de ser, de comer, de digerir, y no está solo, se une con los demás órganos por medio de sus aristas que le dan sentido.

Gráfica 42. Órgano que presenta problema de salud



Fuente: Elaboración propia 2018

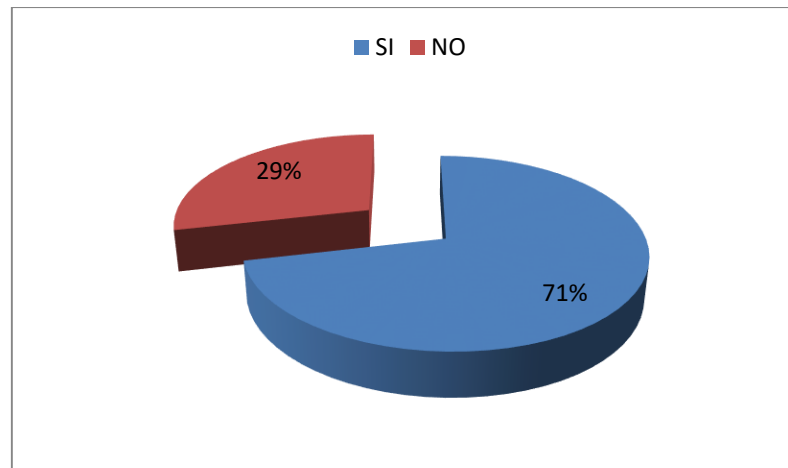
Gráfica 43. Conoce las enfermedades profesionales de los maestros



Fuente: Elaboración propia 2018

De igual importancia es saber si conocen las enfermedades profesionales de los maestros (Gráfica 43) un 86% no las conoce.

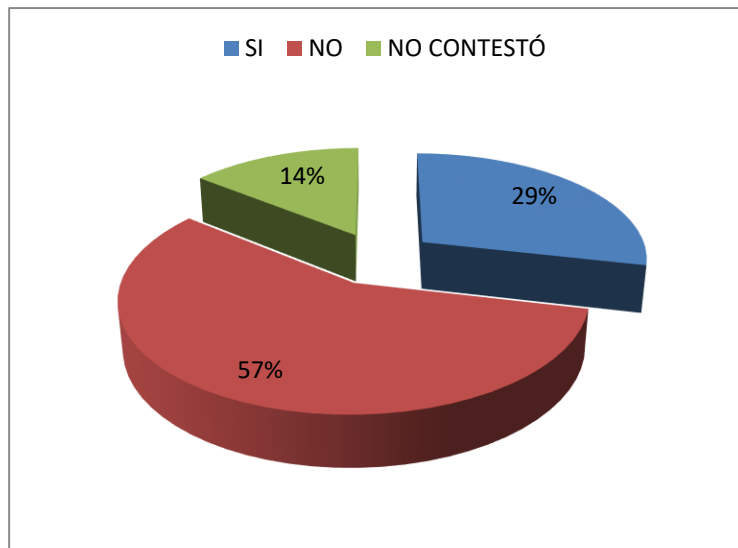
Gráfica 44. Conocimiento de los efectos del enojo en la salud



Fuente: Elaboración propia 2018

Además, el 71% conoce los efectos del enojo en la salud (Gráfica 44).

Gráfica 45. Actividad para desarrollo personal

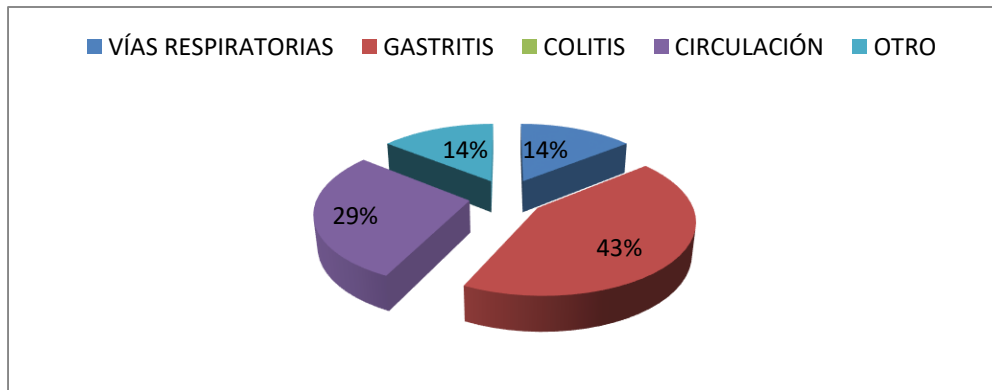


Fuente: Elaboración propia 2018

Por otra parte, resultó que el 57% no participa en una actividad para desarrollo personal (Gráfica 45). Este dato es importante Olivares (en Herrera y Chaparro 2008:71) señala: [...] hay que adentrarse en otras esferas más complejas del ámbito psicosocial, no sólo para lograr una *paz de*

espíritu o salud mental, sino para lograr la salud somática y la de los órganos y sistemas del organismo.

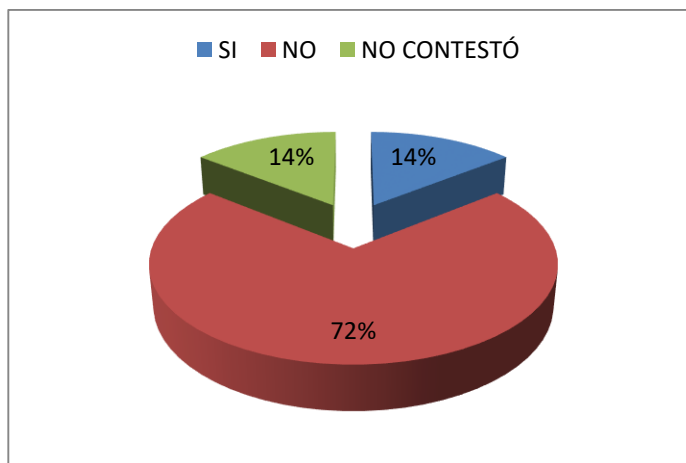
Gráfica 46. Enfermedad frecuente



Fuente: Elaboración propia 2018

Con relación a la enfermedad frecuente (Gráfica 46) el 43% padece gastritis, el 29% tiene problemas de circulación y un 14% de vías respiratorias. Este dato es importante hay que recordar lo mencionado por Herrera y Chaparro (2008:30) “El enfermo del estómago suele tragar la agresión, el sentimiento o la presión”.

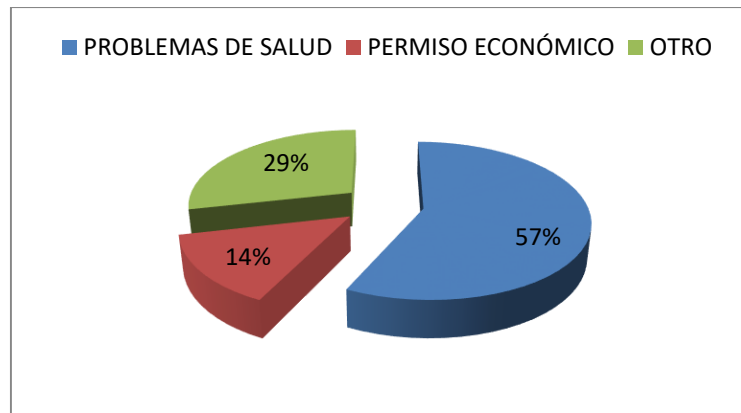
Gráfica 47. Permisos o licencias extraordinarios



Fuente: Elaboración propia 2018

Acerca de los permisos extraordinarios el 72% no ha tenido (Gráfica 47).

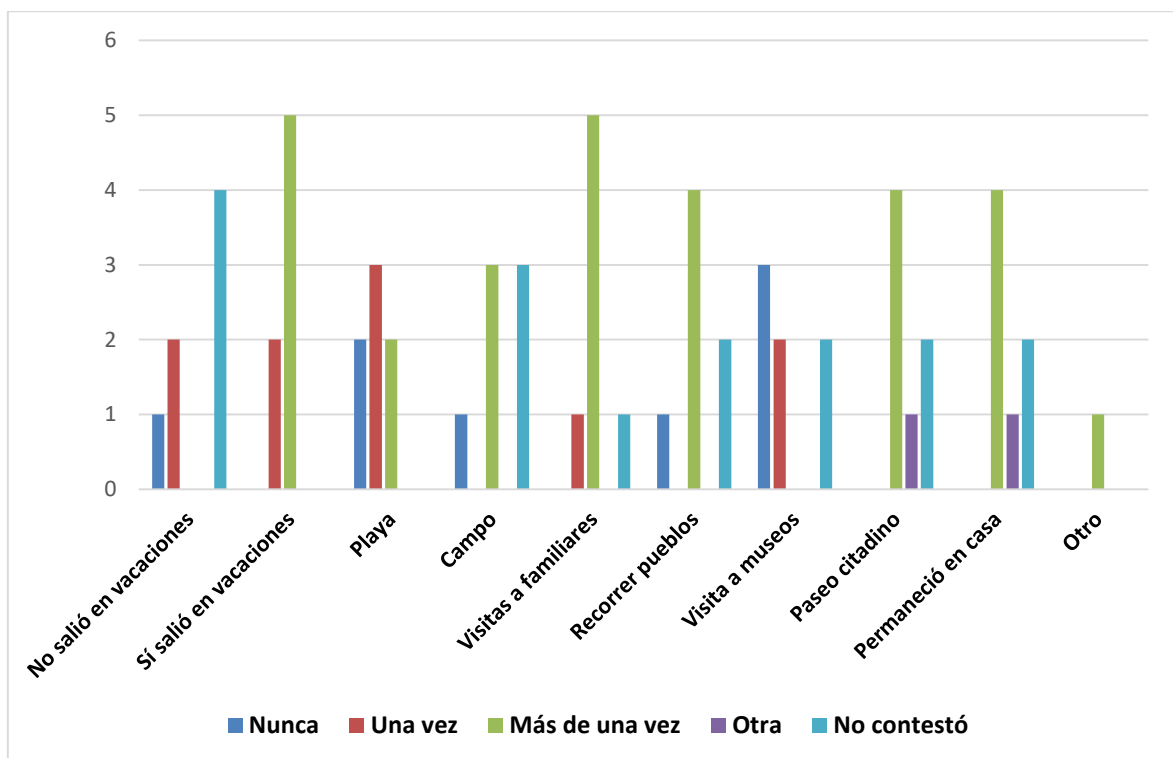
Gráfica 48. Conocen los motivos de faltas de profesores



Fuente: Elaboración propia 2018

El 57% de los orientadores sabe que los profesores faltan por problemas de salud (Gráfica 48).

Gráfica 49. Frecuencia de Actividades de los orientadores en los dos últimos períodos vacacionales



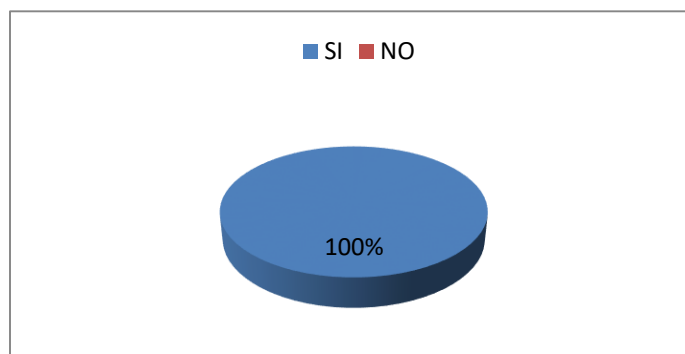
Fuente: Elaboración propia 2018

Las actividades de los orientadores en sus periodos vacacionales 5 orientadores más de una vez visitan a familiares, 4 recorren pueblos, 4 hacen paseo citadino, 4 permaneció en casa (Gráfica 49).

3.4.8 Historia de vida

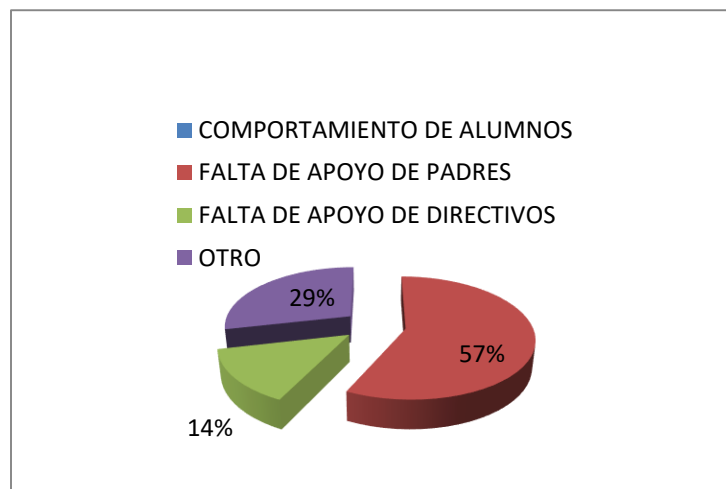
La historia de vida es un indicador importante, dado que en algunas ocasiones matiza la práctica educativa del orientador. El 100% de los orientadores recuerda un maestro con cariño (Gráfica50).

Gráfica 50. Recuerda a un maestro con cariño



Fuente: Elaboración propia 2018

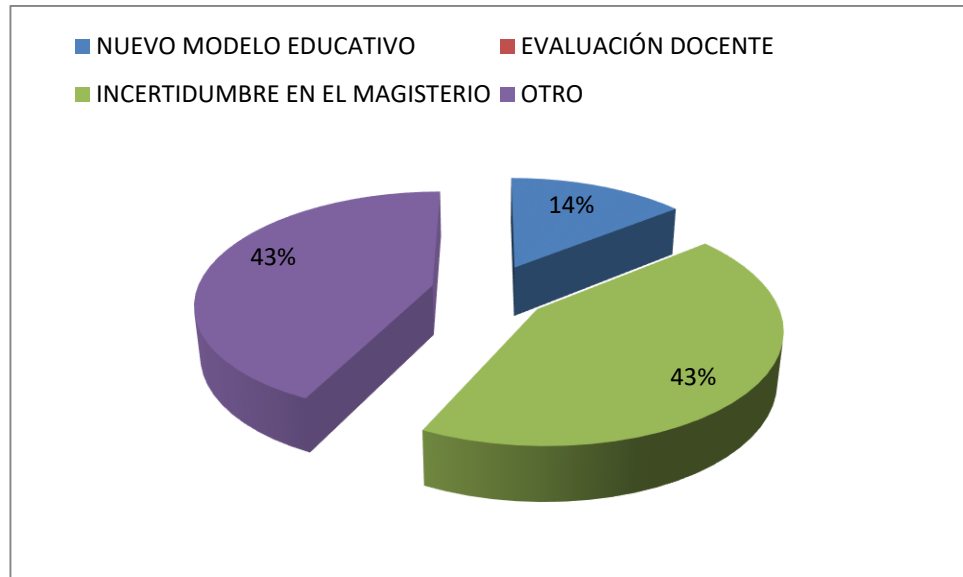
Gráfica 51. Motivos de tristeza



Fuente: Elaboración propia 2018

Un motivo de tristeza para el 57% de los orientadores es la falta de apoyo de los padres (Gráfica 51), para el 29% es la problemática social y un 14% la falta de apoyo de directivos.

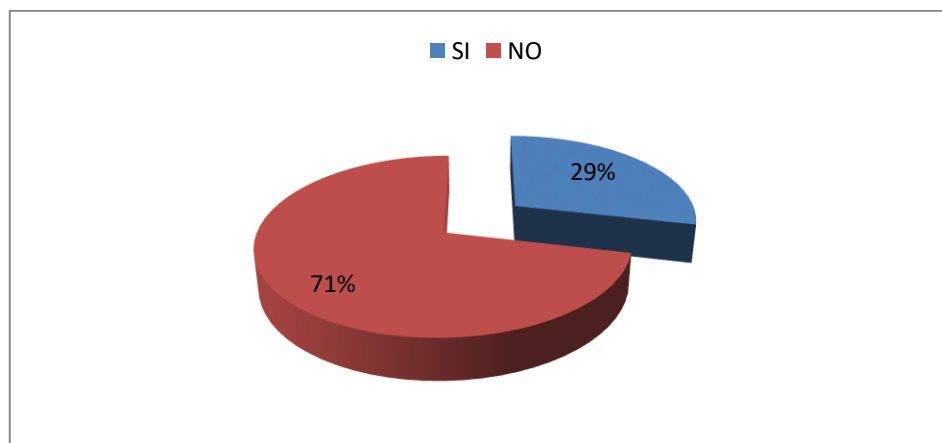
Gráfica 52. Temores laborales



Fuente: Elaboración propia 2018

Respecto a los temores laborales (Gráfica 52) el 43% manifestó incertidumbre en el magisterio; igualmente, un 43% anotó en otro la reforma, el salario; sólo un 14% teme el nuevo modelo educativo.

Gráfica 53. Experiencia significativa para ser orientador



Fuente: Elaboración propia 2018

El 71% de los orientadores no vivió una experiencia significativa para ser orientador (Gráfica 53); el 29% sí y de este porcentaje el tipo de experiencia fue de alegría.

En caso de haber vivido una experiencia en su vida que lo marcó para ser orientador ¿De qué tipo fue? El 100% igual a 2 orientadores respondió de Alegría. Por lo que se puede inferir que estas experiencias constituyen un referente en su trayectoria profesional

CAPITULO 4

HALLAZGOS DEL TRABAJO DE CAMPO

Presentación

En este capítulo se abordan los hallazgos del trabajo de campo dividido en cinco secciones, la primera titulada Emociones, ser orientador, condiciones de trabajo y salud; la segunda Las emociones predominantes del orientador; la tercera Las tensiones de la labor del orientador; la cuarta La salud del orientador y la quinta satisfacción de las necesidades en los orientadores.

4.1 Emociones, ser orientador, condiciones de trabajo y salud

Para desarrollar este capítulo es necesario tener presente el título, así como la pregunta de investigación y objetivos.

El título es: Las emociones predominantes de los orientadores de una escuela secundaria ante las tensiones de su labor docente y sus efectos en la salud.

La pregunta general de investigación es:

¿Cuáles son las emociones predominantes con las que responden los orientadores de una escuela secundaria ante las tensiones de su labor docente y sus efectos en la salud?

Las preguntas secundarias:

¿Cómo inciden en la salud de los orientadores las emociones predominantes ante las tensiones de su labor docente de una escuela secundaria?

¿Cuáles son los efectos que tienen las emociones de ira, miedo, dolor, tristeza, alegría en la salud de los orientadores de una escuela secundaria?

Objetivo General

Identificar cuáles son las emociones que presentan los orientadores de una escuela secundaria ante las tensiones de su labor docente y sus efectos en la salud.

Objetivos Específicos

Distinguir la repercusión que tienen las emociones predominantes ante las tensiones de su labor docente en la salud de los orientadores de una escuela secundaria.

Reconocer cuáles son las reacciones que presentan los orientadores por el exceso de trabajo de una escuela secundaria.

Explicar cuáles son los efectos que tienen las emociones de dolor, miedo, ira tristeza, alegría en la salud de los orientadores de una escuela secundaria.

En este cuarto capítulo se abordan las categorías de la investigación son: emociones, ser orientador, condiciones de trabajo y salud. Hernández define categorías como “conceptualizaciones analíticas desarrolladas por el investigador para organizar los resultados con un fenómeno o experiencia humana que está bajo investigación” (2014:426). Con base en esta definición expreso las categorías mencionadas son la unidad de análisis del presente trabajo.

Para definir trama y urdimbre, cito a Sánchez quien considera:

Los términos “trama” y “urdimbre” tienen su campo semántico literal en la manufactura telar. Designan el conjunto de hilos paralelos entre los que pasan otros, cruzando a los primeros para formar un tejido. “Trama”, describe el Diccionario de la Lengua Española, “es el conjunto de hilos que, cruzados y enlazados con los de la urdimbre, forman una tela”. “Urdimbre”, continúa el mismo diccionario, “es el conjunto de hilos que se colocan en un telar, paralelamente unos a otros, para formar una tela”. El uso que se hace aquí de dichos términos es metafórico. [...] (1991:77)

En la presente investigación los artículos 3º, 4º Y 123 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, los artículos 158 y 159 de las Disposiciones Reglamentarias en Materia Laboral para los Servidores Públicos Docentes del Subsistema Educativo Estatal, así como los artículos 513 y 514 de la Ley Federal de trabajo son esa trama. Mientras tanto la urdimbre son las experiencias de los orientadores, esas emociones reflejadas por las condiciones de trabajo y sus efectos en la salud. Estos artículos se citaron en el capítulo dos.

Con base en teóricos como Maslow con la pirámide de las necesidades, Rodríguez, López y Rodríguez con “La Geometría de las Emociones” se hace la interpretación de los resultados obtenidos en la investigación.

Los datos generales arrojaron el 71% correspondiente a 5 orientadoras son mujeres, el 29% son dos hombres. Esto refleja en la escuela predomina el sexo femenino.

La edad de los orientadores consultados de la escuela, fluctúa entre los 25 y 61 años de edad, los 29% correspondientes a dos orientadoras tienen 50 años de edad. En el caso de las mujeres es aproximadamente en esta edad en la cual se manifiesta la menopausia o también llamado climaterio, “se inicia con la disminución en la frecuencia del ciclo menstrual, por lo general entre los 40 y 50 años de edad. (...) Suele acompañarse de sudación intensa, dolores musculares e inestabilidad emocional”. (Tortora y Anagnostakos, 1984:927)

Al respecto una de las orientadoras da el siguiente testimonio:

Algo que a mí me moleste pues es muy raro, a veces más bien yo siento que depende la carga que tú traigas, a veces, yo todavía soy una persona que por ejemplo menstrua entonces a mi edad ya también me dijo el ginecólogo ya también tus estados de ánimo ya, no son tan tolerables ya también tienes que aprender a manejarlos. (Entrevista 3)

Conforme pasan los años de servicio, los orientadores viven transformaciones biológicas como es el caso de la menopausia en las mujeres y andropausia en los hombres, este cambio natural conlleva efectos incluso en el carácter, hay mujeres padecen insomnio, lo cual las vuelve irritables, depresivas, entre otras cosas.

En cuestiones de salud física el peso es importante, así lo mencionan las campañas de salud con el eslogan “pésate, mídete, muévete”. Incluso cuando se acude al servicio médico de ISSEMYM después de registrarse el paciente, toman sus signos vitales. El sobrepeso es un riesgo de contraer enfermedades como cáncer y diabetes, además de factores hereditarios. En la presente investigación uno de los orientadores mide 1.65 m de estatura y pesa 92 kg. Se puede reflexionar sobre esto en la entrevista 1, al preguntar ¿Cuál es la enfermedad que padece con mayor frecuencia?

(...) tengo una enfermedad que yo creo que la voy a cargar de por vida la diabetes, sale, entonces de julio para acá. Yo de herencia tengo en familia esas características tengo un hermano que es diabético, mi madre que es diabética y cosas por el estilo, me llevé dos años, este estoy hablando de 2 años atrás ahorita de pre diabético, pre diabético, pre diabético y en julio de este año que pasó vamos ya me resultó como tal ¿no? (Entrevista 1)

Herrera y Chaparro (2008) hacen referencia a mirar de otra manera la enfermedad “Entender al ser humano ubicado en la historia de un país, una familia, en una serie de relaciones emocionales, nos abre la posibilidad de otra lectura del proceso de la enfermedad”. (Herrera y Chaparro, 2008:21)

Cabe mencionar los factores Biología, Alimentación, Cultura, Ambiente físico, Historia de vida, como se expuso en el capítulo dos fue una aportación de Flores (2006), estos se encuentran en la vida de los orientadores, así como Herrera y Chaparro invitan a mirar la enfermedad desde otra perspectiva, estos factores apoyan esa visión diferente.

Una manera de ver diferente la enfermedad sería si ya conozco los antecedentes familiares de enfermedad, se hace necesario cuidar el cuerpo físico, no solo checar los signos vitales, sino implica cuidar la dieta, cómo está influyendo la cultura en el consumo de alimentos como comida rápida o nutritiva, en la rutina de practicar algún deporte, el ambiente físico, si este permite salir a caminar, recrearse y por último la historia de vida, si se conoce y se realiza un trabajo personal permite prevenir o revertir la enfermedad.

Así permite ver también esta entrevista 1 Cuando se preguntó ¿Qué sabor le gusta más?

Que cree que me gustan mucho las cosas picantes. Sí en familia nos heredaron mucho lo picante yo todavía tengo la experiencia mi madre es de pueblo y este allá tengo su pobre casa precisamente en Querétaro y allá todo lo guisan con picante y me gusta la verdad. (Entrevista 1)

En la tabla donde se expone Emoción-Sabor-Órgano/Viscera, se puede verificar la secuencia tristeza-picante-pulmón/intestino grueso. Es decir, la emoción tristeza afecta al pulmón y el sabor relacionado con la tristeza es el picante (Cuadro 1).

El sabor picoso les agrada a los melancólicos, muy a pesar de que después sufran por los dolores de colitis: si son mujeres, por la tarde parecen embarazadas; si son hombres, tendrán su panza cervecera. Dejar fluir es desinflamar, el estreñimiento es mal consejero para los senos, dolores de cabeza y, si algo faltara, la halitosis, conocido como mal aliento. (López y Rodríguez, 2014:43)

A la pregunta ¿Qué lo entristece en su trabajo de orientación? Respondió:

[...] uno de ellos y creo que a veces se los he manifestado a mis compañeros es el hecho de decirle a mis alumnas que tienen mucha información en cuanto a la cuestión sexual y te das cuenta que a veces truncan una vida, truncan unos estudios, eh una vida personal porque es

una vida personal y se llevaron ya la responsabilidad de ser madres de familia a una temprana edad y ya no es por falta de información, no es por falta de medios ¿no?

[...] y la otra ver a un alumno que por falta de posibilidades no de capacidades no puede continuar sus estudios y se encuentra en el campo laboral. (Entrevista 1)

En relación con los sabores y revisando la gráfica de alimentos ingeridos por los orientadores, destaca cinco de ellos consumen diario azúcares. López y Rodríguez mencionan:

El deseo de poseer se apodera de las personas llevándolos a buscar más los sabores dulces, que empalaguen; se cree que así se debe vivir y así se vive, la ansiedad y el vacío del cuerpo se hacen un caos, por lo que el estómago y el bazo-páncreas piden más calorías para mandarlas a los órganos que han puesto a secretar. (2014:37)

El objetivo general de la presente investigación se propone identificar cuáles son las emociones que presentan los orientadores de una escuela secundaria ante las tensiones de su labor docente y sus efectos en la salud. Lleva a revisar el estado civil encontrando casado 43% corresponde a 3 orientadores, otro 43% es decir 3 orientadoras y un 14% una orientadora unión libre. ¿Qué arroja esta información? Son diferentes las actividades, estilos de vida, alimentación, la visión de la vida en el estado civil de un orientador soltero o casado.

Así lo expresan en sus testimonios la entrevista 1 y 3.

[...] si no es de mucho agrado a veces en la familia llegar con trabajo porque se supone que tienes hijos, tienes una esposa y el poco tiempo pues a veces quisieras dedicárselos a ellos ¿no?. Pero a veces estas circunstancias pues no nos queda otra que llevarnos trabajo a casa. (Entrevista 1)

[...] soy una persona que tiene muchísima familia y... tiempo me falta para ir a verlos, para cotorrear, para... que me invitaron acá, que me invitaron allá entonces yo con ellos conviví mucho aunque yo estoy soltera este pues gracias a Dios tengo esa fortuna o esa suerte de interactuar con todos ellos, entonces procuro llevarme bien con todos, ser respetuosa, entonces pues en casa igual, igual yo llevo la batuta aunque mis hermanos estén casados la llevo, no sé si porque dirijo bien, porque tengo carácter o porque normalmente tengo la razón, no lo sé. Pero soy ahí quien lleva la batuta. (Entrevista 3)

El testimonio de la entrevista 1 da muestra también de la fatiga magisterial de tal Lara (2007:56) expresa lo siguiente:

[...] un maestro que dé cuenta de esta fatiga debe replantearse la carga horaria, su alimentación, sus tiempos personales, el respeto a su vida privada, no llevarse trabajo a casa, no caer en el mundo obsesivo escolar, es decir, no ser aprehensivo con toda aquella documentación requerida por los enfermos que ocupan los puestos administrativos en este

sistema, faltar si es necesario y no sentir culpa por ello, tiene que empezar a dar cuenta que los directivos y supervisores tienen la obligación de ayudarlo y que para eso están, transgredir la monotonía de su vida, tener variación en lo que hace, estas serían solamente unas sencillas recomendaciones para ir lidiando con esta fatiga [...]

Los orientadores llegan a tener esa fatiga magisterial dadas las circunstancias de quienes trabajan doble turno y quienes no trabajan doble turno el trabajo en sí es multitareas, hay semanas en que faltan los profesores horas clase, orientadores, los alumnos se inquietan esto los lleva a mostrar actitudes de rechazo a la orientadora que cubre la ausencia de la colega; así lo expresan las orientadoras -Los alumnos preguntan ¿Cuándo va a venir mi orientadora?. Las mismas compañeras expresan “esta semana se me hizo bien pesada”. En esa semana tuvo incapacidad una orientadora, otras dos solicitaron permiso económico, el profesor de artes fue a concursar a los juegos magisteriales; ante estas circunstancias el resto de las orientadoras apoyaron el trabajo de los ausentes.

4.2 Las Emociones predominantes del orientador

El objetivo de esta investigación se propone identificar cuáles son las emociones que presentan los orientadores de una escuela secundaria ante las tensiones de su labor docente y sus efectos en la salud. Una situación que llamó la atención en el trabajo de campo fueron datos estadísticos acerca de categorías que prevalecen durante su trabajo en relación con directivos. Encontrando lo siguiente: 28% que corresponde a dos orientadores, la emoción fue alegría; 43% es decir tres orientadores reportaron alegría y otro, ese otro refería confianza, tranquilidad, acompañamiento, corrección, emoción. Otros dos orientadores es decir el 29% restante la categoría fue otro, ¿Cuál es ese otro? Uno escribió confianza y el segundo “normal”. De lo cual se puede decir “normal” no es una emoción, sucede lo mismo con corrección, estas dos palabras fueron anotadas por los sujetos de la investigación. Ante esta información fue pertinente preguntar en entrevistas acerca del director anterior pues la directora del ciclo escolar 2016-2017, ciclo en que se aplicó el cuestionario a los orientadores, tenía pocos meses de trabajo, se analizó no es lo mismo una relación laboral con poco tiempo, a una con varios años de trabajo. Los testimonios fueron los siguientes:

Él siempre se dirigió muy correctamente contigo, la primera característica que a él vamos le caracterizaba era eso siempre te llamaba en un plan apacible él era una de las personas que yo creo que no se molestaba, necesitabas llegar al extremo para que se diera eso, entonces de esa misma forma en la que él vamos se presentaba contigo pues era la respuesta ¿no? Te llevaba a veces aún a veces en contra de ciertas cosas decir pues si es cierto a la mejor desde su punto de vista tú no lo observas, pero la persona que está afuera te dice las cosas porque quieres que mejore ¿no? Nunca tuve un encuentro así de que me tuviera que llamar la atención por mi trabajo si tuve un encuentro y todavía ¿no? En las veces que viene tengo la oportunidad de que me dice sigues trabajando igual, no le has bajado el ritmo, la escuela es suya, yo ya me fui pero Ustedes llevan una línea de trabajo, y así ¿no? Son cómo decirte en su persona te daba esa confianza, te daba esa facilidad de poder platicar con él todo lo que te acontecía. (Entrevista 1)

(...) siempre trabajamos muy bien en armonía él es muy buen líder. Nos sabía dirigir mucho muy bien. Le digo ya venía uno a hacer lo que tenía que hacer a lo mejor él no nos tenía que estar diciendo que era lo que teníamos que hacer. Porque desde que yo entré como orientadora prácticamente en esta escuela cubrí un interinato en otra escuela muy pequeño, pero aquí me inicié le digo y aquí sigo, y él ahora sí que como Maestro ¿no? Nos dirigía muy bien y pues me enseñó muchísimas cosas, entonces le digo que trabajaba de una manera mucho muy armónica con ganas de venir y trabajar no muy buen director. (Entrevista 2)

(...) el director anterior tendía mucho al diálogo. Estaba yo de acuerdo o no estaba yo de acuerdo estaba en lo correcto o no en lo correcto hacía diálogo y así es como se ha manejado la situación yo creo que eso él hizo un ambiente agradable ¿no? Donde te permite porque te daba él la libertad mientras tú no rebases ciertos ¿qué le diré? Ciertas líneas, ciertos parámetros este él te permite es lo que él tiene. (Entrevista 3)

Es de reconocer escuelas con un ambiente agradable de trabajo se hacen llevaderas y ligeras las actividades del orientador, de ahí la importancia de las condiciones de trabajo, como se mencionó en el supuesto de la investigación “Si las condiciones laborales de los Maestros como son: salario, los estilos de los directivos, tiempos de descanso durante la jornada, carga de trabajo fuera del horario laboral, infraestructura, material de trabajo; fueran las adecuadas, los maestros no enfermarían, no faltarían, los orientadores tendrían la posibilidad de atender mejor sus grupos, al alumno, al padre de familia. Y el manejo de sus emociones le permitirían transitar de una manera más saludable”.

Otro dato importante lo arrojó la pregunta ¿Qué siente Usted ante la falta de apoyo de la sociedad al sistema educativo? El 43% igual a tres orientadores señalaron sentir tristeza, 14% uno dijo sentir ira, otro 43% es decir tres sujetos restantes eligieron la opción otro, donde anotaron: reto de lograr cambios significativos, mejorar mi entorno laboral, frustración. Se hace necesario señalar lograr

cambios significativos esto es muestra de un pensamiento, no de una emoción al igual que mejorar mi entorno laboral. ¿Será que es difícil hablar de las emociones? ¿Qué pasa con los orientadores que no expresan su emoción? Al respecto López señala:

[...] el cuerpo como un microcosmos que es parte de un macrocosmos y todo lo que sucede en él es parte de una red de cooperación que no está diseñado para la competencia y para no guardar, así que cuerpo que guarda se descompone o se enferma, ¿qué es lo que guardan las personas?, mucho odio, reclamos, angustia, miedo, tristeza, lo cual tiene efectos en un órgano, sea gastritis, úlceras, estreñimiento, colesterol, triglicéridos, glucosa y por supuesto el cuerpo constituirá cálculos, quistes, tumores, hasta un cáncer. Para esta era de las emociones son necesarios profesionales que puedan visualizar el proceso que se construye en el cuerpo en la relación compleja de sabor, emoción y órgano. (2017a:10-11)

De igual manera un dato significativo se rescata de la cuestión ¿Cuál emoción predomina en Usted ante el descenso en la valoración social del orientador? 57% corresponde a cuatro orientadores indicaron sentir tristeza, 14% un orientador respondió ira, 29% dos de los sujetos replicaron otro en esta opción escribieron indiferencia, culpa de cada orientador.

Ante estos dos datos se hizo necesario indagar en las entrevistas ¿Cómo se siente ante la valoración social que los medios, padres de familia, autoridades, alumnos hacen del orientador?

Lo explicaba hace un momento a veces te sientes yo creo que mucho mejor cuando te dan el reconocimiento los padres y los alumnos que cuando recibes un documento. A veces el documento a veces te parece un poco superficial porque lo guardas y cuando puedes lo llevas a escalafón porque tiene un valor escalafonario porque viene firmado por el supervisor, pero yo creo que no hay más reconocimiento cuando tú llegas y los papás te reconocen precisamente esa característica y dicen mis hijos a partir de que entraron a trabajar con Usted han observado un cambio, les sirvió las correcciones que les hizo, durante su trayecto con ellos vimos que lo motivó le echó muchas ganas, gracias a Usted están dedicados a cierta materia y cosas por el estilo. (Entrevista 1)

Le digo aquí varía mucho ¿no? Hay padres de familia que les gusta mucho el trabajo que hasta inclusive son muy agradecidos porque con una simple conversación a lo mejor que tengamos con los niños cuando existe algún problema sienten que si los ayudamos ¿no? Le digo que hay padres que si son mucho muy muy agradecidos aquí le digo más que nada de parte de los papás a veces es el desinterés de no estar revisando tareas de no estar revisando cuadernos y ver si sus hijos no tienen trabajos pues venir y abordar a los maestros le digo es más que nada eso pero en cuanto al valor todavía que tiene el maestro o el orientador en este caso en la secundaria le digo tanto los compañeros como los directores y los padres de familia yo siento que todavía lo hacen valer como tal. (Entrevista 2)

Pues en esta escuela como si se nos da... yo digo que nuestro lugar yo me siento segura, este yo me siento parte de mis compañeros, no porque tenga la postura de orientador este soy más que ellos, para mí es eso en mis compañeros, ya mis directivos si no ahí si yo sé que son más que yo, pero me bajo mucho a ellos, en ese sentido me siento, yo me siento muy bien integrada, en ese sentido de hecho yo no estoy en esta orientación yo estoy hasta allá y allá estoy con todos ellos y allá dialogamos y allá cotorreamos, allá comentamos, más que estando aquí esta área es muy fría y a mí me enferma mucho la columna, entonces me han permitido estar allá, entonces nosotros como docentes yo siento que nosotros estamos integrados, los directivos también, nuestras autoridades también los padres de familia yo le he dicho a Usted se educan se educan y hay un trabajo agradable ¿no? Se ve desde las juntas, se ve cuando yo le mando llamar y... y ahí le dejé un escrito que no me vino detalles ¿no? Si Usted me dice de la gente de afuera pues este en cuestión a ¿a qué sentido, a cómo nos atacan, la visión que tienen de nosotros? Ya le dije eh para mí es agradable que me digan ¡ah! Es que Usted si aplica, (da un golpe en la mesa con la palma de la mano) es que Usted, con Usted si funciona, es que con Usted si soluciona, esa parte a mí me da mucha seguridad en el sentido de que por lo menos creo que mi trabajo lo estoy haciendo. (Entrevista 3)

De acuerdo a esta información la emoción que predomina en los orientadores es tristeza ante la falta de apoyo de la sociedad a la educación y ante el descenso en la valoración social del orientador. De aquí la importancia de la pirámide de Maslow donde se mencionan las necesidades de reconocimiento, Flores (2006) comenta si no están cubiertas estas necesidades se está perdido.

Uno de los teóricos que ha trabajado respecto a la valoración social del profesor es Esteve et al (1995:34) menciona:

Se ha modificado, igualmente, la consideración social del profesor. Aún no hace muchos años se reconocía tanto al maestro y mucho más al profesor de secundaria con titulación universitaria, un estatus social y cultural elevado. Se estimaba en ellos su saber, su abnegación y su vocación. Sin embargo, en el momento actual, nuestra sociedad tiende a establecer el estatus social en base al nivel de ingresos. Las ideas de saber, abnegación y vocación han caído en picado en la valoración social. [...]

De igual manera Esteve *et al*, trata sobre “modificación del apoyo de la sociedad al sistema educativo” escribió lo siguiente:

Como han señalado Patrice Ranjard (1984) en Francia y Martin Cole (1985, 1989) en Inglaterra, la valoración negativa del profesor como chivo expiatorio y responsable universal de todos los males del sistema es uno de los signos de nuestro tiempo. Mientras que hace veinte años, los padres estaban dispuestos a apoyar al sistema de enseñanza y a los profesores ante las dificultades del proceso de aprendizaje y de la educación de sus hijos, en el momento actual encontramos una defensa incondicional de los alumnos, sea

cual sea el conflicto y sea cual sea la razón que asista al profesor. La falta de apoyo y de reconocimiento social de su trabajo se hace cada vez más patente. (1995:32-33)

Otra referencia importante fue la emoción ante cambios en contenidos curriculares el 14% correspondiente a un orientador expresó sentir miedo, 14% igual a un sujeto reportó me da igual y sentir alegría, mientras un 72 % es decir 5 orientadores manifestaron otro entre los que figuran superación, incertidumbre, asombro-extrañeza, esperar buenos resultados y descontrol. De esto se analiza un orientador mostró miedo, otro, alegría; son emociones primarias. En tanto que 72 % declararon otros factores diferentes a las emociones primarias y secundarias con relación a los cambios curriculares.

En cuanto a la emoción ante escasez de recursos materiales para su trabajo el 29% son dos orientadores manifestaron tristeza, 57% son cuatro sujetos subrayaron como opción otro anotando contamos con material, tenemos mucho material, busco alternativas de solución. Con estos resultados se puede deducir la dinámica escolar en esta escuela es tener atendida la situación de materiales, en una plática informal comentó una orientadora aquí no carecemos de material voy a Dirección y pido marcadores. Una entrevista confirmó la situación de materiales.

[...] tengo que sacar fotocopias, fotocopias aquí tenemos muchas cosas que de alguna manera saca el trabajo, tengo mis compendios de materiales también mis copias, agarro uno ya sé que es artes, tengo matemáticas, de varias materias tengo voy al aparato yo nosotros manejamos la hoja con la conserje préstame un paquete, te firmo que me diste un paquete voy al aparato y saco mis fotocopias, soluciono eso [...] Entrevista 3

Uno de los teóricos menciona al respecto:

La generalizada falta de recursos aparece, en distintos trabajos de investigación, como uno de los factores que fomentan el malestar docente. En efecto, profesores que se enfrentan con ilusión a la renovación pedagógica de su trabajo en las aulas se encuentran, frecuentemente, limitados por la falta del material didáctico necesario y de los recursos para adquirirlos. (Esteve *et al* 1995:37)

[...] la falta de recursos no se refiere al material didáctico, sino a problemas de espacio y conservación de los edificios, penuria de mobiliario, falta de locales adecuados, etc. (Esteve *et al* 1995:37)

4.3 Las Tensiones de la labor del orientador

La emoción ante saturación de trabajo el 100% es decir siete orientadores en el cuestionario eligieron la opción otro anotando estrés, desesperación, angustia, cumplir con el trabajo, ansiedad. Cabe mencionar cumplir con el trabajo no es emoción. Riso (2013) clasifica la ansiedad como una emoción secundaria es mental y se degrada del miedo.

Al realizar las entrevistas, sus repuestas fueron las siguientes:

el cómo respondes yo creo que a veces el responder no te lleva más que al hecho de decir respondes mal de todos modos lo tienes ¿no? Entonces dices pues no te queda otra que poner tu buena cara y adelante. Porque por ejemplo ahorita tenía mi maestra de español que no llegaba en el grupo y tenía taller en el otro ¿no? Y dices y aun así llegan papás y les dices pasen aquí enfrente del taller porque es muy importante que yo esté observando a mis alumnos en una computadora ¿no? Entonces no te queda otra que responder a esas características pues de buena manera [...] (Entrevista 1)

Yo me la llevo tranquila. Le digo que estoy acostumbrada sé lo que es mi trabajo. Sé lo que tengo que hacer cuando algún maestro no viene, que tengo que estar cubriendo horas, cuando nos llegan a pedir documentación, a veces si un poco de molestia en que nos pidan las cosas de hoy para hoy [...] (Entrevista 2)

Pues igual procuro ser organizada ya le dije el éxito de mi trabajo siento que está en la organización, este...ya hay cosas que mecánicamente hacemos y ya sabemos ya he procurado también manejar emocionalmente esa parte ¿no? Porque se satura uno y comete uno más errores entonces ya lo vengo trabajando hay cosas que salgo de aquí y me voy en el camino y digo para mañana que hay en la mañana y para la mañana que hay en la tarde ¿no? Y entonces yo ya mentalmente ya hasta sé le estoy diciendo de mi compañera ¿no? Este se murió ayer su mami, fui un rato, la fui a ver y le dije me voy ya no me quedo más rato porque ya sabes que no tengo... estoy sola le digo (se ríe la orientadora) y le da risa, estoy sola y tengo que cubrir tus horas, me voy porque tengo que sacar fotocopias [...] (Entrevista 3)

Estos fueron los testimonios, sin embargo; las respuestas en el cuestionario no mienten ¿Será que un cuestionario permite expresar libremente su sentir?, en la opción otros anotaron ansiedad, desesperación, angustia, estrés, estas son las emociones predominantes de los orientadores ante saturación de trabajo. Como se mencionó anteriormente.

El teórico Esteve *et al* (1995) trata sobre “Fragmentación del trabajo del profesor”:

[...] el profesor está sobrecargado de trabajo, obligándosele a realizar una actividad fragmentaria, en la que, simultáneamente, debe batirse en distintos frentes, atendiendo a

tal cantidad de elementos diferentes que resulta imposible dominar los distintos roles que se le pide que asuma. (1995:41)

4.4 Salud del orientador

Respecto a la salud del orientador en la pregunta ¿Cuál de sus órganos presenta problema de salud? 14% correspondiente a un orientador subrayó como respuesta el bazo; 43% es decir tres orientadores no contestaron; 14% un orientador anotó en la opción otro estómago y 29% tocante a dos orientadores respondieron ninguno. De igual manera al revisar la frecuencia de los alimentos consumidos por los orientadores se encontró 5 orientadores igual a 71% diario consumen azúcares. Lo cual representa de acuerdo con López (2017b) la emoción predominante en los orientadores afectados en su órgano estómago y bazo, es ansiedad.

Las entrevistas identificaron las siguientes enfermedades: diabetes, hipoacusia, problemas de columna y un tumor en el seno izquierdo. Entre los padecimientos de los orientadores.

Tengo una enfermedad que yo creo que la voy a cargar de por vida la diabetes, sale, entonces de Julio para acá. Yo de herencia tengo en familia esas características tengo un hermano que es diabético, mi madre que es diabética y cosas por el estilo, me llevé dos años, estoy hablando de 52 años atrás ahorita de pre diabético, pre diabético, pre diabético y en Julio de este año que pasó vamos ya me resultó como tal ¿no? Mmm vivo una vida normal, trato de hacer una vida normal cordial en cuanto a lo que tengo hay mucha gente que me dice no se te ve, sigues gozando de todas tus actividades tan normal ¿no? Pero esa es una de las enfermedades, es la que padezco no tengo ninguna otra. (Entrevista 1)

[...] yo tengo un problema de oído aja tengo una hipoacusia, pero esa ya tiene años, entonces ya he aprendido a vivir con ella y sé que a veces tengo el zumbido la acucia mucho muy fuerte en los oídos, o estoy muy mareada o este me baja mucho la audición. Pero he aprendido a vivir con eso, pero eso es crónico. (Entrevista 2)

Yo creo mi columna, si jugué 20 años vóley bol y perjudiqué dos lumbares, dos vértebras lumbares, entonces es ella porque por estrés se inflama si cargo algo pesado se resiente, el frío me hace daño, la humedad me hace daño, eso es lo que más sufro mi columna, pero me cuidó muchísimo, procuro cuidarme mucho. (Entrevista 3)

[...] que cree que una mastografía y salí con que por ahí había algo raro y de inmediato me canalizaron a oncología y me dijo la oncóloga no pues no me queda más que mandarte a hacer biopsia para ver que hay ahí y... estuve un tiempo así este *preocupadona* porque esa biopsia en un particular salía en \$30,000.00 pesos por la premura ¿no? Por si no era cáncer y no pues tuve que esperarme a mi seguro ahí me la hicieron. Pues gracias a Dios me dieron mi resultado, me dijeron que no había cáncer, si hay un tumorcillo que van a... estar

monitoreando de acuerdo a mi estudio sale que es bueno, pero estoy consciente que es ya la situación que me puede dar una sorpresa [...] (Entrevista 3)

Acerca de derechos a la salud como lo estipula el artículo 4° de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos que corresponden a los trabajadores de la educación se indagó si conocían las enfermedades profesionales de los Maestros 86% correspondiente a seis orientadores no saben, mientras 14% es decir uno no contestó. Este dato es importante dadas las condiciones de trabajo en que se labora, como se ha vivido esa transición de usar gis ahora trabajar en pintarrón y percibir el olor del químico del marcador este se va a los pulmones.

Se hace necesario conocer los derechos para defenderlos y hacerlos valer, los cuales se señalaron en el capítulo 2.

La enfermedad profesional considerada como riesgo de trabajo de los profesores en la jurisprudencia es la laringitis, de la cual el 86% de los orientadores de esta investigación desconocen.

Y no sólo eso, las enfermedades de los orientadores no figuran en la tabla de enfermedades de trabajo. De aquí la importancia de indagar sobre las emociones y cómo inciden en la salud.

En relación a enfermedad frecuente de orientadores el cuestionario arrojó la siguiente información vías respiratorias 14% un orientador; gastritis 43 % es decir tres orientadores la padecen; problemas de circulación 29% correspondiente a dos orientadores; 14% uno respondió en otro ninguna.

Herrera y Chaparro mencionan:

[...] La gastritis tiene diversas causas y dependiendo de estas es su clasificación; por ejemplo, se encuentra la gastritis por estrés, o por ingestión de sustancias corrosivas (alcálisis), bifosfonatos, bacterias (estreptococos hemolíticos alfa, *Helicobacter pylori*, *clostridium*), uremia, exposición a la radiación y virus (citomegalovirus, virus herpéticos), entre otros. Otra clasificación sería la gastritis endoscópica (alteraciones macroscópicas apreciables a simple vista) y la gastritis histológica, que puede ser aguda o crónica. La gastritis aguda resulta habitual en casos donde la inyección de fármacos ha producido una alteración grave y se puede presentar hasta en niños. La gastritis por reflejo alcalino o por reflujo biliar se refiere a la lesión de la mucosa por reflujo del contenido duodenal o yeyunal constante hacia el estómago, algunos mencionan que por enojo. [...] (2008:29)

“La gastritis se puede definir como la inflamación aguda o crónica de la mucosa del estómago” (Olivares en Herrera y Chaparro, 2008:72)

Herrera y Chaparro realizaron una investigación entrevistando a 30 personas con edades de los 17 a los 77 años. Elaboraron ocho categorías de las características sobresalientes. En la categoría dos “No expresan sentimientos o emociones” mencionan:

[...] cuando el ser humano está apegado al enojo o a la ansiedad y no descarga o tranquiliza la emoción, es necesario preguntar dónde quedó la emoción si no se expresa, entendiendo que esa energía se mueve entre órganos y se refleja en el plano corporal (la piel, los ojos, la postura, etcétera) (2008:72)

Esta enfermedad gastritis padecida por tres orientadores representando 43% tiene relación con la emoción ante saturación de trabajo. Las emociones anotadas por los orientadores eran ansiedad, estrés, desesperación, angustia. Se puede deducir estas emociones generaron gastritis en tres orientadores.

Como orientadores es necesario trabajar la emoción, en el Tercer Congreso por un Cuerpo Autosustentable con sede en Facultad de Estudios Superiores Iztacala, se preguntó al Dr. López Ramos acerca de ¿Cómo trabajar la ansiedad? Expresó varias cosas finalmente dio una respuesta directa: “Hay ansiedad porque estás en competencia, se puede trabajar practicando yoga, relajación, meditación”.

Al respecto recomiendo hacer la prueba no lleva mucho tiempo, sentarse cinco minutos pisando firme el suelo con la columna derecha, manos sobre las piernas, sentir la entrada y salida de la respiración, dejar pasar los pensamientos que se presenten en la mente. Con esto descansa la mente y el cuerpo se siente más ligero, se relaja. Sería útil para orientadoras ante saturación de trabajo. He observado colegas ansiosas por ejemplo: ante las comisiones del festival para festejar a las mamás el 10 de mayo quieren ser las primeras en cotizar el presupuesto de desechables o regalos y después según su percepción se quejan de poca participación de otras compañeras.

Así mismo, Jersild (1986:28) señala:

La ansiedad es un elemento importante en la vida personal del maestro y penetra de varios modos en la vida de los alumnos. Si en la educación intentamos eludir la ansiedad intentaremos asimismo evadirnos del desafío que comporta el hecho de enfrentarnos con nosotros mismos; eludimos una tarea esencial y agregamos nuevas perturbaciones para nosotros y para los demás.

Acerca de temores laborales del orientador 14% una orientadora subrayó como respuesta Nuevo Modelo Educativo, 0% Evaluación docente, 43% correspondiente a tres orientadores señalaron incertidumbre en el Magisterio, 43% es decir tres orientadores tomaron como opción otro entre los que anotaron ninguno, reformas políticas no educativas, el salario, que quiten las colaterales.

Con estos resultados se evidencia las condiciones de trabajo docente, como se mencionó en el supuesto Si las condiciones laborales de los maestros como son: salario, los estilos de los directivos, tiempos de descanso durante la jornada, carga de trabajo fuera del horario laboral, infraestructura, material de trabajo; fueran las adecuadas, los maestros no enfermarían o faltarían, los orientadores tendrían la posibilidad de atender mejor sus grupos, al alumno, al padre de familia. Y sus emociones le permitirían transitar de una manera más saludable y natural.

4.5 Satisfacción de las necesidades en los orientadores

Los orientadores como seres humanos que son tienden a satisfacer las necesidades para el desarrollo de su existencia. Rodríguez explica la Pirámide de Maslow quien clasificó las necesidades del ser humano en cinco niveles, empezando por las primarias en orden ascendente.

- 1.- Necesidades fisiológicas: Son para la supervivencia y las primeras en satisfacer: Hambre, sed, abrigo, sueño, conservación, sexo, procreación.
- 2.- Necesidades de seguridad: Incluye la parte física, emocional y psicológica; libertad, justicia, trabajo, derechos, integridad personal.
- 3.- Necesidades de pertenencia: Aceptación, solidaridad, afecto, intimidad, sexualidad.
- 4.- Necesidades de reconocimiento: (Amarme, sentirme amado) valoración, prestigio-status.
- 5.- Necesidades de Autorrealización: Productividad, creatividad y trascendencia. (1987:16)

Una vez que son cubiertas las necesidades del primer escalón es decir las fisiológicas se pasa al siguiente escalón que serían las necesidades de seguridad y así sucesivamente hasta alcanzar la autorrealización.

En cuanto a las necesidades fisiológicas respecto a la sed, se preguntó a los orientadores la cantidad de agua que bebe durante el día 43% son tres orientadores respondieron dos litros, mientras el 57%

es decir cuatro orientadores subrayaron un litro. Es importante hidratarse debido al trabajo mental desempeñado por los orientadores.

Correspondiente al sueño 14% un orientador duerme ocho horas, 29% dos duermen siete horas, 14% uno de los orientadores duerme seis horas y 43% tres de los siete duerme cinco horas. Como se muestra en las necesidades fisiológicas el sueño es básico para todos los seres humanos, en consecuencia, los orientadores no son la excepción, una persona que no duerme bien durante el día está irritable, pierde concentración, en el caso del trabajo con los alumnos lo perciben y son susceptibles al ambiente generado por el orientador. Esto es consecuencia de las condiciones de trabajo de un Sistema que lleva a los trabajadores de la educación a trabajar doble turno aunado a eso llevarse trabajo administrativo a casa, como es hacer planeación, elaborar concentrados de calificaciones, hacer gráficas, listas de asistencia, contestar actividades para reuniones de Consejo Técnico, vaciar calificaciones en pre boletas, preparar orden del día para juntas con padres de familia.

Martínez menciona una investigación realizada en Dresden con datos de 430 Maestros, lo siguiente:

El resultado de este estudio concluye que la carga de trabajo depende en forma directa de tres elementos interrelacionados: ruido, grupos numerosos y escaso tiempo de descanso, siendo estos elementos los factores que generan más tensión y fatiga en los Maestros y los que condicionan su calidad laboral y el riesgo en su trabajo. (1992:42-43)

En la experiencia laboral de quince años se han presentado periodos en los cuales orientadores y profesores horas clase comentan haber tenido insomnio y recurrir a tomar pastillas para tratarse el problema, incluso han intentado con medicamento alternativo como tomar pasiflora, té de valeriana, pastillas naturistas ivel con extracto de valeriana.

Otra de las necesidades fisiológicas es la actividad sexual, al respecto se indagó acerca de la vida sexual de orientadores a la semana obteniendo los siguientes resultados 43% tres de ellos tienen como frecuencia de vida sexual tres veces a la semana, 14% un orientador una vez, 14% un sujeto ninguna vez y 29% dos de los siete no contestaron. También los silencios hablan (Flores, 2006).

Es una de las necesidades fisiológicas que los seres humanos deben cubrir, de lo contrario llega a repercutir psicológicamente como lo señaló Freud acerca de las neurosis o la histeria. Al respecto Lara menciona:

[...] la fatiga magisterial tiene un fuerte impacto en la actividad sexual del docente, la disminución de esta actividad es evidente y va acompañada en muchos casos con eyaculación precoz e inclusive impotencia, y en el caso de las docentes de una falta de deseo, si bien es cierto estos síntomas son propios de una neurosis, vale aclarar que cuando hablamos de fatiga magisterial, esta disminución es en intervalos, el síntoma no es permanente, (...) la disminución de la actividad social y sexual puede terminar en estado depresivo mayor, y por supuesto que el impacto que tiene particularmente este síntoma en la relación familiar es muy fuerte. (2007:54)

De igual manera Goleman señala al respecto:

El amor, los sentimientos de ternura y la satisfacción sexual dan lugar a un despertar parasimpático: el opuesto fisiológico de la movilización “lucha o huye” que comparten el miedo y la ira. La pauta parasimpática, también llamada “respuesta de la relajación”, es un conjunto de reacciones de todo el organismo, que genera un estado general de calma y satisfacción, facilitando la cooperación. (2001: 25)

Freud expresaba el sexo es como el hambre, el cuerpo pide saciar esa necesidad, es aquí donde entra uno de los cinco factores aportados por Flores (2006) factor biológico.

Otro de los factores mencionado por Flores (2006) es la alimentación, en esta investigación se encontró que cinco orientadores consumen azúcar diario. El sabor dulce se asocia con la ansiedad y el órgano afectado es el estómago.

También cuatro orientadores consumen lácteos todos los días, los cuales inflaman y es colesterol. Al respecto Estrada y Morales (2002:35) refieren “al consumir leche, carne roja o embutidos, lo que realmente estamos comiendo es colesterol y muy malo, porque está oxidado”.

El pescado es el alimento que cinco orientadores comen, una vez por semana, dos veces por semana, dos veces al mes; es decir lo consumen muy poco. Siendo este un alimento nutritivo pues contiene omega 3 ayuda al cerebro, al consumirlo contribuiría en la energía del orientador, debido a su trabajo es mental. El argumento se encuentra en Clerget:

El ácido omega 3 es conocido por ser un agente equilibrador del sistema nervioso central. Actúa positivamente sobre el humor y refuerza la resistencia al estrés. Sus fuentes naturales son los aceites de nuez, de colza y de lino, el salmón y el atún, los berros, la col y las espinacas. (2015:152)

Si se quiere contribuir al cuidado de la salud, es importante cuidar los alimentos que consumen los orientadores. De igual manera hace notar: “Algunas especias como la canela y el jengibre estimulan

la circulación de la sangre y avivan indirectamente diferentes emociones, en particular el sentimiento amoroso”. (2015:153)

Un factor que incide en el ser, mencionado por Flores (2006) es la cultura, en relación a los azúcares consumidos por los orientadores, como se mencionó la emoción correspondiente es la ansiedad.

Heller habla de las emociones desde un enfoque antropológico y la refiere así “Se caracteriza por el hecho de que no sé qué es lo que en realidad temo, y no tengo claro el significado específico del miedo. Es definida como un miedo sin objeto”. (1999:103)

No obstante Riso clasifica las emociones en primarias y secundarias:

Las emociones primarias son aquellas con las que nacemos. Son naturales, no aprendidas, cumplen una función adaptativa, son de corta duración y se agotan a sí mismas. Solamente duran lo indispensable para cumplir su misión: dolor, miedo, tristeza, ira y alegría.

Las emociones secundarias son aprendidas, mentales, y aunque algunas de ellas, bien administradas, puedan llegar a ser útiles, no parecen cumplir una función biológica adaptativa. Son defensivas o manifestaciones de un problema no resuelto, y casi siempre implican debilitamiento del yo: sufrimiento, ansiedad, depresión, ira y restricción-apego [...] (2013:25).

No es para menos que los orientadores sientan ansiedad, así lo menciona una de las orientadoras cuando se le preguntó acerca de ¿Cuáles son los temores laborales del orientador?

Bueno ahora con tantas reformas y con todo lo nuevo que se va dando. A lo mejor que en determinado momento digan que hay, que nos van a despedir o que ya no vamos a tener la plaza permanente, o a lo mejor ese podría ser alguno de mis temores ¿no?. Que dijeran no ya los orientadores ya los vamos a quitar de lo que es el sistema y que ya no va a haber orientadores ¿no? A la mejor ese sería mi temor ¿y qué va a pasar conmigo?, ¿dónde me van a reubicar? O ¿de qué me pueden poner? A la mejor sería ese mi temor, por decirlo de alguna manera. (Entrevista 2)

En este testimonio se muestra la ansiedad, no se sabe a ciencia cierta qué pasará con el puesto de orientador. En el sistema educativo del Estado de México es donde figura ese puesto, en el subsistema federalizado desapareció, a quienes eran orientadores les dieron horas clase. A diferencia del Estado de México, ese subsistema tiene prefectos, secretarías, personal de intendencia incluidos en la nómina.

De igual manera en el enfoque antropológico Heller menciona “la compasión por el enemigo representa el aprendizaje de un nuevo sentimiento.” (1999:158). Este nuevo sentimiento aplicado a sí mismo y a otros contribuye a mitigar la ira, como se mencionó en el capítulo dos, a través de los planteamientos de Goleman (2001) quien también muestra casos de personas con pensamientos compasivos y su beneficio. Torres señala:

Los elementos de confianza y mutua comprensión combinados con la compasión y experiencia del médico son esenciales en el tratamiento de cualquier enfermedad y especialmente en los tratamientos a largo plazo de los pacientes con Enfermedad Intestinal Inflamatoria. (2006:36-37)

Se pasa al quinto factor el medio físico, una parte de este es el clima influye en las emociones, las personas que nacen en un clima cálido son más alegres, por el contrario, quienes nacen en un clima frío son más propensas a la depresión.

Finalmente, la historia de vida es uno de los factores de incidencia en el ser. Si los padres son maestros pudo ser la influencia para el orientador.

A MANERA DE CIERRE

A manera de cierre de la investigación se agradece la oportunidad de indagar ¿Qué pasa en otros contextos? Como se mencionó la escuela secundaria donde se cuenta con quince años de experiencia como orientadora, era de organización, su situación actual es independiente, una de las políticas de esa escuela es para alumnos con bajos recursos, por tal motivo no se puede pedir dinero a los alumnos para fotocopias, si es el caso se debe solicitar autorización a los directivos, si ellos consideran pertinente autorizan de lo contrario se niega la petición. El contexto de esta escuela es una zona rural no hay drenaje, ni agua potable, las orientadoras no cuentan con internet en su oficina para hacer su trabajo, se hace en la dirección captura de calificaciones, en ocasiones se elaboran oficios de canalización. La secundaria donde se realizó la investigación se encuentra en una zona urbana, cuenta con luz, agua potable, drenaje, internet, tienen dos secretarias quienes realizan la captura de calificaciones de alumnos en plataforma. Esto se relaciona con las condiciones de trabajo de los orientadores, las cuales despiertan enojo y ansiedad.

Al conocer el ambiente de trabajo que expresaban los orientadores, el cual era legado del director jubilado quien ejercía un buen liderazgo, es posible encontrar un estilo directivo que favorece el trabajo de orientadores y comunidad escolar; gestionando ante las diferentes instancias para dotar a la escuela de infraestructura y materiales para realizar su trabajo.

Algo no explorado fue la frustración de los orientadores, esa que conduce a docentes expresar *no seas mediocre*, ya sea dirigiéndose a colegas o alumnos. Los celos de las orientadoras acarrear como consecuencia limitar el desarrollo y crecimiento de quienes se están formando.

Acerca de la frustración, en los resultados del trabajo de campo, uno de los orientadores anotó esa respuesta como opción en la pregunta ¿Qué siente Usted ante la falta de apoyo de la sociedad al sistema educativo? Esta sería otra línea de investigación para otro momento.

Por otra parte, en cuanto a los estilos de los directivos los resultados obtenidos arrojan luz y esperanza acerca de la existencia de escuelas donde se trabaja a gusto en colectivo con autoridades, debido al ejercicio de un buen liderazgo, respeto, consideración como dejan ver los orientadores en su testimonio. Además, guarda relación con condiciones de trabajo, el contar con infraestructura con buen mantenimiento, salones de cómputo debidamente equipados con una computadora por alumno, de igual manera contaban con computadoras para la oficina de orientación de ambos turnos y una copiadora para uso de todos los docentes.

En cuanto al trabajo del orientador, realmente el orientador hace revisión de uniforme, credencial, corte de cabello, a las niñas sin maquillaje, también la función de prefecto, secretaria cuando elabora las credenciales, formatos para concentrar las evaluaciones, capturar en plataforma resultados de examen de lectura, producción de textos y cálculo mental, es decir, un conjunto de tareas no especificadas ni reguladas en ningún documento oficial.

Los directivos dicen es trabajo del orientador hacer que los alumnos se comporten, aun cuando no asista, sea por incapacidad o permiso económico. Y el orientador está con una gran tensión porque tiene muchos alumnos, saturación de trabajo, entre otras circunstancias.

De ninguna manera, se trata de victimizar al orientador, por el contrario, es necesario dar cuenta y tomar conciencia de las condiciones de trabajo, de salario, estilos de directivos ante las cuales se despiertan emociones clasificadas como primarias: dolor, miedo, tristeza, ira, alegría; secundarias: sufrimiento, ansiedad, depresión, rencor, resentimiento, restricción-apego, mermando la salud. ¿Qué opciones se tienen ante ese panorama? ¿Qué se puede hacer desde el trabajo de orientador? No se intenta dar recetas ni diseñar nuevos manuales, la intención es encontrar alternativas para contribuir a mejorar la salud física, la cual es definida por Estrada y Morales como “(...) la armonía entre los cuerpos físico, mental, espiritual y energético. Hay salud cuando estos cuatro cuerpos se encuentran en armonía en el individuo, tanto en lo personal como en lo familiar, en la comunidad, en la naturaleza y en el cosmos”. (2002:124)

Cuidar la salud es indispensable para alcanzar la autorrealización mencionada por Maslow. En países de oriente hay quienes dicen *cuando se pierde la salud se pierde la fortuna*. Se tuvo conocimiento de orientadoras con parálisis facial quienes acudieron a tratamiento particular de acupuntura, afectando su economía. Afortunadamente, desde hace más de diez años se cuenta en el Hospital de Especialidades de ISSEMYM con servicio de acupuntura; sin embargo, en ocasiones dependiendo de los turnos de trabajo del orientador no es accesible debido a tener que solicitar permisos, como lo marcan las *Disposiciones reglamentarias en materia laboral para los servidores públicos Docentes del Subsistema Educativo Estatal*, en los artículos 158 y 159, el único justificante es la incapacidad. (GEM, 1999)

Y como la tesis aborda las emociones, practicar la compasión, la aceptación, romper con ese ideal de orientador que causa neurosis, a quien se le deposita el ser perfecto, quien no puede ni debe

equivocarse, es menester tener presente a Torres (en Gonzales, 2016), cuando menciona que el currículum oculto beneficia o perjudica a alguien. Finalmente, el conocimiento es producido por seres humanos que somos falibles, tenemos intereses, prejuicios, sesgos, manías.

Se pudo comprender que la historia de vida del orientador tiene relevancia en la manera en que los orientadores conciben su propia actividad y las relaciones laborales, como en el caso de una compañera que vivió abusos, estaba a la defensiva con todos los demás y vivía angustia cuando se enteraba de algún estudiante en una situación de este tipo.

Cabe mencionar que no es exclusivo de la orientadora que menciono en el párrafo anterior, mediante la historia de vida el investigador se puede acercar a conocer cómo los orientadores matizan su práctica educativa, con sus manías, prejuicios, sesgos al participar en la educación, sin embargo, no se dan cuenta, no se percatan de ello, pues sus múltiples actividades les captan toda su atención y esfuerzo diario.

Agradezco nuevamente la oportunidad de estudiar en el ISCEEM, fue un oasis en medio del desierto, la opción de renovarse o morir. Se adquieren y reafirman conocimientos. El orientador no es víctima, ni villano más bien producto de circunstancias y factores que incidieron en la historia de vida (Flores, 2006).

Uno de los motivos de ingresar a estudiar una maestría fue haber sentido dolor, tristeza cuando se observaban acciones que impedían el apoyo entre los orientadores de la escuela secundaria en la que laboraba. Entre los profesores horas clase y directivos no se comparte la idea de trabajar por el bienestar común. Esto hizo preguntarse ¿Qué pasa que no hay apoyo entre colegas? Se agradece haber vivido tales emociones, las cuales llevaron a investigar, a dar cuenta de la realidad de esa *falta de apoyo entre los colegas*, Arrieta señala:

[...] los niveles de agotamiento y despersonalización que presentan los docentes se vinculan con los obstáculos organizacionales, la ambigüedad en el perfil del puesto y en general todo conflicto realizado del realizar funciones que no corresponden con el rol del profesor, el mantenimiento de la disciplina, la desmotivación en los alumnos, la falta de materiales de apoyo apropiados para la impartición de clases, el exceso de trabajo administrativo, la falta de reconocimiento social de la imagen del docente, la pérdida de control y autonomía sobre el trabajo y la falta de apoyo entre los colegas. Estos elementos los encontraremos en los trabajos de diversos autores alrededor del mundo. (2012:58)

Se ampliaron los conocimientos acerca de las emociones, se tenía conocimiento desde la visión neurolingüística donde se hablaba de Miedo, Amor, Tristeza, Enojo, Alegría (MATEA), se indagó sobre este tópico con enfoque de Riso (2013) la clasificación de las emociones y *los estilos personales*.

De igual manera encontrar diversos estudios como el de Robalino y Kôrner (2006) *Las condiciones de trabajo y salud docente: aportes, alcances y límites del estudio*, en el que una de sus conclusiones señala la existencia de un *índice de cansancio emocional* que está presente al igual que el *índice de logros personales*. Al realizar el análisis de este texto, se identifican las condiciones laborales que despiertan emociones en el orientador afectando su salud.

Al organizar y redactar el segundo capítulo en el que se aborda al orientador y sus condiciones de trabajo, se logró construir un enfoque integral de la persona en el que se pudo centrar el concepto de salud referido por Dr. Estrada. Navarro la define como “La salud no solamente envuelve la capacidad para producir energía, sino también la capacidad para usarla, para gastarla y recuperarla”. (1990:49)

Es importante tener presente el concepto debido a emociones como ansiedad despertada en orientadores o profesores horas clase, apurados por hacer proyectos destacados para recibir reconocimientos, aún a costa de la salud, en un sistema escolar indiferente, escaso de reconocimiento y en el que se priorizan cuestiones políticas. De aquí la importancia de lo que refiere Navarro (1990). Es decir, saber emplear la energía adecuadamente en medio de múltiples presiones hacia el trabajo del orientador.

Respecto a las leyes aplicables al trabajo del orientador, se pudo ubicar lo señalado en el artículo 4º de la *Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos*, el cual respalda el derecho a la salud. De igual manera, descubrir el contenido de los artículos 513 y 514 de la *Ley Federal del Trabajo*, en los cuales se indica la enfermedad como riesgo de trabajo.

Con base en los resultados del trabajo de campo, se pudo identificar a los orientadores que realizan actividad física para ejercitar al cuerpo y mantener una mejor salud.

En este capítulo se considera que se dio la pauta a cumplir con el objetivo general de identificar cuáles son las emociones que presentan los orientadores de una escuela secundaria ante las tensiones de su labor docente y sus efectos en la salud.

El 43% de los orientadores es decir 3 de ellos manifestaron sentir tristeza ante la falta de apoyo de la sociedad a la educación.

El 57% correspondiente a 4 orientadores también expresó tristeza ante el descenso en la valoración social del orientador.

En tanto que el 72% expresó otros aspectos como: superación, incertidumbre, asombro, extrañeza, esperar buenos resultados, descontrol y *da igual*, los cuales no son emociones, lo cual indica dificultad en la identificación de emociones por parte de los orientadores.

Por otra parte, el 57% corresponde a 4 orientadores que reportaron aspectos como: contamos con material, busco alternativas, ante la escasez de recursos materiales para su trabajo. Estas tampoco son emociones.

El 71% (5 orientadores) contestó en cuanto a la emoción ante la relación orientador alumno: trato de crear vínculos, la relación es buena, mal entendidos derechos y obligaciones, no me ha pasado seguido, depende del caso, las cuales no se consideran emociones primarias ni secundarias.

El 100%, es decir, los 7 orientadores, expresó tener estrés, desesperación, angustia, cumplir con el trabajo, ansiedad; ésta última es una emoción secundaria. Esto mostró que en todos los casos se presenta algún tipo de emoción que altera una buena condición de salud en el ámbito laboral.

Al desarrollar el capítulo cuatro, se pudo dar cuenta de la salud de los orientadores. Aquí, uno de ellos en la pregunta ¿Cuál de sus órganos presenta problema de salud? Subrayó como respuesta el bazo.

Derivado de las entrevistas se reconocen los problemas de salud de los orientadores de una escuela secundaria de ambos turnos, entre ellos: diabetes, hipoacusia, problemas de columna y un tumor. Esto no significa que se afirme que las enfermedades de los orientadores se producen por las condiciones laborales en la escuela secundaria, sino que son un binomio que está presente en las

personas que son orientadores educativos y que de algún modo son factores que influyen en su desempeño profesional y que las emociones predominantes de ellos son tristeza y ansiedad.

Considero que este tipo de estudios revelan que el trabajo del orientador involucra aspectos asociados a las emociones que toda persona puede sentir, pero que algunas de ellas destacan como factor principal las tensiones laborales. Mejorar el ambiente escolar es una de las tareas que habrá que emprender, con el reconocimiento de que es necesario establecer relaciones laborales y gestionar condiciones de trabajo más respetuosas y armónicas, en las que el aprender a manejar las emociones es un reto.

FUENTES DE CONSULTA

Bibliográficas

- Benítez, M. C.** (2010). *El desarrollo de la inteligencia emocional en la escuela secundaria: Análisis*. (Tesis de doctorado). ISCEEM, México
- Blauberg, I.** (1992). *Diccionario de filosofía*. México: Ediciones Quinto Sol.
- Clerget, S.** (2015). *Sobrepeso emocional. Cómo librarse de él sin dieta ni medicamentos*. España: Ediciones Urano
- Conde, F. S. L.; Klein, K. I. y Rico, G. O. E.** (2011). *Lineamientos para la formación y Atención de los adolescentes 2011. Guía para el Maestro Educación Básica. Secundaria. Tutoría*. México: SEP
- Coon, D.** (2001). *Fundamentos de Psicología*. México: International Thomson Editores. [8ª edición]. [Traducción: Jorge Alberto Velázquez Arellano].
- Esteve, J. M.** (1984). *Profesores en conflicto*. Madrid: Narcea.
- Esteve, J. M; Franco, S. y Vera J.** (1995). *Los Profesores ante el cambio social*. España: Anthropos.
- Estrada, L. E. y Morales, J. L.** (2002). *La prodigiosa Yerba del Sapo*. México: EDIMICH. InterWriters.
- Flik, U.** (2002). Preguntas de investigación, en *Introducción a la investigación Cualitativa*. España: Morata. pp. 61-68.
- Flores, M. del C.** (2006). *La Salud y el Trabajo Docente: Hallazgo sobre los profesores de una escuela primaria*. (Tesis de Maestría). ISCEEM: México.
- Fromm, F. R.** (1984). *Principios de psicoterapia intensiva*. Argentina: Hormé
- Fullan M. y Hargreaves A.** (2000) *La escuela que queremos. Los objetivos por los que vale la pena luchar*. México: Amorrortu Editores.
- García, M.** (2012). *Las Representaciones sociales que tienen los orientadores de Educación secundaria respecto al espacio curricular de orientación y tutoría*. (Tesis de maestría). ISCEEM: México.
- García, C. F.** (2004). *La Tesis y el Trabajo de Tesis*. México: Limusa.
- _____ (2016). *Metodología de la investigación. Enfoque por competencias*. México: Limusa.
- Geertz, C.** (2003). *La interpretación de las culturas*. España: Gedisa Editorial.

- Gobierno** del Estado de México (1999). *Disposiciones reglamentarias en materia laboral para los servidores públicos docentes del subsistema educativo estatal*. Toluca, México: Corporación Editorial MAC, S.A. de C.V.
- Gobierno** del Estado de México (2013). *Manual de organización. Educación secundaria*. México
- Goleman, D.** (2001). *La Inteligencia Emocional*. México: Javier Vergara.
- Goleman D.** (2003). *La salud emocional*. Argentina: Kairós.
- Gómez, S.** (13 de octubre de 2013). Tecnología y consumo. El futuro enfermo. [*La Jornada Semanal*. Número 971]. pp. 8-9.
- Hargreaves, A.** (1996). *Profesorado, cultura y posmodernidad. Cambian los tiempos, cambia el profesorado*. Madrid, España: Morata.
- Heller, A.** (1996). *Una revisión de la teoría de las necesidades*. Barcelona: Paidós.
- Heller, A.** (1999). *Teoría de los sentimientos*. México: Ediciones Coyoacán.
- Hernández, S. R.** (2014). *Metodología de la Investigación*. México: Mc Graw Hill.
- Herrera, O. I. y Chaparro, A. G. A.** (2008). *Una aproximación al proceso órgano-emoción I* México: CEAPAC Ediciones.
- Jersild, A. T.** (1986). *La personalidad del maestro*. España. Ediciones Paidós.
- Lara, P. J. A.** (2007). *El mal-estar docente. Una escucha psicoanalítica a la salud mental de los maestros en México*. México: Acento Editores.
- Limón, J. A.** (2012). *Tu bien es mi bien: Dispositivos de poder del Orientador en la escuela secundaria*. (Tesis de maestría). ISCEEM, México.
- López, N.** (1995). *El proceso de organización sindical de los Maestros del Estado de México:1922-1959*. (Tesis de Maestría). México: ISCEEM
- López, R. S.** (2017a) *Cómo recuperar tus emociones, tus sabores y tus órganos. Desde la psicología de lo corporal*. México: Editorial Los Reyes.
- López R. S.** (2017b). *Lo corporal y lo psicossomático aproximaciones y reflexiones VIII. Propuesta de psicología de lo corporal*. México: Edit. Los Reyes
- López R. S. y Rodríguez** (2014). *La Geometría de las Emociones*. México: CEAPAC.
- Lowen, A.** (1991). *Bioenergética*. México Diana.
- Mansione, I.** (2004). *Las tensiones entre la formación y la práctica docente*. Argentina: Homosapiens.

- Martínez, D.** (1992). *El riesgo de enseñar*. México: Editorial del Magisterio.
- Maslow, A. H.** (1990). *La personalidad creadora*. Barcelona: Kairós.
- Mayorga, V.** (1993). *Condiciones de trabajo del maestro en escuela secundaria*. En *Cero en Conducta*. [Año 8 núm. 35. Octubre de 1993]. México: Educación y Cambio A.C.
- Meneses D., G.** (2001). *Orientación educativa: una práctica interpretada en su Cotidianidad*. En *Tiempo de Educar*, [Vol. 3, núm. 5, enero-julio, 2001]. pp. 15-43. Toluca, Estado de México. México.
- Meneses M., E.** (1997). *Tendencias Educativas Oficiales en México 1976-1988*. México: Universidad Iberoamericana A. C.
- Merleau-Ponty M.** (1993). *Fenomenología de la percepción* Barcelona: Planeta-Agostini.
- Michel G.** (1996) *Una introducción a la Hermenéutica. Arte de espejos*. México: Castellanos editores.
- Morzán, A.** (2006) *Saberes y sabores de la práctica docente. Textos y contextos*. Edit. Librería de la Paz.
- Navarro, J. R.** (1990) *Naturismo: Un sistema de vida*. México: Editorial Posada.
- Raths, L.** (1997) *Seguridad emocional en el aula*. México: Edit. Pax-México.
- Reyes, R.** (1993). *La formación de maestros desde la postura teórica de Gaston Bachelard*. En *Cero en Conducta* año 8 núm. 35. Octubre de 1993. México
- Riso, W.** (2013) *Sabiduría emocional*. México: Editorial Océano.
- Robalino, C. M. y Kôrner, A.** (2006) *Dimensiones del desempeño profesional. Condiciones de Trabajo y Salud Docente*. Publicado por la Oficina Regional de Educación de la UNESCO para América Latina y el Caribe.
- Rockwell, E.** (1985) *Ser maestro, estudios sobre el trabajo docente*. México: SEP-El Caballito.
- Rodríguez E., M** (1987), *Autoestima. Serie: Capacitación Integral*. México: El Manual Moderno S. A. de C.V.
- Rodríguez, G. G.** (1999) *Metodología de la investigación cualitativa*. Granada: Aljibe.
- Runes, D. D.** (1981) *Diccionario de Filosofía*. México: Grijalbo.
- Sánchez, R.** (1991) *Enseñar a investigar*. México: ANUIES.
- Torres, J.** (1981). *Evolución del concepto salud-enfermedad*. (pp. 15-38). En *Revista Mexicana de Ciencias Políticas y Sociales*. 106. UNAM.

- Torres R., B** (2006) *Colitis Ulcerosa y las emociones*. México: FESI-UNAM.
- Tortora G. J. y Anagnostakos** (1984). *Principios de Anatomía y Fisiología*. México: Harla.
- Victoria L., R.** (2000) *¿Trabajo en un edificio enfermo?* Revista Laboral. Año 3 No. 12 Octubre-Diciembre. México: UAEM.
- Zabalza, M.** (2005) *Competencias docentes del profesorado universitario. Calidad y desarrollo profesional*. España: Narcea, s/f 2005, cap. 1 El currículum formativo en la universidad pp. 21-62.

Electrónicas

- Alcántara M. G.** (2008). La definición de salud de la Organización Mundial de la Salud y la interdisciplinariedad. Sapiens. *Revista Universitaria de Investigación*, vol. 9 núm. 1, junio, 2008, pp. 93-107. Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Caracas, Venezuela. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=41011135004>
- Arrieta, C. B** (2012) Orientación educativa y orientadores educativos en el Estado de México: Análisis de dos casos. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 15, (1), 2012. Recuperado de www.revistas.unam.mx/index.php/rep
- Bericat E.** (2012) *Emociones*. Universidad de Sevilla. España. Recuperado de www.sagepub.net/isa/resources/pdf/Emociones.pdf
- Cámara de Diputados del H. Congreso de La Unión.** (2020). *Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos*. México. Recuperado de http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/1_080520.pdf
- Cámara de Diputados del H. Congreso de La Unión.** (2012). *Ley Federal del Trabajo*. México. Recuperado de <https://www.uv.mx/uge/files/2014/05/Ley-Federal-del-Trabajo.pdf>
- Consejo Estatal de Población** (2020). *¿Dónde vivimos?* Recuperado de http://coespo.edomex.gob.mx/donde_vivimos
- Córdoba, B. L.** (2020). Enciclopedia de los Municipios y Delegaciones de México. Estado de México. Recuperado de www.inafed.gob.mx/work/enciclopedia/EMM15mexico/municipios/15109a.html
- Gonzales, S.** (2016) *Los sistemas educativos pretenden que el alumnado conozca la Realidad*. Entrevista a Jurjo Torres Santomé, 21 de noviembre de 2016, en <http://jurjotorres.com/>. Consulta: junio de 2017
- Guillen C.** (2017) El Orientador educativo. Consultado el 17 de Marzo de 2017. Recuperado de <https://www.formacionyestudios.com/el-orientador-educativo.html>

Pérez y Gardey (2008). Definición de emoción. Consultado el 19/11/2016. Recuperado de: <http://definicion.de/163moción>

Ramazzini, B. (2011). Tratado sobre las enfermedades de los trabajadores. Recuperado de: www.academia.edu/39524651/Tratado_sobre_las_enfermedades_de_los_trabajadores

Secretaría de Educación Pública. (1982). Acuerdo 98 por el que se establece la organización y funcionamiento de las escuelas de educación secundaria (Publicado el martes 7 de diciembre de 1982). Recuperado de: [sites.google.com./site/normatividadsep/acuerdo-98](https://sites.google.com/site/normatividadsep/acuerdo-98)

Wikipedia. (2020). Definición de estilo de vida. Recuperado de https://es.wikipedia.org/wiki/Estilo_de_vida

ANEXOS

Anexo No. 1 Formato de cuestionario.

Instituto Superior de Ciencias de la Educación del Estado de México

División Ecatepec

MIE 2016-2018

CUESTIONARIO

Lugar: _____ Fecha: _____

Hora de aplicación: _____

Nombre del orientador (Opcional): _____

Estimado colega agradezco su colaboración y tiempo otorgado al acceder colaborar y proporcionar la información con motivo del trabajo que desarrollo en calidad de alumna de la Maestría en Investigación de la Educación 2º semestre 2017.

Instrucciones: Solicito su colaboración para leer con atención las preguntas que a continuación se presentan. Acorde a lo que se señale, por favor conteste enumerando, subrayando u organizando por orden de preferencia según corresponda.

A) DATOS GENERALES. Anote según corresponda.

1.- Sexo (F) (M) 2.- Edad _____ Años 3.- Peso _____

4.- Estatura _____ 5.- Estado civil: Casado () Soltero () Otro _____

6.- Hijos (SI) (NO) Cuántos _____

B) FORMACIÓN PROFESIONAL. Subraye según sea su caso.

7.- Profesor Normalista 8.- Licenciado en Educación

9.- Lic. Universitario 10.- Otro. Especifique _____

11.- Estudios complementarios

Posgrado (SI) (NO) Concluido (SI) (NO) Especialidad _____

C) TRAYECTORIA LABORAL. Conteste la información que se le solicita.

12.- Años de servicio _____

13.- Ordene del 1 al 4 las funciones que Usted considera agradables en su puesto:

a) ___ Trabajo con padres de familia b) ___ Realizar las pre boletas c) ___ Trabajo frente a grupo d) ___ Capturar las evaluaciones en el programa SEC

14.- Marque el o los Grados que atiende (1°) (2°) (3°)

15.- Turno (s) de trabajo (Matutino) (Vespertino) (Ambos turnos)

16.- Alumnos que atiende por grupo _____

17.- En el ciclo escolar anterior recibió algún Reconocimiento laboral (SI) (NO)

¿Cuál? Especifique _____

18.- Subraye ¿Cuál fue el motivo que lo impulsó para llegar al magisterio? A) Porque mis padres son maestros b) Por una experiencia c) Otro _____

D) ESTILOS DE VIDA (HÁBITOS)

19.- ¿Realiza algún tipo de ejercicio físico? SI () NO () ¿Cuál? _____

20.- ¿Fuma? SI () NO ()

21.- ¿Bebe (licor)? SI () NO ()

22.- Subraye la cantidad de agua que bebe durante el día

a) medio litro b) Un litro c) Dos litros d) Otro especifique la cantidad _____

23.- Durante el día ¿cuál es el número de horas que deja entre comidas?

a) 3 horas b) 4 horas c) 5 horas d) Otro _____

24.- Durante el día ¿Qué acostumbra comer? A) Una comida completa b) Un desayuno completo
c) Un almuerzo completo d) Otro _____

25.- Subraye según sea su caso. Durante el día ¿En qué lugar come?

a) En su casa antes de salir a su trabajo b) En el trayecto de camino a su trabajo

c) En la cooperativa de la escuela d) Cuando regresa del trabajo en su casa

e) Otro _____

26.- En caso de tener pareja, ¿ama usted a su pareja? SI () NO () Otro _____

27.- En caso de tener vida sexual activa ¿Cuántas veces a la semana acostumbra?

a) 3 veces b) 2 veces c) 1 vez d) ninguna e) Otra _____

28.- En su rutina ¿Cuántas horas duerme Usted?

a) 8 horas b) 7 horas c) 6 horas d) 5 horas e) Otro

Alimentos de los Orientadores

Frecuencia	Diario	3 veces por semana	Más de 3 veces por semana	No consume
Tipo de alimento				
Origen Animal				
Lácteos				
Verduras				
Frutas				
Pescado				
Semillas				
Azúcares				
Fritangas				
Enlatados				
Otro				

E) EMOCIONES DEL ORIENTADOR

29.- Del siguiente listado seleccione tres de las siguientes categorías que prevalecen durante su trabajo en relación con los Directivos

a) Dolor b) Miedo c) Tristeza d) Ira e) Alegría f) Otro _____

30.- Subraye ¿Cuál es el estado de ánimo en Usted, cuando lo hacen responsable de que los alumnos a su cargo se pelean?

a) Dolor b) Miedo c) Tristeza d) Ira e) Alegría f) Otro _____

31.- Subraye ¿Cuáles son las actividades laborales por las que siente enojo?

a) Hacer la planeación b) Cubrir grupos en ausencia del profesor horas clase

c) Trabajar con dos grupos a la misma hora d) Registrar las calificaciones

e) Otro _____

32.- Subraye ¿Qué siente Usted ante la falta de apoyo de la sociedad al sistema educativo? A) Dolor b) Miedo c) Tristeza d) Ira e) Alegría f) Otro _____

33.- Subraye ¿Cuál emoción predomina en Usted ante el descenso en la valoración social del Orientador? A) Dolor b) Miedo c) Tristeza d) Ira e) Alegría f) Otro _____

34.- De las siguientes palabras subraye la palabra que en Usted surge ante los cambios en los contenidos curriculares? A) Dolor b) Miedo c) Tristeza d) Ira e) Alegría f) Otro _____

35.- Subraye ¿Qué siente Usted ante la escasez de recursos materiales para realizar su trabajo? A) Dolor b) Miedo c) Tristeza d) Ira e) Alegría f) Otro _____

36.- Subraye ¿Qué siente ante la relación cotidiana de orientador-alumno? En que actualmente el alumno puede permitirse con bastante impunidad diversas agresiones verbales, físicas y psicológicas, a los profesores o alumnos.

a) Dolor b) Miedo c) Tristeza d) Ira e) Alegría f) Otro _____

37.- Ordene del 1 al 4 ¿Cuáles son las cosas más satisfactorias en su trabajo?

- a) ___ El trabajo administrativo b) ___ El trabajo con los padres de familia c) ___ El trabajo frente a grupo d) ___ El trabajo individual con el alumno e) Otro _____

38.- ¿Cuáles son las cosas menos satisfactorias en su trabajo?

- a) El trabajo administrativo b) El trabajo con los padres de familia c) El trabajo frente a grupo
d) El trabajo individual con el alumno e) Otro _____

F) TENSIONES DE LA LABOR DEL ORIENTADOR

39.- Subraye la respuesta ¿Cuándo tiene saturación de trabajo qué predomina más en Usted?

- a) Dolor b) Miedo c) Tristeza d) Ira e) Alegría f) Otro especifique _____

40.- ¿Cómo responde cuándo en la última hora de su jornada laboral le llegan formatos para llenar o trabajo para realizar de parte de la Institución?

- a) Se queda a terminar el trabajo b) Lo realiza al día siguiente c) Se lo lleva a su domicilio d) Otro _____

41.- ¿Dentro de todas las actividades académico, administrativas que realiza en su trabajo qué le genera mayor malestar?

- a) El trabajo administrativo b) El trabajo con los padres de familia c) El trabajo frente a grupo
d) El trabajo individual con el alumno e) Otro _____

42.- ¿En este plantel educativo, como responsable de sus grupos, cómo se organiza para cubrir dos grupos a la misma hora?

- a) Usted solo trabaja con los dos grupos b) Se ponen de acuerdo entre los orientadores
c) Solicita apoyo a un PHC d) Otro _____

43.- ¿Qué hace Usted cuándo ve a alguno (a) de sus compañeros (as) orientadores (as) con mucho trabajo? A) Usted se aleja b) Le ofrece su ayuda c) Se ponen de acuerdo entre los orientadores para sacar el trabajo d) Otro _____

Pasatiempos de los Orientadores

Frecuencia	Diario	Una vez por semana	Tres veces por semana	Una vez por mes	Observaciones
Pasatiempos					
Cine					
Lectura					
Televisión					
Crucigramas					
Música					
Actividades Sociales					
Otro					

G) SALUD

44.- Enumere por preferencia con el número 1 al de mayor preferencia, el 2 al que le sigue en preferencia y subsiguientes de los siguientes sabores que consume Usted.

a) Ácido___ b) Amargo___ c) Dulce___ d) Picante___ e) Salado___

45.- Subraya cuál o cuáles de los siguientes órganos de su cuerpo, presenta o ha presentado algún problema de salud.

a) Hígado b) Corazón c) Bazo d) Pulmones e) Riñones

46.- ¿Sabe usted cuáles son las enfermedades profesionales de los maestros? SI ()

NO () Escríbalas _____

47.- ¿Sabe Usted los efectos que tiene el enojo en la salud? SI () NO () Escríbalos

48.- ¿Participa Usted en alguna actividad para su desarrollo personal? SI () NO () ¿Cuál?
 Descríbala _____

49.- Subraye ¿De qué se enferma Usted con mayor frecuencia?

a) De las vías respiratorias b) Gastritis c) Colitis d) Problemas de circulación

e) Otro _____

50.- Durante sus años de servicio ha tenido permisos o licencias extraordinarios (SI) (NO)
 Motivo _____

51.- ¿Sabe Usted cuáles son las razones por las que sus compañeros profesores horas clase faltan?
 A) Problemas de salud b) Permiso económico c) Otro _____

Actividades de los Orientadores en los dos últimos períodos vacacionales

Actividad vacacional/ Sitios vacacionales	Nunca	Una vez	Más de una vez	Otra
No salió en vacaciones				
Sí salió en vacaciones				
Playa				
Campo				
Visitas a familiares				
Recorrer pueblos				
Visita a museos				
Paseo citadino				
Permaneció en casa				
Otro				

H) HISTORIA DE VIDA

52.- ¿Recuerda Usted algún maestro (a) con cariño? SI () NO () Otro _____

53.- Subraye ¿Qué es lo que lo entristece en su trabajo?

a) El comportamiento de los alumnos b) La falta de apoyo de los padres

c) La falta de apoyo de los directivos d) Otro _____

54.- Subraye ¿Cuáles son los temores laborales en su profesión?

a) El nuevo modelo educativo b) La evaluación docente c) La incertidumbre en el magisterio d)

Otro _____

55.- Subraye ¿Vivió Usted una experiencia en su vida que lo marcó para que decidiera ser Orientador? SI () NO () ¿Cuál? Descríbala _____

56.- En caso de haber vivido Usted una experiencia en su vida que lo marcó para ser Orientador ¿De qué tipo fue? a) Dolorosa b) De Miedo c) De Tristeza d) De Ira e) De Alegría f) Otro ____

POR SU COOPERACIÓN,

¡MUCHAS GRACIAS!

Atentamente.

Maestrante Ana Eva Bautista Ortigoza.

Anexo No. 2 Tablas.

A) DATOS GENERALES

Tabla 1. Sexo frecuencia y porcentaje

SEXO	F	%
FEMENINO	5	71%
MASCULINO	2	29%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 2. Edad, frecuencia y porcentaje

EDAD	F	%
25	1	15%
38	1	14%
40	1	14%
50	2	29%
51	1	14%
61	1	14%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 3. Peso, frecuencia y porcentaje

PESO	F	%
50	1	15%
53	1	15%
55	1	14%
56	1	14%
61	1	14%
64	1	14%
92	1	14%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 4. Estatura, frecuencia y porcentaje

ESTATURA	F	%
1.57	1	15%
1.60	1	14%
1.62	1	14%
1.64	2	29%
1.65	1	14%
1.66	1	14%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 5. Estado civil, frecuencia y porcentaje

ESTADO CIVIL	F	%
SOLTERO	3	43%
CASADO	3	43%
OTRO	1	14%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 6. Orientadoras con hijos, sin hijos, frecuencia y porcentaje

TIENE HIJOS	F	%
SI	4	57%
NO	3	43%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

B) FORMACIÓN PROFESIONAL

Tabla 7. Formación profesional, frecuencia y porcentaje

FORMACIÓN PROFESIONAL	F	%
NORMALISTA	1	14%
UNIVERSITARIO	4	57%
OTRO (NORMALISTA Y UNIVERSITARIO)	2	29%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 8. Orientadoras con posgrado, frecuencia y porcentaje

POSGRADO	F	%
SI	5	71%
NO	2	29%
TOTAL		100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 9. Orientadoras con posgrado concluido, frecuencia y porcentaje

POSGRADO CONCLUIDO	F	%
SI	2	40%
NO	2	40%
NO CONTESTÓ	1	20%
TOTAL	5	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

C) TRAYECTORIA LABORAL

Tabla 10. Años de servicio, frecuencia y porcentaje

AÑOS DE SERVICIO	F	%
0.6	1	15%
4	1	15%
17	1	14%
19	1	14%
21	1	14%
28	1	14%
34	1	14%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 11. Funciones agradables, frecuencia y porcentaje

FUNCIONES AGRADABLES	F	%
TRABAJO CON GRUPO	7	100%
TRABAJO CON PADRES	7	100%
PREBOLETAS	6	85%
CAPTURAR EN SEC	6	85%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 12. Grados atendidos por las orientadoras, frecuencia y porcentaje

GRADOS	F	%
1°	2	28%
2°	2	29%
3°	2	29%
2° Y 3°	1	14%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018.

Tabla 13. Turnos de trabajo, frecuencia y porcentaje

TURNOS DE TRABAJO	F	%
MATUTINO	3	43%
VESPERTINO	1	14%
AMBOS	3	43%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018.

Tabla 14. Alumnos atendidos por grupo, frecuencia y porcentaje

ALUMNOS QUE ATIENDE POR GRUPO	F	%
56-60 ALUMNOS	1	14%
45-50 ALUMNOS	2	29%
51-55 ALUMNOS	4	57%
TOTAL	7	100%

Tabla 15. Orientadoras con reconocimiento, frecuencia y porcentaje

RECONOCIMIENTO EN EL CICLO ANTERIOR	F	%
SÍ	0	0%
NO	5	71%
NO CONTESTÓ	2	29%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 16. Motivo para llegar al magisterio, frecuencia y porcentaje

MOTIVO PARA LLEGAR AL MAGISTERIO	F	%
PADRES MAESTROS	1	14%
UNA EXPERIENCIA	1	14%
OTRO	5	72%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

D) ESTILOS DE VIDA (HÁBITOS)

Tabla 17. Número de orientadores que hacen ejercicio físico, porcentaje

EJERCICIO FÍSICO	F	%
SÍ	6	86%
NO	1	14%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 18. Número de orientadores que no fuman, fuman, porcentaje

FUMA	F	%
SÍ	2	29%
NO	5	71%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 19. Número de orientadores que beben licor, porcentaje

BEBE LICOR	F	%
SÍ	1	14%
NO	5	72%
A VECES	1	14%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 20. Cantidad de agua bebida en el día, frecuencia y porcentaje

CANTIDAD DE AGUA QUE BEBE EN EL DÍA	F	%
UN LITRO	4	57%
DOS LITROS	3	43%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018.

Tabla 21. Número de horas transcurridas entre comidas, frecuencia y porcentaje

NÚM. DE HORAS ENTRE COMIDAS	F	%
3 HORAS	1	14%
4 HORAS	2	28%
5 HORAS	2	29%
OTRO (6 Y 8 HORAS)	2	29%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018.

Tabla 22. Comidas durante el día, frecuencia y porcentaje

COMIDAS DURANTE EL DÍA	F	%
COMIDA COMPLETA	2	28%
OTRO (TODO COMPLETO, DOS COMIDAS COMPLETAS Y DOS GUARNICIONES, DESAYUNO LIGERO)	3	43%
DESAYUNO Y COMIDA COMPLETOS	2	29%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 23. Lugar donde ingieren alimentos los orientadores, frecuencia y porcentaje

LUGAR DONDE COME	F	%
COOPERATIVA	2	29%
CASA	1	14%
OTRO (EN ORIENTACIÓN)	1	14%
CASA Y COOPERATIVA	3	43%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018.

Tabla 24. Número de orientadores que aman a su pareja, frecuencia y porcentaje

AMA A SU PAREJA	F	%
SÍ	6	86%
NO	0	0%
NO CONTESTÓ	1	14%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 25. Vida sexual a la semana, frecuencia y porcentaje

VIDA SEXUAL A LA SEMANA	F	%
TRES VECES	3	43%
UNA VEZ	1	14%
NINGUNA	1	14%
NO CONTESTÓ	2	29%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 26. Número de horas dormidas, frecuencia y porcentaje

NÚM. DE HORAS QUE DUERME	F	%
8 HORAS	1	14%
7 HORAS	2	29%
6 HORAS	1	14%
5 HORAS	3	43%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 27. Alimentos de los orientadores

Frecuencia	Diario	3 veces por semana	Más de 3 veces por semana	No consume	Otro	No contestó
Tipo de alimento						
Origen Animal	4	3				
Lácteos	4	2		1		
Verduras	2	1	3	1		
Frutas	2	1	3		1	
Pescado		1		1	5	
Semillas	3	1	2		1	
Azúcares	5	1		1		
Fritangas	1	2		2		2
Enlatados		2	1		3	1
Otro	1					

Fuente: Elaboración propia 201

E) EMOCIONES DEL ORIENTADOR

Tabla 28. Categorías en relación con directivos, frecuencia y porcentaje

CATEGORÍAS EN RELACIÓN CON DIRECTIVOS	F	%
ALEGRÍA	2	28%
ALEGRÍA Y OTRO (CONFIANZA TRANQUILIDAD, ACOMPAÑAMIENTO, CORRECCIÓN, NORMAL)	3	43%
OTRO	2	29%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 29. Estado de ánimo cuando hacen responsable al orientador de peleas de alumnos, frecuencia y porcentaje

ÁNIMO CUANDO LO HACEN RESPONSABLE DE PELEAS DE ALUMNOS	F	%
MIEDO	1	14%
TRISTEZA	1	14%
OTRO (MOLESTIA, MALESTAR E INCONFORMIDAD, ANGUSTIA NO LO HE EXPERIMENTADO)	5	72%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 30. Actividades que enojan a los orientadores, frecuencia y porcentaje

ACTIVIDADES QUE ENOJAN	F	%
PLANEACIÓN	1	15%
CUBRIR GRUPOS	1	14%
DOS GRUPOS EN UNA HORA	1	14%
OTRO (NINGUNA, USAR LOS MEDIOS TECNOLÓGICOS)	2	29%
CUBRIR GRUPOS Y DOS EN UNA HORA	1	14%
CUBRIR GRUPOS Y REGISTRAR CALIFICACIONES	1	14%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018.

Tabla 31. Emoción ante la falta de apoyo de la sociedad a la educación, frecuencia y porcentaje

EMOCIÓN ANTE LA FALTA DE APOYO DE LA SOCIEDAD A LA EDUCACIÓN	F	%
TRISTEZA	3	43%
IRA	1	14%
OTRO (RETO, FRUSTRACIÓN, MEJORO MI ENTORNO LABORAL)	3	43%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 32. Emoción ante el descenso en la valoración social del orientador, frecuencia y porcentaje

EMOCIÓN ANTE EL DESCENSO EN LA VALORACIÓN SOCIAL DEL ORIENTADOR	F	%
TRISTEZA	4	57%
IRA	1	14%
OTRO (INDIFERENCIA, PIENSO QUE ES CULPA DE CADA ORIENTADOR)	2	29%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 33. Emoción ante cambios en contenidos curriculares, frecuencia y porcentaje

EMOCIÓN ANTE CAMBIOS EN CONTENIDOS CURRICULARES	F	%
MIEDO	1	14%
ALEGRÍA Y OTRO	1	14%
OTRO (SUPERACIÓN, INCERTIDUMBRE, ASOMBRO, EXTRAÑEZA, ESPERAR BUENOS RESULTADOS, DESCONTROL, DA IGUAL)	5	72%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 34. Emoción ante escasez de recursos materiales para su trabajo, frecuencia y porcentaje

EMOCIÓN ANTE ESCASEZ DE RECURSOS MATERIALES PARA SU TRABAJO	F	%
TRISTEZA	2	29%
OTRO (CONTAMOS CON MATERIAL, BUSCO ALTERNATIVAS)	4	57%
NO CONTESTÓ	1	14%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 35. Emoción ante la relación orientador-alumno, frecuencia y porcentaje

EMOCIÓN ANTE RELACIÓN ORIENTADOR-ALUMNO	F	%
TRISTEZA	2	29%
OTRO (TRATO DE CREAR VÍNCULOS, LA RELACIÓN ES BUENA, MAL ENTENDIDO DERECHOS Y OBLIGACIONES, NO ME HA PASADO SEGUIDO, DEPENDE DEL CASO)	5	71%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

F) TENSIONES DE LA LABOR DEL ORIENTADOR

Tabla 36. Emoción ante la saturación de trabajo, frecuencia y porcentaje

EMOCIÓN ANTE SATURACIÓN DE TRABAJO	F	%
OTRO (ESTRÉS, DESESPERACIÓN, ANGUSTIA, CUMPLIR CON EL TRABAJO, ANSIEDAD)	7	100%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 37. Acciones ante trabajo de última hora, frecuencia y porcentaje

ACCIONES ANTE TRABAJO DE ÚLTIMA HORA	F	%
SE QUEDA A TERMINAR	3	43%
REALIZA AL SIGUIENTE DÍA	0	0%
LO LLEVA A CASA	3	43%
OTRO	1	14%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 38. Actividades que generan malestar, frecuencia y porcentaje

ACTIVIDADES QUE GENERAN MALESTAR	F	%
TRABAJO ADMINISTRATIVO	5	71%
TRABAJO CON PADRES	0	0%
TRABAJO CON GRUPO	0	0%
TRABAJO CON ALUMNO	0	0%
OTRO	2	29%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 39. Organización para trabajar con dos grupos a la vez, frecuencia y porcentaje

ORGANIZACIÓN PARA TRABAJAR CON DOS GRUPOS A LA VEZ	F	%
TRABAJA CON LOS DOS GRUPOS	1	14%
ACUERDOS ENTRE ORIENTADORES	2	29%
OTRO	1	14%
ACUERDO CON ORIENTADORES Y OTRO	2	29%
TRABAJA CON LOS GRUPOS Y ACUERDO ENTRE ORIENTADORES	1	14%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 40. Acciones entre orientadores ante saturación de trabajo, frecuencia y porcentaje

ACCIONES ENTRE ORIENTADORES ANTE SATURACIÓN DE TRABAJO	F	%
SE ALEJA	0	0%
OFRECE AYUDAR	5	71%
HACEN ACUERDOS	2	29%
OTRO	0	0%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 41. Pasatiempos de las orientadoras

Frecuencia	Diario	Una vez por semana	Tres veces por semana	Una vez por mes	Otro	No contestó
Pasatiempos	1	1				
Cine			1	4		2
Lectura	3		1	1	1	1
Televisión	4				2	1
Crucigramas				2		5
Música	6		1			
Actividades Sociales	2			3	1	1
Otro						

Fuente: Elaboración propia 2018

G) SALUD

Tabla 42. Órgano que presenta problema de salud, frecuencia y porcentaje

ÓRGANO QUE PRESENTA PROBLEMA DE SALUD	F	%
BAZO	1	14%
NO CONTESTÓ	3	43%
OTRO (ESTÓMAGO)	1	14%
NINGUNO	2	29%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 43. Conoce las enfermedades profesionales de los maestros, frecuencia y porcentaje

CONOCE LAS ENFERMEDADES PROFESIONALES DE LOS MAESTROS	F	%
SI	0	0%
NO	6	86%
NO CONTESTÓ	1	14%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 44. Conocimiento de los efectos del enojo en la salud, frecuencia y porcentaje

CONOCE EFECTOS DEL ENOJO EN LA SALUD	F	%
SI	5	71%
NO	2	29%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018.

Tabla 45. Actividad para desarrollo personal frecuencia y porcentaje

ACTIVIDAD PARA DESARROLLO PERSONAL	F	%
SI	2	29%
NO	4	57%
NO CONTESTÓ	1	14%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 46. Enfermedad frecuente, frecuencia y porcentaje

ENFERMEDAD FRECUENTE	F	%
VÍAS RESPIRATORIAS	1	14%
GASTRITIS	3	43%
COLITIS	0	0%
CIRCULACIÓN	2	29%
OTRO (NINGUNO)	1	14%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 47. Permisos o licencias extraordinarios, frecuencia y porcentaje

PERMISOS O LICENCIAS EXTRAORDINARIOS	F	%
SI	1	14%
NO	5	72%
NO CONTESTÓ	1	14%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 48. Conocen los motivos de faltas de profesores, frecuencia y porcentaje

CONOCE MOTIVOS DE FALTAS DE PROFESORES	F	%
PROBLEMAS DE SALUD	4	57%
PERMISO ECONÓMICO	1	14%
OTRO	2	29%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018.

Tabla 49. Actividades de los orientadores en los dos últimos períodos vacacionales

Actividad vacacional/ Sitios vacacionales	Nunca	Una vez	Más de una vez	Otra	No contestó
No salió en vacaciones	1	2			4
Sí salió en vacaciones		2	5		
Playa	2	3	2		
Campo	1		3		3
Visitas a familiares		1	5		1
Recorrer pueblos	1		4		2
Visita a museos	3	2			2
Paseo ciudadano			4	1	2
Permaneció en casa			4	1	2
Otro			1		

Fuente: Elaboración propia 2018

H) HISTORIA DE VIDA

Tabla 50. Recuerda a un maestro con cariño, frecuencia y porcentaje

RECUERDA UN MAESTRO CON CARÍÑO	F	%
SI	7	100%
NO	0	0%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 51. Motivos de tristeza, frecuencia y porcentaje

MOTIVOS DE TRISTEZA	F	%
COMPORTAMIENTO DE ALUMNOS	0	0%
FALTA DE APOYO DE PADRES	4	57%
FALTA DE APOYO DE DIRECTIVOS	1	14%
OTRO (PROBLEMÁTICA SOCIAL)	2	29%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Tabla 52. Temores laborales, frecuencia y porcentaje

TEMORES LABORALES	F	%
NUEVO MODELO EDUCATIVO	1	14%
EVALUACIÓN DOCENTE	0	0%
INCERTIDUMBRE EN EL MAGISTERIO	3	43%
OTRO (REFORMA, SALARIO)	3	43%
TOTAL	7	100%

Tabla 53. Experiencia significativa para ser orientador, frecuencia y porcentaje

EXPERIENCIA SIGNIFICATIVA PARA SER ORIENTADOR	F	%
SI	2	29%
NO	5	71%
TOTAL	7	100%

Fuente: Elaboración propia 2018

Anexo No. 3 Guía de entrevista.

GUÍA DE ENTREVISTA

Fecha: _____

Hora: _____

Lugar (ciudad y sitio específico): _____

Entrevistador: Ana Eva Bautista Ortigoza

Nombre del entrevistado: _____

Edad: _____ Género: _____ Puesto: _____

Introducción Estimado colega agradezco su colaboración y tiempo otorgado al acceder colaborar y proporcionar la información con motivo del trabajo que desarrollo en calidad de alumna de la Maestría en Investigación de la Educación 3er. Semestre 2017. Los participantes elegidos son los Orientadores, con el propósito de promover acciones que generen, contribuyan al fomento y autocuidado de la salud integral de los orientadores.

La entrevista es confidencial.

PREGUNTAS

C) TRAYECTORIA LABORAL

1.- En los años que tiene de servicio ¿Ha recibido algún reconocimiento?

2.- ¿Qué lo motivó para ser Orientador (a)?

D) ESTILOS DE VIDA

3.- ¿Con quién vive Usted?

E) EMOCIONES DEL ORIENTADOR

4.- ¿Qué actitudes prevalecían durante su trabajo con el Director anterior antes de que se jubilara?

5.- ¿Cuáles son las actividades laborales por las que siente enojo?

6.- ¿Cómo se siente Usted ante la valoración social que los medios, padres de familia, autoridades alumnos hacen del Orientador?

7.- ¿Qué siente Usted ante el Nuevo Modelo Educativo?

8.- ¿Considera Usted que en su labor hay agresiones verbales, físicas y psicológicas a los profesores o alumnos; por parte de alumnos, padres, autoridades, otros, cuáles?

9.- ¿Cuáles son las cosas que le causan enojo en su trabajo?

10.- ¿Cuáles son las cosas que le causan alegría en su trabajo?

F) TENSIONES DE LA LABOR DOCENTE

11.- ¿Cómo responde Usted cuando tiene saturación de trabajo?

12.- ¿Cuáles son sus reacciones?

13.- ¿Cuáles son las expectativas que tiene de sus alumnos?

14.- ¿Se ha llevado trabajo a casa? ¿Qué tipo de trabajo?

G) SALUD

15.- ¿Qué sabor le gusta más? (ácido, amargo, dulce, picante, salado)

16.- ¿Cuál es el sabor que le gusta menos? (ácido, amargo, dulce, picante, salado)

17.- ¿Cuál es la enfermedad que padece con mayor frecuencia?

H) HISTORIA DE VIDA

18.- ¿Qué lo entristece en su trabajo de Orientación?

19.- ¿Cuáles son los temores laborales del Orientador?

20.- ¿Qué genera dolor al Orientador?

21.- ¿Qué es lo que más ama de su trabajo?

22.- ¿Qué número de hijo ocupa en su familia?

23.- ¿Con quién vive?