UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

# UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO

## FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

### ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN SECUNDARIA

# VIRTUALIDAD Y ESTRÉS LABORAL EN PROFESORES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PEDRO VILCAPAZA, SAN MIGUEL 2022

**TESIS**

**PRESENTADA POR:**

**Bach. JUANA CELENIA TICONA CONDORI**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:**

**LICENCIADA EN EDUCACIÓN, ESPECIALIDAD DE CIENCIA TECNOLOGÍA Y AMBIENTE**

**PUNO – PERÚ**

**2023**

repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

**Reporte de similitud**

NOMBRE DEL TRABAJO

VIRTUALIDAD Y ESTRÉS LABORAL EN P ROFESORES DE LA INSTITUCIÓN EDUCA TIVA PEDRO VILCAPAZA, SAN MIGUEL 2 022

AUTOR

JUANA CELENIA TICONA CONDORI

RECUENTO DE PALABRAS

12557 Words

RECUENTO DE CARACTERES

68955 Characters

RECUENTO DE PÁGINAS

71 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

2.0MB

FECHA DE ENTREGA

Jun 1, 2023 10:34 AM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Jun 1, 2023 10:35 AM GMT-5

### 9% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base c

- 7% Base de datos de Internet
- 1% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de Crossref
- Base de datos de contenido publicado de Crossr
- 7% Base de datos de trabajos entregados

### Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Material citado
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 12 palabras)

Dr. Edgar Octavio Roque Huanca
DOCENTE UNA - PUNO

Dr. Edgar Octavio Roque Huanca
DOCENTE UNA - PUNO

Resumen

repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

# DEDICATORIA

*A mi querido papá en el cielo Raymundo Ticona Mansilla.*

*Esta tesis está dedicada a ti, querido padre. Aunque ya no estas físicamente a mi lado, tu espíritu y amor perduran en mi corazón. Siempre serás mi guía y mi inspiración.*

*A mi querida madre Paula Condori Mamani.*

*Esta tesis también está dedicada a ti, mi querida madre. Tu amor incondicional y apoyo constante han sido fundamentales en mi camino hacia el logro de este objetivo. Eres mi fortaleza y mi mayor ejemplo de perseverancia.*

*Juntos ustedes han sido y siempre serán la fuente de mi determinación y éxito. Agradezco infinitamente la educación, los valores y el amor que me han brindado.*

*Gracias.*

*Juana Celenia Ticona Condori*

repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

# AGRADECIMIENTOS

*El principal agradecimiento es a Dios quien me da guiado y me ha dado fortaleza para seguir adelante.*

*A mi querida madre Paula Condori Mamani y hermanos, quienes me han impulsado a ser mejor cada día por su comprensión y estimulo constante, además por su apoyo incondicional a lo largo de vida.*

*A mis familiares que de una u otra manera me apoyaron, a mis amigas quienes también han sido mi soporte y ayuda en este camino.*

*A la universidad que me dio la bienvenida como tal, las oportunidades que me han brindado son incomparables es por eso que agradezco a mis maestros por sus conocimientos compartidos.*

*Gracias.*

*Juana Celenia Ticona Condori*

repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

# ÍNDICE GENERAL

**DEDICATORIA**

**AGRADECIMIENTOS**

**ÍNDICE GENERAL**

**ÍNDICE DE TABLAS**

**ÍNDICE DE ACRÓNIMOS**

**RESUMEN** ..... **10**

**ABSTRACT** ..... **11**

**CAPÍTULO I**

**INTRODUCCIÓN**

**1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA** ..... **12**

**1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA** ..... **13**

1.1.1. Problema general ..... 13

1.1.2. Problemas específicos ..... 13

**1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN** ..... **14**

1.3.1. Hipótesis general ..... 14

1.3.2. Hipótesis específicas ..... 14

**1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO** ..... **14**

**1.5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN** ..... **15**

1.5.1. Objetivo general ..... 15

repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

1.5.2. Objetivos específicos ..... 16

**CAPÍTULO II**

**REVISIÓN DE LITERATURA**

**2.1. ANTECEDENTES ..... 17**

2.1.1. Internacionales ..... 17

2.1.2. Nacionales ..... 18

**2.2. MARCO TEÓRICO ..... 19**

2.2.1 Virtualidad ..... 19

2.2.2 Estrés laboral ..... 25

**2.3. MARCO CONCEPTUAL ..... 29**

**CAPÍTULO III**

**MATERIALES Y MÉTODOS**

**3.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO ..... 31**

**3.2. PERIODO DE DURACIÓN DEL ESTUDIO ..... 31**

**3.3. PROCEDENCIA DEL MATERIAL UTILIZADO ..... 31**

3.4.1. Población ..... 32

**3.5. DISEÑO ESTADÍSTICO ..... 32**

3.5.1. Enfoque ..... 32

3.5.2. Tipo y nivel ..... 33

3.5.3. Diseño ..... 33

3.5.4. Instrumentos ..... 33

**3.6. PROCEDIMIENTO ..... 34**

repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

**3.7. VARIABLES ..... 35**

3.7.1. Operacionalización de variables. ..... 35

**3.8. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS ..... 35**

**CAPÍTULO IV**

**RESULTADOS Y DISCUSIÓN**

**4.1. RESULTADOS ..... 37**

4.1.1 Resultados descriptivos de cada variable ..... 37

4.1.2 Resultados por objetivos ..... 39

**4.2. DISCUSIÓN ..... 47**

**V. CONCLUSIONES ..... 51**

**VI. RECOMENDACIONES ..... 52**

**VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS ..... 53**

**ANEXOS ..... 59**

**Área :** Interdisciplinaridad en la dinámica educativa: Ciencia Tecnología y Ambiente.

**Tema :** Educación en Salud.

**Fecha De Sustentación:** 08/Junio/2023

repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

# ÍNDICE DE TABLAS

**Tabla 1.** Baremo de interpretación ..... 34

**Tabla 2.** Nivel de desempeño de la variable virtualidad en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022. ..... 37

**Tabla 3.** Nivel de desempeño de la variable estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022. ..... 38

**Tabla 4.** Virtualidad y estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022. ..... 39

**Tabla 5.** Recursos de aprendizaje virtual y estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022. ..... 40

**Tabla 6.** Colaboración virtual y estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022. ..... 41

**Tabla 7.** Acompañamiento virtual y estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022. ..... 42

**Tabla 8.** Hallazgos referidos a la normalidad de Shapiro-Wilk en la variable virtualidad ..... 43

**Tabla 9.** Hallazgos referidos a la normalidad de Shapiro-Wilk en la variable estrés laboral ..... 43

**Tabla 10.** Hallazgos referidos a la prueba de hipótesis general ..... 44

**Tabla 11.** Hallazgos referidos a la prueba de hipótesis especifica 1 ..... 45

**Tabla 12.** Hallazgos referidos a la prueba de hipótesis especifica 2 ..... 46

**Tabla 13.** Hallazgos referidos a la prueba de hipótesis especifica 3 ..... 47

repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

# ÍNDICE DE ACRÓNIMOS

EVE : Entornos virtuales de enseñanza

MINEDU : Ministerio de Educación

TIC : Tecnología en Informática y Comunicación

UNICEF : Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia

repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

# RESUMEN

La pandemia de COVID-19 obligó al sector educativo a cambiar rápidamente a la educación virtual, lo que requirió que los profesores se adaptaran a nuevas tecnologías y aplicaciones educativas. Muchos profesores no estaban preparados para este cambio y se vieron obligados a trabajar desde sus hogares, lo que ha causado estrés laboral. Considerando dicha problemática, se presenta esta investigación cuyo objetivo general consistió en determinar la relación entre la virtualidad y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022. Es así, como se realizó un abordaje metodológico cuantitativo, de tipo correlacional, con un diseño no experimental, donde la muestra estuvo constituida por 15 docentes del área de Ciencia y Tecnología de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, para la recolección de datos se empleó un cuestionario con una escala de Likert, diseñado por la investigadora. Los datos recolectados fueron analizados mediante herramientas estadísticas y la prueba estadística de Rho de Spearman con un nivel de significancia del 5%. La evidencia mostro que, 33.3% de los docentes con un nivel de virtualidad moderado evidencian un estrés laboral moderado, asimismo, se resalta que, 20% de los docentes con un manejo de la virtualidad alto presentan bajo estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022 (rho=-0.958, p-valor=0.00≤0.05). Los hallazgos conforman un aporte para ejecutar acciones para el avance de la salud psicosocial de los docentes de la institución educativa analizada.

**Palabras clave:** Estrés, Docentes, Laboral, Virtualidad.



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

# ABSTRACT

The COVID-19 pandemic forced the education sector to rapidly shift to virtual education, requiring teachers to adapt to new technologies and educational applications. Many teachers were not prepared for this change and were forced to work from home, which has caused work stress. Considering this problem, this research is presented with the general objective of determining the relationship between virtuality and work stress in teachers of the Pedro Vilcapaza Educational Institution, San Miguel 2022. Thus, a quantitative methodological approach of correlational type, with a non-experimental design, was carried out, where the sample consisted of 15 teachers of the Science and Technology area of the Pedro Vilcapaza Educational Institution, for data collection a questionnaire with a Likert scale, designed by the researcher, was used. The data collected were analyzed using statistical tools and Spearman's Rho statistical test with a significance level of 5%. The evidence showed that 33.3% of teachers with a moderate level of virtuality show moderate work stress, likewise, it is highlighted that 20% of teachers with a high level of virtuality present low work stress in teachers of the Educational Institution Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022 (rho=-0.958, p-value=0.000≤0.05). The findings make up a contribution to execute actions for the advancement of the psychosocial health of the teachers of the analyzed educational institution.

**Key words**: stress, teachers, work, virtuality.



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

# CAPÍTULO I

## INTRODUCCIÓN

### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La virtualidad es un fenómeno que llegó con la pandemia de COVID19 para quedarse. Reportes estadísticos de organismos internacionales dan cuenta que, durante el año 2021, una cifra aproximada de 168 millones de niños a nivel mundial pasó su año escolar con las escuelas clausuradas y bajo modo virtual (UNICEF, 2021). Específicamente, en Perú, cifras del MINEDU indican que unos 700 mil niños y jóvenes interrumpieron sus estudios presenciales como consecuencia de la pandemia (UNICEF, 2021). Ante dicha realidad, no solamente los estudiantes se vieron afectados, sino también el personal docente que, de forma acelerada, tuvo que pasar de dictar clases presenciales a una modalidad virtual (Egúsquiza, 2020). Aunado a esto, se reportó que el aumento de la exposición a los dispositivos inteligentes y a las pantallas aumenta los niveles de estrés y de agotamiento (Klapproth, et al., 2020).

En efecto, la tensión generada por actitudes de índole mental, físicas o emocionales se denominan estrés laboral, y puede ser el resultante de situaciones relacionadas al trabajo (Agencia EFE, 2019; Llano, 2017). La relación entre el uso de dispositivos inteligentes y el estrés y el agotamiento ha sido un tema de interés para los investigadores a nivel mundial (Klapproth, et al., 2020). Algunas investigaciones como la de Toto & Limone (2021), han encontrado que la virtualidad ha aumentado el nivel del estrés en los docentes durante la pandemia (Toto, 2021); Asimismo, la investigación de Košir, et al. (2021), reportaron que los docentes que experimentaron mayores niveles de estrés se percibían a sí mismos como menos competentes en el uso de las TIC como vía



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

para los procesos educativos. En el Perú, el investigador Castro (2021) halló que una buena parte de los profesores reportó un nivel de estrés mediano como producto de ejercer su labor virtual en la pandemia.

Considerando lo descrito, dicha problemática, se ha replicado en casi todas las instituciones del país, un caso específico se presenta en la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, de San Miguel, donde el proceso educativo ha tenido una lenta evolución, debido a que se ha tornado engorroso, en gran parte porque algunos docentes poseen escasa competencias digitales, y muchos han tenido que aprender por ensayo y error de manera acelerada, para poder dar clases virtuales a sus estudiantes, lo que se ha transformado en un gran esfuerzo para los profesores, en conjunto con el paso del trabajo a la forma remota, que también ha tenido implicaciones en su desempeño, por lo que han referido, dolores musculoesqueléticos, ansiedad, algunos dificultad para conciliar el sueño y en general, estrés laboral.

## FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

### 1.1.1. Problema general

¿Cuál es la relación entre la virtualidad y estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022?

### 1.1.2. Problemas específicos

- ¿Cómo es la relación entre los recursos de aprendizaje virtual y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022?
- ¿Cómo es la relación entre la colaboración virtual y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022?



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

- ¿Cómo es la relación entre el acompañamiento virtual de los estudiantes y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022?

## HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

### 1.3.1. Hipótesis general

Existe relación entre la virtualidad y estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.

### 1.3.2. Hipótesis específicas

- Existe relación entre los recursos de aprendizaje virtual y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.
- Existe relación entre la colaboración virtual y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.
- Existe relación entre el acompañamiento virtual de los estudiantes y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.

## JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO

El propósito de esta investigación es ampliar el entendimiento y conocimiento sobre cómo la virtualidad afecta el nivel de estrés laboral de los profesores, específicamente en el contexto del año 2022. Asimismo, se busca datos e información valiosa que pueda ser de utilidad tanto para la comunidad educativa de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza como para investigadores y profesionales interesados en el tema. Se busca mejorar las condiciones laborales y fomentar un entorno educativo más saludable y eficiente a través de las recomendaciones y hallazgos obtenidos en este estudio.



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

La investigación presenta gran relevancia, pues contribuye un aporte teórico ante el poco conocimiento que existe sobre el fenómeno de estudio, asimismo, contribuye en la profundización científica y teórica sobre las variables de análisis y particularmente, también es una contribución para los investigadores que deseen realizar estudios similares. Desde la perspectiva práctica, constituye una base, para ejecutar acciones para coadyuvar en el avance de la salud psicosocial inherente a los docentes de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, y así progresar en su calidad de vida y mitigar las cifras de ausentismo laboral de estos profesionales tan valiosos para la educación del país.

Los hallazgos del estudio servirán de base al equipo directivo, también a los profesores e investigadores, debido que, a partir del abordaje científico de la problemática, se facilitará la determinación de los vínculos entre la virtualidad y estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022. Asimismo, la investigación posee como utilidad, que contribuye con un aporte teórico al escaso conocimiento que existe sobre la virtualidad y estrés laboral en el personal docente. Para finalizar, metodológicamente, tanto el instrumento de recolección de datos, como la metodología utilizada, son de gran contribución para los investigadores que se interesen en la indagación sobre la temática, pudiendo aprovecharlo como antecedente relevante y guía para la elaboración de su producto científico.

## OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

### 1.5.1. Objetivo general

Determinar la relación entre la virtualidad y estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

### 1.5.2. Objetivos específicos

- Identificar la relación entre los recursos de aprendizaje virtual y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.
- Identificar la relación entre la colaboración virtual y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.
- Identificar la relación entre el acompañamiento virtual de los estudiantes y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

# CAPÍTULO II

# REVISIÓN DE LITERATURA

## 2.1. ANTECEDENTES

### 2.1.1. Internacionales

Varios estudios internacionales han analizado la relación entre la enseñanza virtual y el estrés laboral en los docentes durante la pandemia de COVID-19.

Toto & Limone (2021) encontraron que el aprendizaje virtual estaba correlacionado significativamente con el estrés y la motivación de los docentes. Los resultados indicaron que la virtualidad aumentó el nivel de estrés y disminuyó la motivación de los participantes.

Košir, et al. (2021) investigaron los predictores del estrés laboral en los facilitadores de primaria y secundaria durante la educación en línea. Descubrieron que el estrés de los educadores se relacionaba negativamente con su autoeficacia en el uso de tecnologías digitales, sus actitudes hacia la educación en línea y el apoyo percibido de los supervisores.

Pressley et al. (2021) examinaron cómo el regreso a la enseñanza presencial después del confinamiento afectó el nivel de estrés y ansiedad de los docentes. Encontraron que el acompañamiento virtual de los estudiantes fue un predictor significativo del aumento de la ansiedad y el estrés.

Klapproth, et al. (2020) evaluaron las experiencias de estrés de los profesores durante la enseñanza virtual. Descubrieron que los profesores experimentaron un nivel



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

medio-alto de estrés, con diferencias significativas entre los tipos de escuela. Además, las mujeres informaron niveles más altos de estrés en comparación con los hombres.

### 2.1.2. Nacionales

De igual forma algunos estudios nacionales han abordado la temática de forma similar, en este sentido, Omonte (2021) encontró que existe una correlación significativa entre la cantidad de recursos educativos virtuales utilizados por los docentes y su nivel de estrés laboral. A medida que aumenta el acceso a estos recursos, el estrés laboral disminuye.

Solorzano (2022) examinó el impacto de la competencia digital y la colaboración en el síndrome de burnout de los docentes. Encontró una correlación negativa moderada entre el trabajo colaborativo y el síndrome de burnout, lo que indica que a medida que aumenta la colaboración en el entorno laboral, se reduce la gravedad del síndrome de burnout.

Macedo (2022) analizó cómo las competencias digitales influyen en el nivel de estrés laboral de los docentes. Encontró una influencia inversa y significativa de las competencias digitales en el estrés laboral. Además, la dimensión de comunicación y colaboración de las competencias digitales también se relacionó con el grado de estrés laboral de los docentes.

Peche & Vásquez (2021) describieron el comportamiento del estrés laboral en el contexto del trabajo remoto de los docentes. Encontraron que aproximadamente la mitad de los docentes presentaban un nivel moderado de estrés y otro 48% tenía un nivel bajo de estrés.

Castro (2021) investigó la correlación entre el estrés laboral y la salud mental percibida por los docentes durante la pandemia. Los resultados no mostraron una



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

correlación significativa entre el estrés laboral y la salud mental en los docentes de secundaria, aunque la mayoría experimentaba un nivel moderado de estrés.

## 2.2. MARCO TEÓRICO

### 2.2.1 Virtualidad

La virtualidad o también conocida como educación virtual o aprendizaje virtual, se trata de una metodología educativa que hace gala de aplicaciones informáticas, herramientas en línea o ambas para brindar instrucción a un grupo de estudiantes. Esta modalidad reduce o elimina la necesidad de que docentes y alumnos se encuentren en un mismo espacio físico. Así, la virtualidad incluye el uso cada vez mayor de herramientas como el correo electrónico, foros en línea u otros recursos informáticos de internet para ayudar a los profesores a comunicarse mejor con los alumnos y los padres sobre el trabajo del curso y el progreso del alumno (Gunawardhana, 2020).

La virtualidad educativa se refiere al uso de diversos recursos de tipo multimedia e Internet para enriquecer el proceso de aprendizaje, con el fin de lograr una mayor accesibilidad a servicios y herramientas, así como la posibilidad de colaboración de equipos y comunicación a distancia, en este sentido, se pueden identificar como los principales usos y procedimientos del aprendizaje en línea a la educación basada en tecnología web y computacional, la colaboración on line y el uso de aulas virtuales. Las actividades virtuales se suelen clasificar en dos grupos: sincrónicas y asincrónicas. Cuando el alumno interactúa con el instructor sin demora, la actividad se clasifica como sincronizada. Principalmente, se encuentran en el mismo entorno virtual al mismo tiempo, como las sesiones de chat y Blackboard. Por otro lado, una actividad asincrónica es cuando el instructor y el alumno interactúan dejando mensajes, sin necesidad de estar en línea al mismo tiempo (Hantoobi et al. 2021).



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

La virtualidad en el marco educativo requiere requisitos como a) todas las pautas de estudio requeridas deben indicarse de forma virtual desde un medio por internet, dichas pautas deben incluir una orientación sobre el curso, los objetivos del curso, los periodos de tiempo programados, una lista de contenidos, las lecturas recomendadas y el calendario y las tareas del curso, b) Los materiales didácticos deben ser publicados por el profesor correspondiente incluyendo materiales como diapositivas, c) los estudiantes deben tener acceso a todos los recursos web pertinentes, 4) todas las tareas, pruebas y exámenes deben realizarse y presentarse en línea (Gunawardhana, 2020).

Los entornos virtuales de enseñanza (EVE) conforman un sistema en línea relativamente abierto que contribuye significativamente a la gestión del proceso de aprendizaje a distancia enriqueciendo la participación de todas las partes, los mismos van más allá de los límites del aula activando el proceso de comunicación y llegando a una amplia gama de recursos educativos. Los EVE pueden ser formales e informales, en el caso de los EVE formales deben estar acreditados por organismos oficiales, como universidades, escuelas o institutos especializados en ofrecer materiales educativos. Los entornos virtuales de aprendizaje informales, son aquellos que son fundados por un sujeto o un grupo de personas con el fin de abordar y alcanzar conocimientos en áreas particulares (Hantoobi, et al. 2021).

La educación virtual es una actividad que utiliza la Tecnología de informática y Comunicación (TIC), con el firme propósito de brindar espacios para la formación de los estudiantes; se trata de una modalidad de enseñanza que se apuntala en un enfoque emergente de aprendizaje y que se lleva a cabo mediante el uso del espacio virtual. La educación virtual también se refiere a la forma en que actualmente se adquiere el conocimiento; esta metodología brinda oportunidades para el aprovechamiento y



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

comprensión de la tecnología con el fin de obtener información educativa (Castillo et al., 2017).

Por tanto, en este estudio se puede definir la virtualidad como el uso de las TIC con el objetivo de mejorar y simplificar los procesos de enseñanza y aprendizaje. Esto implica el uso de diversas herramientas digitales como software educativo, plataformas en línea, sistemas de comunicación, entre otros, para crear ambientes virtuales de aprendizaje que permiten a los estudiantes acceder a los contenidos y llevar a cabo actividades de aprendizaje por internet. El modelo de educación virtual presenta numerosas ventajas para el proceso de enseñanza y aprendizaje, debido a que permite la flexibilidad en cuanto a la hora y lugar de estudio, así como la personalización del aprendizaje, el trabajo colaborativo entre docentes y estudiantes, la implementación de juegos didácticos y muchas otras ventajas que agilizan y optimizan el aprendizaje. Además, los entornos virtuales de aprendizaje son una parte esencial de la virtualidad educativa, ya que son los medios a través de los cuales se lleva a cabo la educación en línea.

#### 2.2.1.1. Dimensiones de la variable virtualidad

A los efectos de la investigación, se tomaron en cuenta las siguientes áreas como dimensiones:

**2.2.1.1.1. Recursos de aprendizaje virtual:** Es un medio educativo que puede incluir datos, información y software destinados al mejoramiento del proceso respectivo de aprendizaje. A la par, puede definirse como un conjunto de sistemas informáticos o educativo-metódicos que proporcionan facilidades a un proceso educativo específico y orientado a unos objetivos de aprendizaje. Los recursos de aprendizaje virtual son



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

medios didácticos, informáticos y técnicos o interactivos de enseñanza en el entorno de las modernas herramientas informáticas educativas y conforman un recurso vital para catalizar la creación, sistematización, almacenamiento, procesamiento y uso de materiales educativos basados en tecnologías informáticas y herramientas audiovisuales (Abdunabiyevna& Mansur, 2022).

Los recursos de aprendizaje virtual son muy variados, desde programas informáticos y cursos digitales hasta plataformas interactivas en línea y aplicaciones. A continuación, se presentan algunos tipos comunes de recursos (Bringman & Hortsch, 2020):

- *Materiales digitales:* Comprenden el uso de recursos como archivos PDF, videos, presentaciones en PowerPoint y/o documentos en Word. Debido a la disponibilidad de estos recursos, resulta sencillo para cualquier individuo aprender una nueva habilidad siguiendo su ritmo.
- *Cursos en línea:* son formas de enseñanza que se caracterizan a menudo mediante plataformas de aprendizaje en línea y que suministran el contenido educativo a un ritmo concreto y organizado en secciones para, hacer más fácil la tarea para el estudiante.
- *Tutoría virtual:* Las herramientas digitales y una pedagogía educativa efectiva se combinan en los tutores virtuales para enriquecer la conducta de un tutor humano y ofrecer lecciones interactivas y animadas que hacen más atractivo el aprendizaje.
- *Aplicaciones y software*: Las aplicaciones y programas informáticos brindan oportunidades para el autoaprendizaje mediante aplicaciones que se pueden



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

descargar directamente en el teléfono, lo que aparta nuevas posibilidades de aprendizaje autoinstruida.

A fines del estudio, los recursos de aprendizaje virtual comprenden una variedad de materiales y herramientas didácticas que se utilizan en la educación en línea para mejorar el proceso de enseñanza y aprendizaje. Estos recursos pueden incluir contenido multimedia, materiales de lectura, herramientas de comunicación, herramientas de evaluación y herramientas de gamificación. La amplia gama de recursos disponibles permite a los estudiantes acceder a los contenidos y realizar actividades de aprendizaje en cualquier momento y lugar, utilizando diversos dispositivos electrónicos. Además, estos recursos pueden ser personalizados y adaptados a las necesidades y preferencias individuales de cada estudiante para mejorar la eficacia del aprendizaje.

**2.2.1.1.2. Colaboración virtual:** Es un tipo de entorno virtual que busca producir procesos de aprendizaje basados en la tecnología en los que los participantes puedan trabajar en grupo para construir y compartir conocimientos. De hecho, compartir a muchos niveles diferentes encarna la esencia del proceso de colaboración en la educación en línea, sin compartir, la colaboración no sería posible. Asimismo, la co-construcción del conocimiento ha sido un atributo definitorio de la colaboración en la educación en línea durante muchos años e implica un significado o interpretación compartidos con múltiples puntos de vista que se expresan a medida que se desarrollan y sintetizan las ideas (Breen, 2013).

Esta situación pone de manifiesto la urgente necesidad por aplicar la tecnología a los diversos métodos interactivos como componente crucial de una educación de alta calidad, que enseñe a los alumnos a aceptar y cumplir las obligaciones del grupo,



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

ayudar a sus compañeros, pedir ayuda cuando sea necesario, adquirir el arte de aceptar las perspectivas de terceros, averiguar soluciones que promuevan el bienestar de todos los involucrados, expresar ideas propias y comprender los procedimientos democráticos son aspectos esenciales a desarrollar (Lindo, 2022).

La colaboración educativa virtual se refiere a un método de enseñanza y aprendizaje que enfatiza en la cooperación y trabajo en equipo entre estudiantes y profesores mediante el uso de plataformas y herramientas en línea. Este enfoque permite que los estudiantes trabajen juntos sin importar su ubicación geográfica y que los profesores colaboren para diseñar y enseñar de manera más efectiva; este enfoque también fomenta el aprendizaje social y la construcción colectiva del conocimiento, donde los estudiantes aprenden entre ellos y trabajan juntos para construir el conocimiento en lugar de solo recibirlo del profesor. Además, los profesores pueden utilizar la colaboración educativa virtual para diseñar y enseñar materiales de manera más efectiva, trabajando en equipo para crear recursos de aprendizaje y planes de lecciones que sean más interesantes y efectivos para los estudiantes (Ruiz, 2022).

A fines de este estudio, la colaboración educativa virtual se define como el uso de herramientas tecnológicas como foros de discusión, chats en línea, videoconferencias, wikis, entre otros recursos en línea que posibilitan la interacción y el intercambio de ideas en tiempo real. A través de estas herramientas, los estudiantes pueden colaborar en proyectos y tareas en equipo, compartir información y conocimientos, y brindar retroalimentación y crítica constructiva a sus compañeros.

**2.2.1.1.3. Acompañamiento virtual:** La modalidad virtual de acompañamiento sitúa al profesor como creador de entornos de aprendizaje más que como difusor de contenidos, por ello, el instructor actúa de forma simultánea como mentor y tutor



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

virtual, pues al coordinar el proceso de enseñanza-aprendizaje y dar asistencia a los estudiantes en la puesta en marcha de actividades de aprendizaje, que contienen desde la investigación hasta el diseño y la realización de tareas, el profesor debe reconocer los enfoques que suministren la asimilación de lecciones muy valiosas por parte de los alumnos. También abarca el seguimiento individualizado que los profesores hacen de los alumnos según sea necesario para completar las actividades programadas y alcanzar los objetivos fijados (Lindo, 2022).

El principal propósito del acompañamiento virtual es ayudar a los estudiantes a alcanzar sus objetivos académicos y a desarrollar su capacidad de aprendizaje independiente y autónomo. Esto se logra mediante la retroalimentación y la orientación constante que se ofrece a los estudiantes sobre su progreso académico, sus puntos fuertes y áreas de mejora, y mediante el apoyo emocional y la motivación que se les brinda para mantener su compromiso y entusiasmo en el proceso de aprendizaje. Además, el acompañamiento virtual puede incluir la resolución de dudas y problemas técnicos, la atención personalizada y la adaptación a las necesidades y estilos de aprendizaje individuales de cada estudiante (Santos & Armas, 2020).

A fines del estudio, el acompañamiento virtual consiste en un proceso de asistencia y seguimiento que se otorga a los estudiantes en la educación en línea. Este proceso se realiza a través de herramientas y plataformas virtuales que permiten la interacción y comunicación entre los estudiantes y tutores en un ambiente de aprendizaje digital.

### 2.2.2 Estrés laboral

Se puede describir el estrés laboral, como una situación personal en la que los componentes derivados con el empleo están generado presión y tensión en el individuo



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

y que puede cambiar su estado psicológico y/o fisiológico de tal manera que la persona se ve obligada a desviarse de su funcionamiento normal. Por tanto, el estrés laboral se refiere al proceso cuando las demandas externas del trabajo exceden los recursos de un individuo afectando su vida diaria, el mismo puede provocar una sensación de desequilibrio que conduce a efectos adversos en los comportamientos, actitudes, emociones y salud física (Ghafoor & Haar, 2022).

Además, el estrés laboral incluye una serie de factores estresantes y los resultados de la tensión; se refiere a los estímulos negativos relacionados con el trabajo y a las reacciones fisiológicas y psicológicas del trabajador, igualmente, se considera que el mismo está muy relacionado con el síndrome de burnout, en efecto, la teoría de la conservación de los recursos postula que los individuos experimentan estrés cuando se enfrentan a amenazas tales como exigencias laborales excesivamente elevadas, pérdida de recursos y demasiada inversión de recursos con rendimientos insuficientes. En consecuencia, el estrés laboral se conceptualiza como un experiencial perjudicial y con implicaciones fuertemente emocionales, que surge de la falta de balance entre la capacidad de respuesta de los trabajadores y las demandas del trabajo (Xu & Yang, 2021).

El estrés laboral es, por tanto, un conjunto de reacciones físicas y emocionales adversas que pueden producirse cuando existe un conflicto entre las exigencias del trabajo y nivel de dominación que el colaborador ejerce sobre la forma en que satisface esas pretensiones. Una parte del estrés se considera aceptable y a veces se denomina como un desafío o estrés positivo, pero cuando el nivel de estrés supera lo que la persona puede soportar, pueden producirse cambios mentales y físicos (Wang et al., 2020).



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

En el ámbito educativo, el estrés laboral de los profesores se define como una experiencia negativa debido a su percepción negativa del entorno del aula. A la par, es más probable que el estrés y la carga de trabajo de los profesores desvaloricen su experiencia laboral y fomenten una baja satisfacción con el trabajo educativo (Zang et al., 2022). Según lo esbozado por Cortés (2021), el agotamiento emocional de los educadores a causa de las condiciones nocivas del sector educativo y que fueron recalcadas por la pandemia, se puede precisar como una modalidad de estrés laboral, al ser incapaces de hacer frente a las demandas tecnológicas que se les presentan. Ello puede provocar que los profesores se desvinculen de sus responsabilidades, disminuyendo su disposición para hacer frente a sus labores.

También es posible que la abundancia de trabajo virtual, las jornadas laborales alargadas y el prominente número de estudiantes en cada aula emerjan como factores que favorezcan al progreso de los niveles de estrés de los docentes. La presión para cumplir las expectativas de rendimiento y los continuos cambios en las políticas educativas también pueden provocar estrés; sin duda, la profesión docente en el contexto virtual puede ser exigente y estresante, ya que se espera de los profesores no sólo que impartan conocimientos a los alumnos, sino también que gestionen un aula, evalúen el rendimiento de los estudiantes y satisfagan las diversas necesidades de los alumnos. El compromiso de tiempo necesario para la tecnología y la preparación, así como los retos de controlar la conducta de los alumnos en un entorno virtual, también pueden hacer que los profesores virtuales se sientan sobrecargados. Para los profesores virtuales, la falta de conexión cara a cara, la falta de recursos tecnológicos y de apoyo de sus compañeros puede aumentar sus niveles de estrés (Lindo, 2022).

Vistos los conceptos anteriores, el estrés laboral en este estudio se refiere a la presión y tensión emocional que enfrentan los educadores debido a las demandas y



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

exigencias de su trabajo. Estas demandas incluyen la gestión de grandes grupos de estudiantes, cumplir con plazos y objetivos, lidiar con recursos limitados y falta de apoyo, además de la evaluación continua del desempeño y satisfacción de padres y estudiantes. Este estrés puede tener efectos negativos tanto en la salud física como mental de los profesionales, lo que a su vez puede afectar el bienestar y el desempeño de los estudiantes. Además, puede reducir la motivación, creatividad y satisfacción en el trabajo, lo que lleva a la rotación de personal y la disminución de la calidad de la educación. Por lo tanto, es fundamental que empleadores y educadores trabajen juntos para identificar y abordar los factores que contribuyen al estrés laboral en el ámbito educativo, y promover un ambiente de trabajo saludable y equilibrado para todos.

#### 2.2.2.1. Dimensiones del estrés laboral

A fines de la investigación se toma en cuenta las dimensiones del estrés laboral en docentes propuestas por Lindo (2021):

**2.2.2.1.1. Estresores:** La dimensión de estresores se refleja como una vinculación directa con los elementos de la carga de trabajo elevada y las condiciones del entorno laboral que generan estrés laboral en el sector educativo. Además, durante la pandemia, los profesores han experimentado un incremento en su carga de trabajo, lo que se suma a su incomodidad general para llevarla a cabo su planificación, al no poder enfocarse por no contar con espacios apropiados (Oros et al., 2020). Los estresores pueden incluir tener una carga de trabajo pesada, pausas de descanso poco frecuentes, largas jornadas laborales y trabajo por turnos; tareas agitadas y rutinarias que tienen poco significado inherente (Lindo, 2021).

**2.2.2.1.2. Desequilibrio sistémico:** esta dimensión incluye el conjunto de situaciones estresantes que exprimen tan las personas y que pueden expresarse mediante diferentes síntomas físicos, de comportamiento y psicológicos (Lindo, 2021). También pueden



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

definirse como un conjunto procesos valorativos de cara a los elementos estresores o demandas del entorno, que provocan un desbalance y que se manifiesta bajo diferentes reacciones emocionales o físicas (Arreola & & Barraza, 2020).

**2.2.2.1.3. Estrategias de Afrontamiento:** esta dimensión implica el conjunto de actividades que permiten ajustarse a exigencias inusuales, o factores estresantes. Para ello es necesario realizar un mayor esfuerzo y emplear más energía de la necesaria en las rutinas diarias de la vida. La movilización prolongada del esfuerzo puede contribuir a elevar los niveles de las hormonas relacionadas con el estrés y, en última instancia, al colapso físico y la enfermedad. Dichas estrategias suelen incluir la búsqueda de soluciones, apoyo social e incluso la confrontación (Muñoz et al., 2020).

## 2.3. MARCO CONCEPTUAL

- **Aplicación:** es un software que un usuario activa para trabajar en un ordenador o en teléfono móvil; es también llamado programa (Lindo, 2022).
- **Aprendizaje asincrónico:** Este tipo de opción educativa implica que la interacción entre docentes y estudiantes se lleva a cabo de manera discontinua y con un rezago temporal. Ejemplos de ello incluyen cursos de aprendizaje autónomo en línea o mediante videos, grupos de chat en línea y comunicación por medio de correo electrónico o sesiones de preguntas y respuestas con tutores (Sánchez et al., 2022).
- **Aprendizaje sincrónico:** Se trata de un proceso educativo virtual, que es guiado por un profesor, donde los participantes se conectan a la par y se comunican directamente. Durante una sesión de aprendizaje virtual, el profesor tiene la potestad de controlar la clase y puede responder a los participantes que enseñen su presencia levantando la mano desde un lugar remoto (Sánchez et al., 2022).



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

- **Educación a distancia:** Se trata de un escenario pedagógico en el que los escolares y el profesorado se encuentran apartados ya sea por distancia espacial, temporal o ambos. Los programas educativos o de formación se reparten a través de diversos medios de educación, tales como, textos, correo convencional, cintas de audio, gráficos y vídeo, televisión interactiva o libros virtuales (Turnbull et al., 2021).
- **Formación informática:** Este enfoque educativo envuelve la combinación de la formación en un entorno material con sistemas de información y educación técnica. Esta modalidad de enseñanza se focaliza en áreas que incluyen el uso de desarrollo de aplicaciones, arquitectura de sistemas, y software de aplicaciones (Turnbull et al., 2021).
- **Herramientas de colaboración**: Facilita al alumnado a trabajar e interactuar con otras personas a través del correo electrónico, o chats (Turnbull et al., 2021).
- **Navegador:** Programa informático que permite a los usuarios buscar y visualizar información en Internet (Gunawardhana, 2020).
- **Plataformas de aprendizaje:** Se refieren a estructuras informáticas que pueden estar dentro o fuera de la organización y suelen estar enfocadas en temas específicos, y proporcionan herramientas tecnológicas (que van desde chats, foros hasta software de colaboración) para que los usuarios interactúen y recobren información (Sánchez et al., 2022).



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

# CAPÍTULO III

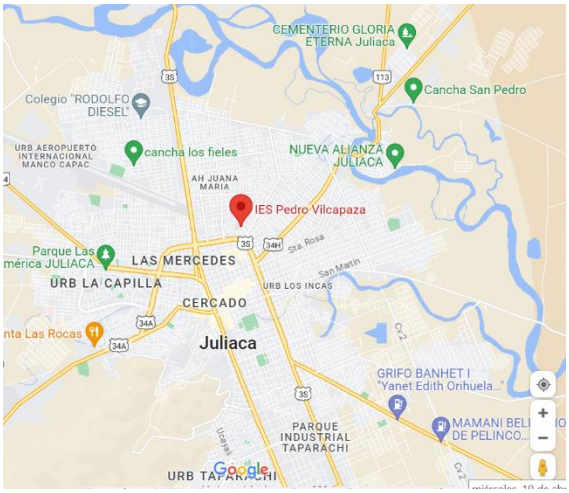
# MATERIALES Y MÉTODOS

## 3.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO

La Institución Educativa Pedro Vilcapaza es un colegio público ubicada en la Av. Infancia en la ciudad de Juliaca, provincia de San Miguel, departamento de Puno.

**Figura 1.**

Imágenes de la institución



## 3.2. PERIODO DE DURACIÓN DEL ESTUDIO

El periodo correspondió al año 2022.

## 3.3. PROCEDENCIA DEL MATERIAL UTILIZADO

El material utilizado se refiere a artículos y equipos de oficina de propiedad de la investigadora.



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

## 3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA DEL ESTUDIO

### 3.4.1. Población

Se llevó a cabo un proceso de elección de muestra no probabilístico, el cual se encauzó a seleccionar participantes con particularidades específicas para el estudio, en lugar de apoyarse en un enfoque estadístico de generalización (Hernández, et al., 2014). En este sentido, el tipo de muestreo fue por conveniencia considerando el acceso de la investigadora a los participantes. En consecuencia, la integridad de la población fue considerada como el tamaño de muestra elegido, es decir 15 profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel, considerándose el año 2022 (Palomino, et al., 2015). Los criterios de inclusión son: 1) Se profesor del área de ciencia y tecnología, 2) Tener al menos 6 meses de experiencia en la institución. Criterios de exclusión: 1) Tener el cuestionario incompleto, 2) No querer participar en la investigación.

## 3.5. DISEÑO ESTADÍSTICO

### 3.5.1. Enfoque

El presente trabajo de investigación está enmarcado en un enfoque cuantitativo, caracterizándose por la recogida de datos substancialmente de tipo numéricos, entorno a la problemática que se plantea como fundamento del estudio, y de las variables de análisis (Hernández, et. al, 2014). El método científico que se empleará es el deductivo, porque se partirá de la teoría para la deducción mediante el razonamiento lógico de hipótesis, comprobándose mediante los registros de datos cuantitativos provenientes de la aplicación de los instrumentos (Palomino et al., 2015)



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

### 3.5.2. Tipo y nivel

Asimismo, se trata de un estudio de nivel correlacional, puesto que su objetivo se orienta a establecer si existe alguna correspondencia entre las dos variables: la virtualidad (variable independiente) y estrés laboral en profesores (variable dependiente).

### 3.5.3. Diseño

El diseño del estudio fue sin experimentar ya que no comprendió la intervención de variables, desarrollándose una investigación observacional, limitándose solamente a medir y analizar las variables seleccionadas para cada participante (Palomino, et al., 2015).

### 3.5.4. Instrumentos

Para alcanzar el objeto de investigación, se prefirió la técnica de la encuesta, y para ello, la adquisición de datos se escogió un cuestionario estructurado elaborado por Lindo (2022) con una escala del 1 al 5 (1 Totalmente de acuerdo, 2 De acuerdo 3 Indiferente, 4 En desacuerdo, 5 Totalmente en desacuerdo), compuesto por 18 ítems para la variable virtualidad y 20 ítems para el estrés laboral. Dicho instrumento fue validado por una batería de tres expertos reportando 100% de valoraciones positivas. En cuanto a la confiabilidad del instrumento, el autor Lindo (2022) reportó una alta confiablidad de alfa de Cronbach mayor a 0.90 en ambas variables que garantiza la aplicabilidad del instrumento. Asimismo, la confiabilidad reportó valores de 0.914 para la variable virtualidad y 0.941 para la variable estrés laboral.



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

**Tabla 1.**

*Baremo de interpretación*

| | N# de Ítems | Nivel Bajo | | Nivel Moderado | | Nivel Alto | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | α | β | α | β | α | β |
| Virtualidad | 18 | 18 | 42 | 43 | 66 | 67 | 90 |
| Recursos de aprendizaje virtual | 6 | 6 | 14 | 15 | 22 | 23 | 30 |
| Colaboración virtual | 6 | 6 | 14 | 15 | 22 | 23 | 30 |
| Acompañamiento virtual | 6 | 6 | 14 | 15 | 22 | 23 | 30 |
| Estrés laboral | 19 | 19 | 44 | 45 | 69 | 70 | 95 |
| Estresores | 6 | 6 | 14 | 15 | 22 | 23 | 30 |
| Desequilibrio sistémico | 7 | 7 | 16 | 17 | 25 | 26 | 35 |
| Estrategias de Afrontamiento | 6 | 6 | 14 | 15 | 22 | 23 | 30 |

Nota: α= Mínimo puntaje del intervalo, β= Máximo puntaje del intervalo.

## 3.6. PROCEDIMIENTO

Para desarrollar la investigación, se efectuaron los siguientes pasos:

1. Se coordinó con el director de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, para la solicitud del permiso respectivo.
2. Se coordinó con el coordinador académico la fecha para la aplicación del instrumento.
3. Se aplicó el cuestionario a los docentes seleccionados para el estudio.
4. Se elaboró una base datos para el análisis estadístico.



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

## 3.7. VARIABLES

### V1: Virtualidad

**Dimensiones:**

- Recursos de aprendizaje virtual
- Colaboración virtual
- Acompañamiento virtual

### V2: Estrés laboral

**Dimensiones:**

- Estresores
- Desequilibrio sistémico
- Estrategias de Afrontamiento

### 3.7.1. Operacionalización de variables.

(Revisar anexo A)

## 3.8. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

El diseño de análisis fue de tipo correlacional. Primeramente, los datos fueron analizados mediante herramientas estadísticas, con un sistema de tabulación, con el que se pudo organizar, procesar y presentar los análisis de los datos recabados. Después, se agruparon los datos por dimensiones relacionadas a las variables empleando el programa Excel y SPSS 25 (Palomino, et al., 2015). También, se aplicaron estadísticos de frecuencia, estadísticos de resumen, y gráficos de barra.

En cuanto al diseño de comprobación de hipótesis, se aplicó la prueba estadística de correlación de Spearman a partir de un nivel de significancia del 5%, previa



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

verificación de la prueba de normalidad de los datos de Shapiro Wilk (Palomino, et al., 2015).



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

# CAPÍTULO IV

# RESULTADOS Y DISCUSIÓN

## 4.1. RESULTADOS

### 4.1.1 Resultados descriptivos de cada variable

**Tabla 2.**

*Nivel de desempeño de la variable virtualidad en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.*

| Variable/dimensión | Categoría | f | % |
|---|---|---|---|
| Virtualidad | Bajo | 3 | 20.0% |
| | Moderado | 9 | 60.0% |
| | Alto | 3 | 20.0% |
| | Total | 15 | 100.0% |
| Recursos de aprendizaje virtual | Bajo | 6 | 40.0% |
| | Moderado | 9 | 60.0% |
| | Alto | 0 | 0.0% |
| | Total | 15 | 100.0% |
| Colaboración virtual | Bajo | 6 | 40.0% |
| | Moderado | 6 | 40.0% |
| | Alto | 3 | 20.0% |
| | Total | 15 | 100.0% |
| Acompañamiento virtual | Bajo | 3 | 20.0% |
| | Moderado | 6 | 40.0% |
| | Alto | 6 | 40.0% |
| | Total | 15 | 100.0% |

La tabla 2 presenta el desempeño de la variable virtualidad, donde se observa que el 60% de los docentes de la muestra se ubicó en un nivel moderado, mientras que el 20% lo consideró bajo y el 20% restante alto. En cuanto a la dimensión de los recursos de aprendizaje virtual, como por ejemplo las plataformas y recursos digitales utilizados, el 60% de los docentes lo calificó como nivel moderado y el 40% restante lo situó en un nivel bajo. Por otro lado, la dimensión de la colaboración virtual, que se refiere a la orientación por medios virtuales y la ayuda en la solución de problemas a los estudiantes,



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

fue calificada como nivel bajo por el 40% de la muestra. En relación al acompañamiento virtual, que implica el apoyo en el proceso de aprendizaje en línea, el 40% de la muestra lo consideró moderado y el 40% restante lo calificó como alto.

**Tabla 3.**

*Nivel de desempeño de la variable estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.*

| Variable/dimensión | Categoría | f | % |
|---|---|---|---|
| Estrés laboral | Bajo | 6 | 40.0% |
| | Moderado | 7 | 46.7% |
| | Alto | 2 | 13.3% |
| | Total | 15 | 100.0% |
| Estresores | Bajo | 3 | 20.0% |
| | Moderado | 11 | 73.3% |
| | Alto | 1 | 6.7% |
| | Total | 15 | 100.0% |
| Desequilibrio sistémico | Bajo | 11 | 73.3% |
| | Moderado | 3 | 20.0% |
| | Alto | 1 | 6.7% |
| | Total | 15 | 100.0% |
| Estrategias de Afrontamiento | Bajo | 5 | 33.3% |
| | Moderado | 4 | 26.7% |
| | Alto | 6 | 40.0% |
| | Total | 15 | 100.0% |

En la tabla 3 se detalla el desempeño de la variable estrés laboral, donde se resume que el 46.7% de los docentes de la muestra tiene un nivel moderado de estrés, el 40% lo consideró bajo y el 13.3% restante lo calificó como alto. En relación a la dimensión de estresores, es decir, las situaciones estresantes, el 73.3% de los docentes lo situó en un nivel moderado y el 20% en un nivel bajo. Por otro lado, en la dimensión de desequilibrio sistémico, que se refiere a situaciones de desequilibrio físico, psicológico y de comportamiento, se obtuvo que el 73% de la muestra lo consideró de nivel bajo y el 20% restante lo situó en un nivel moderado. En cuanto a la dimensión de estrategias de afrontamiento, es decir, las acciones específicas del docente para resolver los problemas,



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

el 40% de la muestra la calificó como de nivel alto, el 23.7% de nivel moderado y el 33.3% de nivel bajo.

### 4.1.2 Resultados por objetivos

**Tabla 4.**

*Virtualidad y estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.*

| | | Estrés laboral | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Bajo | | Moderado | | Alto | | Total | |
| | | f | % | f | % | f | % | f | % |
| Virtualidad | Bajo | 0 | 0.0% | 2 | 13.3% | 1 | 6.7% | 3 | 20.0% |
| | Moderado | 3 | 20.0% | 5 | 33.3% | 1 | 6.7% | 9 | 60.0% |
| | Alto | 3 | 20.0% | 0 | 0.0% | 0 | 0.0% | 3 | 20.0% |
| | Total | 6 | 40.0% | 7 | 46.7% | 2 | 13.3% | 15 | 100.0% |

La tabla 4 indica que, 33.3% de los docentes con un nivel de virtualidad moderado evidencian un estrés laboral moderado, asimismo, se resalta que, 20% de los docentes con un manejo de la virtualidad alto presentan bajo estrés laboral. Estos hallazgos sugieren que el desarrollo de habilidades y competencias en el uso de herramientas virtuales puede ser una estrategia efectiva para reducir el estrés laboral en los docentes de la muestra.



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

**Tabla 5.**

*Recursos de aprendizaje virtual y estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.*

| | | Estrés laboral | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Bajo | | Moderado | | Alto | | Total | |
| | | f | % | f | % | f | % | f | % |
| Recursos de aprendizaje virtual | Bajo | 0 | 0.0% | 4 | 26.7% | 2 | 13.3% | 6 | 40.0% |
| | Moderado | 6 | 40.0% | 3 | 20.0% | 0 | 0.0% | 9 | 60.0% |
| | Alto | 0 | 0.0% | 0 | 0.0% | 0 | 0.0% | 0 | 0.0% |
| | Total | 6 | 40.0% | 7 | 46.7% | 2 | 13.3% | 15 | 100.0% |

La tabla 5 detalla que, 40.0% de los docentes con un nivel de recursos de aprendizaje virtual moderado concuerdan con un nivel de estrés laboral bajo. Aunado a lo anterior, 26.7% de los docentes con un nivel de recursos de aprendizaje virtual bajo concuerdan con un nivel de estrés laboral moderado. Se evidencia entonces que, a medida que los docentes posean un nivel de recursos de aprendizaje virtual bajo o moderado tienden a experimentar más estrés laboral.



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

**Tabla 6.**

*Colaboración virtual y estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.*

| | | Estrés laboral | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Bajo | | Moderado | | Alto | | Total | |
| | | f | % | f | % | f | % | f | % |
| Colaboración virtual | Bajo | 0 | 0.0% | 4 | 26.7% | 2 | 13.3% | 6 | 40.0% |
| | Moderado | 3 | 20.0% | 3 | 20.0% | 0 | 0.0% | 6 | 40.0% |
| | Alto | 3 | 20.0% | 0 | 0.0% | 0 | 0.0% | 3 | 20.0% |
| | Total | 6 | 40.0% | 7 | 46.7% | 2 | 13.3% | 15 | 100.0% |

La tabla 6 sugiere que 26.7% de los docentes que experimentan un nivel bajo de colaboración virtual coinciden con un nivel de estrés laboral moderado, por el contrario, 20.0% de los docentes que perciben un nivel de colaboración virtual alto concuerda con un bajo estrés laboral. En particular, parece haber una tendencia a que los docentes que tienen un nivel bajo de colaboración virtual también tengan niveles moderados o altos de estrés laboral.



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

**Tabla 7.**

*Acompañamiento virtual y estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.*

| | | Estrés laboral | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Bajo | | Moderado | | Alto | | Total | |
| | | f | % | f | % | f | % | f | % |
| Acompañamiento virtual | Bajo | 0 | 0.0% | 2 | 13.3% | 1 | 6.7% | 3 | 20.0% |
| | Moderado | 3 | 20.0% | 3 | 20.0% | 0 | 0.0% | 6 | 40.0% |
| | Alto | 3 | 20.0% | 2 | 13.3% | 1 | 6.7% | 6 | 40.0% |
| | Total | 6 | 40.0% | 7 | 46.7% | 2 | 13.3% | 15 | 100.0% |

La tabla 7 indica que 20% de la muestra con un nivel de acompañamiento virtual moderado reportaron un nivel de estrés laboral bajo. Asimismo, 20% de los docentes con un nivel de acompañamiento virtual moderado coincidieron en un nivel de estrés laboral moderado. Por lo tanto, se puede deducir que el acompañamiento virtual puede ser una estrategia efectiva para reducir el estrés laboral en los docentes.



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

### 4.1.3 RESULTADOS INFERENCIALES

*Prueba de normalidad*

**Tabla 8.**

*Hallazgos referidos a la normalidad de Shapiro-Wilk en la variable virtualidad*

| | Estadístico | gl | p-valor | Resultado |
|---|---|---|---|---|
| Virtualidad | 0.874 | 15 | 0.038* | No normal |

Nota: *sugiere rechazo a la hipótesis nula de normalidad al 5%

**Tabla 9.**

*Hallazgos referidos a la normalidad de Shapiro-Wilk en la variable estrés laboral*

| | Estadístico | gl | p-valor | Resultado |
|---|---|---|---|---|
| Estrés laboral | 0.957 | 15 | 0.645* | No normal |

Nota: *sugiere rechazo a la hipótesis nula de normalidad al 5%

Tal y como indica la tabla 8 y 9, al ser una muestra menor a 50 docentes, se optó por aplicar la prueba de normalidad de Shapiro-Wilk a las variables (resumida como totales de puntos), resultando un rechazo a la hipótesis nula de normalidad en ambas (p-valor<0.05), por tanto, se justificó el uso de la prueba de correlación de Spearman, la cual no exige dicho supuesto de normalidad.

- *Prueba de hipótesis general*

$H_0$= No existe relación entre la virtualidad y estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel, 2022.

$H_g$= Existe relación entre la virtualidad y estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel, 2022.

Nivel de significancia= Se usó el valor de 5%

Estadístico de prueba= Se empleó Rho de Spearman



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

Regla de decisión = si el p-valor del estadístico Rho de Spearman≤0.05 se rechaza la H0, en otro caso, se acepta.

**Tabla 10.**

*Hallazgos referidos a la prueba de hipótesis general*

| | | Estrés laboral |
|---|---|---|
| Virtualidad | Rho de Spearman | -0.958* |
| | p-valor | 0.000 |
| | N | 15 |

Nota: *sugiere una relación positiva significativa al 5%

La tabla 10 revela que hay evidencia para rechazar la $H_0$ (rho=-0.958, p-valor=0.000≤0.05), por tanto, se puede afirmar que existe una relación inversa entre el nivel de virtualidad y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.

- *Prueba de hipótesis especifica 1*

$H_0$= No existe relación entre los recursos de aprendizaje virtual y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.

$H_g$= Existe relación entre los recursos de aprendizaje virtual y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.

Nivel de significancia= Se usó el valor de 5%

Estadístico de prueba= Se empleó Rho de Spearman

Regla de decisión = si el p-valor del estadístico Rho de Spearman≤0.05 se rechaza.



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

**Tabla 11.**

*Hallazgos referidos a la prueba de hipótesis especifica 1*

| | | Estrés laboral |
|---|---|---|
| Recursos de aprendizaje virtual | Rho de Spearman | -0.892** |
| | p-valor | 0.000 |
| | N | 15 |

Nota: **sugiere una relación positiva significativa al 5%

La tabla 11 detalla que se rechaza la $H_0$ (rho=-0.892, p-valor=0.000≤0.05), en consecuencia, se puede afirmar que existe una relación inversa entre el nivel de recursos de aprendizaje virtual y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.

- *Prueba de hipótesis especifica 2*

$H_0$= No existe relación entre la colaboración virtual y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.

$H_g$= Existe relación entre la colaboración virtual y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.

Nivel de significancia= Se usó el valor de 5%

Estadístico de prueba= Se empleó Rho de Spearman

Regla de decisión = si el p-valor del estadístico Rho de Spearman≤0.05 se rechaza.



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

**Tabla 12.**

*Hallazgos referidos a la prueba de hipótesis especifica 2*

| | | Estrés laboral |
|---|---|---|
| Colaboración virtual | Rho de Spearman | -0.927** |
| | p-valor | 0.000 |
| | N | 15 |

Nota: **sugiere una relación positiva significativa al 5%

La tabla 12 muestra que se rechaza la $H_0$ (rho=-0.927, p-valor=0.000≤0.05), por tanto, se puede afirmar que existe una relación inversa entre el nivel de colaboración virtual y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.

- *Prueba de hipótesis especifica 3*

$H_0$= No existe relación entre el acompañamiento virtual y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.

$H_g$= Existe relación entre el acompañamiento virtual y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.

Nivel de significancia= Se usó el valor de 5%

Estadístico de prueba= Se empleó Rho de Spearman

Regla de decisión = si el p-valor del estadístico Rho de Spearman≤0.05 se rechaza.



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

**Tabla 13.**

*Hallazgos referidos a la prueba de hipótesis especifica 3*

| | | Estrés laboral |
|---|---|---|
| Acompañamiento virtual | Rho de Spearman | -0.622* |
| | p-valor | 0.013 |
| | N | 15 |

Nota: **sugiere una relación positiva significativa al 5%

La tabla 13 muestra que se rechaza la $H_0$ (rho=-0.622, p-valor=0.013≤0.05), por tanto, se puede afirmar que existe una relación inversa entre el nivel de acompañamiento virtual y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.

## 4.2. DISCUSIÓN

Se halló que el 33.3% de los docentes que tienen un nivel moderado de experiencia en la enseñanza virtual muestran un nivel moderado de estrés laboral del mismo modo 20.0 % de los docentes con alto dominio de la virtualidad experimentan un bajo nivel de estrés de su trabajo. En este sentido, dicha relación se comprobó con la prueba de correlación de Spearman la cual resultó significativa (rho=-0.958, p-valor=0.000≤0.05), permitiendo afirmar que existe una relación inversa entre el nivel de virtualidad y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022. Esto sugiere que el uso adecuado y efectivo de herramientas educativas virtuales puede contribuir a mejorar la calidad de vida laboral de los profesores, reduciendo la carga de trabajo y mejorando la eficiencia y efectividad de su práctica docente.

Estos hallazgos coinciden con lo expuesto por Toto & Limone (2021) quienes afirmaron que existe una vinculación entre el aprendizaje virtual y el estrés laboral de los



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

docentes, reportando que desarrollo de la virtualidad ha aumentado el nivel del estrés de los profesores del estudio. En el mismo sentido, existe concordancia con los resultados de Košir et al. (2021), quienes afirman que los educadores menos competentes en el manejo eficiente de las TIC en el plano educativo y que tenían actitudes más negativas hacia la educación en línea presentaron mayores niveles de estrés. A la par, Klapproth, et al. (2020) también encontraron que los profesores evidenciaron un nivel de estrés más alto a consecuencia de la nueva forma de enseñanza virtual en el marco de la pandemia.

Se demostró que el 40.0% de los docentes que tienen acceso a recursos de aprendizaje virtual de forma moderada experimentan un nivel de estrés moderado. De forma similar se destaca aproximadamente una cuarta parte es decir 26.7% de los docentes que cuentan con nivel bajo de recursos de aprendizaje virtual también experimentan un nivel de estrés moderado. Esta relación fue confirmada por la prueba de correlación de Spearman, que resultó significativa (rho=-0.892, p-valor=0.000≤0.05), lo que significa que existe una relación inversa entre el nivel de recursos de aprendizaje virtual (incluyendo, por ejemplo, recursos tecnológicos disponibles y las metodologías aplicadas) y el estrés laboral en los profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022. Este resultado concuerda los hallazgos de Omonte (2021), quien encontró un nexo estadísticamente significativo entre la cantidad de recursos educativos virtuales a los que el docente tiene acceso y su nivel de estrés laboral.

Asimismo, se descubrió que el 26.7% de los profesores con un bajo nivel de colaboración virtual, es decir, en presencia de dificultades para trabajar en línea utilizando herramientas de colaboración virtual, experimentaron un estrés laboral moderado y el 20.0% informaron un nivel de estrés laboral alto. Además, la prueba de correlación de Spearman respaldó esta relación (rho=-0.927, p-valor=0.000≤0.05). Por lo tanto, se puede decir que existe una relación inversa entre el nivel de colaboración virtual (abarcando la



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

orientación de los compañeros y la solución colectiva de problemas) y el estrés laboral en los profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel del 2022. Estos resultados concuerdan con los hallazgos de Solorzano (2022) quien afirma que a menor trabajo colaborativo y menor nivel de competencias digitales mayor es el nivel de síndrome de Burnout o fatiga laboral. Igualmente se coincide con Macedo (2022) autor que halló que una influencia de la dimensión comunicación y colaboración de las competencias digitales en el estrés laboral en los docentes.

De igual forma, se halló que 20.0% de los profesores con un nivel de acompañamiento virtual moderado reportan un nivel de estrés laboral bajo y el 20.0% de los docentes con un nivel de acompañamiento virtual moderado coinciden con un nivel de estrés laboral moderado. A la par, la prueba de correlación de Spearman respaldó esta relación (rho=-0.622, p-valor=0.013≤0.05). En consecuencia, se puede decir que existe una relación inversa entre el nivel de acompañamiento virtual, es decir, el apoyo en el proceso de aprendizaje y el estrés laboral en los profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel del 2022. Los resultados obtenidos guardan similitud con los informados por Pressley et al. (2021) quienes afirman que un alto nivel de acompañamiento virtual de los estudiantes, es un factor significativo del aumento de la ansiedad y el estrés laboral.

Así, los resultados inherentes a la investigación potenciarán el diseño de estrategias educativas más efectivas en la institución educativa analizada, asimismo, investigar el efecto de la virtualidad en el estrés laboral de los profesores es importante para promover su bienestar, mejorar su rendimiento laboral, garantizar una educación de alta calidad para los estudiantes y apoyar su transición a un nuevo modo de enseñanza.



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

Sin embargo, una de las limitaciones que emergieron en el presente estudio reside en que los resultados de esta investigación deben entenderse con cuidado por lo reducido de la muestra siendo sugiriéndose que se incremente el total de docentes encuestados en investigaciones complementarias.



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

# V. CONCLUSIONES

**PRIMERA.** Se determinó que existe una relación inversa entre la virtualidad y estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022 (rho=-0.958, p-valor=0.000≤0.05).

**SEGUNDA.** Se identificó una relación inversa entre la tenencia de recursos de aprendizaje virtual y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022 (rho=-0.892, p-valor=0.000≤0.05).

**TERCERA.** Se identificó una relación inversa entre la colaboración virtual y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022 (rho=-0.927, p-valor=0.000≤0.05).

**CUARTA.** Se identificó una relación entre el acompañamiento virtual de los estudiantes y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022 relación (rho=-0.622, p-valor=0.013≤0.05).



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

# VI.RECOMENDACIONES

**PRIMERA.** Se propone realizar investigaciones similares en otras instituciones educativas de distintas zonas del país para comprobar los resultados encontrados. Además, sería beneficioso investigar en temas complementarios relacionados con el trabajo virtual, como la motivación, el desempeño laboral y la satisfacción laboral.

**SEGUNDA.** Para generalizar los hallazgos acerca de la relación entre los recursos de aprendizaje virtual y el estrés laboral, se podría ampliar la muestra de participantes a incluir a docentes de diferentes áreas y niveles educativos. Con ello, se lograría obtener una muestra más representativa y resultados más fiables.

**TERCERA.** Se sugiere la utilización de una combinación de métodos cuantitativos y cualitativos para obtener una visión más completa de la relación entre la colaboración virtual y el estrés laboral en los docentes. Además, podrían emplearse instrumentos más específicos para medir el estrés laboral, como el cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI).

**CUARTA.** Sería beneficioso realizar investigaciones en torno al diseño de programas de capacitación que brinden acompañamiento virtual a los docentes, con el objetivo de reducir el nivel de estrés laboral que experimentan. Esto podría incluir el desarrollo de estrategias para mejorar la comunicación efectiva en línea. Estos programas de capacitación pueden ser diseñados para atender a las necesidades específicas de cada institución educativa y adaptarse a las particularidades de cada grupo de docentes.



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

# VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Abdunabiyevna, K. D., & Mansur, B. (2022). E-learning resources in distance education. *International journal of research in commerce, it, engineering and social*, *16*(10), 68-79. http://www.gejournal.net/index.php/IJRCIESS/article/view/1112/1015

Agencia EFE. (2019). Estrés laboral, factor de riesgo para sufrir depresión, obesidad y diabetes. https://gestion.pe/economia/management-empleo/estres-laboral-factor-riesgo-sufrir-depresion-obesidad-diabetes-269901-noticia/

Arreola, M., Y, & Barraza, A. (2020). Perfil descriptivo del estrés laboral docente y su relación con cuatro variables sociodemográficas y dos situacionales. *Revista de Divulgación Científica*. http://revista.soyuo.mx/index.php/uc/article/view/132 Castro R. (2021). Estrés laboral y salud mental en el contexto de la pandemia COVID-19 en docentes de educación secundaria, Huancavelica -2020 [Universidad Peruana Los Andes]. https://hdl.handle.net/20.500.12848/2275

Breen, H. (2013). Virtual collaboration in the online educational setting: A concept analysis. *Nursing Forum*, 48 (4), 262-270. https://digitalcommons.linfield.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1001&context=nursfac_pubs

Bringman, L., & Hortsch, M. (2020). How students choose E-learning resources: The importance of ease, familiarity, and convenience. *Faseb Bioadvances*, *2*(5), 286. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7211040/

Castillo, É. Y., García, N. N., Corredor, C. M., & Malaver, C. E. C. (2017). Evolución de la educación superior a distancia: desafíos y oportunidades para su gestión. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, (50), 81-105.

Cortez Egúsquiza R. (2020). Competencias digitales en Docentes de Educación Primaria que aplican la enseñanza virtual en el contexto de aislamiento social obligatorio por



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

Covid 19 [Tesis de grado, Universidad Cesar Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/50515

Cortés, J. L. (2021). El estrés docente en tiempos de pandemia. *Dilemas contemporáneos: educación, política y valores*, 8(SPE1). https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=s2007-78902021000300006&script=sci_arttext

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia-UNICEF. (2021). La clase de la pandemia. https://www.unicef.org/es/comunicados-prensa/escuelas-168-millones-ninos-llevan-casi-ano-entero-cerradas-debido-covid19

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia UNICEF. (2021). 114 millones de estudiantes ausentes de las aulas de América Latina y el Caribe. www.unicef.org/peru/comunicados-prensa/114-millones-de-estudiantes-ausentes-de-las-aulas-de-américa-latina-y-el-caribe

Ghafoor, A., & Haar, J. (2022). Does job stress enhance employee creativity? Exploring the role of psychological capital. Personnel Review, 51(2), 644-661. https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/PR-08-2019-0443/full/html

Gunawardhana, L. K. (2020). Review of e-learning as a platform for distance learning in Sri Lanka. *Education Quarterly Reviews*, *3*(2). https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3595432

Hantoobi, S., Wahdan, A., Salloum, S. A., & Shaalan, K. (2021). Integration of knowledge management in a virtual learning environment: A systematic review. Recent advances in technology acceptance models and theories, 247-272. https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-030-64987-6_15

Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación. Mc Graw Hill.



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

Klapproth F., Federkeil L., Heinschke F., Jungmann T. Teachers' experiences of stress and their coping strategies during COVID-19 induced distance teaching. Journal of Pedagogical Research, 4(4), 444 – 452. https://doi.org/http://dx.doi.org/10.33902/JPR.2020062805

Llano, M. (2017). Estrés y satisfacción laboral en los trabajadores de una empresa particular de transporte del distrito de Los Olivos [Tesis de grado, Universidad Cesar Vallejo]. http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/3315

Lindo, R. (2022). El estrés laboral, la educación virtual y el desempeño docente en Instituciones Educativas de Lima Metropolitana, 2021. [Tesis de grado, Universidad Cesar Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/77689/Lindo_CRE-SD.pdf?sequence=1

Macedo, N. (2022). Competencias digitales en el estrés laboral de los docentes en las IE de Ocongate, Cusco, 2021. [Tesis de grado, Universidad Cesar Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/78979/Macedo_JNJ-SD.pdf?sequence=8

Mheidly N., Fares M., & Fares J. (2020). Coping With Stress and Burnout Associated With Telecommunication and Online Learning. Frontiers in Public Health, 8(1), 1-11.

Muñoz, C., Correa, C., & Matajudios, J. (2020). Burnout syndrome and coping strategies in early childhood teachers. *Education*, 41(37), 2020. https://cutt.ly/lUJ20UxOmonte, B. C. (2021). Recursos educativos virtuales y estrés laboral de los docentes de la Institución Educativa Alcides Spelucín Vega–Región Callao durante el estado de emergencia, 2020. [Tesis de grado, Universidad Cesar Vallejo].



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14039/6546/Beatriz%20Cristina,%20OMONTE%20BERROSPI.pdf?sequence=4

Oros, L., Vargas Rubilar, N., & Chemisquy, S. (2020). Teachers' stressors in times of pandemic: An instrument for their exploration. *Revista Interamericana de Psicologia*, 1-29. https://pesquisa.bvsalud.org/global-literature-on-novel-coronavirus-2019-ncov/resource/pt/covidwho-1524901

Parlakkilic, A. (2021). Bridging the Gap with Distance Education Students: Telepresence. https://www.igi-global.com/chapter/bridging-the-gap-with-distance-education-students/103609Toto G., & Limone P. (2021). Motivation, Stress and Impact of Online Teaching on Italian Teachers during COVID-19. Computers, 10(1), 1-12. https://doi.org/https://doi.org/10.3390/ computers10060075

Palomino, J., Peña, J., Zevallos, G., y Orizano, L. (2015). Metodología de la investigación. Editorial San Marcos.

Pressley, T., Ha, C., & Learn, E. (2021). Teacher stress and anxiety during COVID-19: An empirical study. *School psychology*, *36*(5), 367. https://www.researchgate.net/profile/Cheyeon-Ha/publication/354996836_Teacher_stress_and_anxiety_during_COVID-19_An_empirical_study/links/6271f5fb3a23744a72614417/Teacher-stress-and-anxiety-during-COVID-19-An-empirical-study.pdf

Ruiz, F. J. M. (2022). Aprendizaje cooperativo y evaluación formativa de la expresión corporal en entornos virtuales. EmásF, *Revista Digital de Educación Física*, 13(75). https://emasf.webcindario.com/Aprendizaje_cooperativo_y_evaluacion_formativa.pdf

Sánchez, C. A., Tapia, E. G., Águila, O. A. Z., Reyes, A. Á., & Blanco, J. F. M. (2022). Aprendizaje sincrónico y asincrónico: una experiencia en el aprendizaje de las



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

matemáticas en línea. *Estudios de la Ciénega*, (03), 19-24. http://revistaestudiosdelacienega.com/ojs/index.php/rec/article/view/36

Santos, J., & Armas, C. B. (2020). Sistema de acompañamiento docente desde un entorno virtual de enseñanza-aprendizaje. Mendive. *Revista de Educación*, 18(1), 48-63. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1815-76962020000100048

Solorzano, E. (2022). Competencia digital, trabajo colaborativo y Síndrome de Burnout en docentes de una IE de Lima, 2021. [Tesis de grado, Universidad Cesar Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/77695/Solorzano_CHE-SD.pdf?sequence=1

Turnbull, D., Chugh, R., & Luck, J. (2021). Transitioning to E-Learning during the COVID-19 pandemic: How have Higher Education Institutions responded to the challenge?. *Education and Information Technologies*, *26*(5), 6401-6419. https://link.springer.com/article/10.1007/s10639-021-10633-w

Xu, Z., & Yang, F. (2021). The impact of perceived organizational support on the relationship between job stress and burnout: a mediating or moderating role?. *Current Psychology*, *40*, 402-413. https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-018-9941-4

Wang, P., Chu, P., Wang, J., Pan, R., Sun, Y., Yan, M., ... & Zhang, D. (2020). Association between job stress and organizational commitment in three types of Chinese university teachers: mediating effects of job burnout and job satisfaction. *Frontiers in psychology*, 11, 576768. https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2020.576768/full

Zang, N., Cao, H., Zhou, N., Jiang, L., & Li, B. (2022). Job load, job stress, and job exhaustion among Chinese junior middle school teachers: Job satisfaction as a mediator and teacher's role as a moderator. *Social Psychology of Education*, 25(5),



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

1003-1030. https://link.springer.com/article/10.1007/s11218-022-09719-1



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

# ANEXOS



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

## ANEXO A. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

| Variables | Dimensiones | Indicadores | Reactivo/ Ítems/ Preguntas | Escala de medición |
|---|---|---|---|---|
| Virtualidad | Recursos de aprendizaje virtual | -Recursos empleados | El aprendizaje de los estudiantes se facilita con las herramientas digitales empleadas | Ordinal<br><br>1=Totalmente de acuerdo., 2=De acuerdo 3=Indiferente, 4=Desacuerdo 5=Totalmente en desacuerdo |
| | | | Los alumnos utilizan los recursos virtuales suministrados como videos y otras | |
| | | | Existe una adaptación a los contenidos de los recursos multimedia empleados | |
| | | -Metodología utilizada | La labor docente se ve fortalecida con los métodos que ofrece el entorno virtual | |
| | | | El aprendizaje significativo se ve favorecido con el uso de recursos tecnológicos | |
| | | | Es relevante el uso de video llamadas para el logro del aprendizaje de los alumnos | |
| | Colaboración virtual | -Orientación | El entorno virtual tiene toda su atención para facilitar el aprendizaje | |
| | | | Se fomenta el trabajo colaborativo mediante las actividades virtuales | |
| | | | Se fomenta la coordinación y trabajo de equipo con las actividades virtuales | |
| | | -Solución de problemas | Se emplean diferentes estilos de aprendizaje mediante la metodología didáctica | |
| | | | Se programan las actividades virtuales con la debida antelación | |
| | | | El uso de salas de grupo favorece el trabajo colaborativo | |



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional
repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | Acompañamiento virtual | -Apoyo en el proceso de aprendizaje | Se cuenta con capacitación por parte de la institución para la educación virtual | |
| | | | El estudiante puede recibir orientación personalizada | |
| | | | El interés de alumno por el curso se ve favorecido con las estrategias empleadas | |
| | | | Existe motivación a los alumnos para cuestionarse y buscar soluciones | |
| | | | Los recursos digitales logran conectar el docente con el estudiante | |
| | | | Hay calidad en las herramientas de evaluación virtual | |
| Estrés laboral | Estresores | -Situaciones estresantes | Tengo problemas laborales o personales que me estresan | Ordinal<br><br>1=Totalmente de acuerdo., 2=De acuerdo 3=Indiferente, 4=En desacuerdo 5=Totalmente en desacuerdo |
| | | | Hay sobrecarga de actividades | |
| | | | Las herramientas digitales son difíciles de aplicar | |
| | | | Me agota trabajar en modo sincrónico y asincrónico | |
| | | | La organización de las actividades me estresa | |
| | | | El poco avance del aprendizaje me estresa | |
| | | | Revisar las actividades fuera de horario me estresa | |
| | Desequilibrio sistémico | -Físico | Experimento dolor de cabeza | |
| | | | Tego problemas digestivos | |
| | | -Psicológico | Me cuesta dormir | |
| | | | Me siento triste | |
| | | - Comportamentales | Me cuesta concentrarme | |
| | | | Normalmente tengo mal humor | |
| | | | Cansancio | |
| | Estrategias de Afrontamiento | -Acciones que están enfocadas a la solución del problema | Suelo tener mente positiva | |
| | | | Se me hace fácil relajarme | |
| | | | Suelo distraerme con otras cosas | |
| | | | Me automotivo | |



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional
No olvide citar adecuadamente esta tesis
repositorio.unap.edu.pe

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | | Converso mis problemas con amigos | |
| | | | Trato de controlarme | |



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional
repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

## ANEXO B. MATRIZ DE CONSISTENCIA

<table>
<tr><th>Problema</th><th>Objetivos</th><th>Hipótesis</th><th>Variables</th><th>Dimensiones</th><th>Diseño<br><br>metodológico</th></tr>
<tr><td rowspan="3">¿Cuál es la relación entre la virtualidad y estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022?</td><td>Objetivo general<br><br>Determinar la relación entre la virtualidad y estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.</td><td>Hipótesis general<br><br>Hg= Existe relación entre la virtualidad y estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.</td><td rowspan="2">Virtualidad</td><td>Recursos de aprendizaje virtual</td><td rowspan="3">Tipo de investigación<br>Correlacional<br><br>Enfoque<br>Cuantitativa<br><br>Diseño<br>No experimental<br><br>Instrumento<br>Cuestionario<br><br>Muestra</td></tr>
<tr><td>Colaboración virtual</td></tr>
<tr><td>Objetivos específicos<br><br>1. Identificar la relación entre los recursos de aprendizaje virtual y</td><td>Hipótesis específicas<br><br>H1=Existe relación entre los recursos de aprendizaje virtual y</td><td>Acompañamiento virtual</td><td>Estresores</td></tr>
<tr><td colspan="4"></td><td>Estrés laboral</td><td>Desequilibrio sistémico</td></tr>
</table>



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional
No olvide citar adecuadamente esta tesis
repositorio.unap.edu.pe

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.<br><br>2. Identificar la relación entre la colaboración virtual y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.<br><br>3. Identificar la relación entre el acompañamiento virtual de los estudiantes y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022. | el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.<br><br>H2=Existe relación entre la colaboración virtual y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022.<br><br>H3=Existe relación entre el acompañamiento virtual de los estudiantes y el estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022. | | Estrategias de Afrontamiento | La muestra estuvo constituida por 15 profesores pertenecientes a la institución educativa, quienes cumplían con los criterios de inclusión y exclusión preliminarmente establecidos. |



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional
No olvide citar adecuadamente esta tesis
repositorio.unap.edu.pe

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

## ANEXO C. INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

### UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO - PUNO

### FACULTAD DE EDUCACIÓN

### Cuestionario

Estimado docente, este cuestionario tiene como objetivo recolectar datos para desarrollar el trabajo titulado: Virtualidad y estrés laboral en profesores de la Institución Educativa Pedro Vilcapaza, San Miguel 2022. En este marco, se le solicita expresar su opinión de forma anónima marcando un aspa a cada reactivo presentado, en concordancia de la siguiente escala:

| 1. Totalmente de acuerdo | 2. De acuerdo | 3. indiferente | 4. En desacuerdo | 5. Totalmente en desacuerdo |
|---|---|---|---|---|

| **Reactivo/Ítems/Preguntas** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Virtualidad** | | | | | |
| ***Recursos de aprendizaje virtual*** | | | | | |
| El aprendizaje de los estudiantes se facilita con las herramientas digitales empleadas | | | | | |
| Los alumnos utilizan los recursos virtuales suministrados como videos, representaciones animadas y otras | | | | | |
| Existe una adaptación a los contenidos de los recursos multimedia empleados | | | | | |
| La labor docente se ve fortalecida con los métodos que ofrece el entorno virtual | | | | | |
| El aprendizaje significativo se ve favorecido con el uso de recursos tecnológicos | | | | | |
| Es relevante el uso de video llamadas y mensajería para el logro del aprendizaje de los alumnos | | | | | |
| ***Colaboración virtual*** | | | | | |
| El entorno virtual tiene toda su atención para facilitar el aprendizaje | | | | | |
| Se fomenta el trabajo colaborativo mediante las actividades virtuales | | | | | |
| Se fomenta la coordinación y trabajo de equipo con las actividades virtuales | | | | | |



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Se emplean diferentes estilos de aprendizaje mediante la metodología didáctica | | | | | |
| Se programan las actividades virtuales con la debida antelación | | | | | |
| El uso de salas de grupo favorece el trabajo colaborativo | | | | | |
| ***Acompañamiento virtual*** | | | | | |
| Se cuenta con capacitación por parte de la institución para la educación virtual | | | | | |
| El estudiante puede recibir orientación personalizada | | | | | |
| El interés de alumno por el curso se ve favorecido con las estrategias empleadas | | | | | |
| Existe motivación a los alumnos para cuestionarse y buscar soluciones | | | | | |
| Los recursos digitales logran conectar el docente con el estudiante | | | | | |
| Hay calidad en las herramientas de evaluación virtual | | | | | |
| **Estrés laboral** | | | | | |
| ***Estresores*** | | | | | |
| Tengo problemas laborales o personales que me estresan | | | | | |
| Hay sobrecarga de actividades | | | | | |
| Las herramientas digitales son difíciles de aplicar | | | | | |
| Me agota trabajar en modo sincrónico y asincrónico | | | | | |
| La organización de las actividades me estresa | | | | | |
| El poco avance del aprendizaje me estresa | | | | | |
| Revisar las actividades fuera de horario me estresa | | | | | |
| ***Desequilibrio sistémico*** | | | | | |
| Experimento dolor de cabeza | | | | | |
| Tego problemas digestivos | | | | | |
| Me cuesta dormir | | | | | |
| Me siento triste | | | | | |
| Me cuesta concentrarme | | | | | |
| Normalmente tengo mal humor | | | | | |
| Cansancio | | | | | |
| ***Estrategias de Afrontamiento*** | | | | | |
| Suelo tener mente positiva | | | | | |
| Se me hace fácil relajarme | | | | | |
| Suelo distraerme con otras cosas | | | | | |
| Me automotivo | | | | | |
| Converso mis problemas con amigos | | | | | |
| Trato de controlarme | | | | | |



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

## ANEXO D. CONFIABILIDAD DE LOS INSTRUMENTOS

*Estadísticas de fiabilidad*

*Virtualidad*

| Alfa de Cronbach | N de elementos |
|---|---|
| 0.914 | 18 |

*Estadísticas de fiabilidad estrés laboral*

| Alfa de Cronbach | N de elementos |
|---|---|
| 0.941 | 19 |



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

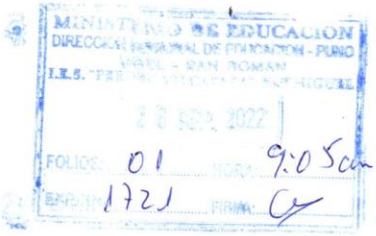
UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

# ANEXO E: SOLICITUD PARA PRUEBA PILOTO

"Año del fortalecimiento de la soberanía nacional"

**SOLICITUD:** PRUEBA PILOTO.

**INSTITUCION EDUCATIVA PEDRO VILCAPAZA**
**DIRECTOR. JUAN FREDY LOAYZA HILARI**




Yo, **JUANA CELENIA TICONA CONDORI,** identificada con DNI Nº 74389932, domiciliada en el Jr. Nº 4 de abril Nº 2022 de la ciudad de Juliaca de la provincia de San Román, departamento de Puno, respetuosamente me presento ante usted y expongo:

Que, siendo TESISTA de la **UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO "UNA - PUNO";** de la carrera de **CIENCIAS DE LA EDUCACION**, siendo egresada de la especialidad **CIENCIA Y TECNOLOGIA,** hago esta solicitud para realizar una prueba piloto Titulado: **VIRTUALIDAD Y ESTRÉS LABORAL EN PROFESORES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PEDRO VILCAPAZA, SAN MIGUEL 2022** a los docentes.

**POR LO EXPUESTO:**

Ruego a Ud. Sr. Lic. De la Institución educativa Pedro Vilcapaza acceder a mi petición por ser justo y necesaria.

Juliaca, 26 de Setiembre del 2022

.....
**JUANA CELENIA TICONA CONDORI**
**DNI Nº 74389932**



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

# ANEXO F: CONSTANCIA DE APROBACIÓN

PERÚ
Ministerio de Educación

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA" PEDRO VILCAPAZA"
DE SAN MIGUEL

**CONSTANCIA**

**EL DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA" PEDRO VILCAPAZA"DE SAN MIGUEL**

**HACE CONSTAR:**

Que , la estudiante con Bachiller **JUANA CELENIA TICONA CONDORI** con **DNI 74389932** egresada de escuela Profesional de Educación Secundaria del programa de Ciencia y Tecnología Facultad de Ciencia de la Educación , de la Universidad Nacional del Altiplano –Puno, ha ejecutado el Proyector de Tesis Titulado**" VIRTUALIDAD Y ESTRÉS LABORAL EN PROFESORES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PEDRO VILCAPAZA, SAN MIGUEL 2022"**ha realizado una encuesta con los docentes de la institución educativa a partir 15 de diciembre del 2022 al 20 de marzo 2023, con la aplicación en la línea de investigación Es así, como se realizaro un abordaje metodológico cuantitativo, de tipo correlacional, con un diseño no experimental, donde la muestra estará constituida por docentes.

Se expide la presente constancia, a solicitud del interesado para los fines que viene por conveniente.

Juliaca, 03 de Marzo del 2023

MINISTERIO DE EDUCACIÓN I.E.S. PEDRO VILCAPAZA SUB DIRECCIÓN JUGEL JULIACA SAN ROMÁN

Mag. Basilie Stéphano Cari Yucra
SUB DIRECTOR



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

# ANEXO H. BASE DE DATOS DE LOS RESULTADOS

| Caso | p1 | p2 | p3 | p4 | p5 | p6 | p7 | p8 | p9 | p10 | p11 | p12 | p13 | p14 | p15 | p16 | p17 | p18 | p19 | p20 | p21 | p22 | p23 | p24 | p25 | p26 | p27 | p28 | p29 | p30 | p31 | p32 | p33 | p34 | p35 | p36 | p37 | d1 | d2 | d3 | d4 | d5 | d6 | v1 | v2 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 4 | 4 | 5 | 1 | 4 | 3 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 2 | 3 | 5 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 21 | 18 | 19 | 15 | 11 | 21 | 58 | 47 |
| 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | 2 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 21 | 24 | 27 | 10 | 9 | 9 | 72 | 28 |
| 3 | 1 | 4 | 5 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 1 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 1 | 3 | 3 | 1 | 4 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 21 | 18 | 20 | 17 | 7 | 16 | 59 | 40 |
| 4 | 1 | 4 | 5 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 1 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 1 | 3 | 3 | 1 | 4 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 21 | 18 | 20 | 17 | 7 | 13 | 59 | 37 |
| 5 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 3 | 5 | 5 | 5 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 5 | 4 | 3 | 5 | 4 | 5 | 12 | 13 | 24 | 27 | 17 | 26 | 49 | 70 |
| 6 | 4 | 4 | 5 | 1 | 4 | 3 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 2 | 3 | 5 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 21 | 18 | 19 | 15 | 12 | 21 | 58 | 48 |
| 7 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | 1 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 21 | 23 | 27 | 10 | 9 | 8 | 71 | 27 |
| 8 | 4 | 4 | 5 | 1 | 4 | 3 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 2 | 3 | 5 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 21 | 18 | 19 | 15 | 11 | 20 | 58 | 46 |
| 9 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 6 | 12 | 13 | 20 | 27 | 30 | 31 | 77 |
| 10 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 3 | 5 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 5 | 4 | 3 | 5 | 4 | 4 | 12 | 13 | 24 | 21 | 13 | 25 | 49 | 59 |
| 11 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 3 | 5 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 4 | 2 | 5 | 4 | 4 | 12 | 13 | 24 | 21 | 11 | 24 | 49 | 56 |
| 12 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 5 | 4 | 5 | 5 | 6 | 12 | 13 | 16 | 21 | 26 | 31 | 63 |
| 13 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 5 | 6 | 12 | 13 | 16 | 21 | 23 | 31 | 60 |
| 14 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | 1 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 22 | 23 | 27 | 10 | 8 | 8 | 72 | 26 |
| 15 | 1 | 4 | 5 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 1 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 1 | 3 | 3 | 1 | 4 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 21 | 18 | 20 | 17 | 7 | 13 | 59 | 37 |



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

# ANEXO I. DECLARACIÓN JURADA

Universidad Nacional del Altiplano Puno | Vicerrectorado de Investigación | Repositorio Institucional

## DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Por el presente documento, Yo JUANA CELENIA TICONA CONDORI
identificado con DNI 74389932 en mi condición de egresado de:

☒ **Escuela Profesional,** ☐ **Programa de Segunda Especialidad,** ☐ **Programa de Maestría o Doctorado**
EDUCACIÓN SECUNDARIA : CIENCIA, TECNOLOGÍA Y AMBIENTE

informo que he elaborado el/la ☒ **Tesis** o ☐ **Trabajo de Investigación** denominada:
" VIRTUALIDAD Y ESTRÉS LABORAL EN PROFESORES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PEDRO VILCAPAZA, SAN MIGUEL 2022"

Es un tema original.

Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como suyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

En caso de incumplimiento de esta declaración, me someto a las disposiciones legales vigentes y a las sanciones correspondientes de igual forma me someto a las sanciones establecidas en las Directivas y otras normas internas, así como las que me alcancen del Código Civil y Normas Legales conexas por el incumplimiento del presente compromiso

Puno 23 de MAYO del 2023

FIRMA (obligatoria) Huella



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis

UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL ALTIPLANO
Repositorio Institucional

# ANEXO J. DECLARACIÓN JURADA

Universidad Nacional del Altiplano Puno | Vicerrectorado de Investigación | Repositorio Institucional

## DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Por el presente documento, Yo JUANA CELENIA TICONA CONDORI
identificado con DNI 74389932 en mi condición de egresado de:

☒ **Escuela Profesional,** ☐ **Programa de Segunda Especialidad,** ☐ **Programa de Maestría o Doctorado**
EDUCACIÓN SECUNDARIA : CIENCIA, TECNOLOGIA Y AMBIENTE
informo que he elaborado el/la ☒ **Tesis** o ☐ **Trabajo de Investigación** denominada:
" VIRTUALIDAD Y ESTRÉS LABORAL EN PROFESORES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PEDRO VILCAPAZA, SAN MIGUEL 2022"

Es un tema original.

Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como suyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

En caso de incumplimiento de esta declaración, me someto a las disposiciones legales vigentes y a las sanciones correspondientes de igual forma me someto a las sanciones establecidas en las Directivas y otras normas internas, así como las que me alcancen del Código Civil y Normas Legales conexas por el incumplimiento del presente compromiso

Puno 23 de MAYO del 2023

FIRMA (obligatoria) Huella



repositorio.unap.edu.pe
No olvide citar adecuadamente esta tesis