

---

# AFRONTAMIENTO DOCENTE EN TIEMPOS DE COVID-19

*Teacher coping strategies in times of COVID-19.*  
*Enfrentamiento de profesores em tempos de covid-19*

---

Roxana Marsollier<sup>1</sup> , & Cristián Expósito<sup>2</sup> 

<sup>1</sup> Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET). Universidad Nacional de Cuyo. Mendoza-Argentina. Correo: rgmarsollier@conicet.gov.ar

<sup>2</sup> Centro de Investigaciones Cuyo "Dr. Abelardo Pithod" (CONICET). Universidad Nacional de Cuyo. Mendoza-Argentina. Correo: cdexposito@uncu.edu.ar

Fecha de recepción: 25 de enero de 2021.  
Fecha de aceptación: 19 de marzo de 2021.

## RESUMEN

**INTRODUCCIÓN.** Las personas enfrentan cotidianamente en el mundo del trabajo distintas situaciones que pueden ser estresantes y conflictivas. Frente a ellas, desarrollan determinados pensamientos o acciones para eliminar los estresores externos o bien mitigar sus efectos. En tiempos de pandemia, las estrategias de afrontamiento desarrolladas por las personas han sido cruciales en su manera de posicionarse ante la crisis y hacer frente a la situación. **OBJETIVO.** La presente investigación tiene por finalidad indagar sobre las estrategias de afrontamiento utilizadas por los docentes frente al desafío que presenta la enseñanza virtual en situación de confinamiento social a causa de la pandemia por COVID-19 durante el año 2020. **MÉTODO.** Se trabajó con una muestra intencional de docentes y directivos (n=777) de instituciones de distintos niveles educativos de Mendoza, Argentina. Se aplicó la prueba psicométrica Brief COPE-28 sobre afrontamiento y se evaluaron otras variables de base y contextuales. **RESULTADOS.** Los resultados indican que ante la situación de crisis predomina un estilo de afrontamiento efectivo o funcional, mediante el uso de estrategias de afrontamiento activo, aceptación, planificación y reinterpretación positiva, entre las más señaladas. **DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.** Los hallazgos obtenidos impulsan a seguir investigando las complejas consecuencias educativas acaecidas durante esta pandemia. A su vez, invitan a generar nuevas acciones de intervención orientadas al fortalecimiento de estrategias efectivas que mitiguen el impacto de los riesgos psicosociales emergentes.

**Palabras clave:** COVID-19, docencia, estrategias de afrontamiento, aislamiento social, pandemia, educación virtual.





## ABSTRACT

**INTRODUCTION.** People live every day in the world of work in situations that can be stressful and conflictive. This leads people to develop certain thoughts or actions to eliminate external stressors or mitigate their effects. In times of pandemic, the coping strategies developed by people have been crucial to position themselves in the face of the crisis and coping the situation. **OBJECTIVE.** The objective of this study is to research the coping strategies used by teachers in the face of the challenge presented by virtual teaching in a situation of social confinement due to the COVID-19 pandemic, in 2020. **METHOD.** We worked with an intentional sample of teachers and directors (n=777) of institutions of different educational levels in Mendoza, Argentina. The Brief COPE-28 psychometric test on coping strategies was applied and other sociodemographic variables were evaluated. **RESULTS.** The results indicate that in the face of the crisis situation, an effective or functional coping style predominates, through the use of active coping strategies, acceptance, planning and positive reinterpretation, among the most indicated. **DISCUSSION AND CONCLUSIONS.** The results obtained encourage further investigation of the complex educational consequences that occurred during this pandemic. In turn, they invite the generation of new intervention actions aimed at strengthening effective strategies that mitigate the impact of emerging psychosocial risks.

**Key words:** COVID-19, teaching, social confinement, coping strategies, pandemic, virtual education.

## RESUMO

**INTRODUÇÃO.** As pessoas no mundo do trabalho enfrentam diariamente diferentes situações que podem ser estressantes e conflitantes. Diante deles, desenvolvem certos pensamentos ou ações para eliminar os estressores externos ou mitigar seus efeitos. Em tempos de pandemia, as estratégias de enfrentamento desenvolvidas pelas pessoas têm sido determinantes na sua forma de se posicionar diante da crise e enfrentar a situação. **OBJETIVO.** O objetivo desta pesquisa é investigar as estratégias de enfrentamento utilizadas por professores frente ao desafio apresentado pelo ensino virtual em situação de confinamento social devido à pandemia COVID-19 durante o ano de 2020. **MÉTODO.** Trabalhamos com uma amostra intencional de professores e diretores (n=777) de instituições de diferentes níveis de ensino em Mendoza, Argentina. O teste psicométrico Brief COPE-28 sobre coping foi aplicado e outras variáveis contextuais e de fundo foram avaliadas. **RESULTADOS.** Os resultados indicam que, diante da crise, predomina um estilo de enfrentamento efetivo ou funcional, por meio da utilização de estratégias de enfrentamento ativas, aceitação, planejamento e reinterpretação positiva, entre os mais indicados. **DISCUSSÃO E CONCLUSÕES.** Os resultados obtidos encorajam uma investigação mais aprofundada das complexas consequências educacionais que ocorreram durante esta pandemia. Por sua vez, convidam à geração de novas ações de intervenção voltadas para o fortalecimento de estratégias eficazes que mitiguem o impacto dos riscos psicossociais emergentes.

**Palavras-chave:** COVID-19, ensino, isolamento social, estratégias de enfrentamento, pandemia, educação virtual.





## INTRODUCCIÓN

A nivel global, la pandemia sorprendió prácticamente a todos los países, poniendo en descubierto las desigualdades económicas, políticas y sanitarias; mostrando lo frágiles y efímeros que somos, dejando al mundo “en pausa”, en términos de Lapman [1]. La mayoría de los gobiernos reaccionaron tomando como medida preventiva la disposición de aislamiento social, a fin de frenar la propagación del virus. Por ello, a la amenaza salugénica que implica contraer la enfermedad, se sumó la situación de confinamiento social, generando un fuerte impacto psicológico en las personas, lo que trajo aparejadas distintas manifestaciones emocionales tales como miedo, frustración, desorganización, ansiedad, sentimiento de encierro, entre otros [2].

En Argentina, el 19 de marzo de 2020 se declaró el estado de pandemia mediante un Decreto de Necesidad y Urgencia (DNU 297/2020) [3] que dispone el Aislamiento Social, Preventivo y Obligatorio (ASPO) de los ciudadanos. La drástica medida obligó a los establecimientos a cerrar sus puertas; sin embargo, el sistema educativo siguió en marcha, gracias al esfuerzo adaptativo de sus protagonistas: docentes y estudiantes, instituciones y familias [4]. Si bien el confinamiento social fue dispuesto a unas semanas del comienzo de clases, la situación de cuarentena fue tan extensa, que el año académico marcó su fin sin conseguir el regreso de los estudiantes a las aulas.

Los docentes hicieron su mejor esfuerzo para llevar adelante el funcionamiento de un sistema educativo de emergencia, mediado por la virtualidad [5]. Fueron los educadores quienes estuvieron a cargo de transformar la enseñanza presencial en educación remota [6] y desde sus propios hogares [7]. Los espacios privados de los docentes colapsaron por la sobrecarga laboral [8] y se intensificaron los conflictos, generando un impacto en la salud mental y el bienestar psicosocial de los educadores [9].

El cambio se produjo de un día a otro, por lo que los profesores no tuvieron tiempo para preparar recursos tecnológicos y didácticos o contar con una planificación pedagógica [10]. De hecho, estudios previos ya advierten que el uso de las TIC y la modalidad virtual pueden considerarse como estresores del profesorado [11], situación que se agrava frente a la emergencia del caso.

La profesión docente, ha sido muy estudiada en cuanto a los riesgos psicosociales que conllevan como consecuencia la generación de estrés debido a la falta de respuesta de los estudiantes [12], la sobrecarga de trabajo o el conflicto de rol [13]. Juntamente con otros servicios asistenciales, la docencia es una de las profesiones donde más se manifiestan los cuadros de estrés y el consecuente riesgo de desarrollar desgaste laboral o síndrome de burnout, especialmente debido al agotamiento emocional y falta de reconocimiento que conlleva la tarea [14].

Frente a la situación de pandemia y ante la adaptación a que se somete el sistema educativo, varios riesgos psicosociales se intensificaron (por ejemplo, el





estrés, los síntomas psicossomáticos, etc.), así como también emergieron otros nuevos tales como: los propios de implementar un sistema educativo mediado por la virtualidad, la incertidumbre por la pandemia, la situación y necesidades particulares de los estudiantes y las nuevas formas de vinculación con la institución [15]. En los hogares, los niveles de ansiedad e incertidumbre también se elevaron, frente a la crisis sanitaria, económica y también en cuanto al acompañamiento a las tareas escolares, especialmente en los sectores más vulnerables [16].

En cuanto a las necesidades educativas detectadas por los docentes, varios estudios coinciden en que la situación de crisis por covid-19 ha puesto en evidencia la brecha digital y las desigualdades socio-educativas [17], especialmente para los países latinoamericanos [18] situación a la que no es ajena Argentina [19]. Pero también, ha puesto de manifiesto las dificultades en alcanzar aprendizajes efectivos, de cubrir carencias afectivas de contacto entre pares y con el docente, así como también la ausencia de hábitos personales y académicos que promuevan el aprendizaje autónomo en los estudiantes [9].

Sin duda, esta situación de emergencia educativa representó un desafío sin precedentes ante la cual se pusieron en marcha distintos tipos de estrategias que permitieron a cada docente afrontar la situación. Las estrategias de afrontamiento, son entendidas como aquellos pensamientos y comportamientos que les permiten a las personas manejar las demandas tanto internas como externas en una situación estresante o conflictiva [20]. En este sentido, las personas se esfuerzan en afrontar cognitiva y conductualmente aquellas demandas ocasionadas por la aparición de distintos estresores presentes en el contexto donde se desenvuelven, a fin de poder recuperar el equilibrio perdido con el ambiente [21].

Existen distintos tipos de estrategias de afrontamiento, básicamente Lazarus y Folkman [22] sostienen que es posible distinguir entre las estrategias centradas en la acción y aquellas orientadas a controlar las emociones (evitación, distanciamiento, etc.). Las estrategias centradas en la acción permiten reflexionar sobre lo que está ocurriendo, identificar el problema y buscar soluciones efectivas, mientras que aquellas que buscan el control de las emociones se desarrollan cuando las personas se sienten sobrepasadas emocionalmente por la situación y por lo tanto, se sienten incapaces de afrontarla lo que, consecuentemente, intensifica el estrés [23].

Para Frydenberg [24] las estrategias de afrontamiento permiten identificar dos estilos o predisposiciones personales para hacer frente a las situaciones conflictivas: a) el afrontamiento productivo o funcional que se orienta a la resolución de los problemas o a buscar apoyo en los demás para superar la situación conflictiva, y b) el afrontamiento improductivo o disfuncional orientado a la evitación y el escape [25].

En sus estudios Carver [26] sostiene que las estrategias que se relacionan con un estilo funcional o efectivo marcan la posibilidad de adaptación de la persona a la situación conflictiva, mientras que, en estilo ineficiente o disfuncional de afrontamiento, se vale de estrategias que buscan la evitación y el distanciamiento del estresor, en lugar de resolver el conflicto, por lo que el nivel de estrés se mantiene.





En términos generales, el estudio del afrontamiento ha sido una preocupación constante para el colectivo docente. Así, distintas investigaciones buscan identificar los principales estilos y estrategias utilizados para hacer frente a situaciones de estrés y desgaste profesional [27], [28]; o en su asociación con la resiliencia u otros factores positivos [29].

En épocas de pandemia, cobra relevancia desarrollar estrategias activas de afrontamiento a fin de poder controlar los estresores negativos de la situación de crisis [30]. En especial, aquellas estrategias de afrontamiento psicosocial orientadas al apoyo y a la conducta prosocial resultan fundamentales [31]. Algunos estudios indican la importancia del apoyo social en la etapa de confinamiento por parte de las familias [32]. De hecho, se plantea el desafío de fortalecer mediante la intervención o la prevención, el desarrollo de habilidades centradas en la resolución de problemas, es decir, estrategias activas que permitan una adecuada adaptación a la situación de crisis [33]. Bien podría ponderarse el desarrollo del llamado coping positivo, que propone visualizar la situación conflictiva como un reto u oportunidad, generando el control emocional necesario para escoger aquellas estrategias de afrontamiento que resulten más eficaces para resolver la situación [34].

Dados estos antecedentes teóricos, el presente estudio tuvo como objetivo indagar sobre las estrategias de afrontamiento que utilizaron los docentes de distintos niveles educativos de la provincia de Mendoza, Argentina, frente a la disposición de aislamiento social preventivo y obligatorio -ASPO- dispuesto ante la pandemia por COVID-19 y la consecuente puesta en marcha de un sistema educativo virtual de emergencia.

## MÉTODO

### Diseño

Esta investigación se desarrolló bajo los lineamientos de un diseño cuantitativo de tipo descriptivo/correlacional. Las variables analizadas se dividieron en sociodemográficas y en aquellas planteadas por el cuestionario breve COPE-28 de Carver [26] que permite extraer 14 factores denominados 'estrategias de afrontamiento'. Estas estrategias son las que pusieron en práctica los participantes (docentes y directivos) durante la modalidad de educación a distancia a causa del aislamiento social obligatorio nacional en el ciclo lectivo 2020.

### Participantes

Para el relevamiento de campo se trabajó con un muestreo intencional no probabilístico. Participaron un total de 777 docentes y directivos que ejercían sus cargos en distintos niveles educativos de la Provincia de Mendoza, Argentina: Nivel Inicial (3,09%), Nivel Primario (15,83%), Nivel Secundario (31,4%), Nivel Superior (12,36%), Educación de Adultos (36,16%) y Educación Especial (1,16%). Las actividades profesionales de estos docentes se desarrollan en instituciones de gestión







pública (87,91%) y de gestión privada (12,09%) -las cuales se caracterizan por ser aranceladas. Respecto de la formación académica, se esperaba que todos tuvieran titulación de nivel superior; sin embargo, el 1,03% contaba con el título secundario como máximo nivel formativo, para casos excepcionales. En dicho relevamiento predominaron las mujeres (79,51%) y el promedio de edad de los participantes fue de 43 años al momento de responder el cuestionario. Cabe aclarar que el criterio de inclusión de la muestra fue que cada participante estuviera en ejercicio del cargo de manera online al momento de responder el cuestionario, de lo contrario, el propio sistema se encargaba de bloquear la continuidad del proceso.

### Instrumentos

Con el cuestionario de trabajo se recolectaron variables sociodemográficas (sexo, edad, estado civil, nivel en el que se desempeña, etc.) consideradas como variables independientes. Además se aplicó el cuestionario breve de Afrontamiento COPE [26]; identificado como COPE-28 en su traducción al español por Morán, Landero y González [35]. Este instrumento, está conformado por una escala Likert de 28 ítems con cuatro opciones de respuesta de 0 (nunca) a 3 (siempre) y permite medir el uso de 14 estrategias de afrontamiento a saber:

1. Afrontamiento activo: refiere a comportamientos o acciones concretas a fin de eliminar o mitigar las consecuencias del estresor.
2. Planificación: implica diseñar estrategias y acciones concernientes para afrontar una situación hostil.
3. Apoyo emocional: implica la búsqueda de simpatía y comprensión por parte de otras personas ante la situación adversa, que permita la contención emocional por parte de ellas.
4. Apoyo social: procura ayuda o consejo de otras personas respecto de qué debe hacer frente a la situación conflictiva, buscando un apoyo instrumental por parte de los otros.
5. Aceptación: implica admitir que la situación estresante es real.
6. Reinterpretación Positiva: consiste en ver el lado positivo de la realidad, buscar opciones y posibilidades a partir de ella, que permitan mejorar y superar el riesgo.
7. Humor: permite reírse y hacer bromas sobre la situación adversa.
8. Religión: es intensificar las creencias y actividades religiosas ante un evento estresante.
9. Autodistracción: concentrarse en otros proyectos y actividades que permitan distraerse del estrés.
10. Desahogo: permite expresar y descargar los sentimientos de malestar emocional que ocasiona el estresor.
11. Desconexión: se trata de una desconexión conductual, que permite reducir los esfuerzos por superar el conflicto, incluso abandonando el esfuerzo para alcanzar las metas en las cuáles interfiere el estresor.
12. Negación: consiste en negar que ha ocurrido un determinado suceso estresante.



13. Uso de sustancias: cuando se toma alcohol, medicamentos y otra sustancia, como paliativo para sentirse mejor y poder soportar lo que causa estrés.
14. Autoinculpación: significa criticarse o culparse a sí mismo por la presencia del estresor.

### Normas éticas, relevamiento y análisis de datos

El relevamiento se efectuó de manera online mediante Google Forms®, que fue remitido de manera aleatoria mediante correo electrónico y WhatsApp a cadenas de docentes. Al principio de dicho formulario se consignó un acta de consentimiento informado a fin de comunicar a los colaboradores los fines de la investigación y dejar constancia de que su participación era voluntaria y anónima garantizando el resguardo del secreto estadístico Ley N.º 17622.

Los datos se procesaron mediante el software SPSS® versión 25.0.0. Se trabajaron propiedades estadísticas del cuestionario de afrontamiento con el objetivo de confirmar la confiabilidad del mismo. Luego se realizaron análisis estadísticos de carácter descriptivo y una serie de pruebas paramétricas de varianza (ANOVA) y no paramétricas (t de Student).

## RESULTADOS

Teniendo en cuenta las diferentes situaciones particulares de los docentes y directivos institucionales en relación con el confinamiento domiciliario acaecido por la pandemia de COVID-19, se realiza el análisis de las estrategias de afrontamiento más utilizadas mediante el análisis psicométrico del COPE-28. Para cada estrategia fue calculado el alfa de Cronbach, estadísticos que muestran una confiabilidad entre .901 (religión) y .638 (desconexión). A su vez, el análisis ítem-test pone en evidencia una relación significativa con su escala de referencia, es decir que cada ítem mide lo que pretende medir según la variable (*cf.* Tabla 1).

**Tabla 1.** Confiabilidad por consistencia interna ítem-test para el COPE-28

Factores	Alfa de Cronbach	Ítem-Test	
		Nº de Ítem	r
Religión	.901	16	.919**
		20	.908**
Humor	.883	7	.918**
		19	.897**
Apoyo emocional	.873	9	.876**
		17	.902**
Apoyo social	.748	1	.845**
		28	.855**
Aceptación	.721	3	.826**
		21	.849**
Uso de sustancias	.704	15	.863**
		24	.807**
Reinterpretación positiva	.701	14	.870**

		18	.799**
Afrontamiento activo	.684	2	.824**
		10	.840**
Negación	.677	5	.888**
		13	.768**
Autodistracción	.675	4	.847**
		22	.798**
Autoinculpación	.672	8	.840**
		27	.787**
Desahogo	.665	12	.763**
		23	.860**
Planificación	.662	6	.804**
		26	.817**
Desconexión	.638	11	.759**
		25	.815**
Prueba COPE-28	.871		

\*\* La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Cabe destacar que, al trabajar con dos ítems por factor, los valores de alfa se ven afectados [36] ya que la cantidad de ítems [37] influye al igual que el número de alternativas de respuestas [38] –el menor número de alternativas disminuye la variabilidad de la escala [39]–. Sin embargo todos los valores  $\alpha$  estuvieron por encima de 0.6 y con una significativa correlación de Pearson (\*\*) de los ítems entre sí que miden cada factor (prueba Ítem-Test).

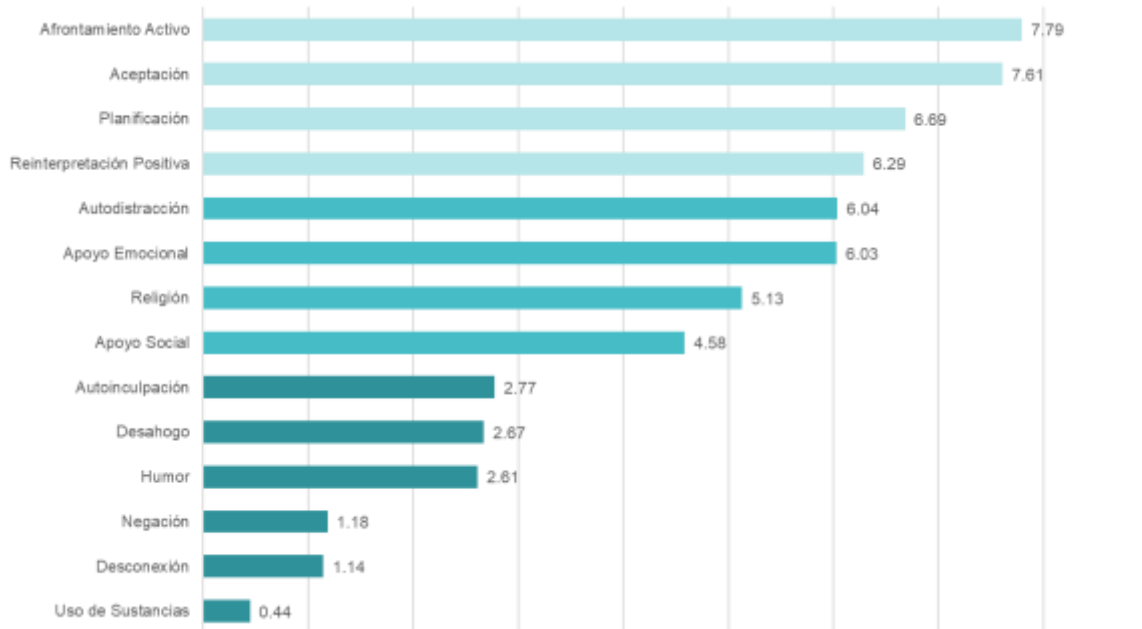
Para comprender cuáles son las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los participantes, se realiza un análisis descriptivo de medias (Todos los valores de cada factor se llevaron a escala 10 para poder realizar análisis estadísticos con las variables sociodemográficas).

**Tabla 2.** Estadísticos descriptivos escala de estrategias de afrontamiento COPE-28

	Media	Desviación	Mínimo	Máximo	Asimetría	Curtosis
Afrontamiento Activo	7.79	1.82	0	10	-0.652	0.74
Aceptación	7.61	1.93	0	10	-0.696	0.67
Planificación	6.69	2.28	0	10	-0.537	0.18
Reinterpretación Positiva	6.29	2.49	0	10	-0.407	-0.21
Autodistracción	6.04	2.61	0	10	-0.349	-0.49
Apoyo Emocional	6.03	2.82	0	10	-0.343	-0.66
Religión	5.13	3.35	0	10	-0.112	-1.17
Apoyo Social	4.58	2.64	0	10	0.093	-0.64
Autoinculpación	2.77	2.42	0	10	0.66	-0.21
Desahogo	2.67	2.22	0	10	0.734	0.28
Humor	2.61	2.78	0	10	0.935	-0.02
Negación	1.18	1.96	0	10	1.754	2.70
Desconexión	1.14	1.81	0	8.33	1.637	2.00
Uso de Sustancias	0.44	1.25	0	10	1.252	1.03



Los valores de las medias estadísticas van desde 7.79 para la estrategia afrontamiento activo hasta 0.44 para el uso de sustancias. Todas tienen como valor mínimo 0 y máximo 10; sin embargo, desconexión presenta un máximo de 8.33 debido a que ninguno de los participantes registró el valor extremo en ambos ítems -que componen el factor- de manera simultánea. Respecto de las distribuciones de tendencia central Asimetría [40] y la Curtosis, estuvieron dentro de los valores esperados teóricamente [41].



**Figura 1.** Uso de Estrategias de Afrontamiento según medias estadísticas

En la Figura 1 se observa que las estrategias de afrontamiento efectivas son las que poseen valores medios más elevados como el afrontamiento activo (7.79 pts.) la aceptación (7.61 pts.), la planificación (6.69 pts.) y la reinterpretación positiva (6.29 pts.). Las estrategias de afrontamiento ineficaces son las menos utilizadas por docentes y directivos encuestados, entre ellas contamos el uso de sustancias (0.44 pts.), la desconexión (1.14 pts.), la negación (1.18 pts.), el humor (2.26 pts.), el desahogo (2.67 pts.) y la autoinculpación (2.77 pts.).

El conjunto de estrategias fue relacionado con las variables sociodemográficas relevadas en esta investigación. Una de las primeras relaciones relevantes se produce con la variable que identifica el género de los participantes; al ser una variable dicotómica -debido a que no se registraron otros géneros fuera del masculino y el femenino- se aplicó la prueba paramétrica t de Student.

**Tabla 3.** Estrategias de afrontamiento en relación con el género de los participantes

Estrategias	Género	N	Media	Desviación	t	Sig.
Religión	Masculino	159	3.04	2.61	-4.589	0.000
	Femenino	618	4.05	2.44	-4.407	0.000
Humor	Masculino	159	2.29	2.256	2.244	0.022
	Femenino	618	1.87	2.03	2.109	0.029
Apoyo Emocional	Masculino	159	4.14	2.15	-2.551	0.011
	Femenino	618	4.62	2.10	-2.518	0.012
Apoyo Social	Masculino	159	3.25	1.81	-2.341	0.019
	Femenino	618	3.49	2.02	-2.236	0.026
Reev. Positiva	Masculino	159	4.41	1.98	-2.836	0.005
	Femenino	618	4.80	1.83	-2.744	0.007
Afront. Activo	Masculino	159	5.57	1.42	-4.589	0.000
	Femenino	618	5.92	1.34	-4.407	0.000

*Fuente: Encuesta "Educación en tiempos de Pandemia" 2020*

El análisis paramétrico pone de manifiesto que, de las estrategias que resultaron significativas, las mujeres hacen un mayor uso de las mismas en relación con los varones, a excepción de la estrategia humor donde los participantes de género masculino presentan predominancia ( $\bar{x}=2.29$ ).

Otra de las variables sociodemográficas que presentó valores significativos es 'hijos'. Esta variable también es binaria y presenta relación con las estrategias referidas a religión, humor, afrontamiento activo y desahogo.

**Tabla 4.** Estrategias de afrontamiento en relación con la variable 'hijos'

Estrategia	Hijos	N	Media	Desviación	t	Sig.
Religión	Sin hijos	185	3.22	2.59	-3.907	0.000
	Con hijos	592	4.04	2.45	-3.789	0.000
Humor	Sin hijos	185	2.36	2.25	3.060	0.002
	Con hijos	592	1.83	2.01	2.888	0.004
Afront. Activo	Sin hijos	185	5.64	1.51	-2.341	0.019
	Con hijos	592	5.91	1.31	-2.168	0.027
Desahogo	Sin hijos	185	2.33	1.80	3.076	0.002
	Con hijos	592	1.90	1.60	2.893	0.004

Fuente: Encuesta "Educación en tiempos de Pandemia" 2020

Las personas que tienen hijos utilizan más estrategias de afrontamiento relacionadas con la religión ( $\bar{x}=4.04$ ) y el afrontamiento activo ( $\bar{x}=5.91$ ), mientras que las personas sin hijos se apoyan más en el humor ( $\bar{x}=2.36$ ) y el desahogo ( $\bar{x}=2.33$ ); estas últimas dos estrategias están más relacionadas con afrontamientos no funcionales, tendientes a la evitación [25].

Para terminar con el estudio de las variables dicotómicas, se analizan las estrategias de afrontamiento de los participantes con título superior universitario y de aquellos que poseen título superior no universitario.

**Tabla 5.** Estrategias de afrontamiento en relación con la formación recibida por los participantes

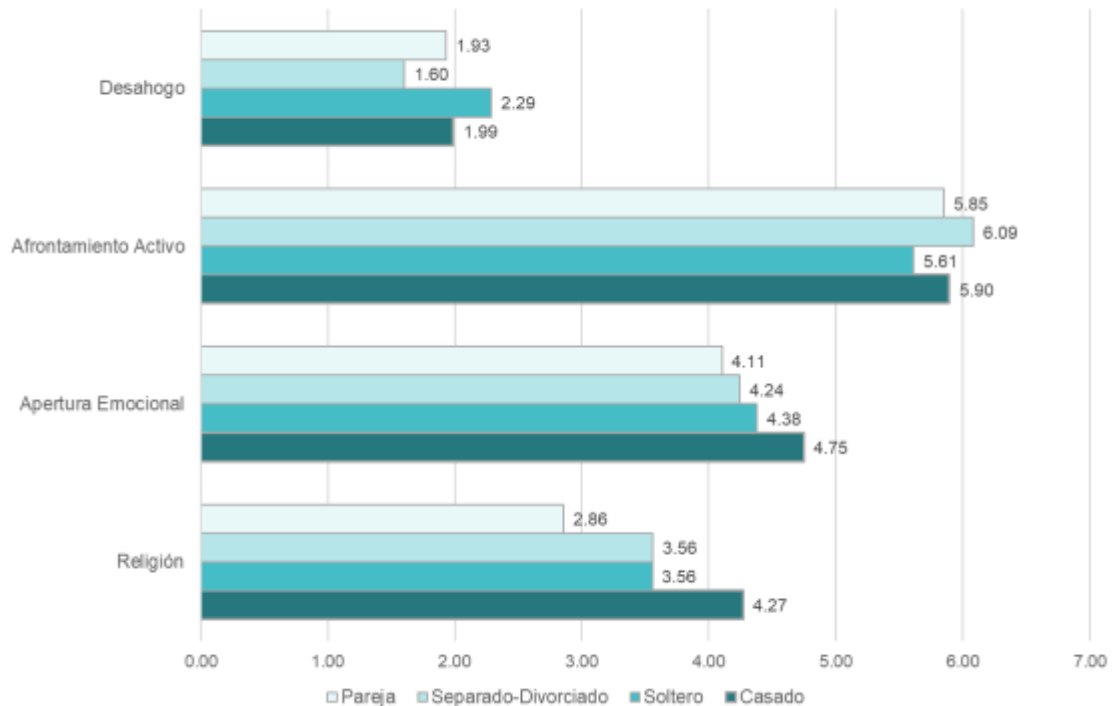
Estrategia	Formación	N	Media	Desviación	t	Sig.
Humor	No universitario	407	1.77	1.92	-2.546	0.011
	Universitario	362	2.15	2.21	-2.525	0.012
Uso de Sustancias	No universitario	407	0.24	0.78	-2.692	0.007
	Universitario	362	0.42	1.02	-2.653	0.008
Planificación	No universitario	407	4.82	1.79	-3.375	0.001
	Universitario	362	5.23	1.57	-3.401	0.001
Desahogo	No universitario	407	1.80	1.58	-3.668	0.000
	Universitario	362	2.23	1.69	-3.653	0.000

Fuente: Encuesta "Educación en tiempos de Pandemia" 2020

Para esta variable, los docentes con título universitario son los que presentan un significativo uso de las estrategias de afrontamiento referidas al humor ( $\bar{x}=2.15$ ), al uso de sustancias ( $\bar{x}=0.42$ ), a la planificación ( $\bar{x}=5.23$ ) y al desahogo ( $\bar{x}=2.23$ ).

Respecto de las variables sociodemográficas categóricas, se realiza un estudio de varianza unidireccional (ANOVA) para comparar las medias de los factores abordados. En este análisis solo se obtuvieron dos casos referidos al estado civil de los participantes y al lugar de trabajo utilizado por los docentes para ejercer la tarea pedagógica desde su domicilio.

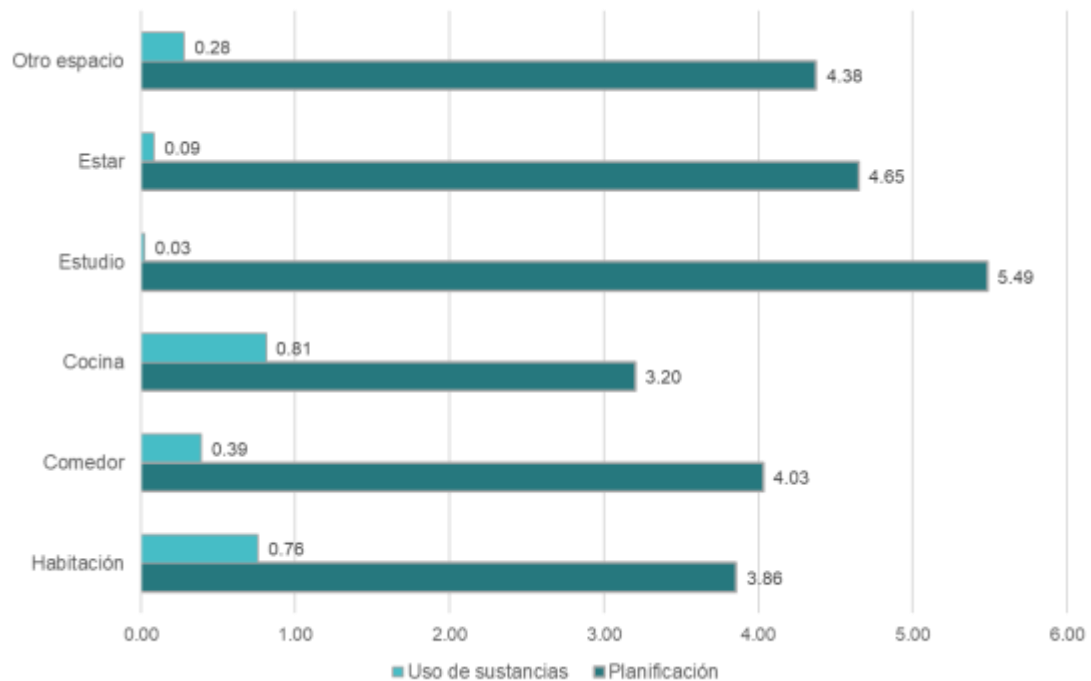
En primer lugar se abordó la variable estado civil. Los valores obtenidos manifiestan que las estrategias relacionadas con la religión ( $F = 10.019$ ;  $p = 0,000$ ) y la apertura emocional ( $F = 3.562$ ;  $p = 0,014$ ) son las más utilizadas por las personas casadas. En el uso de estrategias referidas al afrontamiento activo ( $F = 3.012$ ;  $p = 0,022$ ) destacan las personas divorciadas o separadas y, por último, para las estrategias de desahogo ( $F = 3.818$ ;  $p = 0,010$ ) predominan los participantes solteros. Ilustramos estos datos en la figura 2:



**Figura 2.** Uso de Estrategias de Afrontamiento según estado civil de los participantes

En segundo lugar se aborda la variable lugar de trabajo que presenta una relación significativa con las estrategias de afrontamiento denominadas planificación ( $F = 8.001$ ;  $p = 0,000$ ) y uso de sustancias ( $F = 13.498$ ;  $p = 0,000$ ).

Los resultados obtenidos ponen de manifiesto que los docentes que trabajan en estudios son los que más utilizan la estrategia de planificación, mientras que los que trabajan en la cocina son los que menos la utilizan. Con respecto al uso de sustancias como estrategia de afrontamiento, los participantes que trabajan en la cocina y en la habitación son los que presentan medias más elevadas. A continuación presentamos una ilustración de resultados (*cf.* figura 3).



**Figura 3.** Uso de Estrategias de Afrontamiento según el espacio físico de trabajo de los participantes

## DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El estudio efectuado permitió identificar las estrategias de afrontamiento utilizadas por los docentes frente al nuevo escenario educativo surgido fruto del aislamiento social obligatorio y preventivo, dispuesto por el Ejecutivo Nacional frente a la situación de pandemia por COVID-19.

Los resultados descriptivos señalan que las estrategias de mayor uso por parte de los educadores se ajustan principalmente a lo que puede considerarse un estilo efectivo, caracterizado por el amplio uso del afrontamiento activo, la aceptación, la planificación y la reinterpretación positiva. Por otra parte, entre las estrategias de afrontamiento menos utilizadas por los participantes, contamos el uso de sustancias, la desconexión, la negación, el humor, el desahogo y la autoinculpación, las que corresponderían a un estilo poco eficaz o negativo para afrontar la situación de crisis.

Una posible explicación sería que este predominio de estrategias efectivas de afrontamiento posibilitó que los docentes pudieran poner en marcha un modelo virtual de enseñanza y aprendizaje en un tiempo récord y en plena situación de pandemia, con el fin de mantener el funcionamiento del sistema educativo. Es importante resaltar que los estudios sobre estrategias de afrontamiento de los docentes frente a la crisis educativa derivada de la pandemia son muy incipientes, sin embargo es posible identificar una misma tendencia en estos trabajos. Tal es el caso de la investigación realizada por Klapproth y su equipo [42], que destaca el predominio de estrategias efectivas o funcionales que permitieron la adaptación a un sistema educativo de



emergencia. Otros autores señalan que en las condiciones actuales de pandemia es necesario encontrar estrategias efectivas de autocuidado que permitan disminuir los efectos del estrés sobre la salud mental [43]. Cabe señalar que ello no implica desconocer la existencia de estrategias de negación o evitación propias de hacer frente a una crisis de la envergadura que afronta hoy la humanidad.

En este sentido, la revisión sistemática de estudios sobre el rol docente en tiempos de pandemia, da cuenta de los crecientes niveles de estrés, ansiedad y desgaste [44]; sin embargo, los resultados indican que pese a ello, las estrategias más utilizadas son aquellas que permiten afrontar la situación estresante y salir airosos.

Retomando el hilo argumental del presente estudio, las estrategias utilizadas, tanto positivas como negativas, mostraron asociación con las variables de base género, estado civil, nivel de instrucción e hijos, así como con una de las variables contextuales, referidas al nuevo espacio de trabajo (teletrabajo). En cuanto al género, las estrategias de afrontamiento activo, reevaluación positiva y la tendencia a buscar apoyo emocional, social y en la religión fueron más utilizadas por las mujeres, mientras que el humor se mostró asociado al género masculino.

En relación al estado civil, la apertura emocional y la religión son las más utilizadas por las personas casadas; el afrontamiento activo en divorciados o separados y, por último, las estrategias de desahogo predominan en los solteros.

Con respecto al nivel de instrucción, los docentes con título universitario son los que presentan un significativo uso de las estrategias de afrontamiento de planificación (efectiva) y también con otras estrategias poco funcionales tales como el humor, el uso de sustancias y el desahogo.

Por otra parte, las personas que tienen hijos utilizan en mayor medida estrategias de afrontamiento activo y de religión, mientras que las personas sin hijos se apoyan más en el humor y el desahogo, estrategias que ofrecen un afrontamiento orientado a la evitación.

Finalmente, en cuanto a los distintos espacios del hogar utilizados para la enseñanza remota, se relacionaron el uso de la estrategia planificación, especialmente en aquellos que cuentan con la comodidad de un estudio o una sala de estar para realizar su labor.

Entre las limitaciones del estudio se destaca la necesidad de indagar nuevamente sobre este constructo, ya que los datos relevados corresponden al segundo mes de confinamiento y su relación con otros factores asociados. Por ello, sería importante evaluar el estilo de afrontamiento ante el alargamiento de la situación de confinamiento social a todo el ciclo académico, a fin de conocer si se mantuvo el predominio del estilo efectivo de afrontamiento, frente a la intensificación y/o surgimiento de nuevos riesgos psicosociales en el trabajo.







## DECLARACIÓN DE CONFLICTO DE INTERÉS

Los autores declaramos que no existe ningún conflicto de interés.

### APORTE DEL ARTÍCULO EN LA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

El presente artículo aporta a la comprensión del uso de estrategias de afrontamiento puestas en práctica por docentes y directivos de instituciones escolares, frente a las dificultades acaecidas por la implementación del aislamiento social preventivo y obligatorio en la provincia de Mendoza, Argentina. Esta información es de vital importancia para la gestión institucional a la hora de comprender el surgimiento de diferentes conductas frente a circunstancias desconocidas producidas por la pandemia COVID-19.

### DECLARACIÓN DE CONTRIBUCIÓN DE CADA AUTOR

Ambos autores desarrollaron mancomunadamente cada apartado del presente artículo.

### AGRADECIMIENTOS

A todos los profesores y directivos que desinteresadamente respondieron el cuestionario de relevamiento.

### REFERENCIAS

- [1] G. Lapman, "COVID-19: El Mundo En Pausa. ¿Cómo Nos Enfrentamos A Esta Nueva Pandemia?," *Rev. la Fac. Med. Humana*, vol. 20, no. 4, p. 2, 2020.
- [2] A. L. Ruiz, K. D. Arcaño, and D. Z. Pérez, "La psicología como ciencia en el afrontamiento a la COVID-19: apuntes generales," *An. la Acad. Ciencias Cuba*, vol. 10, no. 2, 2020.
- [3] "Boletín Oficial República Argentina - Aislamiento Social Preventivo y Obligatorio - Decreto 297/2020." <https://www.boletinoficial.gob.ar/detalleAviso/primera/227042/20200320> (accessed Mar. 01, 2021).
- [4] F. Román *et al.*, "Resiliencia de docentes en distanciamiento social preventivo obligatorio durante la pandemia de COVID-19," *J. Neuroeducation*, vol. 1, no. 1, pp. 76–87, 2020, doi: 10.1344/joned.v1i1.31727.
- [5] F. Pedró, "COVID-19 y educación superior en América Latina y el Caribe: efectos, impactos y recomendaciones políticas," *Análisis Carolina*, vol. 36, no. 1, pp. 1–15, 2020.
- [6] M. García, "La docencia desde el hogar: Una alternativa necesaria en tiempos del Covid 19," *Polo del Conoc.*, vol. 5, no. 04, pp. 304–324, 2020, doi: 10.23857/pc.v5i3.1318.





- [7] V. Ramos-Huenteo, H. García-Vásquez, C. Olea-González, K. Lobos-Peña, and F. Sáez-Delgado, "Percepción docente respecto al trabajo pedagógico durante la COVID-19," *CienciAmérica*, vol. 9, no. 2, p. 334, 2020, doi: 10.33210/ca.v9i2.325.
- [8] R. J. Campos-Vera, J. A. Montalván-Espinoza, and P. A. Avilés-Almeida, "Conflictos psicosociales post Covid 19," *Polo del Conoc.*, vol. 5, no. 9, pp. 22–31, 2020.
- [9] C. D. Expósito and R. G. Marsollier, "Virtualidad y educación en tiempos de COVID-19. Un estudio empírico en Argentina," *Educ. y Humanismo*, vol. 22, no. 39, pp. 39–40, Aug. 2020, doi: 10.17081/eduhum.22.39.4214.
- [10] F. J. García-Peñalvo, A. Corell, V. Abella-García, and M. Grande, "Online assessment in higher education in the time of COVID-19," *Educ. Knowl. Soc.*, vol. 21, 2020, doi: 10.14201/eks.23013.
- [11] O. A. Tapasco and J. A. Giraldo, "Estudio comparativo sobre percepción y uso de las tic entre profesores de universidades públicas y privadas," *Form. Univ.*, vol. 10, no. 2, pp. 3–12, 2017, doi: 10.4067/S0718-50062017000200002.
- [12] M. E. Gismero-González, L. Bermejo, M. Prieto, V. Cagigal, A. G. Mina, and V. Hernández, "Estrategias de afrontamiento cognitivo, auto-eficacia y variables laborales. Orientaciones para prevenir el estrés docente," *Accion Psicol.*, vol. 9, no. 2, pp. 87–96, 2012.
- [13] Y. Roman, C & Hernandez, "El Estrés Académico: Una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación," *Rev. Electrónica Psicol. Iztacala*, vol. 14, no. 2, pp. 1–14, 2011, Accessed: Jan. 25, 2021. [Online]. Available: [www.revistas.unam.mx/index.php/repwww.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin](http://www.revistas.unam.mx/index.php/repwww.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin).
- [14] C. Maslach, "Comprendiendo el burnout," *Cienc. y Trab.*, vol. 11, no. 32, pp. 37–43, 2009.
- [15] L. Oros, N. V. Rubilar, and S. Chemisquy, "Estresores docentes en tiempos de pandemia: Un instrumento para su exploración," *Rev. Interam. Psicol. J. Psychol.*, vol. 54, no. 3, pp. e1421–e1421, 2020.
- [16] F. Sáez-Delgado *et al.*, "Caracterización psicosocial y salud mental en familias de escolares chilenos durante el aislamiento físico por la Covid-19," *Rev. Int. Educ. para la Justicia Soc.*, vol. 9, no. 3, pp. 281–300, Dec. 2020, doi: 10.15366/RIEJS2020.9.3.015.
- [17] R. Feito Alonso, "Este es el fin de la escuela tal y como la conocemos. Unas reflexiones en tiempo de confinamiento.," *Rev. Sociol. la Educ.*, vol. 13, no. 2, p. 156, Apr. 2020, doi: 10.7203/RASE.13.2.17130.
- [18] N. U. CEPAL, "Las oportunidades de la digitalización en América Latina frente al Covid-19," 2020.
- [19] A. Artopoulos, "¿Cuántos estudiantes tienen acceso a Internet en su hogar en Argentina?," Argentina, 2020. Accessed: Feb. 16, 2021. [Online]. Available: [https://cms.argentinoporlaeducacion.org/media/reports/ArgxEdu\\_Conectividad\\_Coronavirus .pdf](https://cms.argentinoporlaeducacion.org/media/reports/ArgxEdu_Conectividad_Coronavirus.pdf).



- [20] R. S. Lazarus and B. N. Lazarus, *Pasión y razón: la comprensión de nuestras emociones*. Paidós, 2000.
- [21] M. Barradas, *ESTRÉS Y BURNOUT ENFERMEDADES EN LA VIDA ACTUAL (SPANISH EDITION)*. 2018.
- [22] F. S. Lazarus R, "Estrés y procesos cognitivos." p. 468, 1986, Accessed: Jan. 25, 2021. [Online]. Available: <http://www.sidalc.net/cgi-bin/wxis.exe/?IsisScript=earth.xis&method=post&formato=2&cantidad=1&expresion=mfn=001006>.
- [23] M. L. Naranjo Pereira, "Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo," *Rev. Educ.*, vol. 33, no. 2, p. 171, 2009, doi: 10.15517/revedu.v33i2.511.
- [24] E. Frydenberg, *Adolescent coping: theoretical and research perspectives*, vol. 134, no. 7. 1977.
- [25] C. M. Solís and A. M. Vidal, "ESTILOS Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES," *Rev. Psiquiatr. y Salud Ment. Hemilio Vald.*, vol. 7, no. 1, pp. 33–39, 2011, Accessed: Jan. 25, 2021. [Online]. Available: [https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as\\_sdt=0%2C5&q=Estilos+y+estrategias+de+afrontamiento+en+adolescentes.+&btnG=](https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=Estilos+y+estrategias+de+afrontamiento+en+adolescentes.+&btnG=).
- [26] C. S. Carver, "You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the brief COPE," *Int. J. Behav. Med.*, vol. 4, no. 1, pp. 92–100, 1997, doi: 10.1207/s15327558ijbm0401\_6.
- [27] A. Elizalde Castillo, "Estudio descriptivo de las estrategias de afrontamiento del bullying, en profesorado Mexicano," *Electron. J. Res. Educ. Psychol.*, vol. 8, no. 1, pp. 353–372, 2010, Accessed: Jan. 25, 2021. [Online]. Available: [http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/868/Art\\_20\\_426.pdf?sequence=1](http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/868/Art_20_426.pdf?sequence=1).
- [28] C. Muñoz Muñoz and C. Correa Otálvaro, "Burnout docente y estrategias de afrontamiento en docentes de primaria y secundaria," *Rev. Colomb. Ciencias Soc.*, vol. 2, no. 3, pp. 226–242, 2012, doi: 10.21501/22161201.887.
- [29] S. Mérida-López, N. Extremera, C. Quintana-Orts, and L. Rey, "Sentir ilusión por el trabajo docente: inteligencia emocional y el papel del afrontamiento resiliente en un estudio con profesorado de secundaria," *Rev. Psicol. y Educ. - J. Psychol. Educ.*, vol. 15, no. 1, p. 67, 2020, doi: 10.23923/rpye2020.01.186.
- [30] A. Urzúa, P. Vera-Villarroel, A. Caqueo-Úrizar, and R. Polanco-Carrasco, "La Psicología en la prevención y manejo del COVID-19. Aportes desde la evidencia inicial," *Ter. psicológica*, vol. 38, no. 1, pp. 103–118, 2020, doi: 10.4067/s0718-48082020000100103.
- [31] M. Gallegos *et al.*, "Cómo afrontar la pandemia del Coronavirus (Covid-19) en las Américas: recomendaciones y líneas de acción sobre salud mental," *Rev. Interam. Psicol. J. Psychol.*, vol. 54, no. 1, p. e1304, 2020, doi: 10.30849/ripijp.v54i1.1304.
- [32] J. Mella-Morambuena, Y. López-Angulo, Y. Sáez-Delgado, and M. Del Valle,



“Estrategias de afrontamiento en apoderados durante el confinamiento por la COVID-19,” *CienciAmérica*, vol. 9, no. 2, p. 322, Jul. 2020, doi: 10.33210/ca.v9i2.324.

- [33] A. Gori, E. Topino, and A. Di Fabio, “The protective role of life satisfaction, coping strategies and defense mechanisms on perceived stress due to COVID-19 emergency: A chained mediation model,” *PLoS One*, vol. 15, no. 11, Nov. 2020, doi: 10.1371/journal.pone.0242402.
- [34] A. Ortega Maldonado and M. Salanova Soria, “Evolución de los modelos sobre el afrontamiento del estrés: hacia el coping positivo.,” *Àgora Salut*, no. 3, pp. 285–293, 2016, doi: 10.6035/agorasalut.2016.3.30.
- [35] C. Morán, U. Autónoma, and N. León, “COPE-28: un análisis psicométrico de la versión en español del Brief COPE \* COPE-28: A Psychometric Analysis of the Spanish Version of the Brief COPE rené landero \*\*\* Mónica Teresa González Dirección a la que se dirigirán las peticiones de,” 2009. Accessed: Jan. 25, 2021. [Online]. Available: <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v9n2/v9n2a20.pdf>?
- [36] R. P. McDonald, *Test theory: A unified treatment*. psychology press, 2013.
- [37] J. A. Bojórquez, L. López, M. E. Hernández, and E. Jiménez, “Innovation in Engineering, Technology and Education for Competitiveness and Prosperity,” in *Eleventh LACCEI Latin American and Caribbean Conference for Engineering and Technology (LACCEI'2013)*, 2013, p. 9, Accessed: Jan. 25, 2021. [Online]. Available: <http://www.laccei.org/LACCEI2013-Cancun/RefereedPapers/RP065.pdf>.
- [38] J. L. Ventura-León and T. Caycho-Rodríguez, “El coeficiente Omega: un método alternativo para la estimación de la confiabilidad,” *Rev. Latinoam. Ciencias Soc. Niñez y Juv.*, vol. 15, no. 1, pp. 625–627, 2017.
- [39] L. M. Lozano, E. García-Cueto, and J. Muñiz, “Effect of the number of response categories on the reliability and validity of rating scales,” *Methodology*, vol. 4, no. 2, pp. 73–79, 2008, doi: 10.1027/1614-2241.4.2.73.
- [40] J. Béjar, “Maximos y minimos de los coeficientse de asimetria y curtosis en poblaciones finitas,” *Trab. Estad.*, vol. 3, no. 1–2, pp. 3–11, 1952, doi: 10.1007/BF03002858.
- [41] P. Royston, “Which measures of skewness and kurtosis are best?,” *Stat. Med.*, vol. 11, no. 3, pp. 333–343, 1992, doi: 10.1002/sim.4780110306.
- [42] L. Federkeil, F. Heinschke, T. Jungmann, and F. Klapproth, “Teachers experiences of stress and their coping strategies during COVID - 19 induced distance teaching,” *J. Pedagog. Res.*, vol. 4, no. 4, pp. 444–452, Aug. 2020, doi: 10.33902/jpr.2020062805.
- [43] N. J. Valero-Cedeño, M. F. Vélez-Cuenca, Á. A. Duran-Mojica, and M. Torres-Portillo, “Afrontamiento del COVID-19: estrés, miedo, ansiedad y depresión,” *revistas.uta.edu.ec*, vol. 5, no. 3, pp. 63–70, 2020, Accessed: Mar. 01, 2021. [Online]. Available: <https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/enfi/article/view/913>.
- [44] A. L. Robinet-Serrano and M. Pérez-Azahuanche, “Ciencias de la Educación



Artículo de revisión," *Polo del Conoc.*, vol. 5, no. 12, pp. 637–653, Dec. 2020,  
doi: 10.23857/pc.v5i12.2111.


## NOTA BIOGRÁFICA



Roxana Marsollier. **ORCID iD**  <https://orcid.org/0000-0002-1972-1436>

Es investigadora del Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET). Es Doctora en Educación por la Universidad Nacional de Cuyo, Especialista en Educación en Ambiente para el Desarrollo Sustentable por la Universidad Nacional de Comahue, Profesora y Licenciada en Ciencias de la Educación por la UNCuyo. Su línea de investigación se enmarca desde la Educación y la Psicología Social, con especial impronta en el área de la Psicología del Trabajo y las Organizaciones. Específicamente, se orienta al análisis de los condicionantes psicológicos, sociales y organizacionales, que influyen en los niveles de bienestar/malestar laboral en empleados que se desempeñan en organismos públicos. Es también investigadora/docente de grado y posgrado en la Universidad Nacional de Cuyo, Mendoza, Argentina.



Cristián Expósito. **ORCID iD**  <https://orcid.org/0000-0002-5314-9752>  
Es investigador del Centro de Investigaciones Cuyo “Dr. Abelardo Pithod” (CONICET). Es Doctor en Educación por la Universidad Nacional de Cuyo, Diplomado Universitario en Gestión Educativa, Profesor y Licenciado en Ciencias de la Educación por la misma universidad. Su línea de investigación está enfocada en la gestión institucional, específicamente en el campo de la axiología y la educación integral para la formación del profesorado. Actualmente es investigador/docente de grado y posgrado en la Universidad Nacional de Cuyo y en la Universidad del Aconcagua, Mendoza, Argentina.



This work is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 International License. To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/> or send a letter to Creative Commons, PO Box 1866, Mountain View, CA 94042, USA.

