



# Resiliencia de docentes en distanciamiento social preventivo obligatorio durante la pandemia de COVID-19

## Resiliencia docente en COVID-19

Fabián Román<sup>\*1\*2\*4\*5</sup>, Anna Forés Miravalles<sup>\*1\*2</sup>, Ismael Calandri<sup>\*1\*5</sup>, Rosalba Gautreaux<sup>\*1</sup>, Alejandro Antúnez<sup>\*1</sup>, Dalul Ordhei<sup>\*1\*6</sup>, Lenin Calle<sup>\*1</sup>, Victoria Poenitz<sup>1\*7</sup>, Kethy Luz Correa Pérez<sup>\*1\*8</sup>, Sandra Torresi<sup>\*1</sup>, Ernesto Barceló<sup>\*1\*4</sup>, Mauricio Conejo<sup>\*1\*8</sup>, Veerle Ponnet<sup>\*1</sup> y Ricardo Allegri<sup>\*1\*4\*5</sup>

<sup>1</sup> Red Iberoamericana de Neurociencia Cognitiva, info@fhneurociencia.org

<sup>2</sup> Cátedra de Neuroeducación de la Universidad de Barcelona, annafores@ub.edu

<sup>3</sup> Fleni, Fundación de Lucha contra enfermedades neurológicas en la infancia, Argentina

<sup>4</sup> Universidad de la Costa, Colombia

<sup>5</sup> Universidad Maimónides, Argentina

<sup>6</sup> Intec, Instituto Tecnológico de Santo Domingo, República Dominicana

<sup>7</sup> Universidad de Concepción del Uruguay, Argentina

<sup>8</sup> Instituto de Neurociencia Cognitiva de Puerto Rico

<sup>9</sup> Universidad Corporativa Colombiana

La situación de pandemia por COVID-19 forzó a los países a adoptar medidas extremas para evitar la propagación del virus. El cierre de escuelas, colegios y universidades cambió sorpresivamente las actividades de docentes, estudiantes y familias; en pocas semanas los sistemas educativos debieron cambiar y adaptarse. La resiliencia docente fue una de las claves de esta transformación.

### ¿Qué es la Resiliencia?

Existen dos conceptos sobre resiliencia que debemos diferenciar en el ámbito docente. Una es la “resiliencia clásica” que es la capacidad de una persona de afrontar, sobreponerse a las adversidades y resurgir fortalecido o transformado. La segunda, la “resiliencia generativa” se vincula con la virtud de generar opciones, metamorfosis y seguir viviendo<sup>1</sup>. La resiliencia generativa permite experimentar la adversidad como una oportunidad de crecimiento y desarrollo.

### ¿Cuáles fueron los objetivos del estudio?

Los objetivos de este estudio fueron: a) identificación de estrategias resilientes en docentes con distanciamiento social preventivo obligatorio de Iberoamérica durante la pandemia de COVID-19, y b) evaluación del impacto del distanciamiento social en docentes de Iberoamérica durante la pandemia de COVID-19.

#### \*Correspondencia:

Fabián Román  
faromanmd@gmail.com

#### Editor:

Marcel Ruiz Mejías (Universitat Pompeu Fabra, España)

#### Revisores:

Roc, 17 (Barcelona) y Bruna, 15 (Malgrat de Mar)

*El manuscrito ha sido aceptado por todos los autores, en el caso de haber más de uno, y las figuras, tablas e imágenes no están sujetos a ningún tipo de Copyright.*

### ¿Cómo se realizó el estudio?

Se estudió a 2.272 docentes de diversos países de Iberoamérica a través de un cuestionario online de 66 ítems de fácil respuesta a través de listas desplegables, opciones múltiples, casilla de verificación, escalas lineales o cuadrícula de opción múltiple, con un tiempo estimado de respuesta de 10 minutos. Se midió la resiliencia docente con la Escala de Resiliencia de Connor-Davinson (CD-RISC 10)<sup>2</sup>, a través de la cuál se dividió la muestra en dos grupos, grupo de alta resiliencia (AR) n=1071 y grupo de baja resiliencia (BR) n= 1201.

### ¿Que resultados obtuvimos?

#### Ver los cambios como oportunidad

El 69% de los docentes cree que la pandemia de COVID-19 tendrá un impacto positivo en el sistema educativo, lo que es coherente con otro resultado del cuestionario, el de “ver los cambios como oportunidades”, en los que se obtienen diferencias significativas ( $p < 0.001$ ). En comparación con el grupo BR, el grupo AR obtuvo una excelente magnitud de efecto de 0,6, la mayor probada en el estudio. En otras palabras, este resultado respalda la consideración general de varios autores<sup>3-5</sup>, el “ver el cambio como una oportunidad” es uno de los factores más importantes para desarrollar la resiliencia.

#### Habilidades docentes para la educación online

En el estudio, se indagó sobre la percepción de los docentes sobre sus habilidades para el manejo de las herramientas de educación online como por ejemplo aplicaciones, plataformas educativas, mail, software de videoconferencias, etc., tanto la percepción “anterior” como la “actual” luego de la declaración del aislamiento preventivo. La percepción “anterior” M 5,81 (SD2,40) y “actual” M 7,31 (SD1,85) evidenciaron un aumento en todos los docentes. Sin embargo, el grupo con alta resiliencia (AR) obtuvo una diferencia significativa de  $p < 0,001$  al compararlo con el grupo de baja resiliencia (RB), interpretándose a la resiliencia como un factor que facilitó la adaptación de una modalidad presencial a una modalidad online.

#### Formacion en Neuroeducación

Otro dato obtenido del estudio es la percepción de los docentes respecto de su formación en “neuroeducación” M 4,53 (SD 2,67) una media relativamente baja, sin embargo al preguntar sobre la necesidad de formación en neuroeducación se obtuvo una M 8,85 (SD 1,67). Es decir, si bien la formación actual es escasa, el reconocimiento de la necesidad de actualización en “neuroeducación” es muy alto al comparar ambos grupos en ambos ítems, los más resilientes reportan mayor necesidad de formación en neuroeducación ( $p < 0,001$ ) (Ver **Tabla 1**).

#### El soporte emocional

Al investigar sobre la percepción del soporte emocional en dos aspectos, el brindado por el docente a sus estudiantes y a su comunidad, el grupo AR mostró mayor soporte emocional brindado a sus estudiantes (M 7,70 SD 2.05) y a su comunidad (M 7,47 SD 2,17) que los del grupo BR. Con lo cual la resiliencia podría ser un factor que predispone y facilita a los docentes a brindar soporte emocional

**Tabla 1.** Percepción de Impacto, habilidades en educación online y en neuroeducación en COVID-19

|                   |  | Índice de Resiliencia        |                              |                   | p-valor | M de Efecto |
|-------------------|--|------------------------------|------------------------------|-------------------|---------|-------------|
|                   |  | Baja Resiliencia<br>(N=1201) | Alta Resiliencia<br>(N=1071) | Total<br>(N=2272) |         |             |
| Impacto           | <b>Mejorará la enseñanza</b>   |                              |                              |                   |         |             |
|                   | Mean (SD)  | 7.32 (1.87)                  | 7.94 (1.76)                  | 7.61 (1.84)       | <0.001  | 0.33        |
|                   | Median [Min, Max]  | 8.00<br>[1 - 10]             | 8.00<br>[1 - 10]             | 8.00<br>[1 - 10]] |         |             |
|                   | <b>Mejorará el aprendizaje</b>   |                              |                              |                   |         |             |
|                   | Mean (SD)  | 6.92 (2.01)                  | 7.52 (1.94)                  | 7.21 (2.00)       | <0.001  | 0.30        |
|                   | Median [Min, Max]  | 7.00<br>[1 - 10]             | 8.00<br>[1 - 10]             | 8.00<br>[1 - 10]  |         |             |
|                   | <b>Impacto en los próximos 5 años</b>  |                              |                              |                   |         |             |
|                   | Mean (SD)  | 7.37 (1.80)                  | 7.81 (1.83)                  | 7.58 (1.83)       | 0.001   | 0.24        |
|                   | Median [Min, Max]  | 8.00<br>[1 - 10]             | 8.00<br>[1 - 10]             | 8.00<br>[1 - 10]  |         |             |
| Educación Online  | <b>Habilidades con herramientas de educación online ANTES</b>                  |                              |                              |                   |         |             |
|                   | Mean (SD)  | 5.48 (2.40)                  | 6.17 (2.35)                  | 5.81 (2.40)       | <0.001  | 0.29        |
|                   | Median [Min, Max]  | 6.00<br>[1 - 10]             | 7.00<br>[1 - 10]             | 6.00<br>[1 - 10]  |         |             |
|                   | <b>Habilidades con herramientas de educación online ACTUAL</b>                 |                              |                              |                   |         |             |
|                   | Mean (SD)  | 7.02 (1.93)                  | 7.65 (1.70)                  | 7.31 (1.85)       | <0.001  | 0.34        |
|                   | Median [Min, Max]  | 7.00<br>[1 - 10]             | 8.00<br>[1 - 10]             | 8.00<br>[1 - 10]  |         |             |
|                   | <b>Habilidades de los estudiantes con las herramientas de educación online</b> |                              |                              |                   |         |             |
|                   | Mean (SD)  | 6.00 (2.05)                  | 6.52 (2.05)                  | 6.25 (2.06)       | <0.001  | 0.25        |
|                   | Median [Min, Max]  | 6.00<br>[1 - 10]             | 7.00<br>[1 - 10]             | 7.00<br>[1 - 10]  |         |             |
|                   | <b>Habilidades emocionales y sociales para acompañar a los estudiantes</b>     |                              |                              |                   |         |             |
|                   | Mean (SD)  | 7.30 (1.56)                  | 8.12 (1.30)                  | 7.68 (1.50)       | <0.001  | 0.57        |
|                   | Median [Min, Max]  | 8.00<br>[1 - 10]             | 8.00<br>[1 - 10]             | 8.00<br>[1 - 10]  |         |             |
|                   | <b>Habilidades emocionales y sociales para afrontar los cambios</b>            |                              |                              |                   |         |             |
|                   | Mean (SD)  | 7.38 (1.54)                  | 8.15 (1.33)                  | 7.75 (1.50)       | <0.001  | 0.53        |
|                   | Median [Min, Max]  | 8.00<br>[1 - 10]             | 8.00<br>[1 - 10]             | 8.00<br>[1 - 10]  |         |             |
| Neuroeducación    | <b>Formación en neuroeducación</b>   |                              |                              |                   |         |             |
|                   | Mean (SD)  | 4.24 (2.57)                  | 4.86 (2.74)                  | 4.53 (2.67)       | <0.001  | 0.23        |
|                   | Median [Min, Max]  | 4.00<br>[1 - 10]             | 5.00<br>[1 - 10]             | 5.00<br>[1 - 10]  |         |             |
|                   | <b>Necesidad de formación en neuroeducación</b>                                |                              |                              |                   |         |             |
|                   | Mean (SD)  | 8.63 (1.80)                  | 9.11 (1.46)                  | 8.85 (1.67)       | <0.001  | 0.28        |
| Median [Min, Max] | 9.00<br>[1 - 10]   | 10.0<br>[1 - 10]             | 10.0<br>[1 - 10]             |                   |         |             |

a los demás. La media fue inferior (M 6 SD 2,78) en la percepción del docente respecto del apoyo recibido por la institución educativa donde trabaja (Ver **Tabla 2**).

### Escala Subjetiva de Felicidad

Cómo medida de bienestar se usaron dos ítems de la Escala Subjetiva de Felicidad<sup>6</sup>. El grupo de docentes con AR reportaron puntajes más altos que los del grupo BR en el ítem "felicidad autoreportada", o sea ¿cuán felices se consideran?. De igual manera sucedió en el ítem "felicidad comparada", o sea, ¿cuán felices se consideran comparado a los demás? Los puntajes altos en la RISC-10 (Escala de resiliencia) correlacionaron significativamente con los puntajes obtenidos en los ítems de felicidad autoreportada y felicidad comparada (Ver **Tabla 3**).

### Emociones experimentadas durante el distanciamiento social

El estudio también investigó sobre la intensidad de las emociones experimentadas por los docentes durante el distanciamiento social. Las emociones de valencia negativa (escepticismo, enojo, miedo y tristeza) fueron experimentadas

**Tabla 2.** Percepción soporte emocional.

|   | Índice de Resiliencia |                  |                   | p-valor | M de Efecto |
|---|-----------------------|------------------|-------------------|---------|-------------|
|   | Baja<br>(N=1201)      | Alta<br>(N=1071) | Total<br>(N=2272) |         |             |
| <b>Apoyo emocional brindado a los estudiantes</b> |                       |                  |                   |         |             |
| Mean (SD)   | 7.35 (2.13)           | 8.10 (1.87)      | 7.70 (2.05)       | <0.001  | 0.37        |
| Median [Min, Max]                                 | 8.00<br>[1 - 10]      | 8.00<br>[1 - 10] | 8.00<br>[1 - 10]  |         |             |
| <b>Apoyo emocional brindado a la comunidad</b>    |                       |                  |                   |         |             |
| Mean (SD)   | 7.09 (2.24)           | 7.89 (2.00)      | 7.47 (2.17)       | <0.001  | 0,37        |
| Median [Min, Max]                                 | 8.00<br>[1 - 10]      | 8.00<br>[1 - 10] | 8.00<br>[1 - 10]  |         |             |
| <b>Apoyo emocional recibido de la institución</b> |                       |                  |                   |         |             |
| Mean (SD)   | 5.68 (2.73)           | 6.36 (2.78)      | 6.00 (2.78)       | <0.001  | 0.24        |
| Median [Min, Max]                                 | 6.00<br>[1 - 10]      | 7.00<br>[1 - 10] | 6.00<br>[1 - 10]  |         |             |

**Tabla 3.** Felicidad Subjetiva.

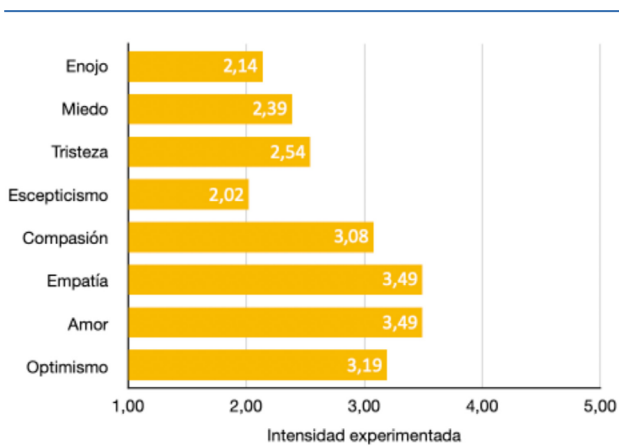
|  | Índice de resiliencia |                  |                   | p-valor | M de Efecto |
|--|-----------------------|------------------|-------------------|---------|-------------|
|  | Baja<br>(N=1201)      | Alta<br>(N=1071) | Total<br>(N=2272) |         |             |
| <b>Felicidad auto reportada</b>          |                       |                  |                   |         |             |
| Media (DS)                               | 7.75 (1.57)           | 8.54 (1.46)      | 8.12 (1.57)       | <0.001  | 0.52        |
| Mediana [Min, Max]                       | 8.00<br>[1 - 10]      | 9.00<br>[1 - 10] | 8.00<br>[1 - 10]  |         |             |
| <b>Felicidad comparada con los demás</b> |                       |                  |                   |         |             |
| Mean (SD)                                | 5.91 (2.01)           | 7.94 (1.57)      | 7.89 (1.61)       | <0.001  | 0.57        |
| Median [Min, Max]                        | 6.00<br>[1 - 10]      | 8.00<br>[1 - 10] | 8.00<br>[1 - 10]  | Test t  |             |

con menor intensidad que las emociones de valencia positiva, amor, empatía, optimismo y compasión, que lo hicieron con mayor intensidad. La tristeza fue la emoción con valencia negativa que alcanzó mayor intensidad reportada (M 2,54 SD 1,19). Dentro de las emociones con valencia positiva, la más intensamente experimentada fue el amor y la empatía, ambas con igual media (M3,49) y desvío estándar (SD 1,06). Los docentes con AR reportaron mayor intensidad en emociones de valencia positiva que los docentes con BR, inversamente, los docentes con BR reportaron mayor intensidad en emociones con valencia negativa. La alta resiliencia podría ser un factor que predispone a la experiencia de emociones de valencia positivas frente a la adversidad y la baja resiliencia lo hace hacia las emociones con valencia negativa (Ver Figura 1).

**Cambios implementados en el estilo de vida**

Finalmente, la mayoría de los docentes implementaron cambios en su estilo de vida durante el distanciamiento social. Paradójicamente, la mayoría lo hizo acercándose a sus relaciones interpersonales más significativas como hijos, pareja, amigos y padres, no solo disminuyendo la distancia social, sino estrechando vínculos frente a la adversidad (Ver Tabla 4). Una vez más, señalamos que el “distanciamiento social” no es el término más adecuado para la recomendación de la OMS ya que, como queda demostrado, el vínculo social no solo se hace más cercano ante la adversidad sino que habitualmente es donde buscamos refugio. Las tecnologías de comunicación actuales nos permiten disminuir la distancia social y estrechar vínculos a pesar de la dificultades para encontrarnos. El término “distanciamiento físico” es el que recomendamos para una medida de prevención que solo busca evitar el contagio de un virus y no el aislamiento social del individuo o las familias.

La resiliencia no solo es importante como recurso previo y de desarrollo personal del docente, sino también lo es como “acto pedagógico” al generar modelos de docentes capaces de enfrentar la adversidad desde una perspectiva de oportunidad de crecimiento.



**Figura 1.** Medias del grado de emociones experimentadas durante el distanciamiento social en COVID-19.

**Tabla 4.** Cambios positivos de estilo de vida que los docentes implementaron durante el distanciamiento social por COVID-19.

| Actividad              | % de docentes |
|------------------------|---------------|
| Relación con los hijos | 45,8%         |
| Estudio                | 38,4%         |
| Lectura                | 37,7%         |
| Sueño                  | 34,4%         |
| Relación con su pareja | 31,6%         |
| Otras relaciones       | 31,1%         |
| Alimentación           | 30,4%         |
| Música                 | 28,5%         |
| Actividad Física       | 27,8%         |
| Espiritualidad         | 26,4%         |
| Técnicas de relajación | 21,7%         |

## Referencias

1. Grané, J., Forés, A. Los patitos feos y los cisnes negros. Resiliencia y Neurociencia. Barcelona: Plataforma editorial; 2019
2. Davidson, JR. Connor-Davidson Resilience Scale (CD- RISC) Manual. Unpublished. 08-19-2018. Accessible at: [www.cd-risc.com](http://www.cd-risc.com)
3. Vanistendael, S. Una definición sencilla de la resiliencia. París: BICE; 2014. Disponible en: <http://bice.org/es/una-definicion-sencilla-de-la-resiliencia-por-stefanvanistendael/>
4. Vanistendael, S. La resiliencia o el realismo de la esperanza. París: BICE; 2016. Disponible en: <https://bice.org/es/produit/la-resiliencia-o-el-realismo-de-la-esperanza/>
5. Hurtubia, V. La resiliencia: de la inspiración a la acción. Guatemala: Oficina Internacional Católica de la Infancia; 2019.
6. Lyubomirsky, S., Lepper, H. A measure of subjective happiness: preliminary reliability and construct validation. *Social Ind. Res.* 1999; 46:137-155

## Otras lecturas recomendadas

1. Forés, A. Grané, J. La resiliencia. Crecer desde la adversidad. Barcelona: Plataforma; 2008.
2. Ungar, M. What Works: A Manual for Designing Programs that Build Resilience. Halifax: Resilience Research Centre; 2018.
3. Forés, A. Grané, J. La resiliencia en entornos socioeducativos. Madrid: Narcea; 2012.
4. Rubio, J.L., Puig, G. Tutores de resiliencia: Dame un punto de apoyo y moveré MI mundo. Barcelona: Gesida; 2015.
5. Ungar M., Theron L. Resilience and mental health: how multisystemic processes contribute to positive outcomes. (2020) *The lancet. Psychiatry.* 2020; 7 (5): 441-448.