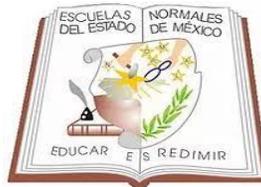




Escuela Normal de Coacalco



TESIS DE INVESTIGACIÓN

Los procesos de resiliencia durante la pandemia en los docentes de Educación Básica en nivel Primaria.

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN EDUCACION PRIMARIA PLAN 2018

PRESENTA

IAN RODRIGO RODRIGUEZ ARREOLA

ASESOR

MIGUEL ÁNGEL PÉREZ CORTÉS

COACALCO

JULIO 2022

"2022. Año del Quincentenario de Toluca, Capital del Estado de México".

ESCUELA NORMAL DE COACALCO

No. DE OFICIO: 30/2021-2022

NÚM. EXP. TIT/2021-2022

ASUNTO: Se autoriza trabajo de titulación para presentar examen profesional.

Cd. Coacalco, Edo. de Méx.; a 28 de junio de 2022.

C. RODRÍGUEZ ARREOLA IAN RODRIGO

PRESENTE

La Dirección de la Escuela Normal de Coacalco, a través de la Comisión de Titulación, se permite comunicar a Usted que ha sido autorizado el trámite correspondiente para la sustentación de su Examen Profesional, con el trabajo de Tesis de investigación titulado:

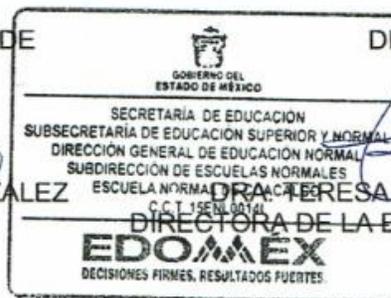
Los procesos de resiliencia durante la pandemia en los docentes de Educación Básica en nivel Primaria.

Lo que se comunica para su conocimiento y fines consiguientes.

ATENTAMENTE

PRESIDENTA DE LA COMISIÓN DE
TITULACIÓN

MTRA. SUSANA GONZÁLEZ GONZALEZ



DIRECCIÓN ESCOLAR

MTRA. TERESA DE JESÚS NARANJO DÍAZ
DIRECTORA DE LA ESCUELA NORMAL DE COACALCO

**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN SUPERIOR Y NORMAL
DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN NORMAL
SUBDIRECCIÓN DE ESCUELAS NORMALES
ESCUELA NORMAL DE COACALCO**

AGRADECIMIENTOS

Papá: Tú acompañamiento durante 20 años de mi vida, en mi formación académica son los mejores, luchaste y me diste lo mejor que pudiste en vida, gracias por cada lucha que hiciste, sabes que yo le di valor, sé que este último año no me estas acompañando porque estas en el cielo, te siento a mi lado cada vez que me desvelo, escucho tus palabras sabias cuando no creo poder seguir adelante, te extraño, pero te dedico este trabajo que con el sudor de mi frente te prometí terminar en vida y que sea donde estés, veas lo que logre a pesar de tu ausencia. Te amo papá gracias por todo.

Mamá: Mamita gracias por cada palabra de aliento que me das cuando no creí poder terminar mi proceso, por aguantar mis berrinches, molestias, enfermedades y colapsos, lo que estamos pasando no fue fácil pero aun así te mantuviste fuerte para levantarme, cuando veo tus ojos brillar de lo orgullosa que estas de mí, siento que no te estoy fallando, a pesar de tantas peleas sé que estas igual de estresada que yo, pero veras que este trabajo rendirá frutos y los compartiré contigo mamá te amo mamita, gracias por enseñarme que a pesar de todo nunca deje de luchar por mis sueños.

Hermana: También te dedico este trabajo, a pesar de todo me apoyaste moralmente y me presionabas para culminar este proceso, te adoro y gracias por compartir esta trayectoria conmigo, por darme lo más preciado en mi vida que es mi sobrina que es lo que me mantiene de pie, también sé que mi cuñado está al tanto de cómo voy, siempre contarán conmigo en lo que necesiten, gracias por ser la mejor hermana del mundo tú, mi sobrina y madre son mi pilar a seguir, no sabes cuánto te estoy agradecido por ayudarme en los dulceros, manualidades y cosas para mis niños.

Hermano: Que el proceso de papá es difícil, no vas entender lo que estoy haciendo porque te falta mucho por pasar en la cuestión académica, a pesar de eso cuentas conmigo, si no pelemos no somos hermanos, gracias por preocuparte cada vez que me viste trabajando en la tesis, las risas no faltaron y eso lo agradezco te quiero y échale ganas que ya te quiero ver titulándote.

Franyeli: Yo sé que tiene que pasar 6 años para que puedas leer esto mi niña, gracias por llegar alegrarme mis días, por hacerme sonreír cuando ya no tenía fuerzas de seguir, mi pahn pahn, no olvides que siempre contarás conmigo, te cuidaré y protegeré como mi hija que siempre quise tener, este trabajo te lo dedico con amor y el corazón en las manos.

Asesor Miguel: Realmente no lo quería defraudar, como se lo mencione en el primer foro no me fue muy bien, sé que deje mi trabajo por el colapso, pero gracias a eso que pude ver mis áreas de oportunidad y con base de eso trabajar, gracias por cada asesoría en la que me sirvió muchísimo, gracias por cada llamada de atención, este trabajo no solo es mío, si no de los dos, porque no hubiera podido sacar el trabajo en tan poco tiempo, gracias por seguir mis ocurrencias y me refiero al tema de mi trabajo que a pesar de que es complejo, usted entendió de lo que yo quería hablar, de nuevo gracias por el apoyo y compañerismo que me brinda.

Doctor Víctor: No sabe cómo me duele que usted no esté aquí, sobre todo porque recuerdo que yo no creía en mí, hasta que usted me levanto con sus sabias palabras, me hizo mención que yo sería “su gallo”, vio algo en mí que jamás cápate hasta hoy en día, al igual que mi papá, usted en la Normal fue un segundo papá que creía en mí, gracias por tantos aprendizajes, saberes y sobre todo consejos que hoy en día pongo en práctica.

Maestra Leticia Gómez: como no ponerla aquí en mi trabajo, fue la razón por la que elegí mi trabajo, fue la que introdujo a este curso de Educación Socioemocional, por el compañerismo y sobre todo por escucharme cuando me sentí deprimido, gracias por ser un pilar en mi formación docente.

Abuelita: Sé que eres la más orgullosa porque ya estoy por culminar lo que te prometí desde niño, eres otra madre para mí, el amor y apoyo que me das no lo cambio por nada, te mereces este título por toda la lucha que hiciste te adoro mi chabelita gracias por estar en los momentos importante de mi vida.

Abuelo: Estoy por terminar lo que me pediste desde niño, mi carrera y por fin en la familia tendrás a un licenciado.

Tíos y primos: Los amo, gracias por creer en mí, por motivarme siempre a ser mejor, por los buenos deseos y sobre todo el amor de familia que necesite en su momento, también ustedes forman parte de este gran proyecto de vida.

Mi titular de prácticas: Por darme la oportunidad de crecer como docente y persona.

A mis alumnos: Porque fueron mi motor para seguir y sobre todo el crecimiento que tuve como profesionalista.

Karen: Mi mejor amiga por el apoyo y sobre todo entender mi situación, una motivación que me hizo crecer como persona, gracias amiga por estar orgullosa de mi.

Iris: Por ser un pilar en mi vida, la persona que me motiva a crecer y ser el mejor.

Sandy: Gracias por escucharme y abrazarme cuando lo necesito eres muy incondicional.

Geraldine: Por escucharme y darme consejos, también por apoyarme cuando más necesito de alguien.

Montserrat: Desde que mi papa se fue tú y Jimena estuvieron para mí me acogieron cuando nadie lo hizo, gracias.

Jimena: Tú mi Jimenita gracias por ser incondicional y no abandonarme en ningún momento, por hacer sentir bien cuando estoy mal, gracias por todo amiga.

Diana: por el apoyo, en este proceso en el que estamos caminando juntos, sabes que cuentas conmigo siempre.

Índice

Introducción.	8
Competencias.	9
<i>Competencias genéricas.</i>	10
<i>Competencias profesionales.</i>	10
Capítulo I: Protocolo de investigación.	11
1.1 Planteamiento del problema.	11
1.2 Objetivos.	15
1.2.1 <i>Objetivo general.</i>	15
1.2.2 <i>Objetivo específico.</i>	16
1.3 Justificación.	16
1.4 Metodología.	17
1.5 Ventajas de la investigación descriptiva	18
1.6 Enfoque de la investigación descriptiva etnográfica.	19
Capítulo II: La resiliencia.	21
2.1 ¿Qué es resiliencia?.....	21
2.2 Origen de la resiliencia.	23
2.3 Resiliencia educativa.	26
Capítulo III: Docentes de educación básica.	28
3.1 ¿Qué es un docente?.....	28
3.2 Formación docente.....	30
3.3 El docente como ser humano.....	32
3.4 Objetos de estudio.....	33
3.5 Elaboración de reactivos.	34
3.6 Encuestas	35
3.7 La elaboración de las encuestas.....	35
3.8 Análisis y hallazgos.	38
3.8.1 Análisis por sujeto de estudio.....	58
3.8.2 Análisis por reactivo.....	63
Capítulo IV: La pandemia.	71
4.1 ¿Qué es la pandemia?.....	71

4.2 Formas de trabajo	71
4.3 Resiliencia vs educación socioemocional.	72
Reflexión.....	73
Conclusión.....	79
Bibliografía.....	83

Introducción.

Como se preside la resiliencia en pleno siglo XXI es la cuestión emocional y fundamental del sujeto para poder afrontar situaciones ante un hecho o suceso que afecta en la situación emocional, ocasionando certidumbre personal y laboral, es una palabra que ya es propia de la sociedad, además que dio un gran salto durante la pandemia.

Si bien esta palabra hoy en día es de manera personal, en la parte educativa es trascendental en el curso Educación Socioemocional con el fin de poder trabajar con los alumnos y alumnas estas áreas de autorregulación, resiliencia, empatía, etc. Aun llevando acabo esto, antes y durante la pandemia con los alumnos, es importante que los maestros tengan un respaldo en esta área, en la que primero debe estar estable emocionalmente y con esa estabilidad poder ejecutarlo en el aula.

En la investigación va enfocada a los docentes de educación básica, más preciso a nivel primaria, están contemplada de la escuela Lic. Benito Juárez turno matutino de la zona P064 ya que es un escenario de acercamiento y conocimiento.

El ver primero por la parte emocional del maestro antes que el alumno implica una situación algo complicada, es importante dar a conocer que su trabajo también depende emocionalmente, recordando que los maestros siendo profesionales también son seres humanos y por otro lado si nuestra estabilidad emocional en la parte social, personal, laboral, etc, no estan equilibradas, de ninguna manera se podrá brindar una buena atención u apoyo a los alumnos.

Si bien el quehacer docente es de alta demanda en la cuestión laboral, es importante rescatar que los maestros deben tener bases de responsabilidad con una resiliencia ya trabajada y estable, así mismo describiendo partes y puntos fundamentales establecidos en los objetivos, es válido lo que mencionen, porque es real sobre todo la gran carga que lleva un profesor ya sea social, laboral y personal, nuestra energía siempre debe estar en una frecuencia positiva, pero antes de eso debemos tomar en cuenta que hay una parte interna en los docentes y que debe ser apoyada por que como ellas mencionas “La práctica docente es de carácter social, objetivo e intencional. En ella intervienen los significados, percepciones y acciones de las personas involucradas en el proceso

educativo (alumnos, docentes, padres, autoridades, etc.). También intervienen los aspectos político-institucionales, administrativos y normativos, que, en virtud del proyecto educativo de cada país, delimitan el rol del maestro.” **Fortoul Bertha, Fierro Cecilia y Rosas Lesvia (2008 pág. 21)**. Todo lo mencionado es una carga, no hablo de lo administrativo si no emocional por qué se debe rendir cuentas de todos esos aspectos sin contar lo personal y familiar, este trabajo de investigación rescatara puntos importantes en la docencia además de como emocionalmente hablando le puede afectar en su labor y como es que las trabajan.

Si bien distintos autores y autoras destacan puntos importantes con base a la responsabilidad de los maestros, no se encuentran documentos que mencionen que la integridad personal y emocional de los docentes debe ser una estabilidad paralela, sino además de poder enfrentar situaciones de la misma índole con sus alumnos.

Es un caso real, primero se pone a los alumnos antes del maestro, por lo que en este trabajo de investigación tendrá el objetivo de rescatar, analizar y reflexionar acerca de la importancia que debe considerarse para el docente, es decir una estabilidad emocional, a pesar de todos los problemas presentes, dando énfasis en que antes de la pandemia había una percepción acerca de cómo trabajar las situaciones con un enfoque emocional, debemos tomar en cuenta que hay una parte interna en los docentes, que debe ser apoyada somos personas comunes que no por ser profesionales y servidores públicos se debe dejar a un lado.

Competencias.

Las competencias de acuerdo a la **Malla curricular 2018** menciona que se conforman a partir de los cinco trayectos formativos de los cuales permiten fortalecer habilidades en los estudiantes, en este caso de nivel Licenciatura, así mismo recato lo siguiente que se menciona en la página oficial “los trayectos formativos se interrelacionan para lograr el cumplimiento de las competencias genéricas y profesionales establecidas en el perfil de egreso del futuro maestro.” (**DGESuM 2018**) de acuerdo a lo ya mencionado para la

elección se tomó en cuenta el trabajo de investigación, así mismo fortalecer y cumplir de manera personal lo ya mencionado. Por otro lado, la **(LGSPD, 2013)** nos menciona en el capítulo Dos “**La Distribución de Competencias**” “**artículo 7**” los lineamientos que se deben ejecutar y como es que el educador debe llevarlos a cabo, además de hacer que el mismo docente no solo desarrolle una competencia si no más de una, generando, que las competencias que yo elegí son de suma importancia ya que se va a desarrollar tanto en el trabajo como de manera personal.

Competencias genéricas.

- Soluciona problemas y toma decisiones utilizando su pensamiento crítico y creativo.
- Aprende de manera autónoma y muestra iniciativa para auto-regularse y fortalecer su desarrollo personal.
- Aplica sus habilidades lingüísticas y comunicativas en diversos contextos.

Competencias profesionales.

- Integra recursos de la investigación educativa para enriquecer su práctica profesional, expresando su interés por el conocimiento, la ciencia y la mejora de la educación.
- Emplea los medios tecnológicos y las fuentes de información científica disponibles para mantenerse actualizado respecto a los diversos campos de conocimiento que intervienen en su trabajo docente.
- Utiliza los recursos metodológicos y técnicos de la investigación para explicar, comprender situaciones educativas y mejorar su docencia.
- Actúa de manera ética ante la diversidad de situaciones que se presentan en la práctica profesional.

- Orienta su actuación profesional con sentido ético-valoral y asume los diversos principios y reglas que aseguran una mejor convivencia institucional y social, en beneficio de los alumnos y de la comunidad escolar.
- Previene y soluciona conflictos, así como situaciones emergentes con base en los derechos humanos, los principios derivados de la normatividad educativa y los valores propios de la profesión docente.

Capítulo I: Protocolo de investigación.

1.1 Planteamiento del problema.

El interés surge desde la parte en la que me introduje en el curso de **Educación Socioemocional (2018)** que es y será una de mis asignaturas psicopedagógicas favoritas, en la que el ser humano desde que nace tiene que buscar la manera de adaptarse, sabemos que lo hace por medio de las emociones, también es interesante lo aprendido en el curso **Desarrollo y Aprendizaje (2018)** en una de las actividades del desarrollo en la infancia de los 0 a los 12 años de edad donde hacen mención que las emociones funcionan como principales mecanismos de comunicación o supervivencia, dando un claro ejemplo, cuando llora un bebé es la manera de pedir que le den de comer o lo limpien, ahora entiendo, un niño cuando necesita atención las emociones las refleja, por medio del berrinche o el enojo, uno sabe que para poder comunicarse, lo podemos hacer con las emociones, un claro ejemplo de esto, es mi sobrina de meses que para comer llora, si hace de baño se enoja, si ve a la gente y la reconoce sonrío, entre otras situaciones, uno analiza, reflexiona, te das cuenta que es un tema que resulta interesante.

Antes de la pandemia surge certidumbre y sobre todo miedo, **Cruz (2021)** rescata la emoción que más predominó durante este confinamiento, esta surge ante una situación sobre todo una problemática mundial del cual nadie esperaba, como fue el Covid 19, existe evidencia sobre el impacto del cual tienen los medios de comunicación sobre la emoción de la que se está hablando, se desconoce el impacto sobre todo la salud mental,

lo cual es de suma importancia por tratarse de un aspecto indispensable y esencial para la salud, conocido como bienestar biosocial, no sólo la ausencia de enfermedad.

En el contexto de la pandemia actual, según una revisión sistemática, 1 de cada 5 personas está en riesgo de desarrollar problemas psicológicos graves, sobre todo en el ámbito educativo, porque genera conflictos no solo como profesionistas de la educación, si no como ser humano, ante situaciones complejas, pero ¿Por qué complejas? Pues son cambios de los cuales no estamos preparados y al momento surge una situación, nos damos cuenta que es un golpe fuerte sobre todo en los maestros. Se vieron implicados en una adaptación, del cual surge un proceso no solo profesional si no personal y emocional, como sabemos la preparación docente es como la medicina nunca se va dejara de estudiar y actualizar ante eventos que permitan enriquecer el quehacer docente, por lo tanto en la parte de resiliencia las personas no reaccionan ante ciertas situaciones, algunos le llaman mecanismos de afrontamiento, por ejemplo **García del Castillo, Días y López (2015)** son algunos autores que permiten reflexionar los cambios que pueden generar personas emocionalmente hablando y el impacto que tiene la resiliencia, sobre todo el comportamiento ante una situación complicada, así mismo creo lo difícil que se presentó a la mayor parte de los maestros es la adaptación al cambio provocado por la pandemia.

¿Qué cambios surgieron en los maestros con la pandemia?, si prestamos atención, los cambios fueron bastantes, sobre todo en la situación tecnológica y académica, pero resaltamos la cuestión socioemocional, es notorio que en esta parte sea la más afectada, sobre todo por qué ahora en vez de tener una vida común fuera de la escuela, el trabajo de home-office chocan estas dos relaciones que es la personal con la profesional, por lo tanto en esta parte cuesta trabajo y resulta difícil separarlo, es complicado diferenciar la vida personal con la laboral, no solo de manera virtual, también es complejo hacerlo con la modalidad presencial porque surgen posiciones en las que uno mismo interpreta con acciones y dejamos a un lado lo que sentimos, recordemos que es complicado todo el tiempo ocultar lo que afligimos, son pocos los saben manejar situaciones en las que dejan cosas del hogar en el mismo y afrontar otras situaciones que surgen en el trabajo.

Algo que hacemos socialmente hablando, es una burbuja en la que problemas del trabajo los llevamos a casa y viceversa; un claro ejemplo fue el encierro por COVID 19 que se perdió estos escenarios, volviéndose uno mismo, algunas investigaciones como **Arregocés (2022)** en su artículo publicado con apoyo Organización Panamericana de la Salud (**OPS ,2021**) mencionan que la resiliencia hoy en día brilla por su ausencia, ya que permite que el ser humano busque grandes lecciones en el desarrollo de estas habilidades, ¿Cómo se modificó el procesos de resiliencia?, todo esto sucede a inicios de la pandemia cuando se suspendió las clases el 17 de marzo donde toda actividad escolar incluidas las preparatorias, licenciaturas y posgrados, educación continua y abierta cerraron sus instituciones además de que posteriormente se inició el trabajo a distancia.

A continuación se les muestra una línea del tiempo donde surge la pandemia y actualmente seguimos en ella ya con otros factores distintos a cuando inicio.



Desde ahí el miedo es la emoción que más predomino, de acuerdo a la Gaceta de Facultad de Medicina en la **UNAM (2020)** menciona que la emoción del miedo fue lo primero que se sintió al saber de una pandemia, recordando que las emociones son las sensaciones subjetivas y personales que incluyen componentes somáticos, las sensaciones corporales que proporcionan señales sobre lo que se está sintiendo, así

como el componente cerebral, que se considera una capacidad innata de la mente, para responder a lo que está sucediendo o está por suceder. Además, fue un momento en el que los docentes colapsaron por el cambio drástico de modalidad en su trabajo. Realmente como tomaron estos cambios lo docentes de básica y como interpretaron ellos mismos la resiliencia, sobre todo ¿Cómo los docentes hoy en día se consideran resilientes?, es algo que no sabemos o más bien hace falta ver si realmente conocen el verdadero significado de la resiliencia. Si bien en la línea se muestran tres años en los que hubo un antes y un durante, se sabe que el confinamiento fue un cambio grande en muchos ámbitos.

Si bien hablamos de lo laboral también hubo un cambio personal, ya sea físico y emocional que influye en la situación diría en una persona, por tal motivo es importante ver un antes y durante de la pandemia.

Cabe resaltar, en un ambiente laboral en general el ser resiliente y en ocasiones es la parte que menos se trabaja, a veces creemos transmitir una emoción y que ya estaríamos comunicando nuestro sentir o lo que estamos pasando pero no todo el tiempo es así, ahora si bien yo tuve la oportunidad de buscar documentos en los que hablar algo en la parte emocional de los docentes y el tocar este tema, produce miedo o poco interés a este gran tema que en lo personal me encanta por dos situaciones.

En primera como se mencionó el docente debe estar en su merced para poder apoyar a sus alumnos, por que recordemos que nosotros si tenemos un bienestar, podemos aportar a los demás, y segundo es para analizar y reflexionar nuestros proceso en la resiliencia, muchas veces escuche, “que el niño tiene una situación de bullying” o de “una pérdida de un familiar”, que “el papá engaño a la mamá” o viceversa, si los alumnos deben ser primero, yo considero que no es así, el primero deberá ser el maestro, ya que debe estar bien y deberíamos preocuparnos por tener una estabilidad, porque en el momento que un alumno presente una situación con las que se mencionó o entre otras uno ya será más resiliente y con la capacidad de poder apoyar a ese alumno que necesita ayuda, ahora el maestro es el que mayormente mantiene una fuerte interacción en las dimensiones que mencionan las autoras **Fortoul Bertha, Fierro Cecilia y Rosas Lesvia (2008 pág. 21)** en su obra “transformando la práctica docente” a pesar de ser una

investigación-acción solo recupero la parte de las dimensiones y la relación que debe tener con estas, pero es complejo y genera un peso a los maestros porque son los que encabezan una gran responsabilidad por la interacción con los distintos contextos que nos rodean.

Realmente los docentes somos los que batallamos con la educación de los alumnos, también están los padres de familia, la sociedad, la carga administrativa, y sumando a eso los problemas en casa y personales; imagínense en cada sonrisa detrás hay una lucha de titanes, el miedo de dejar la comida, la tristeza por un familiar enfermo, angustia que le pueda pasar algo o a sus hijos o pareja y así como las emociones negativas también hay emociones positivas o poder ver emociones mixtas.

La razón por la que quiero tocar este tema como docente y persona fue la pérdida de mi padre, me afectó tanto la parte laboral y personal que al momento de estar frente al grupo, situaciones de los alumnos o sobre todo uno, con la misma noticia de que su papá falleció, en ese momento quedas fracturado por un momento, cuestionando cosas como adulto y así muchos de los maestros día con día se enfrentan situaciones en las que uno no sabe cómo reaccionar, como maestro hubiera cometido errores porque en ese momento no estaba en la sintonía de ser resiliente, ahora el concepto de esta palabra clave es más de superación de acciones, que implica, acciones tales como “ay ya se me olvidó la “x” situación de ayer”; es llevar un proceso en el que se debe buscar apoyo de profesionales para poder crecer y que el sujeto pueda lograr dicho proceso además que le permita, como persona autorregular sus emociones, cuando uno es pequeño no le damos mucha importancia a la situación que se suscita en el momento.

1.2 Objetivos.

1.2.1 Objetivo general.

Describir el comportamiento resiliente en los docentes de básica en nivel primaria analizando y reflexionando el proceso de resiliencia antes y después de la pandemia.

1.2.2 Objetivo específico.

- Describir si es necesario el apoyo socioemocional, para rendir mejor en su quehacer docente.
- Diferenciar emocionalidad con resiliencia.
- Identificar problemáticas a causa de la falta de regulación de emociones.
- Efectos emocionales que tuvo la pandemia en los docentes.

1.3 Justificación.

Los beneficios de este tema de investigación son los profesores de cualquier nivel a pesar de que este enfocado para nivel primaria, tiene la intención de ayudar a reflexionar no solo el trabajo arduo de un docente de primaria si no tomar como punto de referencia a la pandemia mundial en la tuvo un gran impacto social, laboral y personal cuyos cambios hasta la fecha son notorios, además en la parte emocional, también permite no solo ayudar a los docentes en formación primaria, es importante también darle mucho foco a este de tema de la resiliencia, que hoy en pleno siglo XXI y sobre todo parte de la pandemia en los docentes salimos afectados, porque somos seres humanos y que es bueno reconocer lo que sentimos para crecer y seguir adelante.

Este trabajo de investigación, lo que quiero lograr es un impacto en el futuro, que más generaciones puedan tocar situaciones que involucre a los a los docentes, considerando que los maestros necesitan expresar sus necesidades y digo necesidades porque la emocionalidad debe ser una necesidad básica en la que se tiene que trabajar para regular y llevar un proceso de resiliencia, no solo en los maestros si no en todos. Además, creo que en algún futuro otras generaciones también les podrían generar interés este documento.

En ciertas ocasiones, a lo largo de nuestra vida nos tenemos que enfrentar a situaciones que nos superan claramente: puede ser una ruptura en una relación de pareja, la pérdida de un ser querido, enfermedad, tener que atravesar por determinadas dificultades

económicas, fracasar en ese proyecto al que le habíamos puesto tanta ilusión... y es ahí cuando necesitamos los beneficios de la Resiliencia.

Las dificultades forman parte de la vida. Cuando nos suceden nos sitúan frente a dos caminos: decaemos, nos damos por vencidos, nos sobreponemos ante las circunstancias hay que aprovechar para lograr más experiencia, para salir fortalecidos de ellas si esto es a lo que se le conoce como resiliencia.

Los principales beneficiados de este trabajo serán los docentes de educación básica en nivel primaria pero puede en globalizar a todos los docentes, lo platique al inicio somos los que trasmitimos seguridad o bienestar emocional en los alumnos, permite cumplir objetivos y metas, es de suma importancia recalcar que con esta investigación tiene la posibilidad o intención de poder lograr apoyar a los profesores como a los alumnos y ambos serian beneficiados, también permitir que el docente, tenga apoyo en esta situación socioemocional.

La clave de este trabajo de investigación es partir de la formación docente sobre todo la regulación emocional, como lograr un proceso desde la parte personal, en el momento que uno este frente a grupo, y aporte el educador más de lo que se piensa a sus alumnos. Si bien es verlo como curso en la Normal y otra cosa es llevarlo a cabo uno mismo siendo docente ya sea titular o en formación que es necesario ver la regulación de emociones, el proceso de resiliencia e implementarlo siendo un taller de apoyo en los docentes en formación o frente a grupo ya que también permite ver qué tal resilientes o capaces son de controlar sus emociones, el estar con sus alumnos y que estos problemas se detectan desde las prácticas profesionales.

1.4 Metodología.

La investigación descriptiva según **Tomayo Tomayo (2007)** se encarga de puntualizar las características de la población que está estudiando. Esta metodología se centra más en el “qué”, en lugar del “por qué” del sujeto de investigación. Por otro lado, nos menciona que en la parte científicamente hablando la investigación, debe contener una

metodología, la cual es un enfoque general para lograr el objetivo de la investigación con precisión, ya que presenta métodos y técnicas para realizar investigaciones.

En otras palabras, su objetivo es describir la naturaleza de un segmento demográfico, sin centrarse en las razones por las que se produce un determinado fenómeno. Es decir, “describe” el tema de investigación, sin cubrir “por qué” ocurre.

La metodología se pretende utilizar en este trabajo por lo ya mencionado anteriormente sobre todo en la parte de analizar y reflexionar acerca del tema de investigación. Dado que se encuentran en un ambiente cómodo, las características observadas son naturales y efectivas. En la investigación descriptiva, permite que el investigador puede elegir entre ser un observador completo, observar cómo participante, un participante observador o un participante completo.

Según **Sampieri (2014)** el menciona que el principal objetivo es describir fenómenos, situaciones, contextos y sucesos, además de que permite recuperar y detallar las situaciones de cómo son y cómo se manifiesta. Ya se mencionó arriba, creo que sirve por el tipo de investigación a pesar de que el autor lo toma un estudio de alcance también es utilizado como metodología. Una gran aportación de un autor es:

“Se propone este tipo de investigación describir de modo sistemático las características de una población, situación o área de interés.” **(Tomayo Tomayo, 2003, pág. 3).**

1.5 Ventajas de la investigación descriptiva

Algunas de las principales ventajas de la investigación descriptiva son:

La investigación descriptiva puede llevarse a cabo utilizando métodos específicos de recolección de datos como el método de observación, estudios de casos y encuesta. Entre estos tres, se cubren todos los métodos principales de recolección de datos, lo que proporciona información para futuras investigaciones o incluso para desarrollar hipótesis del objeto de investigación.

Del cual solamente utilizaremos las encuestas semiestructuradas ya que son más directas y permite localizar hallazgos. Dado que los datos recopilados son tanto cualitativos como cuantitativos, se tiene una comprensión holística de un tema de investigación. Esto hace que los datos que no se planearon para ser recolectados sean rastreados y que los datos sean variados, diversos y exhaustivos.

La investigación descriptiva permite que la investigación se lleve a cabo en el entorno natural del encuestado, lo que garantiza la recopilación de datos honestos y de alta calidad.

Ahora bien, la investigación tiene objetivo solo describir puntos ya mencionados como la resiliencia y sus procesos sobre todo como es de interés, aunque no es muy sonado o relevante muchos creen que tocas estos temas de resiliencia y emocionalidad para generar controversia pero pueda que permita tener más visibilidad el tema del que se está hablando.

1.6 Enfoque de la investigación descriptiva etnográfica.

“Esto ha llevado a una distintiva falta de ortodoxia en la etnografía como una aproximación general a la descripción e interpretación de un grupo sociocultural, y los autores necesitan ser explícitos acerca de cuál escuela es la que expone cuando discuten su aproximación, especialmente si ha sido asumida por investigadores en campos fuera de la sociología y la antropología, como las ciencias de la salud y la educación” **(Creswell, 1998 pág. 8)**. Ahora creo que la importancia de la utilización de este enfoque, va de la mano con la metodología descriptiva haciendo énfasis en el estudio el comportamiento social, pero describiendo cambios y puntos clave donde se pretende rescatar.

El objetivo inmediato de un estudio etnográfico es crear una imagen realista y fiel del grupo estudiado, pero su intención y mirada va más lejana en contribuir, la comprensión de sectores o grupos poblacionales más amplios que tienen características similares. Esto se logra al comparar o relacionar las investigaciones particulares de diferentes autores. La intención básica de toda investigación etnográfica es naturalista, es decir,

trata de comprender las realidades actuales, entidades sociales y percepciones humanas, así como existen y se presentan en sí mismas, sin intrusión alguna o contaminación de medidas formales o problemas preconcebidos.

“La etnografía estudia descriptivamente las culturas y en la sociedad moderna puede asumir para su estudio a una familia, una situación educativa, una fábrica, una empresa, un hospital, una cárcel, un gremio obrero, un club social y hasta un aula de clases, son unidades sociales que pueden ser estudiadas etnográficamente. También, son objetos de estudios aquellos grupos sociales que, aunque no estén asociados o integrados, comparten o se guían por formas de vida y situaciones que los hace semejantes como los alcohólicos, los delincuentes, las meretrices, los mendigos, etcétera” **(Martínez, 2007 pág. 21)**. Es importante observar las posturas de los autores que en mi perspectiva es algo lógico ocupar y más sobre el tema de mi investigación en el que se estudia un grupo de personas en este caso (maestros de nivel primaria y docentes en formación) en los que muchas veces tienen situaciones que ser exploradas y dar vitas a estas problemáticas que a lo mejor existen desde hace tiempo, pero no son tan sonadas como otros problemas educativos.

Posteriormente antes de entrar más a fondo con el tema de la resiliencia en los docentes de educación básica en nivel primaria, es importante dar a conocer la definición y sobre todo como es que hay relación, también se descubrirá, que tanto se sabe de la resiliencia en educación básica y sobre todo como es que la dan a significado en documentos oficiales, cierto es que hoy en pleno año 2022 la resiliencia junto con la pandemia son elementos que son tocados, esto lo toca **Santana (2021)** la resiliencia a pesar de ser una definición con enfoque científico de manera retórica tiene pertenencia la psicológica, más por la transformación y evolución de la cosas (mente), por lo que en el siguiente capítulo además de tocar parte de la definición de la resiliencia históricamente, también como es importante vincularla en la educación.

Capítulo II: La resiliencia

2.1 ¿Qué es resiliencia?

La palabra resiliencia es un concepto tocado hoy en día y general si hablamos acerca de la superación de situaciones ante problemáticas que se nos presentan, pero ¿Cuándo realmente surgió?, ¿A qué se le conocía como resiliencia?, para esto nos vamos a guiar de **Rodriguez (2018)** con su artículo “Una revisión al constructo resiliencia. Historia y panorama actual” en la que rescata distintos autores y **Santana (2021)** con su conferencia “el docente como generador de resiliencia”, permitiendo desarrollar una línea del tiempo estableciendo fechas, autores que mencionan, la definición que se daba en esos momentos.

La línea del tiempo es una técnica utilizada en contextos educativos, sea en libros de historia o en exposiciones, ya que permite ordenar secuencialmente la información a lo largo de una línea o una flecha que indica la dirección del paso del tiempo histórico. Por lo tanto, con ayuda de este organizador nos permitirá recabar información de las distintas definiciones de la resiliencia a partir de una fecha hasta hoy en pleno 2022, además de aportar y enriquecer más sobre la información acerca de lo que se está hablando.

1942

Las autoras tanto Rodriguez (2018) y Santana (2021) menciona que la resiliencia descrita por **Scoville (1942)** que se refiere a situaciones peligrosas que no afectan a los niños.

1969 a
1971

La autora Rodriguez (2018) rescata dos autores en los cuales realizaron estudios y determinaron la resiliencia como “un estudio de la invulnerabilidad” que fue bastante amplio, estos investigadores son **Anthony (1969)** y **Garnezy (1971)** que se dedicaron a varios trabajos a este tópico”.

1985

Por otro lado, en Rutter (1985) adopta la resiliencia y forma parte fundamental en la psicología, pero haciendo énfasis en la resistencia como primer obstáculo para ser una persona resiliente.

2017 a
2018

Rodriguez (2018) retoma la resiliencia como la construcción social y dando énfasis en lo siguiente “denomina como segunda generación de estudios, el concepto de resiliencia es ampliado en dos líneas principales a saber: la resiliencia como proceso, y la resiliencia aplicada a programas de intervención social” (García & Domínguez, 2013).

2017 a
2018

Según la OPS (2020, pág.1) nos dice que la resiliencia es entendida como la capacidad del ser humano para hacer frente ante las adversidades de la vida, aprender de ellas, así mismo recordemos que también es parte fundamental como vital para superar y transformar dichas situaciones que no hicieron pasar este proceso.

La información es rescatada por medio de documentos que nos permitan ver la evolución de la definición de la resiliencia. Rescatado en mayo de 2022

Es importante darnos cuenta en la parte de la resiliencia como un proceso y no una cualidad con la que algunas personas nacen; para que podamos aprenderlo, promocionarlo y enriquecerlo día a día.

Nuestra primera misión fue reconocer las cualidades, habilidades, escenarios y recursos de manera personal que nos ayudaron a través de experiencias estresantes y negativas en el pasado: la resiliencia es la visión positiva de sobre cómo somos y está ahí en donde encontraremos estrategias y mecanismos para afrontar momentos difíciles.

Otra aportación sería la que omite un autor que tiene perspectiva por una experiencia y que está de la mano o alejado a una definición más reciente “La resiliencia no es una capacidad innata ni una forma de entender y afrontar la vida que aparece por sorpresa, no es un súper poder ni una técnica automática que se activa ante la adversidad” **(Frankl, 1946 pág. 12)** es cierto, muchos creen que nunca fueron resilientes, pero creo que aunque no conocíamos el valor y significado que tiene serlo, porque no era común más adelante se tocará la resiliencia junto con la pandemia y nos daremos cuenta que ahora es una palabra ya utilizada ante toda la sociedad.

Cuando te dan una definición de la resiliencia mencionan que es el proceso de adaptarse bien a la adversidad, trauma, tragedia, amenazas o fuentes significativas de estrés, como problemas familiares o de relación, problemas de salud grave o factores estresantes académicos o financieros. **(Furiati, García, Bautista 2020)**

La resiliencia no significa que la persona tenga un obstáculo al enfrentarse ante dificultades eso es claro. El dolor emocional y la tristeza son común en personas que han experimentado grandes adversidades o traumas en sus vidas. La resiliencia no es una característica que los humanos tengan o carecen en tenerla. Incluye comportamientos, pensamientos y acciones que cualquier persona puede aprender y desarrollar.

Por otro lado, según estas autoras **Domínguez y García (2013, pág.65)** ellas le dan a la resiliencia cuatro definiciones una de ellas es: 1- “Aquellas que relacionan el fenómeno con el componente de adaptabilidad.” La otra sería 2- “Las que incluyen el concepto de capacidad o habilidad.” posteriormente 3- “Las que enfatizan en la conjunción de factores internos y externos.” 4. “Las que definen Resiliencia como adaptación y también como proceso” cierto es que hoy en días estos tres ahora forman una sola definición eso lo vemos con la **Organización Panamericana de la Salud (OPS)** que ya es más reestructurada y principalmente por los acontecimientos que surgieron desde el 2020 en la pandemia mundial.

¿Pero una combinación de factores puede contribuir el desarrollo de la resiliencia?, muchos estudios demuestran que uno de los factores más importantes en la resiliencia es tener relaciones de cariño y apoyo dentro y fuera de la familia. Relaciones que emanan amor y confianza, que proveen modelos a seguir, y que ofrecen estímulos y seguridad, que contribuyen a afirmar la resiliencia de la persona.

2.2 Origen de la resiliencia.

La resiliencia surge como parte de la ciencia de la física que consta de dos elementos: la capacidad de resistir la adversidad, la capacidad de soportar grandes demandas y

presiones, y la capacidad de superar las dificultades, aprender del fracaso y agregar, transformar creativamente los aspectos negativos en nuevas oportunidades y beneficios.

No fue hasta **1972** que **Michael Rutter** adoptó la resiliencia en las ciencias sociales, entendiendo, como la resiliencia parte del afrontamiento de situaciones y realizando investigaciones que se centraron en personas que habían vivido experiencias límites: campos de concentración, niños pobres que habitan en las calles o mujeres maltratadas.

Otro gran pionero en el origen de la resiliencia como parte de las ciencias sociales, fue el investigador **Boris Cyrulnik**, que con su experiencia en el campo de concentración le permitió desarrollar un proceso de resiliencia el cual la psicología y la tanatología pudieran comprender y estudiar a individuos que a partir de una situación de capacidad, en la que un sujeto pueda superar circunstancias traumáticas como la muerte de un ser querido, un accidente, problemas económicos, etc.

Ahora en la línea del tiempo anterior, podemos observar que la definición tuvo modificaciones dependiendo a las necesidades que la sociedad va exigiendo, pero sin antes recordar que la resiliencia no es un don o algo genético: la resiliencia no es una cualidad innata, sino algo que necesita ser practicado. No existe una fórmula mágica, pero puedes desarrollarla en cualquier etapa de tu vida, tanto de niño como de adulto.

Existe una gran brecha en torno al concepto de resiliencia, tanto por la escases de información en una sintonía cronológica en la que surgió y su variabilidad en el tiempo, como por el consenso en las definiciones (**Rodríguez 2018**), como se mostró en la línea del tiempo, la resiliencia a pesar de sus distintos usos, tuvo un mismo interés y ese fue el poder ayuda a las personas afrontar situaciones adversas.

La construcción del concepto se ha intentado explicitar su campo de acción en la psicología, es decir, formas de pensamiento y actuación que lo elevan al estatus de constructo en una disciplina, **Rodríguez (2018)** recupera autores en los que le permitió entender de manera histórica las aportaciones tanto de cómo trabajar la resiliencia, así mismo como la definición, “El concepto resiliencia a grosso modo, se define constantemente en virtud de dos atributos. Por una parte, la resiliencia sería una capacidad global de la persona para mantener un funcionamiento efectivo frente a las

adversidades del entorno” (**Cuervo, Yanguma & Arrollave, 2011; Trujillo, 2011**). Esto quiere decir que a pesar de sus distintas transformaciones ante un significado propia a la dirección que le estaban dando los autores es similar ya que permite entender al sujeto como alguien que es capaz de afrontar situaciones y que las supera. Desde 2016 la RAE ya reconoce este uso y recoge su nueva acepción: “capacidad de adaptación de un ser vivo frente a un agente perturbador o un estado o situación adversos” se refiere a que nadie más puede superar una problematización ya que es personal, logrando una evolución y adaptación propia.

La palabra resiliencia procede del latín, del verbo resilio, que se traduce como «saltar hacia atrás, rebotar». En un principio es un término que se emplea en Física para hablar de los materiales que pueden resistir un impacto y volver a su forma original (como el junco que se pone de ejemplo, sin ir más lejos). Su utilización en psicología y sociología es más reciente.

Precisamente, el concepto de resiliencia ha evolucionado en las últimas décadas; en principio, se consideró una posibilidad; seguido de un proceso, para reaccionar ante una variedad de situaciones que afectan a los individuos según el contexto histórico y la referencia; actualmente está diseñado como una propuesta esperanzadora con, alternativas de interferencia.

Foronda y Vélez (2021 pág. 85) recatan a los autores **Ospina & Jaramillo (2005)** nos mencionan que el origen de la resiliencia se toca en los años 50 concebida como una resiliencia comunitaria y que es gracias a eso, empiezan detectar sobre todo comprender las nuevas formas y tendencias de los atributos individuales y condiciones familiares o sociales cuyo objetivo es hacer frente procesos psíquicos de situaciones adversas.

Según **Foronda y Vélez (2021 pág. 85)** nos dicen que en el caso de la resiliencia comunitaria, trasciende el concepto de resiliencia individual, pues centra la atención en el fenómeno de las comunidades resilientes, se debe ser mención, hoy en día en pleno siglo XXI la resiliencia se presta más de manera individual, no hay una relación en grupo social, puede que sean factores en los que generen este resiliencia, por otro lado las autoras nos mencionan contar con una capa protectora frente a las características y costumbres de la comunidad, permitiéndoles hacer frente a los eventos negativos.

2.3 Resiliencia educativa.

Debemos saber que la resiliencia educativa es la capacidad que tienen los estudiantes para obtener un buen rendimiento a pesar de sus circunstancias sociales, económicas o familiares. Si bien la resiliencia en documentos oficiales es algo complicado de encontrar hay un sin fin de autores que tocan este tema, según **De Jesús (2018)** resalta que la docencia hoy en día indiquen un buen desempeño en su quehacer docente, pues suele estar enmarcado ante situaciones algo adversas, es importante retomar esto en el sentido que el profesor detecta situaciones de riesgo y que afectan en su labor docente, esas problemáticas provocan situaciones en su intervención; a que quiero llegar con esto, la resiliencia no solo debe ser centrada en un solo individuo ya sea cualquier actor dentro del contexto institucional, si no muchas veces el docente debe combatir situaciones complejas sin conseguir ayuda antes de afrontarlas.

Citando al mismo autor él dice que: “Hoy más que nunca a partir de la incertidumbre del futuro que le depara a la Reforma Educativa, es necesario que los docentes y todos los actores que participamos en el sistema educativo mexicano, pongamos en marcha el mecanismo de autoayuda (resiliencia) que permita superar traumas y heridas.” **De Jesús (2018)**, si observamos la problemática que presento en mi trabajo de investigación es algo no se concibe en documentos oficiales, se pretende ya trabajar esta capacidad, además el considerar que el docente fuera de ser profesionista es ser humano.

Sin embargo, la siguiente cita permite un poco más entender que la resiliencia es una parte fundamental en la que no solo la escuela es encargada si no la parte social también ejemplo de esto, “Aunque es innegable que la escuela es el lugar clave para la tutoría en resiliencia, también es cierto que los hay en la familia o en las relaciones sociales-comunitarias.” **Silas (2009, pág. 83)**, claramente debemos entender que la resiliencia es extensa que permite favorecer distintos contextos de un sujeto.

Por otro lado, **Rivero (2020)** menciona que la resiliencia en la educación permite mejorar el aprendizaje y sobre todo prevenir patologías o problemas psicológicos como ansiedad, baja autoestima o falta de habilidades sociales. De ahí la importancia de desarrollarlo en los estudiantes a través de actividades concretas, tanto en la escuela como en la familia.

Sin mencionar antes que para poder realizar esto, el docente debe estar preparado, si bien en el ámbito curricular, pedagógico creo que también es válido la estabilidad personal para poder generar confianza y entrar a una interacción más humanista.

Además, creo que, si existe una relación directa entre el aprendizaje y la resiliencia, lo que genera problemas de abandono o deserción escolar por esta falta de capacidad. Como resultado, los estudiantes con poca resiliencia no creen en sus propias habilidades, baja autoestima, ocasionando más miedos que sus compañeros y, a menudo, están más ansiosos. Todo esto sin duda afecta a su aprendizaje. Además, el desarrollo de la resiliencia requiere un trabajo cognitivo causa un efecto positivo en el ámbito educativo.

La educación compleja, hoy en día es un proceso que exhibe las mismas características del pensamiento y de las personas de nuestro tiempo: multidimensional, siempre abierto a una transformación cada vez más difícil que le obliga a cumplir con su misión existencial: establecer su diferencia y construir su singularidad. Es necesario escuchar menos sobre la vulnerabilidad y más sobre la capacidad de superar la experiencia de la adversidad: el estrés, el trauma y los riesgos de la vida personal, incluidos el abuso, la pérdida y el abandono, o simplemente el estrés general de la vida.

Si bien distintos autores y autoras destacan puntos importantes con base a la definición de resiliencia, justo también es importante tocar la importancia del docente sin antes buscar definiciones, con ayuda de los diseños curriculares y apoyo de documentos oficiales se permitirá entender, las relaciones de ambos conceptos para lograr cumplir con los objetivos, recordemos que los docentes tiene una integridad personal y emocional en la que pueda enfrentar situaciones de la misma índole con sus alumnos.

Capítulo III: Docentes de educación básica.

3.1 ¿Qué es un docente?

Con ayuda de otra línea del tiempo se rescatara información en las que nos permita no solo recuperar información histórica si no analizar y reflexionar que tanto interés se le daba al docente en los años en que la resiliencia estaba en construcción:

1949

1949 se fundó la Escuela Normal para Profesores, con un enfoque socialista, que pretendía hacerlas fuertes físicamente, orientarlas en busca del progreso y el bienestar, con el fin de preparar la venida de mejores tiempos para todos los mexicanos.

Uno de los primeros y fuertes problemas al que se enfrentaron los maestros socialistas fue la oposición encabezada por el alto clero católico. Esto se inició desde antes de que la reforma fuera puesta en marcha a la llegada del Presidente Lázaro Cárdenas.

1960 a 1970

En estos periodos de tiempo Allori y Castillo (2006) mencionan que los maestros en esta época van más dirigidos a la tradición de centralización que aplica a la supervisión del trabajo de los profesores. El contenido y los métodos de enseñanza están controlados.

1980

Muñoz (2015) nos menciona la historia de estos maestros y maestras donde se encuadra en los años setenta, cuando comienzan los Movimientos de Renovación Pedagógica iniciándose de forma clandestina para después visibilizarse al acabar la Dictadura Franquista.

2017

Unesco 2017 menciona que los docentes representan una de las fuerzas más sólidas e influyentes con miras a garantizar la equidad, el acceso y la calidad de la educación. Ellos son la clave del desarrollo mundial sostenible. No obstante, su formación, contratación, permanencia, estatus y condiciones de trabajo son temas que siguen siendo preocupantes.

2017

Un docente tiene varias funciones a ejercer, entre ellas se encuentran la posibilidad de facilitar de toda forma posible el aprendizaje al alumno, para que éste pueda llegar a alcanzar la comprensión plena de la materia o área que se está enseñando.

La información es rescatada por medio de documentos oficiales con el fin de rescatar la definición de docente. Rescatado en mayo de 2022

Menciona **Vivas García (2003)**, que la educación tradicionalmente se ha centrado en el desarrollo del intelecto, y que ahora hay una situación con el olvido de lo emocional que es interesante por qué son pocos los que tocan y sobre todo trabajen en el área psicopedagógica.

Otro de los autores más importante es, **Freire (2010, p.63)**, que para el rol docente lo expresa de la siguiente manera: "mi papel en el mundo, como subjetividad curiosa, inteligente, interferidora en la objetividad con que dialécticamente me relaciono, no es solo el de quien constata lo que ocurre sino también el de quien interviene como sujeto de ocurrencias". Dando entender que, desde su punto constructivista, el docente es facilitador, modelador, coordinador, mediador y participante, en todo lo que concierne a los intereses de los niños y sus necesidades. Lo cual permite mencionar lo siguiente "si no estás bien, como pretender ayudar a los demás" y cierto es por al final una persona con situaciones complejas.

El docente tiene muchos significados y de distintos autores que a su vez cada uno le da una tonalidad distinta, por ejemplo, **Nieva y Martínez (2016)** hacen referencia que la docencia forma como parte de un quehacer estructurada sistemáticamente, que le permita formular y materializar un proyecto de vida acorde con sus saberes pedagógicos y el desarrollo de su potencial personal, social y educativo. Nosotros como factor y variación de sí mismo, de la sociedad y de la cultura. Creo que antes que ser un

profesional con un conocimiento elevado de saberes, es importante recalcar que no somos robots, ni perfectos, somos seres humanos como cualquier persona y que se debe entender que antes de ser maestros, papás, hermanos, tíos, hijos, etc. Las distintas posturas de los significados de ser docentes emplean muchas características.

La **UNESCO (2021)** nos comparte que la docencia es una parte fundamental y de las partes más sólidas que permiten garantizar la equidad, el acceso y la calidad de la educación. Además de que no comparte una Declaración de **Incheon**, que dice lo siguiente: “asegurar que los docentes y educadores tengan las competencias necesarias, sean contratados y remunerados de forma adecuada, reciban una buena formación, estén profesionalmente calificados, se encuentren motivados, estén repartidos de manera equitativa y eficaz en todo el sistema educativo, y reciban apoyo dentro de sistemas dotados de recursos, eficaces y bien administrados”. Lo cual hace referencia a la formación docente, además de las competencias que tendría que tener y desarrollar el mismo para llevar a cabo un quehacer docente, si no de excelencia, sea con vocación y amor a su trabajo.

3.2 Formación docente.

En el apartado “PROGRAMA DE FORMACIÓN DOCENTE DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR” (2022) nos explica que, para la actualización y capacitación de maestras y maestros, para la Nueva Escuela Mexicana en una visión humanista, es la parte en la que el docente debe desarrollar una base cultural en la que le permita comprender otros saberes y que abone al desarrollo integral de los alumnos y sociedad.

Una de las situaciones que se recupera de docente: “implica promover el aprendizaje para una cultura de paz, la activación física, el deporte escolar, el arte, la música, el civismo y la inclusión. La construcción del aprendizaje deberá transitar de una posición individualista a un principio de comunidad, de participación colaborativa y de solidaridad” **MCCEMS (2022)**, estas competencias se deben desarrollar en un docente que este en el proceso de formación para ejercer una profesión del enfoque ya mencionado y así mismo dar un mejor rendimiento en su intervención docente.

Por otro lado, la **“Coordinación Estatal del Servicio Profesional Docente” (recuperado 30/mayo/2022)** “La formación continua de los docentes del Sistema Educativo Estatal es un proceso permanente para ampliar sus conocimientos, fortalecer sus competencias y habilidades, para la mejora de su práctica con impacto en el logro de los aprendizajes de las niñas, niños y adolescentes mexicanos.” Si bien es similar al anterior uno es más general que el otro, además de que en este año 2022 con la llegada de la Nueva Escuela Mexicana (NEM) se deben enfocar en las nuevas necesidades y por lo tanto el docente debe desarrollar habilidades y competencias cubriendo lo ya antes mencionado.

Otra postura es el de **Nieva y Martínez (2016)** que nos dicen que el docente como sujeto de la formación determina y manifiesta en su acción educativa sus peculiaridades como entidad social. A través de sus relaciones e intercambios con sus alumnos, promueve su desarrollo, su implicación en los problemas sociales y la participación en su transformación cultural. Se trata de que la educación sea parte de una cultura, educadores y educandos involucrados en su construcción y reconstrucción, en su sustentabilidad y desarrollo.

En el acuerdo **“14/07/18”** en el **Anexo 1**, menciona que una transformación pedagógica implica en la actualización y rediseño curricular, en el que permita adecuarse a los planes de estudio para la formación inicial de maestros y maestras, de educación básica, es imprescindible que los enfoques, fundamentos y orientaciones pedagógicas se correspondan con los que se proponen en el currículo de la educación básica a fin de que exista una mayor congruencia entre ellos y se garantice un nivel de dominio más amplio en los futuros maestros para su puesta en marcha. Permitiendo una congruencia de los que se trabaja en Las Escuelas Normales y Básica. Así mismo los docentes con esta actualización y ajuste en los rediseños curriculares provocan o provocó incertidumbre como ya lo vimos ese reajuste que se llevó a cabo en el 2018, pero en 2022 habrá con otro con la llegada (NEM) generando incertidumbre entre los docentes de nivel básica.

3.3 El docente como ser humano.

Debemos aprender la diferencia que hay una entre ser “humano” a ser “profesionista” y que son contextos distintos haciendo ejercicios meramente precisos y que deben tanto separarse como respetarse, en el que no deben involucrarse para no interferir y dañar una relación o actividad.

López (2014) menciona que para un mejor trabajo y proceso de enseñanza es necesario ver y preocuparse primero por él, permitiendo una labor más auténtica y eficaz en su intervención docente. Por otro lado, **Montes de Oca (2019)** desarrolla en su obra “ser maestro: ser humano” una visión en la que entiendes y comprendes que trata de las bases de la autodeterminación individual, del crecimiento comunitario y de la participación, desde el liderazgo de clase local hasta la participación global, buscando potenciar la condición inclusiva de las personas, con más libertad, más comunidad y menos egoísmo, renunciando a los derechos sobre todo los deberes reales del hombre con respeto a la vida propia, de los demás y al mundo; Son situaciones a reflexionar para encontrar sentido al proceso de formación-educación.

El maestro pone mucho de su persona en la labor que realiza. Sobre todo, estar con la disposición al límite, a pesar de que tengamos situaciones, una sonrisa en el rostro hace alegrar no solos a nuestros alumnos, hasta los mismo colegas o padres de familia les estas transmitiendo un sentimiento, pero por dentro estemos pasando hasta por la misma situación, un maestro es valiente, sobre todo el poder respetar su trabajo como su vida social y familiar. Según **Ayala (1998)** “En la personalidad del profesor, como en cualquier otra persona, existen expresiones de su disposición de ánimo hacia situaciones de la realidad; en estas disposiciones o actitudes se reflejan la historia y los valores del profesor. Pero antes de entrar a la importancia de las actitudes del docente en su interacción de aprendizaje con los alumnos, es bueno que se observe la otra cara del espejo, es decir, las actitudes de los alumnos.” Hoy en día el maestro es un modelo socialmente construido de ¿Cómo ser? y ¿Cómo comportarse?, pero ciertamente el generar imágenes de un maestro no solo ocurre en esta profesión, tendemos como sociedad el generar ideas acerca de un profesionista, que lo que más predominara serán

los valores, pero en donde quedo las necesidades y la felicidad del docente. Donde esta nuestra libertad, porque acatar lo que dice una sociedad, no es justo para el docente, puesto que afuera de la escuela se vuelve una persona, común que tiene necesidades, problemas, ocupaciones, etc.

Lo que el maestro imparte al alumno no puede separarse de uno mismo; no se pueden neutralizar las emociones que rodean lo que está mostrando el profesor. Si bien los docentes no son la fuente de conocimiento para los alumnos, es a través de su propia persona, de sus emociones, que se produce la nueva presentación del conocimiento.

3.4 Objetos de estudio

Según **Leyva y Guerra (2020)** El objeto de investigación es el resultado de la intersección entre el problema que plantea la necesidad de avanzar en un proceso de investigación y los conceptos, definiciones o sus relaciones que dan sentido al objeto y hacen que sea explicado y comprendido.

Los objetos del conocimiento en el objeto de estudio de cada ciencia son continuos, pues en la medida que se descubren nuevos hechos a partir de los objetos de estudio arrojando hallazgos y de ahí aparecen nuevos objetos del conocimiento, estos, bien se van integrando al objeto de estudio ya existente, o bien lo transforman en caso de que su novedad sea tal que no encaje en las generalizaciones anteriores. Claro que esto último ocurre muy raramente.

De acuerdo a lo ya mencionado para la recuperación de datos de las escuetas, los objetos de estudio son los docentes de la zona P064 de la Escuela Primaria Lic. Benito Juárez turno matutino con una matrícula de 12 profesores y docentes en formación de la Escuela Normal de Coacalco del cual solo se recuperara de los docentes de formación octavo semestre de cuarto II, estos objetos de estudio permitirán recolectar información acerca del tema de investigación cumpliendo los objetivos tanto como el general y los específicos.

3.5 Elaboración de reactivos.

Para la recuperación de información es necesario recupera **Zorrilla (1998)** que menciona que para determinar el tipo de muestra es necesario guiarse con los objetivos de estudio y el interés de la investigación. Por otro lado, **Sampieri (2014)** nos comparte que para elegir un número de reactivos es importante revisar los motivos de la investigación haciendo énfasis en la pirobalística, que se refiere tomar un subgrupo de la población, en el que los elementos tienen la posibilidad de ser elegidos y así llevará a cabo esta recolección de información.

De acuerdo a **Jansen (2012)** En sociología, la palabra censo designa el estudio de la población de a través de la observación de sus integrantes, como se vienen haciendo los censos desde hace muchos años. Actualmente, la mayoría de las encuestas utilizan una muestra de miembros para medir las características de una población.

Por otro lado, **Groves** menciona que “La encuesta es un método sistemático para la recopilación de información de [una muestra de] los entes, con el fin de construir descriptores cuantitativos de los atributos de la población general de la cual los entes” **(2004, pág. 4)**. Para el conjunto de datos, la característica distintiva de la investigación por encuesta no es la técnica de recopilación de datos o las características de los datos.

Sin embargo, también existe una forma cualitativa de identificar y estudiar la variabilidad en las poblaciones. El tipo de encuesta cualitativa no pretende establecer frecuencias, valores medios u otros parámetros, sino más bien determinar la diversidad de objetos de interés dentro de una población determinada. Este tipo de encuesta no mira el número de personas con las mismas características (valores de la variable) sino que establece una variación significativa (dimensiones y valores relacionados) en esa población.

Con base a lo ya investigado se debe generar la encuesta, es decir, la encuesta se centra en conocer más opiniones, puntos de vista e impresiones que en datos numéricos. Las encuestas cualitativas están menos estructuradas y sirven para tener una idea de cómo piensan las personas, cuáles son sus motivaciones y sus actitudes hacia el tema de investigación. Estos tipos de investigaciones son más difíciles de analizar, pero pueden agregar profundidad a una investigación.

3.6 Encuestas

Para la elaboración primero se rescataron los siguientes autores **Casas, Repullo, Donado (2003)** que, para la elaboración de encuestas con el fin de recolectar información relacionado al tema de investigación, es necesario saber quiénes van hacer la población de la que se está investigando, así mismo dependiendo de la metodología, se rescatas un pequeño grupo del mismo. Esto puede dar una idea de la importancia de este procedimiento de investigación que, entre otras ventajas, tiene una amplia aplicabilidad y recopila información sobre muchos tipos de preguntas al mismo tiempo.

La encuesta permite aplicaciones masivas, que mediante técnicas de muestreo adecuadas pueden hacer extensivos los resultados a comunidades enteras. La información se recoge de modo estandarizado mediante un cuestionario (instrucciones iguales para todos los sujetos, idéntica formulación de las preguntas, etc.), lo que faculta hacer comparaciones intergrupales.

3.7 La elaboración de las encuestas.

Las tres etapas para la recaudación de información por medio de encuestas permiten documentar las actitudes y condiciones que existen en la génesis de la investigación, permitiendo descubrir en qué situación podemos encontrar la población en particular en el momento que estamos realizando la encuesta.

Por otro lado, **Alvira (1991)** nos menciona que una encuesta es una búsqueda sistemática de información en la que el investigador pregunta al investigado sobre los datos que desea obtener, y luego reúne estos datos individuales para obtener los datos agregados en el proceso de evaluación.

Para la elaboración de las preguntas se empezó por categorías en las que surgen a partir del tema de investigación, de acuerdo a **Chiner (2003)** los ejes permiten que la encuesta

tenga un cuerpo y del mismo puedan surgir ejes, con la finalidad de que al organizar las preguntas en el análisis de manera sistemática.

Categoría	Eje	Preguntas
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Resiliencia ➤ Educación básica ➤ Docente ➤ Pandemia 	<ul style="list-style-type: none"> • Proceso • Trabajar la resiliencia con los alumnos • Como aporta la resiliencia en su vida diaria. • Experiencia • Planes y programa • Trabajar la educación socioemocional • Reformar educativas • Nombre del titular • Decisión del gremio • Regulación de emociones personales • Estabilidad emocional • Efectos de la pandemia • Trabajo en la pandemia 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es la resiliencia para usted? • ¿Había escuchado anteriormente sobre la resiliencia? • ¿Cómo trabaja la resiliencia de manera personal? • ¿Cómo trabaja la resiliencia en el aula? • ¿Es importante como maestro ser resiliente? • ¿Cómo proyecta la resiliencia con sus alumnos? • ¿En qué aporta su resiliencia en su vida diría? • ¿Cuántos años tiene de servicio? • ¿Cómo surgió la elección de su carrera? • ¿Antes de la pandemia ya tenía

	<ul style="list-style-type: none"> • Impacto tuvo la pandemia 	<p>conocimiento de la resiliencia?</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Considera que la resiliencia debe ser una dimensión? • ¿tuvo alguna dificultad para trabajar de manera virtual? • ¿Qué fue lo que más le afectó con el trabajo virtual? • ¿Se llegó a respetar su horario laboral y personal? • De acuerdo al aprendizaje clave, ¿Considera que la resiliencia debe ser una dimensión o una habilidad? • ¿Considera que el maestro debe ser apoyado en la parte emocional y resiliente? • ¿Es importante que como maestros este emocionalmente estable?
--	--	---

		<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuáles son las emociones que más predominaron en la pandemia? • ¿Considera que se le dio mucho más enfoque a esta parte de la educación socioemocional durante la pandemia? • ¿Se le debe considerar al docente como ser humano?
--	--	---

Para la organización de las preguntas de la encuesta se tienen que ir intercalando logrando un mejor desarrollo en la recuperación de información en las respuestas.

Creación de la encuesta.

https://docs.google.com/forms/d/1iRifrv6QTPATC7PQgGqJtKB_1GFddEOqPTntjkKQ_pk/edit

3.8 Análisis y hallazgos.

A partir de la aplicación de las encuestas surgieron situaciones según **Restrepo (2017)** el análisis es la parte final y conclusiva de una investigación; en él vamos a procesar toda la información que ha ido apareciendo en nuestro estudio, a intentar presentarla de manera ordenada y comprensible además de intentar llegar a las conclusiones que estos datos.

Por otro lado, **López (2002)** menciona que el análisis de contenido lleva una relación de acuerdo a la metodología y que consiste en una organización ordenada de acuerdo a los instrumentos utilizados. Así mismo la primera tarea de toda investigación, científica debe llevar a cabo y que consiste en registrar lo que se está considerando más importante y relevante. De acuerdo a las preguntas se arrojaron resultados que realmente son interesantes, los cuales aportan mucho a la investigación.

Preguntas y respuestas de los sujetos de estudio.

Como observamos la encuesta consta de 17 preguntas de las cuales, las respuestas son interesantes, de acuerdo a la tabla son cuatro categorías, las cuales son: resiliencia, pandemia, docente y educación básica, de los cuales me permitieron observar que las respuestas de los sujetos permitirán lograr una reflexión general para esto, voy a plasmar las preguntas y respuestas, de lo cual cite a cada sujeto:

Pregunta 1, ¿Cómo surgió la elección de su carrera?

- Sujeto 1: Por patrones familiares.
- Sujeto 2: Porque me gustó la idea de ser maestra.
- Sujeto 3: Por motivación propia ya que quería convertirme en la maestra que yo siempre necesite cuando niña.
- Sujeto 4: Por mi interés a las matemáticas, me sentía con la necesidad de compartirle mi amor por la enseñanza de esa asignatura, después aprendí a valorar los demás cursos.
- Sujeto 5: A partir de la idea de poder enseñar a otro se involucrarme con los niños y jóvenes en su formación.
- Sujeto 6: Desde pequeña siempre quise poder ser maestra para compartir con los demás lo que sé.
- Sujeto 7: Por mis gustos e intereses, gustos; trabajar con niños e intereses: enseñar y contribuir a la sociedad.
- Sujeto 8: Estar en contacto con alumnos de primaria en servicio social de preparatoria.

- Sujeto 9: Desde que era niña me llamaba la atención ser maestra en un futuro y con el paso del tiempo me fui interesando más en la profesión.
- Sujeto 10: Por vocación e imitación de mis familiares.
- Sujeto 11: El interés por cambiar la educación de mi país.
- Sujeto 12: Después de estudiar otra carrera, fue una decisión personal y familiar.
- Sujeto 13: Por gusto y pasión a esta.
- Sujeto 14: Siempre me gusto enseñar a otros.
- Sujeto 15: Gracias a unos talleres de desarrollo humano, me lo propuse y se logró.
- Sujeto 16: Desde pequeña tenía el sueño de ser maestra y conforme pasó el tiempo me di cuenta el alcance que tiene un maestro con los niños y yo quiero ser parte de ello.
- Sujeto 17: Por el querer formar parte de un cambio en las estrategias de enseñanza tradicionales.
- Sujeto 18: Siempre quise ser maestra.
- Sujeto 19: Trabajaba en una escuela privada y atendía a los alumnos, la interacción con ellos me dio el gusto por la docencia.
- Sujeto 20: Gusto por la enseñanza.
- Sujeto 21: Por inclinación hacia la carrera y por el ejemplo de personas conocidas y que ya ejercían la profesión.
- Sujeto 22: Al ver el trabajo de mis maestros.
- Sujeto 23: La interacción con los niños y el cambio social que puedes lograr.

Pregunta 2, ¿Qué fue lo que más le gusta de su profesión? Para esto cite a cada sujeto:

- Sujeto 1: La interacción con los niños y el cambio social que puedes lograr.
- Sujeto 2: El reflejo de los avances de los alumnos, además de la convivencia con ellos.
- Sujeto 3: El aprender cada día más.
- Sujeto 4: Saber que de algún modo puedo ayudar a cambiar a la sociedad.
- Sujeto 5: El amor con el que se enseña a los niños con distintos contextos y la satisfacción.

- Sujeto 6: Que se obtiene al saber que estás haciendo un buen trabajo con los niños.
- Sujeto 7: La interacción con los alumnos y los compañeros docentes.
- Sujeto 8: La gratitud de los niños y padres de familia.
- Sujeto 9: El contribuir a la formación de seres humanos que en un futuro formarán parte de la sociedad.
- Sujeto 10: Contribuir a la sociedad.
- Sujeto 11: El poder trabajar con niños y observar sus cambios, avances y todo el proceso que llevan a cabo para lograr su aprendizaje.
- Sujeto 12: El aprendizaje continuo.
- Sujeto 13: Lo que puedo dejar en mis alumnos en conocimientos o valores.
- Sujeto 14: La oportunidad de cambiar vidas para bien.
- Sujeto 15: El poder enseñar a otros sujetos.
- Sujeto 16: La adquisición de conocimientos.
- Sujeto 17: El amor a la enseñanza.
- Sujeto 18: Adecuar actividades para mis alumnos y llamar su atención, convirtiendo las clases en contenidos interesantes.
- Sujeto 19: El método de enseñanza significativo aplicado.
- Sujeto 20: Ver la emoción de mis alumnos cuando aprenden y logran realizar las actividades solos.
- Sujeto 21: Saber que puedo aportar conocimiento e inspiración a alguien aunque no sepa el alcance porque no lo voy a ver en el futuro.
- Sujeto 22: La constante interacción humana.
- Sujeto 23: La interacción con los alumnos.

Pregunta 3, ¿Qué espera usted de una persona emocionalmente estable?

- Sujeto 1: Que sepa autorregular sus emociones
- Sujeto 2: La buena gestión de sus emociones.
- Sujeto 3: El manejo razonable de sus emociones
- Sujeto 4: Que sepa solucionar los problemas de manera sana y que se procure a si mismo

- Sujeto 5: Que transmita esa estabilidad y la comparta.
- Sujeto 6: Que se maneje con prudencia y serenidad ante cualquier circunstancia que se le presente en su interacción con las personas.
- Sujeto 7: Una buena relación.
- Sujeto 8: Responsable, consiente y propositiva.
- Sujeto 9: Que primero esté bien consigo mismo.
- Sujeto 10: El que se sienta cómodo con su estabilidad y que pueda proyectar en los demás cosas positivas para que también sean tomadas en cuenta.
- Sujeto 11: Que sea equilibrado y transmita paz y alegría.
- Sujeto 12: El autocontrol de sus emociones, autorregulación en situaciones positivas o negativas.
- Sujeto 13: Que sea confiable y capaz de convivir sanamente.
- Sujeto 15: Salud y equilibrio en su vida.
- Sujeto 16: Que sea una persona ecuánime, reflexiva, responsable, generosa, una buena persona.
- Sujeto 17: Que conozca sus emociones e identifique de qué manera expresarlas.
- Sujeto 18: Que transmita esas emociones.
- Sujeto 19: Empatía.
- Sujeto 20: Que los sueños que tenga los haga realidad por medio del esfuerzo propio.
- Sujeto 21: Empatía, asertividad y responsabilidad afectiva.
- Sujeto 22: Que sea feliz y contagie a los demás.
- Sujeto 23: Que lleve a cabo su función de la mejor manera.

Pregunta 4: ¿Usted se considera una persona emocionalmente estable?

- Sujeto 1: No.
- Sujeto 2: Si.
- Sujeto 3: No.
- Sujeto 4: No.
- Sujeto 5: Si.
- Sujeto 6: Si en ocasiones.

- Sujeto 7: No me considera de esa manera ya que mi salud mental y emocional se encuentra en constante baja por mi depresión.
- Sujeto 8: La mayoría de las veces.
- Sujeto 9: La mayoría de la veces sí.
- Sujeto 10: Sí, aunque no al 100.
- Sujeto 11: Sí.
- Sujeto 12: No.
- Sujeto 13: En este momento sí.
- Sujeto 14: No.
- Sujeto 15: Sí.
- Sujeto 16: No.
- Sujeto 17: No.
- Sujeto 18: Claro que sí.

Pregunta 5: ¿Qué es la resiliencia para usted?

- Sujeto 1: Es la capacidad de superar sucesos o problemáticas.
- Sujeto 2: Lo concibo cómo un gestor de emociones que te permiten enfrentar ciertas situaciones que requieren ser atendidas con la minoría de problemas.
- Sujeto 3: Enfrentarte a situaciones malas y buscar lo bueno.
- Sujeto 4: Una capacidad para enfrentarnos a la vida.
- Sujeto 5: La capacidad de sanar problemáticas y la llegada a la superación de situaciones adversas.
- Sujeto 6: La fortaleza para afrontar circunstancias adversas y superarlas.
- Sujeto 7: Mantenerte fuerte y seguir sin importar que pase.
- Sujeto 8: Es la capacidad que tenemos los seres humanos de afrontar tensiones que se nos presentan en la vida, a partir del reconocimiento y la aceptación.
- Sujeto 9: Es una capacidad para superar algún suceso.
- Sujeto 10: La capacidad que tiene una persona para afrontar las diversas situaciones negativas que se presentan en su vida.
- Sujeto 11: Capacidad de superar adversidades.

- Sujeto 12: Es la forma en la que enfrentamos un problema y aprendemos de él para poder aplicar lo que aprendimos.
- Sujeto 13: La capacidad de sobreponerse sobre las dificultades tanto personales como del entorno.
- Sujeto 14: Es la forma de superar alguna dificultad o problema.
- Sujeto 15: La capacidad de recuperarse tras pasar por momentos difíciles en la vida.
- Sujeto 16: Es levantarse de una situación difícil y salir adelante.
- Sujeto 17: Ser capaz de superar los problemas que se enfrentan y aprender de ellos.
- Sujeto 18: La capacidad de afrontar y superar las dificultades, buscar la parte positiva y analizar ya que todo es momentáneo.
- Sujeto 19: La habilidad para resistir y vencer las adversidades que se presenten en la vida manteniendo estabilidad emocional.
- Sujeto 20: La capacidad que tiene una persona de reponerse ante situaciones difíciles.
- Sujeto 21: Saber superar las situaciones difíciles que se nos presenta y seguir adelante.
- Sujeto 22: El poder afrontar la adversidad, aprender de ella y continuar.

Pregunta 6: ¿Qué había escuchado sobre la resiliencia antes de la pandemia?

- Sujeto 1: No como tal.
- Sujeto 2: Que era muy importante desarrollarla, ya que el confinamiento provocó demasiado estrés.
- Sujeto 3: No.
- Sujeto 4: Solo lo que se me enseñó en el curso de educación socioemocional de ahí en fuera nada más.
- Sujeto 5: La capacidad de superar una pérdida.
- Sujeto 6: No lo había escuchado.
- Sujeto 7: No mucho, simplemente el mantenerse fuerte.

- Sujeto 8: Que es una habilidad que tenemos los humanos de superar eventos, sucesos o problemáticas.
- Sujeto 9: Superación.
- Sujeto 10: Sí.
- Sujeto 11: Claro.
- Sujeto 12: Nada.
- Sujeto 13: Mediante mi religión.
- Sujeto 14: Nada.
- Sujeto 15: Muy poco, solo su definición.
- Sujeto 16: Que ante adversidades de la vida siempre hay una oportunidad de salir adelante.
- Sujeto 18: Que es una forma de sanar.
- Sujeto 19: Es la capacidad que tenemos como personas para superar diferentes circunstancias.
- Sujeto 20: Si, que solo algunas personas son resilientes y bueno la definición de la misma.
- Sujeto 21: Que pocas personas la desarrollaban y que la psicología estaba realizando estudios para entender que factores son sus detonantes.
- Sujeto 22: Casi nada.
- Sujeto 23: Que es una capacidad que tiene el ser humano para lidiar con problemas.
- Sujeto 24: Su definición y la invitación a ponerla en práctica.

Pregunta 7: ¿Cómo trabaja la resiliencia de manera personal?

- Sujeto 1: Pues autorregulando mis emociones y saber cómo expresarlas.
- Sujeto 2: Llevando hábitos o rutinas que me permitan drenar lo que siento.
- Sujeto 3: No se trabajarla muy bien.
- Sujeto 4: Procurando cuidar de mi misma y no anteponiendo mis necesidades ante las de otros.
- Sujeto 5: Trabajando con el control de las emociones y valorando mí persona.

- Sujeto 6: He practicado algunos ejercicios de respiración y de yoga para buscar mi propio equilibrio.
- Sujeto 7: Regulando mis emociones, motivándome y teniendo redes de apoyo.
- Sujeto 8: A partir del análisis y reflexión de mis acciones.
- Sujeto 9: Trabajar en la superación ante algún suceso.
- Sujeto 10: Comprendiendo la situación y buscando estrategias que me ayuden a regular mis emociones.
- Sujeto 11: Tratando de anteponer mi bienestar por encima de cualquier problema.
- Sujeto 12: En situaciones de estrés, problemas personales y laborales.
- Sujeto 13: Siendo positivo y siendo agradecido con lo que tengo.
- Sujeto 14: Entendiendo cuáles son mis áreas de oportunidad y amenazas, con el fin de mejorar en ese aspecto.
- Sujeto 15: Me apoyo del autoanálisis, el perdón y la reflexión.
- Sujeto 16: Buscar alternativas de solución ante problemas cotidianos.
- Sujeto 17: Tratando de entender que todo es parte de la enseñanza.
- Sujeto 18: Con grupos de ayuda, reflexión espiritual.
- Sujeto 19: Analizó y soy consciente de que todo se puede superar las situaciones son momentáneas.
- Sujeto 20: Es complejo de explicar, pero creo que lo puedo resumir que llevando a cabo los cuatro acuerdos de la filosofía tolteca (libro).
- Sujeto 21: Estableciendo pequeñas metas cada día.
- Sujeto 22: No quedándose estático y buscar actividades para construir, para relajarse y que permitan la reflexión.
- Sujeto 23: Afrontar las situaciones adversas reflexionando qué debo aprender y trabajar para superarlas.

Pregunta 8: ¿Cómo trabaja la resiliencia en casa, con su familia?

- Sujeto 1: Pues de manera que el ambiente sea de respeto pero involucrándose con ellos de manera empática.
- Sujeto 2: No dejando que contaminen mi lugar seguro, analizando que tan necesario es llevar a cabo ciertas acciones.

- Sujeto 3: Siendo tolerante.
- Sujeto 4: Con el diálogo.
- Sujeto 5: Siendo paciente enfocándome en mis objetivos.
- Sujeto 6: Creando entre nosotros una red de apoyo en la cual todos los integrantes de mi familia sabemos que contamos con el otro en todo momento para que eso nos dé mayor seguridad y fortaleza ante las adversidades de la vida.
- Sujeto 7: Apoyándonos mutuamente.
- Sujeto 8: Mediante el diálogo, la escucha y la reflexión.
- Sujeto 9: Afrontando las situaciones.
- Sujeto 10: Estableciendo el diálogo y la unión para lograr una tranquilidad y una estabilidad ante situaciones fuertes.
- Sujeto 11: Apoyándolos a buscar sus fortalezas.
- Sujeto 12: De ninguna forma.
- Sujeto 13: Diario damos gracias a Dios por lo que tenemos.
- Sujeto 14: Escuchando a los demás.
- Sujeto 15: Mediante la comunicación asertiva y permanente, así como con muestras de amor.
- Sujeto 16: Resolviendo los problemas a través del diálogo y teniendo mucha fe.
- Sujeto 17: Dando una respuesta a las cosas y sobre todo saber que de todo se aprende y todo nos hace más fuertes.
- Sujeto 18: Compartiendo mí sentir.
- Sujeto 19: De la misma manera tratando de encontrar algo positivo en la situación y seguir adelante.
- Sujeto 20: Diálogo abierto, priorizar las problemáticas que se presenten, establecer las posibles soluciones entre otras acciones.
- Sujeto 21: Conversando mucho acerca de nuestro día.
- Sujeto 22: Con actividades en las que todos se involucren, con la práctica de ejercicio y poner atención al cuidado de sí mismo.
- Sujeto 23: Analizando las situaciones y buscando soluciones o alternativas.

Pregunta 9: Es importante como maestro ser resiliente... si o no y ¿Por qué?

- Sujeto 1: Si, pues creo que somos el pilar de los niños y debemos comenzar nosotros para apoyar a los chiquitos.
- Sujeto 2: Sí, porque requiere trabajar con HUMANOS, lo cual requiere demasiada gestión de emociones.
- Sujeto 3: Si, para enfrentar las situaciones de manera tranquila y pensando antes de actuar.
- Sujeto 4: Si es importante ya que somos el ejemplo de los alumnos y mostrarles ese lado es indispensable para que comprendan que su salud emocional igual importa.
- Sujeto 5: Si, para que podamos transmitir esas emociones positivas con los alumnos.
- Sujeto 6: Sí, por el simple hecho de que a cada momento tratamos con las emociones de otras personas y es importante mantener las propias en equilibrio para poder comprender a los demás.
- Sujeto 7: Sí, porque es un ejemplo.
- Sujeto 8: Si, por qué no podemos estancarnos en la práctica ante un incidente, sino que debemos reconocerlo y afrontarlo para llegar a la autorregulación de nuestra práctica y emociones con el objetivo de aprender a tomar decisiones conscientes e intencionada, así mismo somos un ejemplo para el alumnado.
- Sujeto 9: Si, cómo docentes debemos enfrentar situaciones difíciles día a día.
- Sujeto 10: Sí, ya que el estar frente a grupo conlleva ser un docente capaz de regular sus emociones para poder transmitir a los alumnos la importancia de ello.
- Sujeto 11: Por supuesto, porque nos enfrentamos a un sinnúmero de adversidades y hay que saber enfrentarlas y aprender de ellas.
- Sujeto 12: Si, "predicar con el ejemplo" es importante para que los alumnos aprendan de nosotros y lo puedan aplicar.
- Sujeto 13: Sí, porque somos un ejemplo y modelo ante la sociedad, para los alumnos es importante tener una figura de autodominio y seguridad.
- Sujeto 14: Sí, porque los alumnos también pasan por situaciones complicadas que no saben cómo superarlo.
- Sujeto 15: Si, por que proyectamos mucho en los pequeños.

- Sujeto 16: Sí, porque busco alternativas de solución ante las dificultades o problemas que se presenten.
- Sujeto 17: Si, pues es importante serlo para lograr enseñarlo o fomentarlo.
- Sujeto 18: Si, ya que permite el acercamiento con alumnos, usar las herramientas pertinentes y apropiadas para cada situación.
- Sujeto 19: Sí, claro porque la educación en sí misma es una dificultad, debemos encontrar las áreas de oportunidad y trabajar en ellas enfocarse en lo que podemos hacer y no en lo que ya no.
- Sujeto 20: Si, un docente aunque no quiera va a ser ejemplo a seguir por lo tanto debe mostrar que siempre hay soluciones para situaciones complicadas.
- Sujeto 21: Sí, muchas veces el cómo se presenta uno en el aula influye en la respuesta que obtenemos de los estudiantes.
- Sujeto 22: Sí, porque si somos resilientes, podremos brindar un mejor servicio y podremos ayudar a otros a fortalecerse emocionalmente.
- Sujeto 23: Si. Porque somos ejemplo de nuestros alumnos.

Pregunta 10, ¿Cómo trabaja la resiliencia en el aula?

- Sujeto 1: Pues llevando la superación de sucesos o problemáticas relacionadas a sus actividades.
- Sujeto 2: Siendo empática, analizando siempre las situaciones.
- Sujeto 3: Tratando de evitar accidentes y aprendiendo junto con los alumnos el por qué se tienen que evitar las cosas.
- Sujeto 4: Con actividades que permitan a los alumnos externa y regular sus emociones tanto negativas como positivas.
- Sujeto 5: Buscando estrategias lúdicas que me ayuden a reforzar ese aspecto.
- Sujeto 6: También realizo ejercicios de respiración y cuando un alumno entra en una situación de descontrol procuro darle su espacio para que asimile su emoción y sea capaz de manejarla.
- Sujeto 7: Motivando a mis alumnos, alentándolos, diciéndoles todos los días lo grandiosos que son y sobre todo planteando situaciones en las que deben seguir adelante.

- Sujeto 8: A través del análisis de las diferentes situaciones que suceden cotidianamente y en la clase de socioemocional mediante el desarrollo de las habilidades socioemocionales.
- Sujeto 9: Con apoyo de la dimensión autorregulación.
- Sujeto 10: Mediante el diálogo con los alumnos, explicación del porqué surgen esas situaciones y la importancia de tomar las cosas con tranquilidad para poder afrontarlas.
- Sujeto 11: Apoyando a los niños a descubrir sus fortalezas y aprender de sus errores.
- Sujeto 12: Cuando tenemos situaciones de problemas de conductas.
- Sujeto 13: Tener una perspectiva positiva y aprender de los errores.
- Sujeto 14: A través de la escucha de los alumnos y la explicación del tema.
- Sujeto 15: Me gusta hablar mucho con ellos sobre aplicar valores en la vida, ser justos y asumir las consecuencias de sus actos.
- Sujeto 16: Con actividades lúdicas y teniendo como base la educación socioemocional y formación cívica y ética. Con una frase sencilla. "Sí se puede, es fácil y lo voy a lograr". Motivar a los alumnos a salir adelante ante situaciones difíciles.
- Sujeto 17: Recalcó la importancia de aceptar las cosas como suceden y aprender siempre de ello aunque no empleó la palabra resiliencia.
- Sujeto 18: Potencializando las habilidades.
- Sujeto 19: Mostrando las áreas de oportunidad.
- Sujeto 20: Con apoyo de las actividades de educación socioemocional que desarrollan empatía, autoestima, autocontrol, y colaboración entre otras habilidades.
- Sujeto 21: Conversando con los niños y haciéndoles sentir comprendidos y en confianza.
- Sujeto 22: Con actividades colectivas para reflexionar sobre cómo podemos actuar ante algunas situaciones adversas, realizando juegos, contando cuentos, etc.
- Sujeto 23: Con ejemplos, platicando con los alumnos que atraviesan alguna situación adversa.

Pregunta 11, ¿Cómo proyecta la resiliencia con sus alumnos?

- Sujeto 1: Pues procuro siempre enseñarles que nadie es perfecto pero de los errores uno aprende no cometerlos más.
- Sujeto 2: Con ciertas estrategias, o actividades que permitan el conocimiento de la misma a través de lo lúdico para que poco a poco las ejecuten.
- Sujeto 3: Escuchando lo que sienten.
- Sujeto 4: Preocupándome por ellos y permitiendo que expresen aquello que les preocupa o los molesta.
- Sujeto 5: Trato de que se olviden de sus problemas, haciéndoles la clase más atractiva.
- Sujeto 6: Con el autocontrol ante situaciones de conflicto o dificultad.
- Sujeto 7: Dándolo como ejemplo.
- Sujeto 8: El compañerismo, la colaboración y cooperación.
- Sujeto 9: Enfrentando las situaciones.
- Sujeto 10: Mencionando ejemplos de situaciones en las que se llega a una tranquilidad después de un encuentro de emociones.
- Sujeto 11: Siendo positiva y mostrar energía.
- Sujeto 12: Mis acciones.
- Sujeto 13: Mediante la actitud ante los retos que se presentan.
- Sujeto 14: Utilizando una comunicación pertinente para hablar y proyectando o creando un ambiente de confianza.
- Sujeto 15. Soy muy neutral en el aula, separo las cosas de mi casa con el aula, trato siempre de transmitir emociones positivas.
- Sujeto 16: Que nunca se den por vencidos, por muy grande que sea la adversidad.
- Sujeto 17: Aceptando que tengo errores y afrontarlos.
- Sujeto 18: Con un autocuidado propio.
- Sujeto 19: Mostrado a mis alumnos que son capaces de mejorar sus situaciones si ellos se lo proponen, que en la vida siempre hay dificultades pero debemos seguir mejorando.
- Sujeto 20: Aprovecho las situaciones que se presentan en el día a día para plantear puntos de reflexión con base en valores morales, cívicos, etc.

- Sujeto 21: Platicando con ellos, mostrando empatía y optimismo.
- Sujeto 22: Por medio de mis acciones.

Pregunta 12, De acuerdo a los aprendizajes clave, ¿Considera que la resiliencia debe ser una dimensión o una habilidad?

- Sujeto 1: Una habilidad.
- Sujeto 2: Habilidad.
- Sujeto 3: Habilidad.
- Sujeto 4: Una habilidad.
- Sujeto 5: Dimensión es importante trabajará esta situación con los alumnos.
- Sujeto 6: Considero que debe ser una habilidad.
- Sujeto 7: Una habilidad.
- Sujeto 8: Si.
- Sujeto 9: Es una dimensión de la cual se desprende una habilidad.
- Sujeto 10: Una dimensión que debe estar encaminada a desarrollar, no una, sino varias habilidades.
- Sujeto 11: Habilidad.
- Sujeto 12: Una dimensión.
- Sujeto 13: Dimensión.
- Sujeto 14: Considero que una dimensión.
- Sujeto 15: Habilidad.
- Sujeto 16: Habilidad.

Pregunta 13, Tuvo alguna dificultad para trabajar de manera virtual durante la pandemia.

- Sujeto 1: Si.
- Sujeto 2: Si.
- Sujeto 3: No.
- Sujeto 4: Sí, es no poder respetar mis horarios en casa y laboral mente.
- Sujeto 5: Sí.
- Sujeto 6: Algunas ya que viví diversas situaciones.
- Sujeto 7: Si algunas.

- Sujeto 8: Sí, al principio, me costó mucho la organización de los tiempos y trabajé mucho más del horario de mi jornada laboral, situación que me generaba mucho disgusto y estrés.
- Sujeto 9: En ocasiones, pero considero que aprendí a regular mis emociones durante dicha modalidad.
- Sujeto 10: Algunas, ya que la mayoría de los niños no se conectaban con frecuencia.
- Sujeto 11: Muchos retos de conectividad, didáctica, capacitación, etc.
- Sujeto 12: Los niños mostraban miedo y tristeza no se concentraban en aprender.
- Sujeto 13: Sí, problemas de conexión, alumnos que no se conectaban, alumnos que tenían apagada su cámara, alumnos que no tenían internet.
- Sujeto 14: No.
- Sujeto 15: La falta de recursos como internet y computadora, ya que muy pocos de mis alumnos contaban con ellos.
- Sujeto 16: Sí, la conectividad (internet) y la falta de dispositivos tecnológicos principalmente.
- Sujeto 17: Sí.
- Sujeto 18: Sí.

Pregunta 14, ¿Qué fue lo que más le afectó con la llegada del trabajo de manera híbrida?

- Sujeto 1: El dejar a un lado a mi familia.
- Sujeto 2: La carga de trabajo, además del cambio tan drástico al que tuvimos que acostumbrarnos.
- Sujeto 3: El desinterés de los padres e incertidumbre de no saber qué pasaría.
- Sujeto 4: La incertidumbre así como el miedo que presentaba todo lo vivido durante la Pandemia.
- Sujeto 5: El acceso a los recursos tecnológicos de mi parte y de mis alumnos, así como la adaptación a una nueva forma de trabajo.
- Sujeto 6: Al tiempo dedicado a mi labor.
- Sujeto 7: El cambio drástico y tener que adaptarnos.

- Sujeto 8: La inasistencia del alumnado.
- Sujeto 9: El desbalance emocional de los alumnos.
- Sujeto 10: La seguridad en mí misma al enfrentarme a diferentes escenarios.
- Sujeto 11: El establecimiento de horarios administrativos, me despegaba muy poco tiempo de la computadora.
- Sujeto 12: Adaptarme a esta modalidad.
- Sujeto 13: Las inasistencias.
- Sujeto 14: El poder crear un ambiente que logrará que los estudiantes no sintieran miedo.
- Sujeto 15: Los tiempos de atención para ambas modalidades.
- Sujeto 16: Planear actividades, doble trabajo, afecto el tiempo y los recursos.
- Sujeto 17: Las inasistencias de los alumnos, así como la falta de entregas de trabajos.
- Sujeto 18: Posiblemente la poca disponibilidad tecnológica de mis alumnos, sin embargo se buscó las estrategias pertinentes con cada alumno y se logró el objetivo.
- Sujeto 19: La parte de integración grupal, todos los alumnos estaban como en shock y distanciados muchos de ellos ya ni se reconocían.
- Sujeto 20: El manejo de plataformas digitales (actualizarme) y la falta del manejo de herramientas digitales por parte de los alumnos y padres de familia; estos últimos por ser responsables de los menores.
- Sujeto 21: La incertidumbre acerca del plan de acción.
- Sujeto 22: Que los alumnos no trabajan de manera autónoma.
- Sujeto 23: No la manejamos en la escuela.

Pregunta 15, Considera que el maestro debe ser apoyado en la parte emocional y resiliente, ¿Por qué?

- Sujeto 1: Si, debes ser también prioridad como los alumnos.
- Sujeto 2: Sí, porque para que los alumnos estén bien, el maestro debe estar excelente.

- Sujeto 3: Sí, es importante porque se lidian con muchas cosas que no se enseñan en la escuela, se debe de tener un carácter para afrontar situaciones de manera tranquila.
- Sujeto 4: Lo considero importante porque igual somos humanos, vivimos cosas que nos afectan de buena o mala manera y por ello debemos aprender a manejarlo.
- Sujeto 5: Si, por qué si un maestro no es resiliente lo trasmite a sus alumnos y a su vez pueden reflejar resultados negativos.
- Sujeto 6: Sí, por su contacto continuo con alumnos y padres de familia, lo que expone nuestras propias emociones.
- Sujeto 7: Sí, porque aunque somos maestros, no dejamos de ser seres humanos y tenemos emociones.
- Sujeto 8: Sí, para desarrollar técnica que nos orienten al control de nuestras emociones.
- Sujeto 9: Sí.
- Sujeto 10: Sí, por el simple hecho de ser persona ya que todos expresan de diferente manera sus emociones.
- Sujeto 11: Sí, porque somos seres humanos vulnerables y que trabajamos con material humano.
- Sujeto 12: Sí, siempre vamos enfocados a los alumnos dejando de lado a los maestros que también somos Seres humanos que sentimos y diferimos.
- Sujeto 13: Sí, porque es importante reconocer que los maestros también somos personas.
- Sujeto 14: Si, pues al final es un ser humano que también pasa por dificultades.
- Sujeto 15: Si, pasamos tiempo suficiente con ellos para percatarnos de que emocionalmente requieren autonomía y autocontrol.
- Sujeto 16: Sí debe ser apoyado por que debe ser un profesionista física y emocionalmente estable, debe regular sus emociones y pensar cómo resolver problemas cotidianos.
- Sujeto 17: Si, para saber de qué manera expresarnos.
- Sujeto 18: Si, por el simple hecho de ser humanos.

- Sujeto 19: Si para que el docente proyecte bienestar debe sentirse bien.
- Sujeto 20: Sí, no estamos exentos de tener dificultades emocionales.
- Sujeto 21: Sí, porque también posee sentimientos que inciden directamente en su trabajo y en las relaciones que establece tanto dentro como fuera del aula.
- Sujeto 22: Sí, porque en ocasiones se necesita el punto de vista de otra persona.
- Sujeto 23: Si. Porque la pandemia afectó de diversas formas.

Pregunta 16, ¿Cuáles son las emociones que más predominaron en usted durante la pandemia?

Alegría	5
Tristeza	14
Miedo	16
Desagrado	6
Enojo	9
Indiferencia	4

Como podemos observar las emociones que eligieron los encuestados son interesantes sobre todo en la parte del miedo en donde predomino más en los docentes.

Pregunta 17, Algo más que no se preguntara, pero que usted quiera comentar en torno al tema.

Las respuestas fueron más acerca de lo que los cuestionados quieren saber y que para ellos es de suma importancia, además de que tienen mucho en común con el tema de la tesis de investigación.

- Sujeto 1: No
- Sujeto 2:
- Sujeto 3: Tenemos la responsabilidad de seguir aprendiendo sobre los temas de resiliencia y socioemocional y salir adelante siempre.
- Sujeto 4: Que los docentes son poco tomados en cuenta en la parte emocional, en ocasiones se nos pide aguantarnos y continuar cuando se nos debería apoyar para poder mejorar nuestra práctica porque las emociones afectan nuestro desempeño.
- Sujeto 5: El docente de educación básica normalmente no tiene preparación en estos aspectos de origen psicológico por lo que se enfrenta a retos que pueden sobrepasar sus habilidades y es de suma importancia que las autoridades educativas tomaran en cuenta esto para hacer los cambios pertinentes
- Sujeto 6: No nada
- Sujeto 7: ¿Cómo saber si estas logrando ser una persona con resiliencia?
- Sujeto 8: Pienso que ese tema debería ser un enfoque principal para desenvolvernos con más amor y respeto hacia ellos
- Sujeto 9: Fue muy importante la forma como se manejaron las cosas a partir de las autoridades, lo que en particular me generó demasiado estrés
- Sujeto 10: Que también es importante manejar este tema con los padres de familia, ya que en ocasiones ellos son quienes afectan la resiliencia de los alumnos y alumnas.
- Sujeto 11: Recordar que la adaptación forma parte de esta habilidad
- Sujeto 12: Como puede impactar la falta de resiliencia en los padres de familia
- Sujeto 13: Nada en particular
- Sujeto 14: Por el momento no.
- Sujeto 15: Ideas para trabajar esa parte de la resiliencia con los docentes y alumnos.
- Sujeto 16: No contesto
- Sujeto 17: No contesto
- Sujeto 18: No contesto
- Sujeto 19: No contesto
- Sujeto 20: No contesto

- Sujeto 21: Considero que la resiliencia no es una habilidad ni dimensión, sino un aspecto que el docente debe desarrollar para realizar una buena triangulación interpersonal, entre padres, alumnos y uno mismo.
- Sujeto 22: No contesto
- Sujeto 23: Ninguno

Para poder hacer análisis primero iniciare con los sujetos, presiento que hay cosas que se pueden rescatar de cada uno ellos, también dándole interpretación a sus respuestas, de ahí me enfocare por preguntas y generalizando las respuestas para poder llegar a la reflexión de lo que se está llevando acabo en esta tesis de investigación ambos análisis me van a permitir trabajar de mejor manera la reflexión y conclusión.

3.8.1 Análisis por sujeto de estudio.

Sujeto 1: de acuerdo a lo que él respondió, tiene noción que la educación socioemocional y sobre todo la importancia, que tiene, para el encuestado es que aporta mucho al trabajo de investigación sobre todo porque tienen idea de que el docentes deben ser prioridad sobre todo en la parte socioemocional, que somos seres humanos. De acuerdo a sus respuestas puedo observar que la autorregulación de emociones es algo que en este sujeto menciona. Por el tipo de respuestas puedo notar que sabe de lo que habla y cómo responder de manera personal, lo que él sabe sin necesidad de recuperar definiciones de otros.

Sujeto 2: algo que me llamo la atención del sujeto dos, es la parte que nos responde la elección para ser maestro fue “por patrones familiares”, además de que presenta respuestas un poco serias, en las que me hace pensar, cuanto fluye la familia tanto la elección de una profesión, es importante mencionar esta situación porque hay respuestas similares. Por otra parte el sujeto dos es consciente de que debemos regular las emociones antes de actuar en el cual considero que es cierto pues las emociones nos hacen actuar dependiendo la situación, por último el sujeto dos a pesar de que sus respuestas son escasas de información, son congruentes y aportan al análisis.

Sujeto 3: reconozco las ideas que plasma el sujeto 3, respuestas con fuerza y carácter pero hay situaciones que me sorprenden más porque a pesar de sus respuestas son interesantes, son respuestas obvias; a que me refiero, a que son contracciones o paráfrasis sacadas de un lugar y no lo interpreto el encuestado, lo cual hubiera sido importante dar un significado por ejemplo de la resiliencia más propio, con base a sus experiencias y que le permitiera dar respuesta a las preguntas.

Sujeto 4: como a pesar de ser profesionista, la parte emocional tiene un gran peso en nosotros y es lo que refleja este sujeto, el menciona que la salud mental en los docentes debe ser una prioridad, si no estamos bien emocionalmente, no podemos ayudar a los “chiquitos” que dependen de nosotros, a pesar de que ellos no entienden acerca de la importancia de la estabilidad, uno sabe que el estar bien emocionalmente los demás están bien, nuestro alrededor también depende de nuestra estabilidad, aplaudo su autoreconocimiento de este sujeto sobre todo en la parte que dice, “emocionalmente no estoy bien, por situaciones ...” que bien sabemos es difícil reconocer, el buscar ayuda no es porque uno esté enfermo, si no la estabilidad emocional es importante nos ayuda a sanar y crecer como individuo.

Sujeto 5: este sujeto muestra un gran interés del tema, sobre todo en la situación de cómo mejorar en la parte personal, además de no tener conocimiento me resulta importante su respuesta que para la elección de esta carrera fue por “el gusto a las matemáticas y compartir ese gusto a los demás” recordemos que la docencia es una vocación y el partir los saberes con orgullo es lo más valioso a pesar de que quería hacerlo con las matemáticas le fue tomando amor a otras asignaturas , la docencia debe impartirse con un enfoque humanista.

Sujeto 6: los años de servicio son importantes, sobre todo por los cambios que tuvieron algunos diseños curriculares, en este caso es interesante notar que el sujeto a pesar de trabajar un cierto periodo de años en el gremio, la parte emocional y resiliente nunca fue mencionada hasta la llegada de los aprendizajes clave, remarca la situación del cambio y de la adaptación, un factor importante sobre todo por las nuevas generaciones en las que va implicar adaptarnos a los cambios curriculares, resulta interesante que trabaja en sí mismo las estrategias que se ven en Consejo Técnico Escolar , sobre todo con las

“redes de apoyo” vistas en quinta sesión y que lo lleven a la práctica de manera personal, esto resulta algo interesante porque realmente son pocos los que suelen trabajarlos en sí mismos y con los que los rodean.

Sujeto 7: en este sujeto la parte de la resiliencia antes de la pandemia no era tan conocida sino hasta un curso en el que empezó a conocer un poco de este proceso, resulta inquietante lo que menciona “depresión” que dice tener y por esta razón que no regula sus emociones, bien leyendo sus respuestas me doy cuenta la falta amor pero de alguien ajeno al sujeto, como surgió esta conclusión, con sus respuestas son las que me permitieron entrar en un análisis más profundo, de lo cual el encuestado hace mención la importancia reconocer nuestras emociones y poder trabajar la parte de la resiliencia es necesario saber cómo se trabaja y de ahí buscar estrategias con el fin de trabajarlo en el aula, pero acaso habla por los demás y donde queda el sujeto, por que ver estrategias para el aula, pero no estrategias para sí mismo, considero que no está bien apoyar a los demás si no lo está el sujeto por eso que este sujeto me causo inquietud.

Sujeto 8: otra de las situaciones que vi en este sujeto fue el autoconocimiento de sí mismo es decir, el poder interpretar sus respuestas de manera personal sin dar respuestas genéricas, así mismo rescato el efecto que ocasiono la pandemia en la parte laboral y personal del encuestado, justamente de lo que ya se había hablado, para él la pandemia le permitió acercamiento a sus seres queridos puesto que en presencial es difícil, a pesar de eso resulta importante que el ser positivo es algo que le resulta bien dentro de su práctica docente contagiando esa positividad a sus compañeros y alumnos.

Sujeto 9: la interacción con los alumnos es importante en este sujeto, por lo cual, el estar bien en la parte emocional es lo que más resalta. Esta cuestión de la praxis de maestro-alumno es algo que no podemos evitar como docentes, resalto esto porque considero que es esta situación el acercamiento con los alumnos permite comunicación, confianza y respeto, por eso es que la convivencia y el bienestar es algo que el remarca en sus respuestas.

Sujeto 10: de igual manera el análisis observo la importancia de su elección a la profesión como docente, ya que fue por elección propia y un gusto por hacer cambios en la sociedad por medio de los alumnos, también le da peso a la resiliencia y más en la

educación primaria, ya que expresa que nos permite apoyar un seguimiento al alumno, pero para poder apoyar a los demás, justamente uno debe saber cómo pasar el proceso de la resiliencia.

Sujeto 11: algo que me causa interés en estas respuestas, es en la parte de las emociones que más predominó durante la pandemia, a pesar de que una de ellas es el miedo, también plasmo la felicidad, es raro encontrar esta situación sobre todo, porque muchas veces como docente el trabajo es arduo y la familia no es nuestro principal punto de enfoque, por lo que yo interpreto que la pandemia también permitió el acercamiento a sus seres humanos.

Sujeto 12: una situación que debemos tener como docentes es la solución de adversidades, para después poder trabajar con los alumnos, las respuestas, soluciones que se pueden trabajar en el aula dando ejemplos, siento que no es malo su estrategia al contrario serviría mucho, pero así como ya lo han mencionado anteriormente los docentes debes estar bien y saber utilizar esas las herramientas pertinentes de manera personal.

A partir de aquí se unieron algunos sujetos por las similitudes de respuestas haciendo un análisis en conjunto explicando las situaciones que ellos nos dan.

Sujetos 13, 14: volvemos a observar situaciones de cómo es que la familia influyen para la elección de la carrera, siento que esta parte no permite que ellos comprendan que tan importante es la carrera de la docencia, a veces por la misma familia puede nacer la vocación hacia la profesión que ejercen, pero también suele pasar que no es lo que ellos tenían como proyecto de vida, la docencia no es un juego, se debe tomar con responsabilidad, considero que también por estas situaciones las emociones suelen ser negativas por una mala elección, por esta situación emocional también perjudica en la práctica y es difícil regular las emociones, ser resilientes es una cuestión que ambos recalcan que les costó mucho durante la pandemia poder trabajar.

Sujetos 15, 16 y 17: el querer ser agentes de cambios son algo que mencionan y para poder lograr trabajar esto es necesario estar bien con uno mismo, lo cual va permitir que los alumnos se sientan con confianza y sobre todo motivados a ser mejores. * agregar

Sujetos 18, 19, 20 y 21: vuelven a tener situaciones como la falta de conocimiento y acercamiento con la resiliencia, fue hasta durante la pandemia que fueron comprendiendo como es que una persona no nace con ella, si no la va obteniendo con el paso de situaciones complejas, estos cuatro sujetos se familiarizan con los demás respuestas ya que son similares, pero con distinto significado de manera personal ejemplo de ello son la pregunta dos y tres que mencionan que van más hacia la felicidad que como docentes le debemos dar a los alumnos otra cuestión es la empatía suena interesante sobre todo lo que ya se mencionó, la empatía es una dimensión que se debe trabajar tanto nosotros como docentes como con los educandos y saber hacer un ejercicio que se emplee todo momento.

Sujeto 22: algo que observe, es que a pesar de los años de servicio para él siempre fue importante estar actualizado, en la parte emocional, para este sujeto es le causa mucho efecto la felicidad de los alumnos, permitiendo que el sujeto este en plenitud con el mismo, otro dato interesante es que nos dice que para el emocionalmente uno como docente debe ser resiliente ya que “podremos brindar un mejor servicio y podremos ayudar a otros a fortalecerse emocionalmente.” Creo que es importante el poder observar estos aspectos sobre todo que coinciden los sujetos en algunas situaciones, sobre todo en el bienestar propio como docente.

Sujeto 23: ya por último el nos hace mención que tiene 38 años de carrera, paso por varios diseños curriculares y recalca que la educación socioemocional se hubiera trabajado antes hubiera permitido mejorar a la sociedad, en la parte de resiliencia para él es un tema interesante que nunca la había escuchado, no fue hasta que en algunos oficios en los que le solicitaban como docentes trabajar esta parte con los alumnos, lo cual me mencionaba, “pero porque no preguntar, si nosotros somos resilientes” de lo cual estoy totalmente de acuerdo, no podemos trabajar esta situación, si no sabemos o cómo podemos trabajar la resiliencia, ella mencionaba el por qué no entiende que somos seres humanos, a partir de muchos casos ante situaciones de leyes evitaba realizar unas cosas, más que nada prevenir malos entendidos, los cual producía miedo, situaciones que si bien también fueron producto por la pandemia, no terminan esos sentimientos ante lo que sucede contra los docentes.

3.8.2 Análisis por reactivo

De acuerdo a las preguntas se arrojaron resultados que realmente son interesantes, resultados que aportan a la investigación.

- A) En la primera pregunta: ¿Cómo surgió la elección de su carrera?, las respuestas fueron interesantes tanto por parte de titulares como de docentes en formación, respuestas tales como “por vocación e imitación de mis familiares” o “Siempre quise ser maestra” muchas veces la vocación no surge en el momento, en ocasiones interviene la familia ya que lo hacen por cumplir generaciones o linajes de la misma profesión, es importante que la mayoría de respuestas fueron positivas indicando el querer lograr un cambio. También el amor a la profesión puede surgir a partir de amigos y familiares en el que encuentra el gusto, a veces también el legado es importante o algo que impacta en la elección de la carrera, pero las respuestas fueron más hacia el amor por la docencia y a los niños.
- B) En la segunda pregunta: ¿Qué fue lo que más le gusta de su profesión? En esta pregunta arrojé resultados interesantes, donde los docentes titulares y en formación mencionan que es “El reflejo de los avances de los alumnos, además de la convivencia con ellos” o el cambio que ven cuando sus alumnos crecen en la parte académica y personal, para ellos es gratificante poder ver crecer a sus alumnos y permitir que los docentes vean sus fortalezas y áreas de oportunidad dando la oportunidad de crecer profesionalmente, recordar que los docentes somos sujetos de cambio y que estamos acompañando la formación.
- C) En la tercera pregunta: ¿Qué espera usted de una persona emocionalmente estable? Consideran que una persona emocionalmente estable es aquella que le va permitir estar bien consigo misma y que su interacción con su alrededor será el más apropiado no afectando a nadie, como bien dice uno de los sujetos encuestados “El autocontrol de sus emociones, autorregulación en situaciones

positivas o negativas” para ellos también es importante una estabilidad emocional, puesto que el sujeto debe encontrar paz en si mismo, pues tanto docentes titulares y en formación, coinciden que para no afectar los aspectos físicos y poder rendir más en sus actividades, la estabilidad emocional debe ser prioridad humana.

D) En la cuarta pregunta: ¿Usted se considera una persona emocionalmente estable?, la respuesta por parte de los docentes titulares y en formación fue “NO” es algo que a lo mejor podemos reconocer en una respuesta cerrada, pero algo me causa angustia en la respuesta de un sujeto tal como “No me considera de esa manera ya que mi salud mental y emocional se encuentra en constante baja por mi depresión”, para empezar un maestro que se encuentre en depresión puede ocasionar muchos conflictos tanto de manera personal como profesional, lo que me intriga es que fue un docente en formación, es algo que desde formación normalista o inicial deben trabajar y evitar mandar docentes no aptos emocionalmente hablando a prácticas, ya que creo que es una respuesta como “no” suele ser negativa pero sujetos que toquen la parte de depresión es alarmante y más porque son encargados de niños, “seres humanos” como ellos les dicen, que además depende de los sujetos y de esa estabilidad, pero aquí empieza lo que nos interesa en la investigación, permitiéndome entender que los docentes y futuros docentes no son robots, sus emociones en ocasiones están en colapso por lo tanto, ellos no pueden expresarlo por situaciones pero están afectando su área de trabajo.

E) En la quinta pregunta: ¿Qué es la resiliencia para usted? Las respuestas suenan sacadas de una fuente, o genéricas, creo que es importante que la definición sea personal, que sea la interpretación que ellos mismos le den, de algo que ellos ya conozcan sobre todo que tenga experiencia, porque hoy en día la resiliencia se usa con más frecuencia y que la definición la interpretemos como algo con lo que no nacimos, si no a lo largo de nuestra vida vamos adquiriendo.

- F) En la sexta pregunta: ¿Qué había escuchado sobre la resiliencia antes de la pandemia? Es interesante como no la conocían, a pesar de que en Aprendizajes Clave vienen y se debe explicar esta habilidad a los alumnos, justamente en mi investigación la resiliencia es una parte fundamental de la cual solo se toca poco, por eso era importante que la resiliencia entre otras habilidades socioemocionales fuera trabajadas con los docentes antes de ponerse en marcha el curso, los maestros ya preparados con estas habilidades, permitirán desarrollar estrategias académicas para poder trabajar con los alumnos, por otra parte, los maestros antes de la pandemia y durante de la misma, con las respuestas de esta pregunta es obvio que les costó el poder desarrollar la asignatura de educación socioemocional con sus alumnos y de manera personal.
- G) En la séptima pregunta: ¿Cómo trabaja la resiliencia de manera personal? Es importante mencionar que la mayoría de las repuestas por parte de los docentes titulares y en formación, fueron más enfocadas en la regulación de emociones, pero por otro lado mencionaron acerca de la superación de problemáticas o sucesos que les llega a pasar, día con día, así que la parte de resiliencia por lo que observo es que no saben cómo manejarla, por lo que la definición es sacada de internet sin ninguna interpretación para las respuestas de pregunta, podemos observar que hay áreas de oportunidad para enriquecer la educación socioemocional ejemplo de ello “Procurando cuidar de mí misma y no anteponiendo mis necesidades ante las de otros” o “No se trabajarla muy bien” respuestas que afirman lo que ya mencione.
- H) En la octava pregunta: ¿Cómo trabaja la resiliencia en casa, con su familia? De la misma manera que “la trabajan de manera personal” y lo pongo entre comillas porque nos dimos cuenta que no es así, vimos que falta mucho por trabajar esta aparte de la resiliencia, de la manera como la proyectan con su familia, una respuesta fue la que más me llamo la atención, esa respuesta fue “Creando entre nosotros una red de apoyo en la cual todos los integrantes de mi familia sabemos que contamos con el otro en todo momento para que eso nos dé mayor seguridad

y fortaleza ante las adversidades de la vida.” Porque rescato esta, me es interesante pues en la 5ta sesión del Consejo Técnico Escolar se trabajó la parte de las redes de apoyo en la que consistió en reconocer a las personas que nos rodean y nos suelen sostener, hay que darle importancia, hacer redes de apoyo con la familia por la razón de que algunas situaciones son difíciles superarlas solos, y considero que es una respuesta asertiva.

- I) En la novena pregunta: Es importante como maestro ser resiliente... sí o no y ¿Por qué?, Las respuestas de docentes en formación y titulares rescato la positividad que le dieron a las respuestas puesto a que ellos consideran que nosotros somos humanos y trabajamos con humanos, que precisamente debemos transmitir emociones positivas, pero sin antes dejar de lado el estar bien con uno mismo, otra respuesta importante fue la siguiente, “Si, por qué no podemos estancarnos en la práctica ante un incidente, sino que debemos reconocerlo y afrontarlo para llegar a la autorregulación de nuestra práctica tales como las emociones con el objetivo de aprender a tomar decisiones consientes e intencionadas, y así mismo somos un ejemplo para el alumnado” ya lo había mencionado al inicio, considero que las respuestas no van alejadas de la realidad y sobre que piensen de la misma manera porque realmente se necesita ver mucho este tema de la resiliencia y en los docentes. Reconocer que este reactivo como el 15 son los que tuvieron más respuestas como “si” dándome a entender que tanto docentes en formación como titulares reconocen la importancia que tiene la resiliencia en las personas y más como profesionales de la educación.
- J) En la décima pregunta: ¿Cómo trabaja la resiliencia en el aula? Los resultados de esta pregunta por los docentes titulares y en formación, causan muchas situaciones como investigador, respuestas tales como “Pues llevando la superación de sucesos o problemáticas relacionadas a sus actividades” o “Motivando a mis alumnos, alentándolos, diciéndoles todos los días lo grandiosos que son y sobre todo planteando situaciones en las que deben seguir adelante” para ellos la resiliencia consiste es ser mejores, pero es importante no hacer de

manera separada, así como hubieron interpretaciones de superación o motivación, considero que las dos se van de la mano por que la resiliencia es un proceso.

- K) En la pregunta once: ¿Cómo proyecta la resiliencia con sus alumnos? Los docentes en formación y titulares mencionan que los alumnos se deben ver como sujetos, que a pesar de superar obstáculos, hay que procurar no volver a cometer situaciones que nos aquejan un problema, además superar y aprendiendo a resolverlos, es necesario que el docente sea un ejemplo para los niños, como ya lo mencione la resiliencia debe verse reflejada en nosotros, aplicar el proceso e interpretarlo de manera que los alumnos lo entiendan.
- L) En la pregunta doce: De acuerdo al aprendizaje clave, ¿Considera que la resiliencia debe ser una dimensión o una habilidad? Debemos entender que las habilidades y las dimensiones son partes fundamentales en la educación socioemocional, Aprendizajes Clave (2018) nos dice que habilidades socioemocionales (HSE) nos referimos a las herramientas que permiten a las personas entender y regular sus emociones, comprender las de los demás y sentir o mostrar empatía por los otros, establecer y desarrollar relaciones positivas, tomar decisiones responsables, así como definir y alcanzar. En las respuestas de los docentes tanto en formación como titulares, mencionan que es más una habilidad pero pocos hicieron énfasis que puede ser una dimensión, porque dicen que se puede trabajar no solo con los alumnos si no de manera personal y compartirlo con los demás.
- M) En la pregunta trece: ¿Tuvo alguna dificultad para trabajar de manera virtual durante la pandemia? Dicen que si a pesar de la parte de conectividad, problemas con las tics, tiempos, horarios, etc., para la parte personal del docentes es una problematización que ellos recalcan, en la que los sentimientos y emociones estaban en su auge, como dicen ellos la capacitación para la utilización de unas herramientas fue también lo que causo mucho estrés para poder impartir clases de manera virtual, pero también mencionan que hubo efectos con la pandemia

sobre todo la ocupación que tuvieron no solo de maestros sino de padres, hijos, esposos, etc.

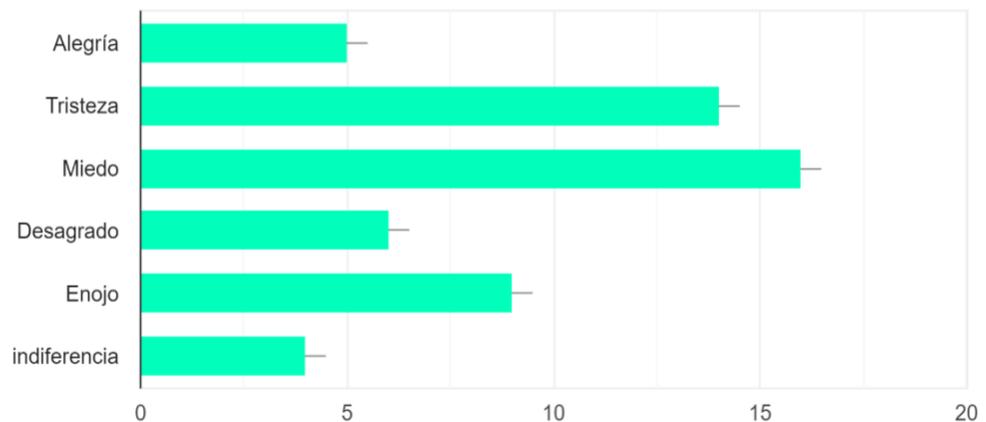
- N) En la pregunta catorce: ¿Qué fue lo que más le afectó con la llegada del trabajo de manera híbrida? Ellos nos mencionan la parte que tuvo más efecto fue la carga de trabajo sobre todo el tiempo sobre todo tenían que dedicar, pero dejar a un lado personal y familiar es complicado, si en presencial es complicado de manera virtual más, eso son efectos que tuvieron y que la mayoría proyectó en sus respuestas. No fue fácil trabajar de manera virtual como ya vimos en la pregunta anterior las modalidades de trabajo fueron grandes cambios de los cuales surgieron adaptaciones.
- O) En la pregunta quince: Considera que el maestro debe ser apoyado en la parte emocional y resiliente, ¿Por qué? Las respuestas fueron “Si, es importante porque se lidian con muchas cosas que no se enseñan en la escuela, se debe de tener un carácter para afrontar situaciones de manera tranquila”, “lo considero importante porque igual somos humanos, vivimos cosas que nos afectan de buena o mala manera y por ello debemos aprender a manejarlo”, “Si, por qué si un maestro no es resiliente lo trasmite a sus alumnos y a su vez pueden reflejar resultados negativos”, “Sí, por su contacto continuo con alumnos y padres de familia, lo que expone nuestras propias emociones” y “Si, porque aunque somos maestros, no dejamos de ser seres humanos y tenemos emociones” entre otras, las respuestas todas fueron “SI” de lo cual me gusta resaltar esta situación esta pregunta complementa si no es que es la principal en mi investigación donde, estaría dando respuesta a lo que quiero plasmar que los docentes tanto en formación como titulares proyectan que se nos debería apoyar en esta parte de la resiliencia si bien en la pregunta nueve fue relacionada a que los maestros debemos ser resilientes esta pregunta me permitió darme cuenta que el apoyo a los docentes es de suma importancia, dichas respuestas hacen que mi trabajo este sustentado y no se queda en algo pasajero, el maestro es igual de importante que los alumnos,

recordemos que nosotros trabajamos con ellos, así mismo ver que a pesar de estas respuestas, esta es el eje principal de mi investigación.

P) En la pregunta dieciséis: ¿Cuáles son las emociones que más predominaron en usted durante la pandemia? Realmente la emoción fue el miedo y junto con ella la tristeza que son emociones que actualmente siguen protagonizando en las personas. Son emociones que a lo mejor crecieron durante la pandemia, pero también se regularizan si aprendemos a ser resilientes con o sin ayuda, ahora es importante más que nada como docentes poner en práctica la regulación de emociones, así mismo el proceso de resiliencia ya que forman parte de las dimensiones como la autorregulación, autonomía, empatía, colaboración, autoconocimiento, que permiten crecer a una persona de manera física y mental.

¿Cuáles son las emociones que más predominaron en usted durante la pandemia?

23 respuestas



Q) En la pregunta diecisiete: Algo más que no se preguntara, pero que usted quiera comentar en torno al tema, los docentes dieron respuestas interesantes en las que podría considerar más adelante para darle continuidad a mi trabajo en un post grado, que me permita retroalimentar con mayor información, ejemplo de las respuestas fueron las siguientes:

- Considero que la resiliencia no es una habilidad ni dimensión, sino un aspecto que el docente debe desarrollar para realizar una buena triangulación interpersonal, entre padres, alumnos y uno mismo.
- ¿Cómo saber si estas logrando ser una persona con resiliencia?
- Que los docentes son poco tomados en cuenta en la parte emocional, en ocasiones se nos pide aguantarnos y continuar cuando se nos debería apoyar para poder mejorar nuestra práctica porque las emociones afectan nuestro desempeño.
- Ideas para trabajar esa parte de la resiliencia con los docentes y alumnos.
- Fue muy importante la forma como se manejaron las cosas a partir de las autoridades, lo que en particular me generó demasiado estrés.
- Como puede impactar la falta de resiliencia en los padres de familia, tenemos la responsabilidad de seguir aprendiendo sobre los temas de resiliencia y socioemocional y salir adelante siempre.
- Recordar que la adaptación forma parte de esta habilidad.
- El docente de educación básica normalmente no tiene preparación en estos aspectos de origen psicológico por lo que se enfrenta a retos que pueden sobrepasar sus habilidades y es de suma importancia que las autoridades educativas tomaran en cuenta esto para hacer los cambios pertinentes.
- Que también es importante manejar este tema con los padres de familia, ya que en ocasiones ellos son quienes afectan la resiliencia de los alumnos y alumnas.

Estas respuestas me hacen pensar, que la parte de resiliencia y la educación emocional es importante, debe ver más de una tesis o investigaciones acerca de la resiliencia y las emociones con relación en la educación sus actores educativos, sin antes mencionar que pueda que esta sea el pionero de muchas más, para esto en el siguiente capítulo retomaremos una no todas las situaciones ya mencionadas en las respuestas de esta última pregunta.

Capítulo IV: La pandemia.

4.1 ¿Qué es la pandemia?

De acuerdo a la **OMS (2020)** la pandemia es un proceso patológico que se mantiene a lo largo de mucho tiempo en una población o zona geográfica. Generalmente se trata de patologías infecciosas. La enfermedad se mantiene a lo largo de tiempo en un nivel estable, incluyendo variaciones estacionales.

A partir de la misma surgen otras situaciones como las formas de trabajo durante la pandemia y como es que se trabajaron.

4.2 Formas de trabajo.

De acuerdo a **Montaño, Preciado, Robles, Chávez (2018)** menciona que las formas de trabajo es la parte de una buena gestión de la productividad que conduce a una mejor competitividad; promueve una reducción en la estructura de costos, la capacidad de ofrecer precios atractivos en el mercado y una mejora en la calidad de vida de los trabajadores.

En la pandemia las formas de trabajo se redujeron a solo tres momentos, para gente que trabajan en la parte empresarial los obreros asistieron de manera presencial, los oficinistas en home-office o la parte hibrida que es la virtual y presencial, según **PCW México (2020)** encuestó a personas con la Nueva Normalidad la parte de Home-office es muy solicitada haciendo que los profesionistas se inclinen más a ella, pero con las respuesta de la encuesta que yo realice me doy cuenta que no es así, hay muchas situaciones de las cuales se deben tocar, una de ellas son la parte emocional.

Lo cierto es que, incluso en el pasado, la flexibilidad ha sido el objeto deseado de muchos empleados, quienes han visto en este programa ventajas como el ahorro de tiempo y dinero en los traslados, un buen control, más felices y por supuesto, el tiempo para dedicar a la familia entre otras actividades.

Por supuesto, todavía hay margen de mejora, debe verse desde la perspectiva de una nueva estrategia de gestión del talento. Estos son los desafíos que las organizaciones que deben abordar para comprender cómo operar de manera más rápida y eficiente. Estos incluyen: asegurar la infraestructura necesaria para el trabajo remoto y aplicar prácticas de trabajo flexibles de manera justa y consistente.

El trabajo en equipo es un modelo que brinda a los empleados la flexibilidad de trabajar desde cualquier lugar. Los empleados pueden trabajar desde casa, en la oficina o en cualquier otro lugar del mundo. Las organizaciones pueden configurar un horario de trabajo híbrido que limite los días y las horas en que se espera que los empleados trabajen en la oficina, o pueden otorgar a los empleados total autonomía para elegir cuándo y dónde quieren trabajar.

4.3 Resiliencia vs educación socioemocional.

Durante la pandemia a pesar de las distintas formas de trabajo surgieron acontecimientos importantes sobre la resiliencia y la educación socioemocional, de las cuales considero que piden trabajar las autoridades, pero, ¿Cómo trabajarlas?, los mismos docentes en las encuestas ellos encuentran que la resiliencia es algo que nunca se habían escuchado, ni mucho menos trabajado antes de la pandemia, no fue hasta que llegó la pandemia, desarrollando esa habilidad como parte de la educación socioemocional, pero no la trabajan los docentes en ellos, si no pedían que desarrolláramos la resiliencia en nuestros alumnos, en donde nos damos cuenta, que como docentes y seres humanos que somos no se preocuparon si éramos resilientes y además como lo trabajaríamos si teníamos que estar bien con nosotros mismos, ahora será cierto que las emociones y la resiliencia son contrarias o pueden llevarse de la mano.

De acuerdo a **Goleman (2006)** comparte que la parte de la resiliencia se trabaja por medio de las emociones, a lo que no menciona el autor, para poder trabajar una IE, debemos priorizarlas ya que nos ayudaran a poder regular este proceso ya mencionado, recuperando sentido a la problematización y buscar una solución.

Las mismas emociones nos van a permitir afrontar situaciones y poder trabajarlas, es importante como docente, ser humano, ya que lo había mencionado y lo rescato ahorita, si no estás bien contigo mismo, como pretender ayudar a alguien más.

Una emoción provoca una acción y una reacción. Normalmente, ante alguna emoción, nuestra respuesta suele ser automática, o algo así: reaccionar ante un estímulo. La inteligencia emocional dice que es posible responder en lugar de reaccionar. En otras palabras, introduce el concepto de gestión de respuesta al estímulo.

Una emoción se crea en respuesta a algo que nos sucede. Primero nos explicamos lo que pasó (pensamiento) e inmediatamente tenemos una respuesta fisiológica (emocional). Por otro lado, **Brusasca y Labiano (2021)** nos mencionan que, se destacó la importancia de incorporar, en las escuelas, programas de formación emocional dirigidos principalmente a docentes, desarrolla habilidades internas e interpersonales para prevenir la violencia en los niños; promoviendo así la resiliencia psicológica.

Pero considero que los docentes a partir de todo el trabajo, en la pandemia y ahorita es importante, no solo trabajar con los alumnos, sino que también deben considerar a los maestros que enfrentan situaciones y que son el pilar para generar ambientes de aprendizaje y ambiente laboral apropiado.

Reflexión

A lo largo de esta investigación resulto agradable el realizar esta modalidad como es la tesis de investigación, permitiéndome crecer como investigador. El tema a pesar de ser complejo en la parte de que no hay tanta documentación, hablar de la resiliencia en los docentes, con las encuestas arrojaron datos interesantes y me permitieron darme cuenta, no eran meramente suposiciones lo decía, es una realidad, los docentes quieren ser escuchados de una u otra forma, ser apoyados en todo momento, ser más humanistas. Hoy en día el docente esta encasillado por muchas situaciones, hay una línea delgada que está permitiendo que los docentes vivan con poca tranquilidad, porque no se sienten

apoyados esta situación emocional, sobre todo la carga de trabajo, se las dan fuera de su horario como lo que ya tienen establecidos como bien lo mencionaron algunos sujetos.

La perspectiva teórico-metodológica de la corriente descriptiva-etnográfica fue utilizada como un gran marco que permitió observar el fenómeno desde un horizonte particular. Esta perspectiva ha sostenido los datos obtenidos, para señalar que la integración de esos elementos construye una trayectoria diferencial de vida que provee a cada persona de una visión particular de la resiliencia.

Por otra parte la investigación siendo un enfoque etnográfico, como bien sabemos son situaciones que vive una población, lo cual me permite entender que estas dos escuelas tienen este problema o no como tal un problema si no presentan situaciones similares acerca de la educación socioemocional, sobre todo de la resiliencia.

Las experiencias de los involucrados en el estudio pueden estar relacionadas con expresiones y prácticas socioculturales que sustentan la importancia de la resiliencia históricamente hablando, se han reproducido a través de las situaciones sociales tales como la pandemia. Así, la descripción fenomenológica que presenta este estudio sobre la interacción de maestros titulares y en formación de los cuales han estado marcadas por el trabajo durante la pandemia en las modalidades ya explicadas. Recordamos que la resiliencia es reflejo de la estructura social en la que la educación expresa contradicciones y paradojas principalmente hacia los docentes donde no hay un apoyo de lo que se les está pidiendo.

Es importante llegar a este momento, en primera porque va permitir detectar situaciones observadas a lo largo de mi investigación y segunda terminar reflexionando problemáticas. A lo mejor no pensé integrar en mi propuesta, con ayuda de las respuestas en las encuestas que se dieron por los docentes titulares y en formación, fueron elementos fundamentales sobre toda una en particular, la pregunta 17 “Algo más que no se preguntó, pero que usted quiera comentar en torno al tema” de las cuales hablare cada una de las respuestas.

Para esto vamos a hablar del principio, cuando yo propuse este título, no sabía a lo que me estaba enfrentado, suponiendo que sería fácil, poder trabajar un tema interesante, no

fue hasta en la parte de la búsqueda de documentos oficiales, me parecieron, pocos tocar este título tan interesante de investigación.

Por otra parte, las encuestas arrojaron resultados interesantes, que me permiten cuestionarme ¿Por qué dejar a un lado la parte socioemocional en los docentes?, es más fácil tocar un tema de los alumnos que de los maestros, en la parte magisterial suele ver reproche y sobre todo ausencia del gobierno cuando es apoyo al magisterio, se debe considerar el tener docentes estables emocionalmente hablando, base a eso permitirá un buen rendimiento en los profesores, en donde ellos se encargaran de generar ambientes de aprendizajes hostiles.

Es preocupante e interesante encontrar tantas situaciones en las que el educador es capaz de no controlar sus emociones, bien lo vimos con el tema de depresión, sabiendo que es complejo dejar a maestros frente al grupo ya sean titulares o en formación con esa problemática alarmante, ¿Qué estamos haciendo mal?, y no lo digo por los docentes por es normal pasar situaciones de esa índole, más bien como exigir desde arriba algo que a lo mejor ni ellos trabajan, o como saben que en el magisterio todos los docentes son estables emocionalmente hablando.

A lo mejor un mal rendimiento en el grupo se deba a eso, que uno este triste y como no se le permite expresarlo o más bien no hay un espacio de liberación, provocan estas situaciones de ansiedad y depresión, es gracioso que el tocar este tema solía incomodar, los docentes fueron los que la tocaron, a lo mejor viendo que era de suma importancia esta situación.

Considero que tocar temas de depresión y ansiedad, debería ser normalizado, a pesar de ser un carácter íntimo, lo acabamos de ver en los sujetos cuestionados, no fue necesario tocarlo solito salió y de un docente en el que a lo mejor vio una oportunidad de manifestar lo que está pasando.

Es de valientes reconocer las situaciones ya mencionadas, pero también es de valientes buscar ayuda, dejar a un lado lo que posiblemente estemos afectando nuestro entorno y me refiero a la práctica docente, no podemos estar enfrente de un grupo con varios niños y niñas que a lo mejor dependen de nosotros o fuera del contexto escolar en la sociedad

hasta la misma familia y por situaciones así, en vez de estar apoyándolos, estamos generando más estrés.

En la pregunta 17 de la encuesta que ya había mencionado, arrojaron resultados interesantes, por tal motivo iré reflexionado uno por uno y dar mi opinión final:

En esta primera cito “Considero que la resiliencia no es una habilidad ni dimensión, sino un aspecto que el docente debe desarrollar para realizar una buena triangulación interpersonal, entre padres, alumnos y uno mismo”, podemos notar que la resiliencia no es habilidad o dimensión, sino como una capacidad en la permitirá que el docente pueda manejar situaciones relacionadas a su gestión que sería alumnos y padres de familia, tiene toda la razón pues se sitúa poniendo la resiliencia como un eje necesario para el docente. Es bueno poner en contexto esta clase de situaciones, porque da un ejemplo y elementos donde son los padres de familia, ellos son agentes que también tienen gran impacto no solo en el educación de los alumnos, si no del maestros, la triangulación que toca este sujeto, es algo que como profesor debemos saber el equipo es de tres y si uno falla los otros no darán lo mejor, lo digo porque hay respuestas similares y que hablare más delante de ellas.

Otra respuesta fue, “¿Cómo saber si estas logrando ser una persona con resiliencia?” que a lo mejor en el documento se habló de que demos ser resilientes, pero ¿Cómo sabemos si estamos logrando serlo?, pues es complicado saber, sino estas pasando por estas situaciones, ahora es importante también tomarlo en cuenta porque al final los docentes no estamos en esa estabilidad, como lo creen, es difícil, sobre todo porque somos seres humanos que cometemos errores, somos seres con sentimientos y no maquinas que lo único que hacen es trabajar.

También mencionan “los docentes son poco tomados en cuenta en la cuestión emocional, en ocasiones se nos pide aguantarnos y continuar cuando se nos debería apoyar para poder mejorar nuestra práctica porque las emociones afectan nuestro desempeño” ya lo había dicho si no estamos bien con nosotros mismos, como pretender ayudar a los demás, bien dirían nos de consejos de algo que nos has pasado por solo son palabras al viento, como intervenir en un salón de clases cuando tenemos situaciones como las ya

vistas depresión, inseguridad, ansiedad, etc, que pueden provocar crisis entre otras situaciones.

Otra situación que aqueja es “Fue muy importante la forma como se manejaron las cosas a partir de las autoridades, lo que en particular me generó demasiado estrés”, las autoridades ¿Por qué no ponen cursos y empeño, para mejorar esta parte emocional en los docentes? Lo pongo como pregunta porque pesar de que yo le puedo dar respuesta, son ellos lo que deberían observar esta situaciones, como pedir trabajar la resiliencia con los alumnos, cuando sus educadores no saben el significado, interpretar, mucho menos saben el proceso, porque poner un curso que no digo que está mal al contrario aporta mucha a la educación, pero que tal si hasta por esa situación del enfoque emocional tanto en niños, niñas y padres de familia podemos atacar el rezago educativo, pero sin antes olvidar a maestro quien es el que va combatir con esa situación, le ponen mucho peso a sol individuo, tratar con una matrícula mayor de 35 alumnos (mera suposición) de esos 35, hay 70 padres de familia padre y madre o tutores dos por alumno, a eso súmale los demás actores educativos, colegas, director y supervisor, además situaciones personales ya sean amigos, pareja y familia, el maestros ya estaría en el colapso o tendría una crisis emocional, tratar esas situaciones conllevan una estabilidad emocional, queramos o nos problemas que hasta no son de nosotros y a pesar de eso le exigen al maestro en cualquier ámbito, social, familiar, político, etc, pues entonces ¿Dónde está el maestro?, ¿Dónde está su apoyo para poder enfrentar estas situaciones?, no es posible trabajar algo que no se tiene la menor idea, ni mucho menos con lo que está pasando internacionalmente que es la pandemia.

Algo similar a lo ya mencionado con los padres otra respuesta que cito es la siguiente, “Como puede impactar la falta de resiliencia en los padres de familia, tenemos la responsabilidad de seguir aprendiendo sobre los temas de resiliencia y socioemocional y salir adelante siempre” si hablar de resiliencia con los educadores causa conflicto, con los padres, que pasa con la palabra “resiliencia” hoy en todos lados se consideran resilientes como si estuviera de moda, como si fuera una nueva prenda, pero que es realmente, recuerdo que alguien conocido me hacia esa misma pregunta, para ti ¿Qué es resiliencia?, de lo cual mi respuesta fue genérica, hasta que me dijo, no estas mal tu

definición debe ser personal, interpretada por situaciones que te hicieron llegar a ese proceso, dije claro que es real no puedo hablar por hablar de algo que hoy en día si debe tener una importancia y sobre todo como una necesidad, los mismo pasaría con los padres, como darle una definición que ocupan no por moda, sino que está en el lenguaje social, algo que todos decimos pero sin saber que es.

A estas alturas como diría un familiar en el lugar que este y con quien estés adáptate, así como cito esta respuesta “Recordar que la adaptación forma parte de esta habilidad”, no hay nada que no sea cierto que fue lo que hicieron los docentes tanto en formación como titulares, adaptarse a las modalidades que año con año estuvieron cambiando, de virtual a hibrido y de hibrido a presencial, ahora con la llegada de la Nueva Escuela Mexicana, pues uno se debe adaptar y a los cambios, pero creo que ya es innecesario, cinco años fue lo que duro aprendizajes clave, la novedad el enfoque emocional, ahora donde va quedar esa situación, porque no ver que la exigencia en estos tiempos y de estas generaciones es la parte emocional, pero a lo que conlleva estar en el magisterio, aprender adaptarse a nuevos cambios.

Ya se había mencionado “El docente de educación básica normalmente no tiene preparación en estos aspectos de origen psicológico por lo que se enfrenta a retos que pueden sobrepasar sus habilidades y es de suma importancia que las autoridades educativas tomaran en cuenta esto para hacer los cambios pertinentes” y sé que dirás pues que aburrido, pero más bien para que veamos cuanto hace falta ese apoyo que lo mejor los presionales de la educación gritan, pero no son escuchado, quieren aprender a manifestar en la parte emocional en sus alumnos, pero que les impide hacerlo, pues el que ello no sean como trabajarlos de manera autónoma. Obteniendo una guía o cursos que puedan trabajar esta situación socioemocional claro que van a ver cambios, a lo mejor se ve en Consejo Técnico Escolar situaciones como la red de apoyo, las siglas G.A.L.A, autonomía, resiliencia, etc, siempre se procura ver más la parte académica dejando a un lado la psicopedagogía, pero a qué se debe a que es lo que exigen las autoridades educativas.

Ya por último la situación con padres en la formación académicamente hablando de sus hijos, tiene mucho impacto ejemplo de ello es lo cito a continuación “Que también es

importante manejar este tema con los padres de familia, ya que en ocasiones ellos son quienes afectan la resiliencia de los alumnos y alumnas” si los docentes lo reconocen a lo mejor es porque ellos lo viven día a día, al igual que la depresión, es un tema delicado hablar de estas situaciones con los padres de familia, probablemente porque debemos ser minuciosos en preguntar algunas situaciones, pueda que lo considere pero sería más otra línea de investigación con el mismo enfoque pero con otros objetos de estudio.

Por ultimo hacer mención, los cambios culturales son toda la vida, entendamos que la cultura no es estática, sino una de sus principales propiedades es la mutación, me refiero a los cambios donde se están presentando sobre todo la exigencia como son la parte emocional y resiliente en los maestros. Este es un factor importante para comprender los procesos que están en curso y evolucionando a diferentes velocidades y direcciones, generados e impulsados por diferentes variables.

Conclusión

Ya para finalizar, estoy feliz por los resultados que obtuve sobre todo en la situación en la que se está manejando esta investigación, reconocer lo que fue posible y no rescatar para complementar esta investigación es como quiero comenzar.

Para esto hay que recordar nuestro objetivo general es “Describir el comportamiento resiliente en los docentes de básica en nivel primaria analizando y reflexionando el proceso de resiliencia antes y después de la pandemia” comienzo con esto porque el objetivo debe cumplirse, de lo cual considero fue así, para empezar a describir lo que se tuvo que llevar acabo fue la encuesta que gracias a las respuestas, permitieron detectar el comportamiento resiliente donde observamos los docentes carecen en esta área y es necesario reforzarla, todo esto se trabajó a partir de la pandemia antes y durante de la misma, puesto que se consideraba que la resiliencia ya había sido trabajada antes, a partir de las respuestas de la encuestas se analizó cada sujeto y reactivo para darle una mejor interpretación a la investigación de la cual tuvimos hallazgos y posterior a eso se realizó la reflexión.

Por que explique el proceso pues considero estos fueron los objetivos específicos que me ayudaron darle cuerpo al trabajo, respetando a cada uno de ellos.

¿Qué me dejó esta investigación?

Para empezar me voy satisfecho, pude observar en la aplicación de las encuestas, respuestas posiblemente en un entrevista no dejaría por el tema donde se está hablando y así fue, temas como la depresión, la modalidad de trabajo, la falta de apoyo, entre otras, hacen mi trabajo este sustentado, es un tema complejo, en la cuestión de son pocos autores y documentos oficiales donde toquen el tema de la resiliencia y más en los docentes, pero a partir de esto fue el análisis de las respuestas, arrojo información que fue escasa encontrar.

La resiliencia es de suma importancia, es algo que no se debe tomar de juego, mucho menos a la ligera, en la parte de la reflexión cómo es posible que el gobierno deje de lado a los maestros, deben tomarlos en cuenta ante una situación recordando la importancia de la educación socioemocional, pedir trabajar algo en el que se desconoce si hicieron estudios de la estabilidad emocional de los maestros a nivel nacional, los educadores piden ser escuchados y apoyados en este ámbito, lo piden para poder rendir mejor en el aula, mejorar su estabilidad personal, social, profesional y familiar.

La docencia no solo es dar clases, material didáctico, actividades lúdicas, imaginación, creatividad, gestión, también es humanidad, superación, responsabilidad, emocional y sobre todo resiliente; el docente que cubra todas estas características permitirán un crecimiento grandioso académicamente hablando, pero si mandamos maestros depresivos, con ansiedad, a punto de colapso o crisis nerviosas, claro que será difícil dar lo mejor, es importante desde la formación docente detectar y trabajar situaciones complejas que le impidan el buen desempeño, como es posible dejar una profesional inestable emocional, a cargo de mucho alumnos, eso es complicado y debemos evitar.

¿Qué obtuve con los resultados de los encuestados?

Par empezar pude cumplir los objetivos, sobre todo el general, reconozco que no fue fácil, pero tampoco imposible, la resiliencia pide ser trabajada a gritos, buscar estrategias y actividades de la misma.

La resiliencia la podemos dejar de estar investigando, comprendiendo y procesando, pero jamás se puede quitar, no es una enfermedad, al contrario es un proceso que nunca vamos a dejar de pasar sobre todo porque todo el tiempo tenemos situaciones adversas, recuerdo mucho un curso de movilidad estatal "Emocionalidad y aprendizaje" que justamente nos decían, si tu llegas a un lugar, de malas ¿Qué pasa?, para empezar, el ambiente se siente intenso, pones la emociones de los demás en alerta, si alguien tuvo un mal día, provocas malestar, en los demás, generas emociones como miedo, tristeza, angustia, etc.

La realidad se construye en la mente, y nuestra mente es un maravilloso mar de razón, pensamientos, emociones que se obtienen es nuestra integridad como seres humanos.

La resiliencia es una capacidad que todos tenemos y sólo desarrollamos en la medida donde somos capaces de reconocer lo que hacemos, pensamos y decimos, es decir, lo que estamos expresando.

Un ser resiliente es aquel que construye la realidad interiorizando la experiencia y la transforma en un aprendizaje que produce sólo "felicidad".

Como docentes una buena regulación de emociones es lo que nos permitirá generar buenos ambientes de aprendizaje, encontrar una estabilidad será el bienestar personal y resiliente, proyectar seguridad y empatía ante adversidades.

El problema a pesar de ser docentes titulares y en formación me da una sensación por dos situaciones; mi tema causa interés en los demás, me di cuenta en las respuestas que brindaron los docentes, pude notar que realmente lo que piden es apoyo en la situación socioemocional y sobre todo en el aspecto resiliente, ahora entiendo porque le es complicado tocar este tema, es de suma importancia considerar a los docentes primero, antes que nada son los que trabajan con los niños, niñas, adolescentes; y la segunda pues me duele que el docente lo eviten para ser contemplado, hace falta más empatía por parte de la autoridades, como lo dije en la reflexión, es algo más que un sujeto donde tiene saberes o se va estar enfrente de un pizarrón a dar un tema de cualquier asignatura, también sentimos, tenemos gastos como pagar agua, luz, colegiaturas, etc, por que no se ponen a pensar las necesidades del docente, pero si exigencia, solicitan trabajar con

los niños la resiliencia, mejor deberían exigirse ellos para tener profesionales resilientes, actividades de 20 minutos en CTE, son insuficientes, deben poner más empeño en esa situación.

Por algo se empieza, considero que mi tesis es interesante, resulta un tema fuera de lo común, puesto que otras investigaciones son más relacionadas a los alumnos y claro no digo que este mal, pero también el docentes merece ser estudiado, investigado y reflexionado, nunca se va terminar de reflexionar acerca de nuestro quehacer docente.

Pero son pocos los que reflexionan en tercera persona la práctica docente, es fácil criticar o hablar de algo que no tenemos conocimiento, para esto es la investigación, con el fin de ver que los maestros somos más que profesionales de la educación, somos seres humanos, solo con la vocación de compartir, transmitir y hacer cambios, para lograr una mejor sociedad.

Bibliografía

Access Denied. (2020, 19 mayo). INAPAM. Recuperado 12 de diciembre de 2020, de <https://www.gob.mx/inapam/es/articulos/resiliencia-comunitaria-en-tiempos-de-covid-19?idiom=es>

Arregocés, B. (2022, 1 marzo). Te explicamos qué es la resiliencia con cuatro ejemplos. ElDiario.es. https://www.eldiario.es/consumoclaro/cuidarse/resiliencia-arte-superar-adversidades_1_1157977.html

Blanco, C. (2020, 29 septiembre). El Proceso de Resiliencia. Ilusióname. Recuperado 28 de enero de 2022, de <https://ilusioname.es/el-proceso-de-resiliencia/>

Bolaños, E. A. (2020, 11 marzo). Educación socioemocional. ALAS. Recuperado 11 de febrero de 2022, de <https://www.redalyc.org/journal/5886/588663787023/html/>

ontreras, J. (2003, 22 abril). La práctica docente y sus dimensiones. VOLARAS UC. Recuperado 13 de diciembre de 2021, de https://iescapayanch-cat.infod.edu.ar/sitio/wp-content/uploads/2020/03/La_practica_docente_y_sus_dimensiones.pdf

Danielarico, A. (2018, 21 mayo). Resiliencia urbana y reconstrucción en la Ciudad de México. La atención gubernamental tras los terremotos de 2017 – Análisis Plural. análisis plural. Recuperado 28 de mayo de 2022, de <https://analisisplural.iteso.mx/2018/05/21/resiliencia-urbana-y-reconstruccion-en-la-ciudad-de-mexico-la-atencion-gubernamental-tras-los-terremotos-de-2017/>

De Hidalgo, U. A. D. E. (2014, 4 enero). La investigación cualitativa. universidad de hidalgo. Recuperado 24 de enero de 2021, de <https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/tlahuelilpan/n3/e2.html>

D.G.E.S.U.M. (2018, julio). Organización de la malla curricular. GOB. Recuperado 25 de junio de 2022, de https://www.dgesum.sep.gob.mx/reforma_curricular/planes/lepri/plan_de_estudios/orga_nizacion_malla_curricular

Docentes. (2020, 5 mayo). UNESCO. Recuperado 26 de mayo de 2022, de <https://es.unesco.org/themes/docentes>

Domínguez Mondragón, G. (2014). Enfoque filosófico gestalt de la tanatología. HORIZONTE SANITARIO, 10(1), 21.

Espinoza, M. A. (2012). RESILIENCIA: UNA MIRADA SISTÉMICA. Universidad del Bio-Bio. Recuperado 8 de junio de 2022, de <http://repobib.ubiobio.cl/jspui/bitstream/123456789/1437/1/Espinoza%20Alveal%2C%20Maria%20Aurora.pdf>

G. (2020, 27 marzo). Access Denied. Gobierno. Recuperado 28 de junio de 2022, de <https://www.gob.mx/sep/es/articulos/boletin-no-80-fortalece-sep-programa-aprende-en-casa-mediante-sitio-web-especializado-en-educacion-basica?idiom=es>

Haza, L. J. (2020, 22 junio). Objeto de investigación y campo de acción: componentes del diseño de una investigación científica. Recuperado 26 de junio de 2022, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742020000300241#:~:text=%E2%80%9CEI%20objeto%20de%20estudio%20es,a%20su%20interpretaci%C3%B3n%20y%20comprensi%C3%B3n%E2%80%9D.

Jerico, P. (2019, 2 enero). Resilientes. Pilar Jericó Oficial. Recuperado 6 de junio de 2022, de <https://www.pilarjerico.com/resilientes/#:~:text=El%20concepto%20se%20comenz%C3%B3%20a,las%20calles%20o%20mujeres%20maltratadas>.

Línea de tiempo - concepto y cómo realizar una. (2019). Concepto. Recuperado 5 de junio de 2022, de <https://concepto.de/linea-de-tiempo/>

M. (2019, 19 septiembre). México, un ejemplo de resiliencia a dos años después del sismo del 19 de septiembre. BBVA NOTICIAS. Recuperado 28 de junio de 2022, de <https://www.bbva.com/es/mx/mexico-un-ejemplo-de-resiliencia-dos-anos-despues-del-sismo-del-19-de-septiembre/>

Moreno, A. B., Orozco, C. E. M., & Orozco, J. F. M. (2021). Metodología de la investigación. Métodos y técnicas. Patria Educación.

Pacho, S. G. (2020, 8 octubre). A vueltas con la resiliencia: ¿podemos desarrollarla y aplicarla en el trabajo? Hablemos de empresas. Recuperado 4 de junio de 2022, de <https://hablemosdeempresas.com/pymes/significado-resiliencia/>

Rodríguez, D. (2018). Una revisión al constructo resiliencia. Historia y panorama actual. (Trabajo de grado Psicología). Universidad de San Buenaventura Colombia, Santiago de http://bibliotecadigital.usb.edu.co/bitstream/10819/5694/1/Revisi%C3%B3n_Constructo_Resiliencia_Rodriguez_2017.pdf

Ruíz, I. S. G. (2020). Resiliencia y demandas de política educativa durante la contingencia sanitaria. IBERO. Recuperado 2 de mayo de 2022, de https://www.redalyc.org/journal/270/27063237023/html/#redalyc_27063237023_ref16

Santa-Cruz-Espinoza, H. (2022, 28 marzo). El miedo al contagio de covid-19, como mediador entre la exposición a las noticias y la salud mental, en población peruana. Scielo. Recuperado 7 de junio de 2022, de https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412022000100271

S.E.G.O.B. (2018b, julio 14). ACUERDO número 14/07/18. SEGOB. Recuperado 6 de junio de 2022, de https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5533902&fecha=03/08/2018#gsc.tab=0

Tomayo, D. (2009). El proceso de la investigación científica (1.a ed., Vol. 1). Limusa. https://www.academia.edu/7012157/MARIO_TAMAYO_Y_TAMAYO

Uriarte, J.D. (2010). La resiliencia comunitaria en situaciones catastróficas y de emergencia. International Journal of Developmental and Educational Psychology. 1, (1), p. 687-693. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832324073.pdf>