

**IMPACTO DE LAS JORNADAS LABORALES EN LA DINÁMICA FAMILIAR DEL
PERSONAL DOCENTE DE LA I.E MISAEL PASTRANA DEL MUNICIPIO DE
TANGUA**

Ana María Polanco Burgos

apolanco@umariana.edu.co

Jhordan Armando Riascos Estrada

jhorriasco@umariana.edu.co

Stephanny Tatiana Zambrano Onofre

stepzambrano@umariana.edu.co

Estudiantes Décimo Semestre

PhD. Silvia Rocío Moncayo Quiñonez

smoncayo@umarian.edu.co

Docente - Asesora trabajo de grado

Programa de Trabajo Social

Universidad Mariana

San Juan de Pasto

Palabras Claves. Dinámica familiar, impacto, jornadas laborales, docentes, fortalecimiento, estrés, salud mental, emociones.

Resumen.

El objetivo del presente estudio fue comprender el impacto de las jornadas laborales en la dinámica familiar de los docentes de la I.E Misael Pastrana del municipio de Tangua en el año 2020 – 2021, en el marco de la pandemia por COVID – 19, para el diseño de una estrategia metodológica de tipo

pedagógico que aporte al fortalecimiento de la familia y de la institución educativa. Metodológicamente el estudio se ubicó en el paradigma cualitativo, desde un enfoque histórico hermenéutico. La unidad de análisis se conforma con 12 docentes, los cuales pertenecen a la institución. Para la recolección de datos se utilizó la entrevista semiestructurada. Los resultados obtenidos evidenciaron que las jornadas laborales de los docentes durante la pandemia aumentó el estrés, afectando negativamente su salud mental y física, y complicaron la gestión del tiempo entre trabajo la familia, también se identificó que alteró la dinámica familiar y la comunicación, generando diversas emociones que, con un manejo adecuado, son cruciales para mantener la salud y el desempeño laboral. Se concluyó, durante la pandemia aumentaron el estrés, afectando su salud y complicando el equilibrio entre trabajo y vida personal, esto también impactó la dinámica familiar, alterando roles y comunicación, aunque muchos docentes mostraron resiliencia, es esencial brindarles apoyo y recursos adecuados para mejorar su bienestar y el de sus familias.

Key Words. Family dynamics, impact, work hours, teachers, strengthening, stress, mental health, emotions.

Abstract.

This study aims to comprehend the impact of work hours on the family dynamics of teachers at the Misael Pastrana Educational Institution in the municipality of Tangua during the years 2020-2021, amidst the COVID-19 pandemic, with the objective of designing a pedagogical methodological strategy that contributes to strengthening both the family unit and the educational institution. Methodologically situated within the qualitative paradigm and employing a historical-hermeneutic approach, the study involved 12 teachers from the institution as the unit of analysis. Data collection utilized semi-structured interviews. Findings revealed that teachers' work hours during the pandemic increased stress levels, negatively affecting their mental and physical health, and complicated the management of time between work and family. Additionally, it was identified that these circumstances altered family dynamics and communication, generating various emotions that, with appropriate management, are crucial for maintaining both health and work performance. It was concluded that during the pandemic, stress levels increased, impacting both health and the

balance between work and personal life, thus affecting family dynamics and communication. However, many teachers exhibited resilience, emphasizing the necessity of providing them with adequate support and resources to enhance their well-being and that of their families.

Introducción.

La pandemia del COVID-19 ha transformado radicalmente la dinámica laboral y familiar de los docentes en todo el mundo, el cierre de escuelas y la transición al aprendizaje remoto han generado una carga adicional de trabajo para los educadores, quienes se han visto obligados a adaptarse a nuevas modalidades de enseñanza, este cambio repentino ha impactado profundamente en la salud mental y física de los docentes, así como en la dinámica familiar.

En Latinoamérica, cerca de 60,2 millones de profesores se vieron afectados por los cierres de los centros educativos a nivel global, la incertidumbre y el estrés provocados por la pandemia han aumentado la probabilidad de experimentar depresión, ansiedad y otros síntomas psicosociales entre los educadores, además, la falta de herramientas digitales y la escasez de materiales han dificultado aún más la tarea de enseñar desde casa (Hincapié, 2020).

La Institución Educativa Misael Pastrana Borrero se vio enfrentada al desafío de garantizar la continuidad de la educación durante el confinamiento, a pesar de las dificultades, se implementaron estrategias para facilitar el aprendizaje remoto y proteger la salud de los estudiantes y el personal educativo. Sin embargo, el teletrabajo ha llevado a una mayor dificultad para establecer límites entre el trabajo y la vida personal, lo que ha contribuido a niveles elevados de estrés entre los docentes.

La salud mental de los docentes se ha visto especialmente afectada durante la pandemia, el síndrome de burnout, caracterizado por una sensación constante de estar "quemado" mental y profesionalmente, ha aumentado entre los educadores, la falta de apoyo y recursos adecuados ha contribuido a esta situación, lo que subraya la importancia de intervenir en la salud mental de los docentes para evitar el agotamiento y el deterioro de su bienestar (Mena, 2010).

La dinámica familiar también se ha visto afectada por las jornadas laborales de los docentes durante la pandemia, la mezcla de responsabilidades laborales y familiares ha generado tensiones en el hogar, afectando las relaciones familiares y el equilibrio entre el trabajo y la vida personal, es crucial reconocer estos desafíos y trabajar en conjunto para fortalecer la dinámica familiar y promover el bienestar de todos los miembros de la familia (Aguirre et al., 2015).

La investigación realizada con los docentes de la Institución Educativa Misael Pastrana Borrero ha permitido identificar los principales impactos de las jornadas laborales en su vida personal y familiar, entre ellos se destacan el aumento de la carga de trabajo, la dificultad para establecer límites entre el trabajo y la vida personal, y el estrés y la ansiedad generados por la incertidumbre y las demandas adicionales.

Basándonos en las ideas previamente presentadas, es esencial comenzar desde la problemática mencionada anteriormente, la cual nos lleva a formular el siguiente interrogante ¿Cuál es el Impacto de las jornadas laborales en la dinámica familiar del personal docente de la I.E. Misael Pastrana del municipio de Tangua en el año 2020 - 2021, en el marco de la pandemia por COVID - 19? Para abordar la pregunta mencionada se tiene como objetivo general, comprender el Impacto de las jornadas laborales en la dinámica familiar de los docentes de la I.E Misael Pastrana del municipio de Tangua en el año 2020 – 2021, en el marco de la pandemia por COVID – 19, para el diseño de una estrategia metodológica de tipo pedagógico que aporte al fortalecimiento de la familia y de la institución educativa.

Así mismo, es esencial abordar la cuestión problemática planteada en esta investigación, que se centra en el impacto de las extensas jornadas laborales de los docentes de la Institución Educativa Misael Pastrana en el municipio de Tangua, especialmente en lo que respecta a su dinámica familiar, esta investigación busca identificar las razones detrás de estas largas jornadas laborales y su efecto en los sistemas familiares, a través del análisis de datos empíricos y la revisión exhaustiva de la literatura disponible, el objetivo es proponer soluciones que no solo beneficien a los docentes, sino también a sus familias, trascendiendo así la esfera exclusiva de la educación para mejorar la calidad de vida de estos profesionales y promover una sociedad más equitativa.

Este estudio representa una contribución significativa al campo del Trabajo Social y la Educación, ya que aborda una problemática importante y poco explorada. Se espera que las conclusiones y recomendaciones obtenidas puedan tener un impacto positivo en el bienestar de los docentes y sus familias, fomentando así un avance hacia una sociedad más justa y equitativa. Además, esta investigación permite comprender las dinámicas que experimentan los individuos que trabajan en el ámbito educativo, identificar las realidades familiares y contribuir al proyecto de investigación del Grupo de Desarrollo Humano y Social de la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales.

La construcción de una estrategia metodológica pedagógica es fundamental para garantizar la rigurosidad y validez de los resultados obtenidos en esta investigación, según expertos como Creswell y Johnson y Christensen, esta estrategia implica la selección y aplicación de métodos y técnicas específicas para recopilar datos, así como la planificación detallada de los pasos a seguir, la identificación de la población o muestra a estudiar, y la consideración de consideraciones éticas, además, implica el diseño de estrategias para el análisis e interpretación de los datos recopilados, una estrategia metodológica sólida y fundamentada teóricamente es esencial para garantizar la calidad y la validez de los resultados de la investigación educativa.

De esta manera, la presente se convierte en una referencia relevante para futuros estudios que aborden la influencia de las jornadas laborales en el ámbito familiar, se espera que contribuya a una comprensión más completa de los efectos persistentes de la pandemia en la dinámica familiar de los docentes y que sirva de base para el desarrollo de estrategias pedagógicas más efectivas para abordar estos desafíos, en última instancia, esta investigación tiene el potencial de promover un entorno familiar saludable y mejorar el equilibrio entre el trabajo y la vida personal de los docentes.

Por consiguiente, con el fin de comprender el comportamiento de las categorías del estudio, se llevó a cabo una revisión de investigaciones anteriores en diversos ámbitos a nivel internacional, destacando desde lo internacional a Quezada y Vargas (2016) llevaron a cabo una investigación titulada “Análisis de la labor docente desde la perspectiva de la responsabilidad social interna”, su estudio se centró en comprender la labor de los docentes en una escuela I chilena desde la óptica de la responsabilidad social interna, los resultados revelaron problemas significativos relacionados

con la conciliación entre el trabajo y la vida familiar de los docentes, estos problemas surgieron debido a las largas jornadas laborales que, en algunos casos, generaron conflictos familiares, además, las deficientes condiciones laborales, especialmente en lo que respecta a la seguridad en el entorno escolar, y los bajos niveles de remuneración contribuyeron a agravar la situación.

En consecuencia, este estudio cualitativo resalta la importancia de implementar políticas y enfoques de responsabilidad social interna en las instituciones educativas, el objetivo es mejorar el entorno laboral de los docentes de alto nivel, se recomienda que los líderes educativos reciban capacitación adicional para fortalecer sus habilidades interpersonales y competencias blandas. Esto les permitiría construir relaciones más sólidas y aplicar estrategias efectivas que faciliten la conciliación entre la vida laboral y familiar de los docentes.

En un ámbito de investigación en Colombia, una investigación pertinente se centra en la influencia de la jornada laboral, como lo indica Corredor (2016). En el contexto colombiano, se reconoce que la jornada laboral desempeña un papel fundamental en la dinámica entre la empresa y el trabajador, se distinguen dos perspectivas fundamentales: en primer lugar, una jornada laboral equilibrada y flexible que contribuye a un desempeño óptimo y una mayor satisfacción laboral para el trabajador, por otro lado, una jornada laboral extensa, sobrecargada o con limitaciones temporales puede impactar negativamente en el rendimiento del trabajador, resultando en una baja productividad y un mayor riesgo de problemas de salud físicos y mentales.

Esta investigación pone énfasis en la mejora de la calidad de vida laboral de los trabajadores, resaltando la importancia de la jornada laboral en la configuración de esta relación, se enfoca en la satisfacción laboral y examina cómo las jornadas laborales afectan el equilibrio entre la vida laboral y personal del individuo.

Se ha observado que en la mayoría de los autores que investigan la docencia y su relación con la salud, coinciden en que los docentes son vulnerables a los factores de riesgo psicosociales, por su alta influencia laboral consecuente a una mejor calidad de vida que esta misma genera, sin embargo, se observa una escasez de investigaciones dedicadas a abordar este tema a nivel regional, pero como referentes teóricos se logró identificar dos estudios que interpretan la profesión y su influencia en lo psicosocial que está siendo base para llevar a cabo la presente investigación.

Como referencia se encuentra el estudio de Dávila et al. (2018), donde se examinan los factores psicosociales laborales presentes en los docentes de una institución educativa estatal en San Juan de Pasto, sus resultados resaltan la importancia de continuar investigando a esta población, ya que, sugieren la existencia de un nivel elevado de riesgo psicosocial entre los docentes, este riesgo tiene repercusiones en su salud y seguridad laboral, lo que a su vez impacta su desempeño, funcionamiento y desarrollo en el contexto institucional.

En consideración a lo anterior, los apartados mencionan además que se exponen a diferentes condiciones que afectan la salud, fuera y dentro del trabajo, entre esa condición se puede encontrar las relaciones familiares, la residencia, lugar de trabajo y otras que generan malestar y no son buenas para el bienestar del docente, en vista de que la presente investigación recopila teorías para dejar soporte teórico, esto implica mencionar el apoyo en el caso de Gómez (2022) que ayudó a interpretar la dinámica familiar señalando autores como Minuchin y Fishman (2004), Palacios (2009), Iturrieta (2001) quienes coinciden al interpretar y describir las características de la familia, aportando a la interpretación y su relación como factor de riesgo psicosocial, construyendo además el planteamiento del problema, bajo la comprensión de información útil sobre la dimensión que más afectan directamente a los docentes.

Por otra parte, la relación entre las responsabilidades laborales de los docentes y la dinámica familiar, reconociendo la complejidad de este vínculo y la importancia de investigaciones previas en el campo, examina diversas categorías y subcategorías, como el estrés laboral, la sobrecarga de trabajo, la salud y bienestar laboral, así como el desequilibrio entre las responsabilidades laborales y familiares, destaca cómo estas categorías afectan tanto la vida profesional como la familiar de los docentes, especialmente en el contexto de la pandemia de COVID-19.

De igual forma, la gestión del tiempo como un elemento clave para equilibrar las responsabilidades laborales y personales, subrayando la necesidad de estrategias efectivas para mejorar la calidad de vida y reducir el estrés, además, discute el impacto de la pandemia en la administración del tiempo y las responsabilidades domésticas, resaltando la importancia de mantener la estabilidad en las rutinas del hogar para brindar un sentido de normalidad y control en tiempos de incertidumbre.

En relación con la dinámica familiar, el estudio enfatiza su naturaleza cambiante y su influencia en el desarrollo de los individuos, diferenciando entre la dinámica y la estructura familiar, destaca cómo estas dinámicas, que incluyen interacciones, roles, normas y comunicación entre los miembros familiares, impactan en el bienestar emocional de la familia y la importancia de fortalecerlas mediante relaciones saludables y una comunicación abierta.

Por último, el estudio resalta la importancia del apoyo emocional y social dentro de la familia, especialmente durante momentos de crisis como la pandemia, reconoce la necesidad de adaptarse a nuevas circunstancias y promover una comunicación efectiva para mantener relaciones saludables y enfrentar los desafíos de manera conjunta.

Metodología.

El enfoque de investigación utilizado es la Hermenéutica, que, según Ferrater (2010), implica la interpretación del pensamiento y la explicación de los textos, ampliándose desde la época de Platón para abarcar la interpretación de fenómenos humanos, como señala Dilthey. Roberts y Wilson (2002) destacan que la hermenéutica se centra en comprender las vivencias y creencias de las personas en diferentes contextos sociales, evitando distorsiones en los datos. Este enfoque tiene raíces en la teología y ha sido desarrollado por filósofos como Schleiermacher y Dilthey, quien postuló la idea del círculo hermenéutico para interpretar textos históricos de manera holística, considerando tanto el texto como el contexto.

En el contexto de la investigación, la hermenéutica es relevante para comprender las experiencias de los docentes durante la pandemia de COVID-19, al utilizar técnicas hermenéuticas, se busca una comprensión objetiva de los datos, considerando el contexto en el que se desenvuelven los docentes y sus familias, esto contribuye a generar conocimientos sólidos para abordar los efectos de las jornadas laborales en este periodo y orientar estrategias de apoyo.

La aplicación de la hermenéutica en la investigación reconoce la importancia de establecer una relación con los docentes, considerando su práctica laboral y su vida personal, se busca comprender cómo el entorno laboral influye en su percepción de la realidad, a través de su historia y contexto.

Gadamer (2004) destaca la importancia de este enfoque para comprender al otro y respetar los límites del individuo, confiando en su capacidad para producir conocimiento y reorientar sus logros.

Resultados.

El análisis se realizó siguiendo los objetivos establecidos al inicio de la investigación, se diseñó un instrumento de recolección de información validado por una docente responsable, y se aplicó a docentes de grados sexto a once mediante entrevistas semiestructuradas, se recopiló la información y se construyeron respuestas grupales, registrándolas en tablas, se realizó la transcripción de las respuestas y se desarrollaron categorías, subcategorías y categorías inductivas surgidas del proceso, se contrastó teóricamente la información proporcionada por los docentes, visualizando los impactos de las jornadas laborales durante la pandemia, se analizó e interpretó toda la información obtenida para generar recomendaciones que fortalezcan aspectos subjetivos y familiares, se abordó el primer objetivo específico, describiendo los efectos de las jornadas laborales en la vida personal de los docentes durante la pandemia, comenzando con la categoría "Efectos derivados de las jornadas laborales", que incluye subcategorías como estrés laboral, salud y bienestar laboral, y gestión del tiempo.

El análisis de entrevistas semiestructuradas con docentes de la Institución Educativa Misael Pastrana Borrero sobre los efectos de las jornadas laborales durante la pandemia en Tangua, se empleó un instrumento validado para recopilar datos, que luego se categorizaron y analizaron, se discutieron los impactos en la vida personal de los docentes, incluyendo estrés laboral, salud, bienestar y gestión del tiempo, se citaron estudios que destacan cómo las largas horas de trabajo pueden afectar la participación en actividades sociales y la salud mental y física de los trabajadores, se enfatizó en la importancia de la flexibilidad laboral para mejorar la satisfacción y el equilibrio entre la vida profesional y personal.

Testimonios de docentes reflejaron tensiones y conflictos familiares debido a la falta de separación entre el trabajo y la vida personal durante la pandemia, se advirtió sobre el riesgo de agotamiento y se mencionó la necesidad de gestionar eficientemente las horas laborales para evitar

problemas de rendimiento y retención de empleados, se concluyó que las jornadas laborales y la falta de separación entre el trabajo y la vida personal tuvieron un impacto significativo en la salud física y mental de los docentes, generando tensiones y conflictos.

Los docentes enfrentan diversos factores estresantes, como la carga de trabajo y la presión por adaptarse a nuevas tecnologías durante la pandemia, la complejidad de estas tareas, junto con la falta de apoyo de los padres y las limitaciones tecnológicas, genera tensiones adicionales, la falta de conocimiento en herramientas digitales contribuye al estrés laboral, ya que los docentes necesitan invertir tiempo y esfuerzo adicionales para aprender (Brown, 2017). Además, la falta de compromiso de los padres en la educación de sus hijos durante la pandemia exacerbó la brecha digital y complicó la participación parental en el proceso educativo (Chen et al., 2020). Esto afecta negativamente el bienestar emocional y la salud mental de los docentes, en un contexto ya caracterizado por la incertidumbre generalizada, la colaboración efectiva entre la escuela, los docentes y los padres es crucial para abordar estos desafíos y promover el éxito educativo (Epstein, 1995; Greenberg et al., 2021; Pomerantz et al., 2007).

Ante la complejidad de la enseñanza durante la pandemia, es crucial una colaboración sólida entre escuela, docentes y padres para garantizar el progreso educativo de los estudiantes, la adaptación limitada a la enseñanza presencial y la transición abrupta a la enseñanza en línea han generado estrés adicional para los docentes, exacerbando la brecha digital y dificultando la entrega efectiva de una educación de calidad, además, la sobrecarga laboral ha impactado negativamente la salud física y mental de los docentes, afectando la calidad de la enseñanza y la dinámica familiar, es esencial proporcionar apoyo integral y un entorno laboral saludable para los docentes, fortaleciendo sus habilidades de afrontamiento y promoviendo un equilibrio adecuado entre el trabajo y la vida personal, la Teoría del Estrés y el Coping de Lazarus y Folkman ofrece una comprensión profunda de cómo las demandas laborales afectan la salud de los trabajadores, mientras que investigaciones detalladas como las de Greenberg et al. y Hodges et al. destacan los desafíos específicos que enfrentan los docentes en esta coyuntura.

Los testimonios recogidos de varios docentes (P1, P2, P3, P4, P6, P7, P8, P9, P10 y P12) destacan cómo el estrés y la carga laboral durante la pandemia han tenido un impacto significativo

en su salud física y mental, manifestándose en cansancio, tensión, ansiedad y agotamiento, la preocupación por la seguridad y la salud propia, así como la de los estudiantes, ha sido una de las principales dificultades experimentadas, la gestión del estrés y la adaptación a las nuevas demandas personales y profesionales son cruciales para el bienestar emocional y físico, especialmente ante los desafíos únicos que enfrentan en el entorno educativo.

La reintegración a la enseñanza presencial ha generado nuevos ajustes pedagógicos y emocionales para los docentes, quienes pueden enfrentar dificultades para gestionar las nuevas dinámicas en el aula, como el distanciamiento social y las tecnologías híbridas, es esencial implementar prácticas de autocuidado y estrategias de gestión del tiempo para mantener un equilibrio entre el trabajo y la vida personal, lo que contribuye tanto al bienestar individual como a la capacidad de brindar un entorno de apoyo y bienestar a los estudiantes.

La pandemia también ha afectado a aquellos docentes con enfermedades de base, quienes experimentan una mayor ansiedad relacionada con el riesgo de contagio en el entorno escolar, la implementación de medidas de precaución adicionales, como el distanciamiento social y el uso de equipo de protección personal, puede generar estrés adicional y fatiga, especialmente para aquellos con condiciones de salud crónicas.

La intensificación de las demandas laborales y la transición al trabajo remoto han exacerbado las tensiones relacionadas con la gestión del tiempo y la disponibilidad para participar en actividades familiares y eventos importantes, a pesar de los esfuerzos por mantener un equilibrio, la persistente prevalencia de largas jornadas laborales y la incertidumbre generalizada han influido significativamente en la capacidad de los docentes para estar plenamente presentes y comprometidos en momentos cruciales para sus familias.

El equilibrio entre las responsabilidades laborales y familiares se presenta como un desafío omnipresente en la sociedad contemporánea, con ramificaciones significativas para la salud mental, la satisfacción laboral y la calidad de vida, es esencial implementar estrategias efectivas de autocuidado y establecer límites saludables entre el trabajo y la vida personal para preservar la cohesión familiar y promover un sentido de bienestar tanto en el entorno laboral como en el hogar.

Durante la pandemia, los docentes enfrentaron desafíos significativos relacionados con la gestión del tiempo y la dinámica familiar, la necesidad de equilibrar las responsabilidades laborales con el tiempo dedicado a la familia se convirtió en una tarea crucial, algunos docentes emplearon estrategias como establecer horarios estrictos y delegar tareas domésticas para optimizar su tiempo y encontrar espacio para la vida familiar, sin embargo, otros enfrentaron dificultades para implementar estas estrategias debido a la falta de organización y la carga laboral intensiva.

La gestión adecuada del tiempo se convirtió en una competencia fundamental para los docentes, ya que les permitía cumplir con sus responsabilidades laborales y participar activamente en actividades familiares significativas, aquellos que lograron administrar eficazmente su tiempo pudieron mitigar posibles conflictos entre el trabajo y la vida personal, lo que contribuyó a un entorno laboral más saludable y a relaciones familiares más armoniosas.

Además, la pandemia tuvo un impacto en la dinámica familiar, afectando la calidad de la interacción y la comunicación entre los miembros de la familia, la falta de separación entre el trabajo y la vida personal, junto con las largas horas de trabajo y la adaptación a nuevas rutinas, generaron distracción, agotamiento y, en última instancia, una disminución en la participación en actividades familiares y la calidad de la comunicación.

El análisis examina el papel crucial de la estructura familiar en el desarrollo y funcionamiento individual, destacando su influencia en la socialización y la formación de la identidad, durante la pandemia, las tensiones en la estructura familiar se manifestaron en la adaptación al trabajo desde casa, provocando la necesidad de estrategias para mantener la armonía, si bien algunos enfrentaron conflictos, otros encontraron oportunidades de fortalecimiento en las dinámicas familiares, demostrando resiliencia y capacidad de adaptación.

La limitación de espacios físicos durante la pandemia se identificó como un factor significativo que afectó las dinámicas familiares, dificultando tanto las actividades laborales como las interacciones cotidianas, la equidad en las tareas del hogar mostró una variedad de respuestas entre los docentes, con algunos experimentando ajustes significativos mientras que otros percibían continuidad en las divisiones tradicionales de género. La investigación también resaltó la evolución

de los roles familiares y la adaptación de las familias a las nuevas circunstancias impuestas por la pandemia, así como la diversidad de respuestas y experiencias familiares ante estos desafíos.

La pandemia ha impactado profundamente en las dinámicas familiares y en la comunicación entre sus miembros. Por un lado, se observa una adaptación y resiliencia en algunas familias, que han logrado mantener relaciones fuertes a pesar de las adversidades, mientras que en otras se han evidenciado cambios en los roles y dificultades en la comunicación.

La comunicación se ha visto afectada tanto en el ámbito familiar como en el educativo, la transición a modalidades de enseñanza a distancia ha destacado la importancia de una comunicación efectiva entre docentes y alumnos, aunque en muchos casos esta comunicación ha sido inadecuada, generando desafíos para el aprendizaje y el bienestar de los estudiantes.

Durante la pandemia, la comunicación se ha centrado principalmente en medios digitales, lo que ha generado barreras en la comprensión y conexión emocional, además, el estrés y la ansiedad asociados con la enseñanza en un entorno virtual han dificultado la comunicación sincera entre docentes y familias, exacerbando tensiones y creando barreras en la conexión emocional.

Por otro lado, se reconoce que algunas familias lograron mejorar su comunicación durante la pandemia al pasar más tiempo juntas y compartir momentos significativos, esto sugiere que, a pesar de los desafíos, la pandemia también ha brindado oportunidades para fortalecer los lazos familiares y mejorar la comunicación en algunos casos.

La pandemia ha traído consigo diversos desafíos sociales, generando sentimientos de incertidumbre, miedo y desorientación, sin embargo, los participantes destacan que este período también fortaleció las relaciones familiares y mejoró la comunicación en algunos casos. En el ámbito educativo, los docentes han enfrentado intensas jornadas laborales durante la pandemia, lo que ha afectado su capacidad para mantener una comunicación adecuada con las familias, se resalta la importancia de preparar al personal docente para abordar mejor estas situaciones en el futuro.

La afectividad, como componente emocional, ha sido afectada por el estrés laboral durante la pandemia, lo que influye en las relaciones familiares y en las experiencias emocionales individuales, se destaca la relevancia del manejo adecuado de las emociones para enfrentar estos desafíos. Los testimonios de los docentes reflejan el impacto del agotamiento emocional en su capacidad para brindar apoyo a sus familias durante la pandemia, se evidencia la necesidad de desarrollar estrategias efectivas para manejar estas emociones y mantener un equilibrio emocional.

La falta de apoyo emocional en algunas familias durante la pandemia subraya la importancia del respaldo emocional en momentos de crisis. Se resalta la necesidad de cultivar relaciones que promuevan la empatía, la comunicación abierta y el apoyo mutuo para fortalecer la resiliencia y el bienestar emocional en tiempos difíciles.

Conclusiones

El análisis investigativo ha permitido identificar aspectos fundamentales que serán abordados de manera concisa en las conclusiones siguientes, ellas abordan los objetivos específicos planteados, comenzando por “Describir los efectos derivados de las jornadas laborales de los docentes en época de pandemia, en su vida personal”. Y en cuanto al segundo objetivo se tiene: “Develar las consecuencias que generaron las jornadas laborales del personal docente durante la pandemia por COVID-19, en la dinámica familiar”.

Entre los aspectos identificados, se encuentran una serie de factores que los docentes han experimentado en su vida personal, siendo el estrés laboral uno de los más significativos, por ello, durante la pandemia, la carga de trabajo de los docentes se ha incrementado considerablemente, motivo por el que se relaciona con la adaptación a los nuevos métodos de enseñanza en herramientas digitales; es decir, la creación o revisión de material didáctico y la necesidad de mantener la comunicación con estudiantes e incluso, padres de familia, han sido responsables de una mayor acumulación de estrés por la falta de conocimiento en herramientas digitales y la participación efectiva de los padres durante el proceso educativo.

Además, la ausencia de interacción social, los cambios en las rutinas diarias y el desequilibrio

entre el trabajo y la vida personal, provocados por la sobrecarga laboral, han dado lugar a lo que los investigadores han denominado estrés por confinamiento, expresando sentimientos de fatiga, agotamiento e impacto en su salud física como resultado de las experiencias vividas durante este difícil período.

En ese sentido, durante la pandemia, el bienestar laboral y la salud de los docentes se han visto significativamente afectados debido a la transición a modalidades de enseñanza en línea, entre ellos se identifica que hubo presión sobre los docentes para adaptar nuevas formas de enseñanza por medio de herramientas digitales, cargas adicionales, impactos en la salud física, aumento de ansiedad, agotamiento emocional, dificultades para desconectar el trabajo, apoyo y los recursos limitados, son hallazgos negativos que ha generado la pandemia y que son significativos en la vida personal, porque aún están latentes y seguirán sido un desafío que va afectado su bienestar si no se logra garantizar aún más la salud y el bienestar de los docentes.

La pandemia de COVID-19 ha planteado numerosos desafíos para la salud y el bienestar de los docentes, la dificultad para volver a la presencialidad ha generado preocupaciones en términos de seguridad y adaptación a nuevas dinámicas educativas, esta incertidumbre ha contribuido al deterioro del bienestar mental de los educadores, aumentando el estrés, la ansiedad y la fatiga laboral.

De igual manera, el desequilibrio entre las responsabilidades laborales y personales ha sido un factor significativo, enfrentando la difícil tarea de conciliar sus roles profesionales con sus responsabilidades personales, sin embargo, a pesar de estos desafíos, muchos docentes han demostrado una notable capacidad de adaptación y resiliencia, encontrando formas de mantener un equilibrio entre sus obligaciones laborales y personales buscando apoyo tanto en sus comunidades educativas como en sus redes personales.

Cabe mencionar, que la gestión del tiempo ha sido un desafío significativo para los docentes durante la pandemia, muchos educadores han enfrentado dificultades para administrar eficazmente su tiempo debido a la rápida transición al aprendizaje remoto y las nuevas demandas asociadas, pero a pesar de las dificultades, algunos docentes han logrado implementar estrategias de

administración eficiente del tiempo, incluso han sido capaces de mantener un equilibrio entre sus responsabilidades laborales y personales, maximizando la productividad y minimizando el estrés.

Por otra parte, dando respuesta al segundo objetivo la pandemia ha desafiado la capacidad del personal docente para equilibrar sus responsabilidades laborales con las demandas de la vida familiar, por tal motivo, las jornadas laborales extendidas, la adaptación a nuevas tecnologías y la falta de separación entre el trabajo y el hogar han afectado negativamente la capacidad de conciliar estas dos esferas.

Por su parte, los docentes han tenido importantes implicaciones en la dinámica familiar, entre ellas la modificación de roles familiares, la afectación y cambios en la estructura familiar, logra evidenciar que por la falta de tiempo y energía para actividades recreativas y de cuidado personal, junto con la preocupación constante por la seguridad y el bienestar de la familia, ha afectado la satisfacción general y el disfrute de la vida familiar, e incluso, la ansiedad, la depresión y el agotamiento emocional son preocupaciones comunes que afectan las relaciones familiares y el bienestar general de todos los miembros del hogar.

La necesidad de equilibrar el trabajo remoto con las responsabilidades familiares ha llevado a una reconfiguración de las tareas y funciones dentro del hogar, desafiando las normas de género y generando una mayor igualdad en la distribución de las responsabilidades familiares, generando que las largas jornadas laborales y la necesidad de atención a las responsabilidades laborales han limitado el tiempo disponible para actividades familiares, lo que ha provocado una desconexión emocional y una sensación de distancia entre los miembros de la familia.

A pesar de los desafíos, la pandemia ha proporcionado oportunidades para fortalecer la estructura familiar, porque, la necesidad de adaptarse a nuevas rutinas y formas de organización familiar han requerido flexibilidad por parte de todos los miembros del hogar, lo que ha permitido la creación de nuevas formas de convivencia y funcionamiento familiar.

Así, muchas familias han demostrado una notable resiliencia o fortaleza durante la pandemia, la capacidad de adaptarse a las circunstancias cambiantes, encontrar formas creativas de mantener

la conexión, el apoyo mutuo, valorar las pequeñas alegrías y momentos de felicidad, ha contribuido a mitigar el impacto negativo de las jornadas laborales del personal docente en la estructura familiar.

Finalmente, los testimonios de los docentes respaldan la idea de que las largas jornadas laborales y la carga de trabajo afectaron la comunicación en las familias, durante la pandemia, la comunicación digital se convirtió en una causa de incomunicación debido a la falta de interacciones cara a cara, lo que impactó negativamente en la comprensión mutua, pues se reconoce que el cambio abrupto en la forma de comunicarse durante este período, con los cuales se ha logrado identificar en toda la investigación, llevó a desafíos significativos en las relaciones familiares y en la productividad laboral generando una inadecuada comunicación en su vida como docente.

Referencias Bibliográficas

- Aguilar L.A (2004) La hermenéutica filosófica de Gadamer. Revista Electrónica Sinéctica, núm. 24, febrero-julio, 2004, pp. 61-64 Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente Jalisco, México.
- Brown, E. L. (2017). Equilibrio entre el trabajo y la vida personal de los docentes y satisfacción laboral: el papel del contexto escolar. *Política educativa*, 31(2), 287-322.
- Rodríguez y Servín. (2022). Prácticas docentes en primarias rurales y urbano-marginadas durante la pandemia por Covid-19. *Diálogos sobre la educación*, 13(25), 1-19. <https://doi.org/10.32870/dse.v0i25.1118>
- Castro Alfaro, A. ., Dueñas Peña, A. ., Palacios Rozo, J. J., Barbosa Guerrero, L. M. ., & Amaya Cocunubo, I. F. . (2022). El Burnout en el sector educativo: en docentes de universidad pública en cuarentena por Covid-19. *Criterio Libre*, 20(36), e228847. <https://doi.org/10.18041/1900-0642/criteriolibre.2022v20n36.8847>

- Ertmer, P. A., Ottenbreit-Leftwich, A., & Tondeur, J. (2015). Creencias y usos de los docentes sobre la tecnología para respaldar la enseñanza y el aprendizaje del siglo XXI. *Manual internacional de investigación sobre creencias de los docentes*, 403-418.
- Epstein, J. L., & Sheldon, S. B. (2002). Presente y contabilizado: mejora de la asistencia de los estudiantes a través de la participación de la familia y la comunidad. *Revista de Investigación Educativa*, 95(5), 308-318.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer.
- Greenberg, K., Rice, L., & Smith, M. (2021). The COVID-19 Pandemic and Teacher Well-Being: Evidence from the American Time Use Survey. *Educational Policy*, 35(3), 557-590.
- Gaete Quezada, R., & Henríquez Vargas, F. (2016). Análisis de la labor docente desde la perspectiva de la responsabilidad social interna. *Cuadernos De Investigación Educativa*, 7(2), 13 - 29. <https://doi.org/10.18861/cied.2016.7.2.2608>
- Corredor, M. (2016). *Influencia De La Jornada Laboral En La Calidad De Vida Del Trabajador Y En La Calidad De Vida Laboral*. Cv, 47.
- Dávila Burbano, H. D., Lombana Mora, L. D., Matabanchoy Tulcan, S. M., & Zambrano Guerrero, C. A. (2018). Factores psicosociales laborales inmersos en el contexto de los docentes en una institución educativa estatal de San Juan de Pasto. *Tendencias*, 19(2), 138–160. <https://doi.org/10.22267/rtend.181902.101>
- Gómez Gonzales, K. (2022) "Afectación De La Pandemia COVID 19 En Las Dinámicas Familiares.
- Castro Alfaro, A. ., Dueñas Peña, A. ., Palacios Rozo, J. J., Barbosa Guerrero, L. M. ., & Amaya Cocunubo, I. F. . (2022). El Burnout en el sector educativo: en docentes de universidad pública en cuarentena por Covid-19. *Criterio Libre*, 20(36), e228847. <https://doi.org/10.18041/1900-0642/criteriolibre.2022v20n36.8847>
- Greenberg, K., Rice, L., & Smith, M. (2021). The COVID-19 Pandemic and Teacher Well-Being: Evidence from the American Time Use Survey. *Educational Policy*, 35(3), 557-590.

Huang, L., Wang, Y., Liu, J., Ye, P., & Cheng, Y. (2020). Teacher-Student Relationship Quality and Academic Stress Among Chinese High School Students During the COVID-19 Pandemic: A Multiple Mediation Model. *Journal of Affective Disorders*, 275-281.

Hodges, C., Moore, S., Lockee, B., Trust, T., & Bond, A. (2020). The Difference Between Emergency Remote Teaching and Online Learning. *Educause Review*, 27.

Pomerantz, E. M., Moorman, E. A., & Litwack, S. D. (2007). El cómo, con quién y por qué de la participación de los padres en la vida académica de los niños: más no siempre es mejor. *Revisión de Investigación Educativa*, 77(3), 373-410.