



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

**PROGRAMA ACADÉMICO DE DOCTORADO EN GESTIÓN
PÚBLICA Y GOBERNABILIDAD**

Factores socio educativos en el tecnoestrés en docentes de
instituciones educativas de Lima, 2020-2022

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:
DOCTORA EN GESTIÓN PÚBLICA Y GOBERNABILIDAD

AUTORA:

Betancourt Murrugarra, Yohanna Brigitte (orcid.org/0000-0003-1482-2593)

ASESOR:

Dr. Paca Pantigoso, Flabio Romeo ([orcid.org/ 0000-0002-6921-4125](https://orcid.org/0000-0002-6921-4125))

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Gestión de políticas públicas y del territorio

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL Y UNIVERSITARIA:

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos sus niveles

LIMA- PERÚ

2022

Dedicatoria

A mi familia, esposo, a mis hijos por estar siempre a mi lado, por la lucha constante de la vida, por el logro de mis objetivos, y metas profesionales, su paciencia, y su infinito amor.

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, a Dios por la oportunidad de cumplir mis sueños y la fortaleza, a mis padres por su incondicional apoyo, a mi asesor por su Acompañamiento y sabiduría, a la Universidad César Vallejo por su oportunidad y responsabilidad. A mis hermanos, esposo y mis hijos por ser el complemento de un infinito amor y motivación.

A mi familia política por el acompañamiento. A mis compañeros de estudios por compartir su amistad y estar juntos en el proceso.

Índice de Contenidos

Carátula	i
Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento.....	iii
Índice de contenidos.....	iv
Índice de tablas.....	v
Resumen.....	vi
Abstract.....	vii
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II.MARCO TEÓRICO.....	6
III.METODOLOGÍA.....	18
3.1 Tipo y diseño de Investigación.....	18
3.2 Variables y operacionalización.....	18
3.3 Población, muestra y muestreo.....	19
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	20
3.5 Procedimientos.....	25
3.6 Método de análisis de datos.....	25
3.7 Aspectos éticos.....	26
IV. RESULTADOS	27
V.DISCUSIÓN.....	41
VI.CONCLUSIONES.....	48
VII.RECOMENDACIONES.....	50
VIII. PROPUESTAS.....	52
REFERENCIAS.....	57
ANEXOS.....	69

Índice de Tablas

Tabla 1	
Frecuencia de tecnoestrés y sus dimensiones.....	27
Tabla 2	
Frecuencias de zona de ubicación y tecnoestrés.....	28
Tabla 3	
Frecuencias de tipos de instituciones educativas y tecnoestrés.....	29
Tabla 4	
Frecuencias de nivel educativo y tecnoestrés.....	30
Tabla 5	
Frecuencias de grupo etario y tecnoestrés	31
Tabla 6	
Frecuencias de sexo de los docentes y tecnoestrés.....	32
Tabla 7	
Frecuencias de estado civil y tecnoestrés.....	33
Tabla 8	
Prueba de hipótesis de factores y tecnoestrés.....	35
Tabla 9	
Prueba de hipótesis de factores y escepticismo.....	36
Tabla 10	
Prueba de hipótesis de factores y fatiga	37
Tabla 11	
Prueba de hipótesis de factores y ansiedad.....	38
Tabla 12	
Prueba de hipótesis de factores e ineficacia.....	39
Tabla 13	
Prueba de hipótesis de los factores y la adicción	40

Matriz de
Consistencia.....78

RESUMEN

Se desarrolló el estudio investigativo sobre la interrogante de cómo influyen los factores sociales y educativos en el tecnoestrés en docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022. Es de enfoque cuantitativo, paradigma positivista, tipo aplicada, nivel explicativo causal, diseño no experimental y de corte transversal. La muestra fue constituida por 218 docentes de educación primaria y secundaria de Lima. Para obtener la información del tema se aplicó con el cuestionario Red Tic de 25 ítems, para el tecnoestrés de los docentes. Los resultados fueron procesados con el software SPSS v. 25, donde se determinó que los factores sociales y educativos de las Instituciones Educativas influyen en el tecnoestrés del docente; respaldado por una Chi-cuadrado = 60,889 y un (Sig.=,000 < α =,05). El modelo explica de acuerdo a la Pseudo R² de Nagelkerke que los factores sociales y educativos de las Instituciones Educativas influyen en un 28,0% en el tecnoestrés del docente. Además, se determinó en el estudio que los docentes de las instituciones privadas de Lima, tienen un tecnoestrés alto (10,6%) y en las instituciones públicas (7,3%).

Palabras Clave: tecnoestrés, docentes, tecnoansiedad, tecnología, instituciones educativas.

ABSTRACT

The research study was developed on the question of how social and educational factors influence technostress in teachers of Educational Institutions of Lima, 2020-2022. It has a quantitative approach, positivist paradigm, application type, causal explanatory level, non-experimental and cross-sectional design. The sample consisted of 218 primary and secondary school teachers from Lima. To obtain the information on the subject, the 25-item Red Tic questionnaire was applied to the technostress of the teachers. The results were processed with SPSS v. 25, where it was determined that the social and educational factors of the Educational Institutions influence the techno-stress of the teacher; supported

by a Chi-square = 60.889 and a (Sig.=.000 < α =.05). The model sanely explains Nagelkerke's Pseudo R2 that the social and educational factors of Educational Institutions influence 28.0% of the teacher's techno-stress. In addition, it was determined in the study that teachers in private institutions in Lima have high technostress (10.6%) and in public institutions.

Keywords: techno-stress, teachers, techno-anxiety, technology, educational institutions

ABSTRATO

O estudo de pesquisa foi desenvolvido sobre a questão de como os fatores sociais e educacionais influenciam o tecnoestresse em professores de instituições educacionais de Lima, 2020-2022. Possui abordagem quantitativa, paradigma positivista, tipo de aplicação, nível explicativo causal, desenho não experimental e transversal. A amostra foi composta por 218 professores do ensino fundamental e médio de Lima. Para obter as informações sobre o assunto, foi aplicado o questionário Red Tic de 25 itens ao tecnoestresse dos professores. Os resultados foram processados com SPSS v. 25, onde se determinou que os fatores sociais e educacionais das Instituições de Ensino influenciam o tecnoestresse do professor; suportado por um Qui-quadrado = 60,889 e um (Sig.=.000 < α =.05). O modelo explica, segundo o Pseudo R2 de Nagelkerke, que os fatores sociais e educacionais das Instituições de Ensino influenciam 28,0% no tecno-estresse do professor. Além disso, foi determinado no estudo que os professores de instituições privadas em Lima têm alto tecnostress (10,6%) e em instituições públicas (7,3%).

Palavras-chave: tecnoestresse, professores, tecnoansiedade, tecnologia, instituições de ensino.

I.INTRODUCCIÓN

La humanidad enfrentó una crisis sanitaria denominada COVID-19, cuya situación motivo a cambios drásticos en la interacción humana, generando shock e incertidumbre en la convivencia humana, sobre el presente y futuro, a medida que se fue estudiando y avanzando en el comportamiento y dinámica del virus, se implantaron estrategias como el confinamiento obligatorio, aplicación y estudios de vacunas, el uso de mascarillas y distanciamiento social, rompiendo la comunicación y relaciones humanas de cercanía a las de entorno virtual, estableciéndose una nueva realidad, en todos los niveles de la intervención humana.(OMS 2020).

Los profesionales y no profesionales conjuntamente con todas las áreas o sectores de actividad humana como la educación fueron afectados, en el logro de su enseñanza- aprendizaje, principalmente en un entorno virtual, con grandes deficiencias y carestías. (CEPAL 2020).

La tecnología producto del avance del conocimiento se ha convertido en la Tecnología de Información y Comunicación (TIC), que nos ha permitido abarcar espacios, funciones, áreas geográficas, y otras capacidades a tal punto que los instrumentos informáticos ya no son meramente recepción de información o conocimiento, se han convertido en indispensables; de tal modo que forman parte de nuestra convivencia diaria. “La tecnología es 'neutra', ya que por sí misma no es dañina sino se convierte en negativas implicancias según las capacidades, valores, actitudes y competencias a de los usuarios”. Salanova, Grau, Cifre y Llorens, 2000.

La pandemia descubrió un conocimiento deficiente e incipiente de la tecnología y sus dispositivos, ni enfocados al sector educativo, principalmente en Latinoamérica, por lo cuales se debieron de desarrollar habilidades y nuevos conocimientos y también se manifestó cierta resistencia a su utilización en un comienzo, que ante el desarrollo de la pandemia se optó por una capacitación en su gran mayoría autodidacta. Además, se desencadenó conjuntamente en consecuencias negativas en la salud mental ya que fue alterado su bienestar psíquico-social, que con el surgir de la pandemia se incrementaron estos daños psicosociales y con relación a la tecnología en un tecnoestrés, la Organización Mundial de La Salud (OMS) “el estrés como una manifestación física y psicológica

negativa además de peligrosa del presente siglo como una de las enfermedades que más afecta a las personas”.

En el caso del Perú, el gobierno suspendió la asistencia presencial a las instituciones educativas. Por lo cual bajo el amparo de la Resolución Ministerial N° 160-2020, con la implementación de la nueva metodología educativa virtual “Aprendo en Casa”. Con estas nuevas medidas el docente tuvo que generar nuevas habilidades cognitivas y psicológicas para una nueva metodología de enseñanza virtual, sus viviendas se transformaron en sus entornos laborales y con carencias tanto materiales como tecnológicas. (Defensoría del Pueblo-Perú, 2020).

Ante estos acontecimientos se hizo presente el estrés que es una manifestación biológica ante una amenaza o con una excesiva demanda del medio interno y/o externo y por las habilidades del individuo. El estrés por la tecnología o tecnoestres se evidencio durante la pandemia principalmente en los profesionales y particularmente en los docentes que se cataloga como una relación negativa en el manejo de capacidades emocionales y los escasos recursos con la tecnología, como un factor estresante (Cárdenas y Bracho 2020).

Fue mencionada el estrés por la cibernética por primera vez por Craig Brod (1984), una “enfermedad de adaptación”.

También se le denomino como el “Síndrome de Fatiga Informativa” que es una labor que demanda mucho esfuerzo informativo cuando utilizamos Internet con consecuencias negativas en las habilidades y competencias carentes además en la salud mental en relación con la cibernética.

No solo involucra a las personas, engloba conjuntamente la relación con sus centros de trabajo, sus funciones o roles dentro de ellas, las características personales y sociodemográficas y el enfrentamiento físico y psicológico, creencias y habilidades. (Salanova, Llorens y Cifre, 2007; y Quiroz et al. 2020).

Se consideró como variable independiente a los factores socios educativos, a los factores sociales o variables sociales a la zona de ubicación de la institución educativa, edad, sexo, estado civil y los factores educativos o variables educativas

como el tipo de nivel educativo (primaria y secundaria) y el tipo de institución educativa (pública y privada).

Las variables sociales se basan en la interacción que definen socialmente el contexto en la que están involucrados.

Salanova, (2003) conceptúo al tecnoestrés como: "circunstancia psicológica negativa relacionada con el uso de los TIC o un riesgo en un futuro, se basa en la estrecha relación con las habilidades, recursos, dificultades, las respuestas y consecuencias negativas conjuntamente con la tecnología y se compone de 5 dimensiones: escepticismo, fatiga, ansiedad e ineficacia y adicción". (p. 225).

El tecnoestres se consideró como variable dependiente en la investigación, que tiene como dimensiones al escepticismo, fatiga, ansiedad, ineficacia, adicción.

La primera es el escepticismo que se enfoca en la incredulidad, indiferencia con la interrelación con la cibernética en el trabajo y con la convivencia en su hogar. Seguidamente la fatiga, involucra el cansancio mental y cognitivo. La ansiedad, con la manifestación del estrés o altos niveles de tensión y miedo por el uso de las tecnologías, la ineficacia la limitada habilidad para el uso de la tecnología y la adicción, con la necesidad incontrolable del uso continuo, cualquiera de estas dimensiones o todas juntas ha estado afectando la vida personal, social y laboral con sintomatología psico-bilógico. (Salanova, Llorens y Cifre, 2007).

Con el presente trabajo se define el problema con la pregunta: ¿Cómo influyen los factores socio educativos en el tecnoestrés en docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022? Y los problemas específicos, con las preguntas siguientes: ¿Cómo influyen los factores socio educativos en el tecnoescepticismo en docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022?; ¿Cómo influyen los factores socio educativos en la tecnofatiga en docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022?; ¿Cómo influyen los factores socio educativos en la tecnoansiedad en docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022?; ¿Cómo influyen los factores socio educativos en la tecnoineficacia en docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022?; ¿Cómo influyen los factores socio

educativos en la tecnoadicción en docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022?.

Este trabajo de investigación se justificó teóricamente, ya que se revisó analizo y se sistematizo las numerosas investigaciones, autores y teorías de acerca de la relevancia del tecnoestrés docente en época de pandemia en la que se destacó el rol del docente en la nueva metodología educativa en un entorno virtual, las nuevas estrategias que se implementaron en esta nueva adaptación pedagógica, tecnológica y los efectos, la sobrecarga laboral, la intromisión y confrontación de los TIC a la convivencia diaria que conllevó a efectos negativos en su salud mental, además que permitió constatar la realidad con la investigación y la formulación de nuevas teorías y conocimiento científico .

Justificación práctica: Radico en que el resultado obtenido de la investigación será de gran beneficio ya se plantearon herramientas, estrategias y planteamientos de soluciones en las instituciones educativas conjuntamente con los docentes y así acortar o desaparecer las brechas necesarias con acciones concretas respecto al tecnoestres. El trabajo también es un aporte significativo de información para continuar investigaciones en este campo en niveles de primaria, secundaria y establecer estudios comparativos.

Justificación metodológica: Se recurrió al método científico, el paradigma de investigación que ha sido el positivismo, enfoque cuantitativo, el tipo de investigación explicativo-causal , se presentó la influencia que ejerció la variable independiente en la variable dependiente se recurrió a un diseño no experimental de corte transversal se tomó en cuenta la población correspondiente, se eligió el tamaño de la muestra conforme a lo señalado por el muestreo no probalístico o intencional además de la encuesta , el análisis documental con alto grado de confiabilidad validez por expertos para el respaldo y garantía de valoración científica de todo lo expuesto.

Justificación epistemológica: Este trabajo se ha apoyado en el análisis crítico, la sistematización, contribución a la investigación científica y valoración sobre el tecnoestrés docente en la época de pandemia en el Perú y sus diversas connotaciones, sus respuestas y acciones frente a una pandemia sanitaria

Justificación social: se analizaron y propusieron actividades, acciones y un programa de intervención ante la situación mundial de un aislamiento, producto de la pandemia del COVID 19 en que se eliminaron las interacciones humanas, ante estos hechos surgió una nueva metodología de enseñanza –aprendizaje en la que se cambiaron nuevas características y estrategias en un entorno virtual o TIC ,por lo cual se generaron emociones y sentimientos en el docente y sus familias como la angustia , miedo, ansiedad, la adaptación, pobreza, valores familiares y la resiliencia y demás síntomas negativos en su salud mental, laboral, familiar y social ,que tipos de estrategias de solución se instauraron y que planes, proyectos y acciones concretos y eficientes o no se implantaron para evitarlos , además de nuevos conocimientos sobre estas nuevas experiencias se generaron para futuras investigaciones.

El objetivo general es el de determinar cómo influyen los factores socio-educativos en el tecnoestrés en docentes de Instituciones Educativas de Lima 2020-2022. Tenemos como objetivos específicos: Determinar cómo influyen los factores socio educativos en el tecnoescepticismo en docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022, Determinar cómo influyen los factores socio educativos en la tecnofatiga en docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022, Determinar cómo influyen los factores socio educativos en la tecnoansiedad en docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022, Determinar cómo influyen los factores socio educativos en la tecnoineficacia en docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022, Determinar cómo influyen los factores socio-educativos en la tecnoadicción en docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022.

La hipótesis general que se planteó fueron: Los factores socio educativos influyen en el tecnoestrés en docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022. Teniendo como hipótesis específicas: Los factores socio educativos influyen en el tecnoescepticismo en docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022. Los factores socio educativos influyen en la tecnofatiga en docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022. Los factores socio educativos influyen en la tecnoansiedad en docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022. Los factores socio educativos influyen en la tecnoineficacia en docentes de

Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022. Los factores socio educativos en la tecnoadicción influyen en docentes de Instituciones Educativas de Lima, 20202022.

II. MARCO TEÓRICO

Se revisó como antecedentes internacionales a los siguientes estudios:

Ibarra (2020), estudio la interrelación existente entre las variables sociodemográficas, funciones dentro del centro laboral y la incidencia de la cibernética, con los niveles de tecnoansiedad, tecnofatiga y tecnoadicción como manifestaciones del tecnoestrés. En la tecnofatiga por sexo se obtuvo un $U = 104026.50$, $p = .037$ y el indicador de antigüedad en el trabajo [$\chi^2(3) = 11.213$, $p = .011$], siendo por estado civil $U = 78329.00$, $p = .058$. En la tecnoadicción por estado civil y ocupación siendo respectivamente $U = 76121.50$, $p = .012$ y [$\chi^2(2) = 4.698$, $p = .008$], sobre la relación de las variables en cuestión con la tecnoansiedad, con mayor nivel de estudios, existe una incidencia de tecnoestrés y la interacción con las variables sociodemográficas.

Salazar (2019), busco la interrelación de las consecuencias negativas del tecnoestrés con la productividad y responsabilidades en el centro laboral, para lo cual se aplicó un cuestionario con 18 ítems sobre una población de 1047 seres humanos, cuyas respuestas evidenciaron las consecuencias negativas del tecnoestrés en la productividad de los humanos a la par con el estrés de sus responsabilidades dentro de su trabajo, pero no afectaron o disminuyeron la productividad. Todos los índices de bondad de ajuste se encontraron dentro del rango de aceptación ($GFI=0,993$; $NFI=0,989$; $RMR=0,042$).

Galarza (2018) su estudio le permitió conocer la interrelación entre la cibernética y el tecnoestrés, con un diseño no experimental, de tipo transversal, descriptivo y correlacional sobre una muestra de 200 estudiantes universitarios a los cuales se aplicó una escala sociodemográfica y una subescala de tecnoestrés; evidenciándose una incidencia media en todas sus dimensiones, específicamente a nivel de escepticismo con un 43,5 %, una Correlacional de Pearson $-0,152$ y la incidencia de la edad con la cibernética, a mayor edad menos consecuencias negativas adictivas.

Rengifo (2018) averiguo la interrelación sobre el tecnoestrés con los síntomas o complicaciones físicas y psicológicas de las ocupaciones en el trabajo, aplico una metodología de investigación cualitativa y cuantitativa, además de una investigación bibliográfica, descriptiva, exploratoria y correlacional, evidenciándose la interrelación estrecha del tecnoestrés con las complicaciones en la salud física y mental de los operarios en el centro de trabajo con la obtención de un nivel de Chi cuadrado tabular menor al Chi cuadrado calculado $X^2_t = 24,9958 < X^2_c = 48,8914$.

Araya (2018) utilizó el cuestionario RED-TIC para confirmar la presencia de tecnoestrés en operarios en el municipio y funcionarios de algunas comunas de Chile, con un estudio tipo psicométrico, exploratorio con un total de 130 funcionarios del municipio de Chile, con un puntaje de alfa de 0,869 6 en consistencia interna, confirmando la interrelación de las consecuencias negativas con los varones del estudio.

Alvites (2019), desarrollo una investigación con un diseño no experimental, cuantitativo, correlacional y transversal. Con 329 maestros, con un resultado de un vínculo significativo del estrés en maestros y sus 6 factores de identidad individual y social, enfatizando que un gran porcentaje de maestros presentaron grados de estrés por ideas y manifestaciones que no se adaptan al entorno y están estrechamente ligadas a factores de identidad individual y social. La interrelación fue significativa entre el estrés y la estructura y relación humana del centro de trabajo ($p=0.000$), obligaciones que exceden la capacidad en el centro laboral ($p=0.003$), actividades asignadas típicas ($p=0.000$), funciones ocupacionales ($p=0.001$), relaciones sociales y de organización ($p=0.001$); y la presencia del estrés y los factores psicológicos y sociales ($p=0.000$), a nivel Latinoamericano, norteamericano y europeo.

Se tomó en cuenta los antecedentes nacionales para esta investigación como lo manifestado por Cari, (2020), el estudio tuvo el propósito de conocer la interrelación del tecnoestrés y de la práctica de los maestros, tuvo una muestra de 45 docentes, fue cuantitativo no experimental, con diseño transversal. Se aplicó el cuestionario Red Tic de 16 Ítems y la ficha de MINEDU.

Concluyendo de la existencia de una relación regular entre el tecnoestrés y la práctica de los maestros, con un coeficiente de Spearman de 0,619 ($p < 0.01$).

Huanca (2020) realizó un estudio en Lima sobre Síndrome de Burnout y Resiliencia en Docentes de Secundaria de la UGEL 02, fue cuantitativo, tipo básica con diseño no experimental y transversal. Con una muestra de 105 profesores. El valor de la hipótesis general fue $r = .716$, según la prueba de Rho Spearman hubo una correlación negativa alta, además el $p = .00$ resultado menor al de $p < .05$ y por consecuencia se halló que la relación es significativa al 95%.

Huamán, et al. (2021), Se utilizó un estudio interpretativo socio crítico, con un diseño de teoría fundamentada. Se logró obtener las siguientes conclusiones; (1) Los docentes, por el cambio inesperado de una nueva metodología educativa presencial a una virtual, y por lo tanto en sus habilidades de adaptación y capacidad digital, generaron un tecnoestrés. (2) Se instauró nuevos conceptos y estrategias de metodología educativa virtual, y la instauración de un trabajo sincrónico y asincrónico, (3) Los docentes manifestaron cambios en su comportamiento socio emocional, evidenciándose con frecuencia deterioro en su salud mental.

Alcas, (2019). Manifestó en su investigación el vínculo del tecnoestrés y la calidad de servicio, en nivel educativo superior, enfatizando en los resultados negativos de la pérdida de la identidad individual y social y de la extenuación individual que ocasionó la utilización de la capacidad digital en el entorno laboral de un enfoque cuantitativo y no experimental aplicando el cuestionario RED-TIC y el Modelo ServQual, con 154 maestros. En la que se tuvo como resultados una relación indisoluble con una asociación ($X^2 = 85,731$) y la (Sig. Asintótica (bilateral) = $0.000 < 0.05$).

Rojas (2020) realizó una investigación sobre Resiliencia y Tecnología de la Información en maestros de una Red de la UGEL 06 en Ate Vitarte, fue cuantitativo, tipo básica, no experimental y descriptivo correlacional. Obtuvo una incidencia alta de la resiliencia y la interrelación importante de la cibernética en los maestros de enseñanza primaria, (Rho $.718^{**}$, $P = .000$).

Con respecto a los antecedentes locales Tacca, (2020), Investigo sobre Síndrome de Burnout y Resiliencia en docentes en el Perú con 183 maestros. Estudio cuantitativo, correlacional, no experimental y transversal. Con respecto a la confiabilidad, en el presente estudio se obtuvo un coeficiente Alfa .78 y con intervalos de confianza al 95%. Revelando las conclusiones de la relación estrecha de la resiliencia con la extenuación individual y la pérdida de la identidad individual. Por otro lado, si tuvo un soporte fortalecido de la resiliencia conjuntamente su identidad individual estará fortalecida con resultados óptimos. Además, las mujeres gozan de una mejor práctica de la resiliencia., al igual que los docentes mayores de 40 años y los que tuvieron un hijo.

Yauri (2016) Con su estudio en la Resiliencia y Estrés Laboral en docentes de Instituciones Educativas de Nivel Primario del Distrito de Colcabamba, Huancavelica-Perú su muestra fue de 102 maestros, cuantitativa de corte transversal y tipo descriptivo correlacional. Los de mayor incidencia del estrés laboral se dan en los docentes varones, con mayor tiempo de antigüedad laboral y en los docentes nombrados, siendo la correlación más baja de $-0,64$ y la más alta de $-0,81$. En los docentes con menor experiencia, siendo la correlación más baja de $-0,68$ y la más alta de $-0,80$, a comparación de los mayor experiencia siendo la correlación más baja de $-0,56$ y la más alta de $-0,84$, y las mujeres presentaron mejor resiliencia la correlación más baja de $-0,69$ y la más alta de $-0,83$.

Illesca (2021), Sustentada en un centro educativo superior, para determinar el vínculo que existe del tecnoestrés con la labor del maestro, el diseño metodológico que aplico el autor fue el no experimental, se contó con el apoyo de 60 maestros de cuatro colegios del distrito, a los cuales se les aplicaron encuestas. Con un coeficiente de correlación Rho de Spearman = $0,942$, la interrelación es importante al nivel $0,05$ bilateral, interpretándose como una relación positiva muy alta entre las variables, con un $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Se denoto tecnoestrés interrelacionado con la productividad del maestro.

Albarrán, (2018), con un estudio exploratorio no experimental, con diseño transversal, de tipo descriptivo. La experiencia del tecnoestrés en la gente de una institución financiera – Cajas. Se aplicó en 99 individuos que

utilizan herramientas y aparatos de la tecnología, con alta incidencia de riesgo. Para ello se aplicó el cuestionario de RED-TIC. Mostrando en los resultados la existencia de tecnoestrés (65 %), la dimensión escepticismo (56%), la dimensión fatiga (60%), la dimensión ansiedad (65%) y finalmente la dimensión ineficacia (52%). Concluyendo que hubo niveles altos de tecnoestres conjuntamente con sus dimensiones.

Revilla (2015), tipo investigación- acción en su modalidad de técnica con un diseño unifactorial; sobre una población de 133 individuos agrupados en grupos el primero de 83 y segundo de 50. La variable independiente fue la capacidad de resolución de problemas con la cibernética y como variable dependiente al tecnoestrés, además de otras variables como la adaptabilidad, la confianza con la cibernética y la sociodemografía. Se ejecutó los cuestionarios de pre y post test para cuantificar la variable independiente y para el tecnoestrés el cuestionario de RED-TIC con una correlación negativa muy baja de -0,1759,

Torres (2021), Con la finalidad de determinar el vínculo entre el liderazgo transformacional y el tecnoestrés en maestros de colegios, para ello participaron 211 maestros a los que se les evaluó por medio de una encuesta de tecnoestrés. La muestra se constituyó por 07 centros de enseñanza. El cuestionario seleccionado: Inventario de Creadores de Tecnoestrés y Cuestionario de Liderazgo Multifactorial – Forma Corta; .El autor alegó que existió un vínculo significativo entre las dos variables que mientras a mejor el liderazgo transformacional dentro de la institución, menor será el tecnoestrés del maestro o también de manera inversa.

Martínez y Servet, (2019), El estudio concretado es de corte transversal e intencional, participaron 168 individuos de ambos sexos y de diferentes nacionalidades como latinos, europeos y norteamericanos, para ello se tuvo que aplicar el Cuestionario de RED-TIC, obteniendo un 58,1% estrés de nivel alto, conjuntamente con las de las mujeres. Se orientó el estudio a evidenciar las consecuencias negativas de la cibernética el entorno y recursos del centro laboral del maestro y del conjunto administrativo, para ello se aplicó un diseño metodológico cuasiexperimental, con 50 maestros, auxiliares y operarios

administrativos, el tecnoestrés repercutió negativamente en el entorno laboral con un coeficiente de determinación múltiple $R^2 = .005$ en un $-0,005\%$.

Ibérico, et al. (2021), Se analizó el vínculo entre el tecnoestrés y la satisfacción en el trabajo de los docentes que desarrollan el teletrabajo, el diseño metodológico utilizado fue el no experimental, se tuvo la intervención de 113 individuos compuestos entre docentes y personal administrativo, a los cuales se les aplicaron encuestas. Además de existir una relación significativa entre las variables tecnoestrés y satisfacción laboral P valor (0,001), entre conexión a internet y satisfacción laboral P valor (0,001) y entre espacio adecuado y Satisfacción laboral (0,000). Los autores manifestaron que hay un vínculo significativo entre el tecnoestrés y la satisfacción en el trabajo, sin embargo, el personal evaluado no presenta tecnoestrés, por ello están satisfechos con su trabajo.

Dávila (2022), El estudio tuvo como objetivo conocer cómo influye el tecnoestrés en el desempeño de los maestros del colegio, con el 77,8 % de maestros con un nivel medio de tecnoestrés, con un 37,5% muestran un nivel regular en desempeño docente y el 44,4% en nivel satisfactorio, con un coeficiente de Wald = 15,576 > 4 y p valor = 0,000. El autor concluye en que los maestros presentan un grado medio de tecnoestrés, asimismo se presentó un grado satisfactorio de desempeño del maestro, lo que nos quiere decir que hay un vínculo entre las dos variables estudiadas.

Espíritu (2022), se buscó la interrelación de la cibernética y el tecnoestrés en los maestros. El enfoque cuantitativo de tipo no experimental y de nivel descriptivo correlacional, la muestra fue de 81 docentes de primaria (64 mujeres y 17 varones) de centros de enseñanzas nacionales del distrito de Comas en Lima. Se ejecutaron dos cuestionarios (Escala de la utilización de la cibernética y del tecnoestrés). En la utilización de la cibernética los maestros obtuvieron una media de 3.39 con una incidencia de nivel regular, en el tecnoestrés la media fue 3.35 con un nivel intermedio, informando no estar ni confirmar un estrés. Lo que enfatizó la interrelación de las variables, un resultado negativo y moderado.

Bazán (2022), el estudio tuvo como objetivo conocer el vínculo del estrés en un centro de educación y la labor del docente, para ello se aplicó un diseño metodológico no experimental, donde participaron 46 maestros, se les evaluó con una encuesta. En las instituciones educativas privadas se observaron un mayor nivel de liderazgo transformacional (67%) en comparación a las públicas (44%), en estas se evidenció el de recepcionar urgentemente el apoyo de sus jefes, en su capacitación, valoración como individuo y motivación, en comparación con la privada que contó con mayores atributos de un líder transformacional. El autor concluye en que el vínculo encontrado entre las variables es positivo bajo, por lo tanto no hay un vínculo entre las variables.

Cornejo (2020), donde se demostró que los maestros de la zona de Puente Piedra- Perú emplearon la tecnología de información y comunicación (Tics) debido a su demanda laboral. Hallándose un 46% de un nivel bajo de Tecnoestrés . Un 23% nivel alto de escepticismo, 53% alto nivel de fatiga y 26% nivel alto de ansiedad, un 19% nivel alto de ineficiencia. Ante un desconocer o poca capacidad para la cibernética se manifestaron consecuencias negativas en la salud mental y amenaza psicosocial.

Según los antecedentes internacionales de las variables socio-educativas el autor Orozco et al., (2020). Evidenciar la interrelación entre las variables edad, género y nivel del conocer de los maestros universitarios de Ecuador y sus capacidades cibernéticas. La metodología utilizada fue cuantitativa, con un diseño no experimental transversal, y su alcance de tipo descriptivo e inferencial. Se trabajó con una muestra de 657 docentes, a quienes se les aplicó un instrumento de RED-TIC de 50 ítems, para identificar las cinco dimensiones abordadas de la capacidad cibernética. en relación con la edad, sexo y área de conocimiento del profesorado. Con hallazgos según sexo a nivel medio de incidencia de varones y en todas las dimensiones de la capacidad cibernética, manifestando una mejor capacidad y habilidad del varón, otro punto se recogió la información de la edad, en la que existió la interrelación de la edad y la capacidad cibernética como a que una edad mayor de 51 años a más un menor nivel de la capacidad cibernética. Por el contrario se evidenció

el nivel de la capacidad de pedagogía y fortalecimiento de estas los de edad mayor poseen, para el planteamiento de planes y programas para los maestros se debe de considerar la edad para el desarrollo de las capacidades.

Salazar-Concha et al. (2020). Conocer las consecuencias del teletrabajo y la interrelación sobre las funciones de su trabajo en su vivienda y el cansancio en una experiencia en costa rica por la pandemia. Los resultados demostraron que una actitud positiva hacia el teletrabajo fue capaz de fortalecer las consecuencias negativas Se obtuvieron 52 encuestas online válidas aplicadas a teletrabajadores costarricenses. El análisis considero la importancia de la edad, muestra de la población operarios que ejercieron labores en su vivienda, con estudios universitarios, con resultados como el teletrabajo en casa en un 81% con edades entre 36-45 años, que conviven en familia y teletrabajaron entre 8 a 12 horas diarias, manifestando una incidencia alta en mujeres con 62% con un Estado Civil con una mayoría de 56% Casado(a), con un 60% que laboraron entre 8 a 12 horas y con 63 % de nivel universitario. La ratio HTMT fue menor a 0,81 y con porcentaje de agotamiento del en un 64,1% con p 0,908 es decir 90% denotaron agotamiento en mujeres y casadas con teletrabajo, modificando este con una actitud positiva en un 90%.

Cabezas et al., (2017). En esta investigación se tuvo como objetivo los resultados en el nivel de capacidad cibernética de estudiantes universitarios en pedagogía y con interrelación con las variables de género y edad. Con una metodología cuantitativa, con un método no experimental, descriptivo e inferencial, y el cuestionario digital sobre la cibernética, la muestra un total de 70 estudiantes, de los cuales, el 13,4% son hombres y el 86,6% mujeres, con edades comprendidas entre los 18 y los 57 años. El 22,4% procede del contexto rural y el 77,6% del contexto urbano.

Los resultados revelaron un nivel bajo y negativo en la capacidad cognitiva cibernética y alto con un nivel positivo en su adiestramiento y servicio. Respecto a las variables los varones demostraron un nivel positivo alto en cuanto a una mejor cognición y habilidad, en comparación a las mujeres, en la

tecnología y con mejor actitud en los adultos (más de 25 años) y en los jóvenes un nivel alto en la habilidad y cognición de la cibernética..

Surej (2015) Se aplicó un cuestionario digital a un total de 261 docentes de universidades líderes en India, Tailandia, Vietnam e Indonesia. Los maestros tuvieron entre 30 y 50 años, grado de maestro y entre 10 a 15 años de capacidades pedagógicas. Estas capacidades pedagógicas hacia la cibernética lo consideraron en los varones optima, en comparación con el otro sexo (valor de $t = 2.46$, $p = 0.01$) y según la edad de 30 a 50 años. Los maestros confirmaron un nivel alto de capacidades y habilidades, pero bajo en la utilización de redes fue baja.

Tapia & de la Serna (2017) . Manifestó en el estudio fue cuantitativo con la aplicación un cuestionario a 71 maestros de cuatro facultades de una Universidad en México. Los maestros denotaron la utilización de la cibernética de un 52% en un nivel alto y los maestros entre 53 a 68 años, fue el grupo etario con menor incidencia en la utilización de la cibernética.

Tarafdar et al., (2019) Se enfocó la investigación del tecnoestres en un trio de estudio, primero el tecnoestres con consecuencia positivas como la eficacia y originalidad en el centro de labores. Seguidamente la descalificación de las consecuencias negativas como un estrés para la realización de un cambio de esta problemática. Y un enfoque multidisciplinario para mejores resultados por último. Las consecuencias del Tecnoestres, es una problemática que quiebra al ser humano física y mentalmente conjuntamente a su familia y entorno.

En cuanto a los antecedentes nacionales tenemos a Estrada et al., (2021). La población estaba compuesta por 423 maestros que laboraron en 6 instituciones educativas públicas de la ciudad de Puerto Maldonado y la muestra fue constituida por 202 docentes, Se evidenció que las variables sociodemográficas como la edad, sexo, años de productividad tuvieron una interrelación con incidencia alta con su capacidad cibernética ($p < 0,05$). Las evidencias resultaron que los maestros entre los 21 y 40 años hombres, contratados y con un menor tiempo de productividad y con estudios posteriores a su profesión tuvieron capacidades cibernéticas óptimas..

Echeverri, (2018). Se buscó con la investigación conocer el nivel cognitivo sobre la cibernética que tuvieron los maestros universitarios de Odontología y la capacidad pedagógica .con un método de investigación mixto, con un diseño secuencial explicativo. Se aplicó un cuestionario a 68 maestros.. Se obtuvo un nivel alto 63,2%,con capacidades básicas cibernéticas. Además de la interrelación de las capacidades cibernéticas y la edad, ya que los maestros menores de 50 años obtuvieron óptimas resoluciones .Asimismo de un limitado acceso a la tecnología y una escasa capacitación.

Se expone las teorías que tienen relación con el tecnoestrés que es el estrés tecnológico, con respuestas negativas que los individuos afrontan y a sus efectos nocivos en la salud física y psicológica. Como primera teoría Selye, (1960) su teoría biológica la respuesta adaptativa del organismo ante diversos amenazas o riesgos. Lo denominó «Síndrome general de adaptación». Resalta la importancia que cumplen las respuestas biológicas del ser humano interviniendo los sistemas nervioso y endocrino, ante la diversidad de fenómenos o hechos agresores del entorno para la protección y capacidad. Y así el cuerpo humano está preparado para la defensa, adaptación y enfrentamiento de un ambiente agresivo. Selye describió tres etapas de adaptación al estrés: • Alarma: ubicamos la amenaza. • Adaptación: amenaza. • Agotamiento: por el uso continuo e intensidad y a gastarse las defensas del cuerpo. Existen dos tipos de estrés: eutres, un estrés positivo y el distres el dañino.

La segunda teoría se refiere la Teoría Transaccional de Estrés y Afrontamiento por Lazarus y Folkman (1984), Se centra en la interacción permanente del ser humano con su entorno y como esta influye en los aspectos psicológicos y fisiológicos como el estrés, pero también debemos de considerar las capacidades particulares y recursos que tiene cada ser humano, entre ellas la capacidad de afrontamiento, que se da necesariamente con un análisis o evaluación previa para posteriormente ejecutar soluciones asertivas. Ante un hecho estresante, primeramente se debe de haber realizado una evaluación primaria un juicio para calificarlo como un estrés controlable o no, en caso de no serlo, con la manifestación del estrés se continúa con la evaluación

secundaria se determinó con qué recursos y opciones tuve para afrontarla, por lo cual se establecen las estrategias en dos direcciones: las estrategias para resolver el problema, actos cognitivos y comportamentales para modificar el estrés. Estrategias para la regulación emocional, logro del cambio regulando de manera asertiva el estrés, eliminando las reacciones emocionales negativas.

La tercera teoría con Bandura (2004), el autor planteo su teoría de autoeficacia, que tiene de base como las personas ante las dificultades, se desenvuelve con el éxito o el fracaso, según sus capacidades y habilidades.

Para Albert Bandura, cuando está más fortalecida las capacidades, sus acciones y comportamientos, tendrán una mejor resolución, además que actúan como un mediador y tamizador entre un antes y un después con el logro eficaz de las metas y objetivos. Esta teoría se ha desarrollado a través de cuatro componentes: Primeramente las experiencias de dominio, que son las capacidades o no de mis creencias de eficacia, en segundo lugar las experiencias vicarias, basado en capacidades ejecutados por otros individuos, en tercer lugar estuvo la persuasión social basados en asegurar que el ser humano cuenta con las capacidades necesarias para el cumplimiento de logros y por ultimo estuvo la experiencia afectiva, que afectaron negativamente al ser humano psicológicamente y físicamente. La autoeficacia se nutrió de los componentes y las capacidades que ayudan a despertarla conjuntamente con los procesos.

Y, según las dimensiones se tuvo como teorías a las planteadas por Wang, Shu y Tu (2008), lo definieron como “ las manifestaciones negativas y un rechazo psicológico y una experiencia negativa con el uso de tecnologías”. “la visión negativa del tecnoestrés con sus respectivas consecuencias en las personas”. Las dimensiones son las siguientes:

- Escepticismo: el rechazo y la incapacidad hacia la tecnología.
- Fatiga: la extenuación física y mental por la exigencia.
- Ansiedad: el estrés por su frecuente utilización, alterando la salud -
- Ineficacia: insuficiente destreza o escasa formación.
- Adicción: uso descontrolado.

Como segunda teoría está la de Llorens, Salanova y Ventura, (2015). Manifestaron los autores que el tecnoestrés es una “vivencia psicosocial negativa con una estrecha relación a la exigencia extrema y/o alto riesgo de la tecnología. Es por ello que el ser humano desarrolla una variedad de indicios físicos y psicológicos relacionadas con signos de salud mental negativos además de una incontrolable frecuencia, catalogándole de índole patológico”. Las dimensiones son las siguientes:

- Escepticismo: rechazo en relación a la capacidad digital.
- Fatiga: la extenuación física y mental por la exigencia de su trabajo.
- Ansiedad: el estrés y el no estar conforme con su frecuente utilización, alterando la salud física y mental.
- Ineficacia: insuficiente destreza o escasa formación en relación a la capacidad digital.
- Adicción: incontrolable exigencia por la utilización en todo contexto y tiempo de las tecnologías.

La tercera teoría la Teoría Espiral de la Salud Ocupacional propuesta por Salanova, Cifre, Martínez, Llorens (2007), basado en el aspecto de una salud o bienestar multidisciplinaria, integrativa y empática, hacia la búsqueda de una cibernética no negativa ni destructiva, complementado con las capacidades del maestro y su entorno para si lograr un diagnóstico más completo del tecnoestrés del maestro. Además, la teoría proporciona la consolidación de las capacidades, sus componentes • Espiral de deterioro: ante la exigencia cibernética y no se cuenta con las capacidades confrontativas lo que conllevaría un alto nivel de tecnoestrés, escepticismo. • Espiral de motivación: contar con las capacidades adecuadas y autoestima a lo que conllevaría a consecuencias y actitudes positivas. Esta teoría plantea la conjugación de capacidad, recursos, motivación y soporte adecuado ante la cibernética, en el centro laboral.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de Investigación.

Se define la presente investigación con un enfoque cuantitativo, paradigma positivista, tipo aplicada, nivel explicativo-causal, según Hernández et al. (2003 p.267), un diseño no experimental es se realizó sin alterar deliberadamente las variables, se toman los datos sin modificar la realidad y de corte transversal, ya que se estudia la realidad en un solo y único momento específico. Hernández et. al. (2003 p. 270).

3.2. Variable y Operacionalización.

3.3. Variables

3.3.1 Variables Socio-Educativos- Independiente

3.3.2. Definición conceptual

Los variables sociales abarcan entre la escala ordinal y nominal confirmando las interrelaciones de jerarquía, orden o no obligatorias entre los valores. Fornetti y Martello (2014).

Está comprendida entre las variables sociales como:

- Edad, es una variable cuantitativa, continua, que comprende al número de años cumplidos, según la fecha de nacimiento. Montessori, (2018) Fundamentos básicos de estadística primera edición.
- Sexo, Según la OMS, son las particularidades fisiológicas que determinan a hombres y mujeres, mientras que el "género" son los roles, comportamientos, instauradas en la sociedad y cultura. Es arbitraria, nominal.
- Zona de ubicación de la institución educativa, es el señalamiento de un espacio en un contexto geográfico, conjuntamente se relaciona con un grupo de elementos e interrelación con lo mencionado y otros, como

las instituciones educativas. Montessori, (2018) Fundamentos básicos de estadística primera edición.

- Estado civil. Es el entorno jurídico de un ser humano social que lo habilita para ejecutar derechos y deberes según esta condición. Montessori, (2018) Fundamentos básicos de estadística primera edición.

VARIABLES EDUCATIVAS COMO:

- Tipo de institución educativa: pública y privada. Variable nominal determinado por un presupuesto designado en el contexto educativo.
- Nivel educativo: primario y secundario. Estas variables son analizadas según un orden que ha sido formada por una clase mutuamente excluyente que se agrupan de acuerdo a un orden preasignado. Montessori, (2018) Fundamentos básicos de estadística primera edición.

3.3.3. Definición operacional

Las variables socio educativas se plantearon en un cuestionario en forma conjunta con el cuestionario RED-TIC, para el diagnóstico junto con el tecnoestrés hacia logro de resultados y un análisis enriquecedor y realista que genere las variables socio educativas, desarrollado por el equipo de Investigación WONT-Prevención Psicosocial de la Universidad Jaume I. de Castellón, España, (2011). Se marca al lado de la variable que el maestro considere afirmativo de acuerdo a su contexto social.

3.4. Población, muestra y muestreo

3.4.1. Población

Se obtuvo en base a los datos del MINEDU según el último registro que se tomó del total maestros de ambos sexos y de los centros educativos nacionales y privados, fue una población de 3394 docentes (2020).

Los criterios para la inclusión: se consideró a las instituciones educativas con disposición a la aplicación del cuestionario RED-TIC a sus maestros, los maestros de ambos sexos, de los grados primario y secundario que realizaban trabajo presencial y virtual.

Los criterios para la exclusión: se excluyeron a estudiantes, otro tipo de personal administrativo o auxiliar de instituciones educativas, de ambos sexos que estuviesen laborando presencialmente o virtualmente.

3.4.2. Muestra

La muestra se basó en 218 docentes de primaria y secundaria de Centros de Educación de Lima, distribuidos en 6 Centros de Educación, de los 4 conos de Lima.

3.4.3. Muestreo

Se desarrolló un muestreo no probabilístico e intencional debido a que los encuestados docentes se les solicitó responder los cuestionarios de forma voluntaria y con honestidad. Hernández, (2018).

.3.4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnica

Se realizó la encuesta con los datos de las variables socio educativo incluido en el cuestionario RED-TIC confirmando o no la interrelación con el tecnoestres, después se procedió a la aplicación del cuestionario de RED-TIC con las variables socio-educativos.

El instrumento utilizado fue el cuestionario RED-TIC, cuya ficha técnica es la siguiente:

Nombre original: Variables socio educativas

Autor: WONT-Prevención Psicosocial de la Universidad Jaume I. de Castellón, España

Procedencia: España -2011

Objetivo: Conocer los factores o variables socio educativos del Tecnoestrés en docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022.

Administración: Individual/colectiva

Duración: 10 minutos

Significación: El cuestionario está referido a la medición del como las variables sociales y educativas interactuaron con el tecno estrés que definen socialmente la situación en la que están involucrados. Salazar y Castillo (2018). Estructura: El cuestionario está constituido por 06 preguntas, cada uno de ellos con dos alternativas de respuesta con el marcado de una (x) en el nominal y en las variables ordinales con números.

Aplicación: Adultos

Variable Dependiente Tecnoestres

3.4.5. Definición conceptual

Se define al tecnoestrés como el temor, dificultad, rechazo y a las manifestaciones biológicas y mentales positivas o negativas ante la utilización frecuente de la capacidad digital, directa o indirectamente, que se encamina a un repudio biológico y mental en la que se estanca el desarrollo cognitivo de disfrute o una utilización con límites de la cibernética. Salanova, Llorens y Cifre, (2007). Para ello, se utilizó el cuestionario RED-TIC, y la evaluación por 5 dimensiones:

- Escepticismo: Se relaciona con el comportamiento de rechazo en relación a la capacidad digital, conjuntamente involucrados a la incapacidad hacia esta.
- Fatiga: Se manifiesta como la extenuación biológica y mental por la exigencia de su trabajo, recursos, formación y demandas.

- Ansiedad: Se relaciona con el estrés y el no estar conforme con su frecuente utilización alterando la salud biológica y mental.
- Ineficacia: Debido a la insuficiente destreza o escasa formación en relación a la capacidad digital.
- Adicción: Refiere a una incontrolable exigencia por la utilización en todo contexto y tiempo.

3.4.6. Definición operacional

La variable se define operacionalmente en cinco dimensiones: la primera el escepticismo con 4 indicadores (1,2,3,4 ítems) la segunda con 4 indicadores(5,6,7,8 ítems) conjuntamente con la tercera (9,10,11,12 ítems) y la cuarta dimensión que tienen 4 indicadores (13,14,15,16 ítems) finalmente la quinta con 9 indicadores (17,18,19,20,21,22,23,24,25 ítems) teniendo la aplicación de un cuestionario como instrumento.

3.5. Población, muestra y muestreo

3.5.1. Población

Se obtuvo en base a los datos del MINEDU según el último registro que se tomó del total maestros de ambos sexos y de los centros educativos nacionales y privados, fue una población de 3394 docentes (2020).

Los criterios para la inclusión: se consideró a las instituciones educativas con disposición a la aplicación del cuestionario RED-TIC a sus maestros, los maestros de ambos sexos, de los grados primario y secundario que realizaban trabajo presencial y virtual.

Los criterios para la exclusión: se excluyeron a estudiantes, otro tipo de personal administrativo o auxiliar de instituciones educativas, de ambos sexos que estuviesen laborando presencialmente o virtualmente.

3.5.2. Muestra

La muestra se basó en 218 docentes de primaria y secundaria de Centros de Educación de Lima, distribuidos en 6 Centros de Educación, de los 4 conos de Lima.

3.5.3. Muestreo

Se desarrolló un muestreo no probabilístico e intencional debido a que los encuestados docentes se les solicitó responder los cuestionarios de forma voluntaria y con honestidad. Hernández, (2018).

.3.5.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnica

La técnica de la encuesta hacia la búsqueda y de un diagnóstico sobre las creencias y capacidades y opiniones (Fernández et al., 2010).

El cuestionario como instrumento empleado fue el de RED-TIC

Ficha técnica

Datos generales

Nombre original: Cuestionario RED-TIC para el tecnoestres

Autor: Marisa Salanova, Susana Llorens y Mercedes Ventura.

Procedencia: España -2011

Objetivo: Conocer los factores socio-educativos en el Tecnoestrés en docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022.

Administración: Individual/colectiva

Duración: 15 minutos

Significación: El cuestionario está referido a medir el nivel de Tecnoestrés.

Estructura: El cuestionario está constituido por 25 preguntas, cada uno de ellos con siete alternativas de respuesta de opción múltiple, de tipo Likert, como se muestra: Nunca (0), Un par de veces al año (1), Una vez al mes (2), Un par de veces por mes (3), Una vez por semana (4), Un par de veces a la semana (5), Todos los días (6). Asimismo, el cuestionario está compuesto por 5 dimensiones, donde los ítems se presentan en forma de proposiciones con dirección positiva y negativa sobre la variable Tecnoestrés. Aplicación: Adultos

Validez:

Según Hernández, Fernández y Baptista (2014),” Consta en el nivel de un instrumento de recolección de datos, en que realmente pueda medir una variable”.

Se utilizó el Cuestionario de Tecnoestrés RED – TIC, consta de 16 ítems y cinco dimensiones, con un rango de Likert de 0 a 6 para conocer la forma de pensar interrelacionadas con cada una de las dimensiones (fatiga, ansiedad, escepticismo, ineficacia y adicción). El cuestionario no solo tiene la competencia de diagnóstico se complementa con las consecuencias negativas en la salud mental. Salanova (2007). La validez del cuestionario obtuvo el coeficiente Alfa de Cronbach ítempuntaje total permitió estimar el valor de .82, el alfa supera en todos los casos el mínimo de .70 por lo que el cuestionario asegura la validez y fiabilidad de las medidas (Salanova, Llorens y Ventura, 2003).

El instrumento utilizado para el recojo de información sobre la variable fueron validados por el juicio de expertos para todas las dimensiones.

Validez de los instrumentos

Experto	Opinión de la aplicabilidad
Salanova, Llorens y Cifre, (2007)	Aplicable
Dr Flabio Paca Pantigoso	Aplicable
Mag. Pedro Castro Paredes	Aplicable

El instrumento para medir la variable cuenta con la opinión de aplicabilidad en los centros educativos de Lima, 2022.

Confiabilidad:

Sobre la confiabilidad Hernández, Fernández y Baptista (2014), afirma que un cuestionario es confiable cuando produce resultados que tienen consistencia y coherencia. Por otra parte, la prueba cuenta con validez y confiabilidad, presentando un alfa con valores entre .70. a .96, a partir de análisis factoriales confirmatorios AFC y de ecuaciones estructurales que le proporcionan adecuados indicadores. Salanova, Llorens y Cifre, (2007).

Consigna de la aplicación:

Resolver las preguntas de estructura cerrada, leyendo atentamente cada pregunta, respondiendo con honestidad como se ha sentido según la escala, teniendo en cuenta que no existe una valoración positiva o negativa, el objetivo principal es

recoger información respecto a los Factores socio- educativas en el Tecnoestrés de docentes en Lima.

Calificación e interpretación:

Teniendo en cuenta que el Cuestionario de Tecnoestrés RED – TIC consta de 25 ítems y cinco dimensiones, donde cada dimensión tiene una escala de Likert dentro del rango de 0 a 6, se suman la puntuación obtenida por ítems tomando en cuenta cada dimensión. Luego se dividió el resultado por el número de ítems de las dimensiones.

3.5.5. Procedimiento:

Ya consolidada la sistematización y análisis de la teoría e investigaciones se inició la búsqueda de las Instituciones Educativas de Lima de cuatro conos como la de Lima Centro, Lima Sur, Lima Norte, Lima Este, tomando en cuenta los criterios de estudio para los maestros de nivel primario, secundario, luego se solicitó el permiso a cada Institución Educativa pública y privada para la aplicación del cuestionario, en word principalmente se elaboraron los cuestionarios ya que fueron desarrollados presencialmente.

Una vez que fue aceptada con una respuesta afirmativa por parte de los directores y subdirectores académicos de los Centros Educativos, se pudo coordinar por medio de celular, correo y en forma presencial, para las fechas y horarios de la aplicación del cuestionario, a la población muestra de estudio, en los horarios y fechas establecidas, ejecutándose principalmente en forma presencial los cuestionarios, previamente se realizó una orientación o pequeña capacitación, sobre el valor de la honestidad y la transparencia de sus emociones conjuntamente con el grado de tecnoestres estén experimentando, una vez recolectado los cuestionarios se procedió a registrar los datos estadísticos, para ello se utilizó el programa Excel y el programa SPSS25.

3.5.6. Método de análisis de datos

Se utilizó, en el nivel descriptivo tablas de frecuencias, tablas cruzadas y figuras; y en el nivel inferencial para la prueba de hipótesis se utilizó la regresión logística ordinal y la pseudo R cuadrada de Nagalkerke.

3.5.7. Aspectos éticos

Se basó en un alto grado de responsabilidad y ética, todo el proceso investigativo, para la adquisición de las experiencias de los maestros, se contó con la participación voluntaria de cada docente o de la muestra, su participación activa, el respeto del anonimato de los participantes, la revisión y análisis de las producciones, teorías y estudios de investigación preliminares con citas textuales, evitando el plagio, garantizándolo lo mencionado por el web del Turnitin conjuntamente la American Psychological Association (APA). Los resultados que se han obtenido después del registro estadístico, se analizaron a través de procesos estadísticos incluyendo la confiabilidad y valores del respeto, justicia, veracidad, para la no alteración de los datos. La autonomía, a través del consentimiento informado de los docentes que aplicaron la encuesta. La justicia, se aplicó la equidad y la igualdad. La no maleficencia, se respetó el registro de las encuestas obtenidas. La beneficencia, se aplicó la confidencialidad, anonimato y omisión. Son una guía para una investigación objetiva y con ética. (Albornoz, Agüero, Cabrera y Alonso, 2003).

IV. RESULTADOS

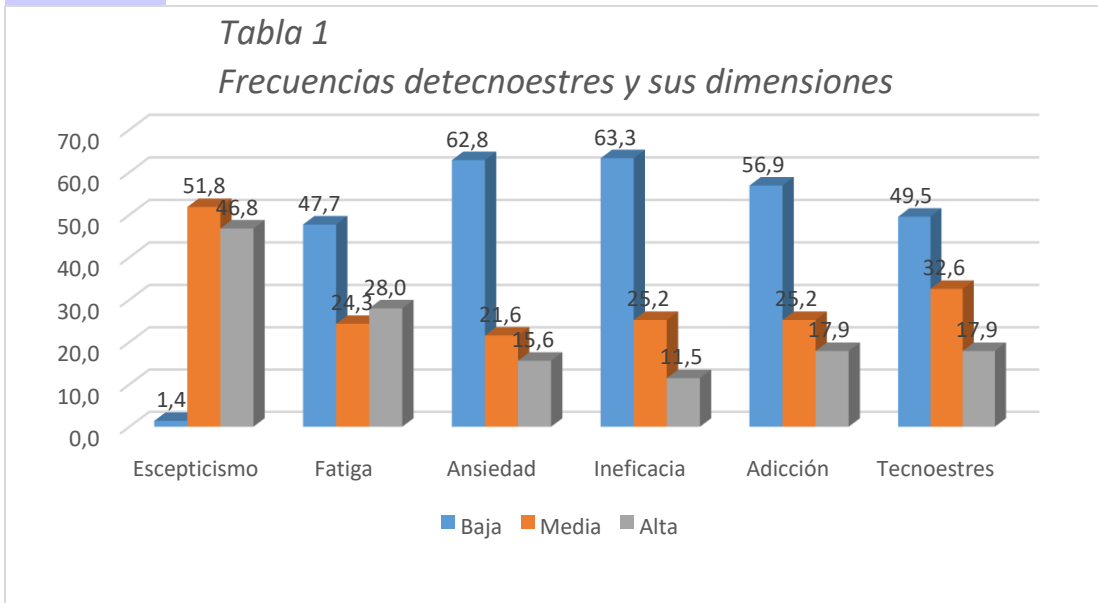
4.1. Estadísticas descriptivas

4.1.1. Frecuencia de tecnoestrés y sus dimensiones

Tabla 1

Frecuencias de tecnoestrés y sus dimensiones

Nivel	Escepticismo	Fatiga	Ansiedad	Ineficacia	Adicción	Tecnoestrés
Baja	1.4	47.7	62.8	63.3	56.9	49.5
Media	51.8	24.3	21.6	25.2	25.2	32.6
Alta	46.8	28.0	15.6	11.5	17.9	17.9
Total	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0



Los resultados generales obtenidos del tecnoestrés en los docentes en Lima y sus dimensiones, demostraron en la investigación la existencia de un nivel bajo de tecnoestrés con un 49.5 % pero al analizar los datos se observaron los resultados de la media con un 32.6% conjuntamente con un nivel de tecnoestrés alto de un 17.9%, los resultados de la media y de la alta se llegó a un nivel de tecnoestres regular que superaron la baja incidencia del tecnoestrés, con un porcentaje final de 50.8%,es por ello se concluye la existencia de tecnoestrés en los docentes en Lima. En cuanto a cada uno de las dimensiones, en la primera dimensión el escepticismo denotó una incidencia alta de 46.8%, en los docentes, en esta primera

dimensión concibieron valoraciones negativas en relación al uso de la cibernética, este resultado manifestó que los docentes tuvieron actitudes distantes y pensamientos de rechazo, hostilidad y de indiferencia de su uso y relacionados a su labor, en cuanto a la segunda dimensión la incidencia de la fatiga conocida agotamiento por la interrelación continua con la cibernética, se evidencio en un nivel bajo de una incidencia de 47.7%,según los resultados los maestros no evidencian cansancio o agotamiento pero al analizar los datos se evidencio una media con un 4.3% y un nivel alto de 28% manifestaron una incidencia de 50.3%, mucho mayor que la baja por lo cual se evidencia la existencia de la fatiga cuyos datos manifiestan que si hay cansancio, agotamiento en los docentes en su desempeño diario, con la tercera dimensión la ansiedad con una incidencia regular o media de 62.8%, en la que se experimentó alto nivel de respuesta fisiológica ante una amenaza o no contar con las capacidades para afrontarlas. Al igual que la ineficacia con un 63.3% manifestaron un nivel bajo , haciendo referencia a las capacidades limitadas y manejo inadecuado de la tecnología, los resultados evidencian que se han fortalecido sus capacidades y manejo adecuado de la tecnología, no se ha manifestado la problemática que la pandemia instauró en su comienzo con la nueva metodología virtual educativa, ante la necesidad emergente de aprender y adaptarse rápidamente a los cambios en su entorno laboral y familiar y por último la adicción la incidencia es baja con un 56.9%, los resultados evidencian la no existencia de uso convulsivo o descontrolado de la tecnología, en el análisis de la incidencia solo se consideró la interacción con las computadoras y laptops, pero no con otras herramientas tecnológicas como los celulares, pero se evidencio una adicción sutil con un 43.1% en la que los docentes manifestaron adicción.

4.1.2. Frecuencias de zona de ubicación y tecnoestrés

Tabla 2

Zona de ubicación de la institución educativa y tecnoestrés del docente

Tecnoestrés	Zona de ubicación de la institución educativa				Total
	Lima Centro	Lima Este	Lima Norte	Lima Sur	

Baja	12,8%	26,1%	2,8%	7,8%	49,5%
Media	9,6%	20,2%	0,9%	1,8%	32,6%
Alta	10,6%	7,3%	0,0%	0,0%	17,9%
% total	33,0%	53,7%	3,7%	9,6%	100,0%
Total, encuestas 72		117	8	21	218

En la Tabla 2 se obtuvo los niveles de tecnoestrés por zonas de ubicación de las Instituciones Educativas, donde se observó que el nivel de tecnoestrés bajo se evidencio en Lima Norte (2,8%) y en Lima Sur (7,8%) y el nivel de tecnoestrés alto en Lima Centro (10.6%) y en Lima Este (7,3%).

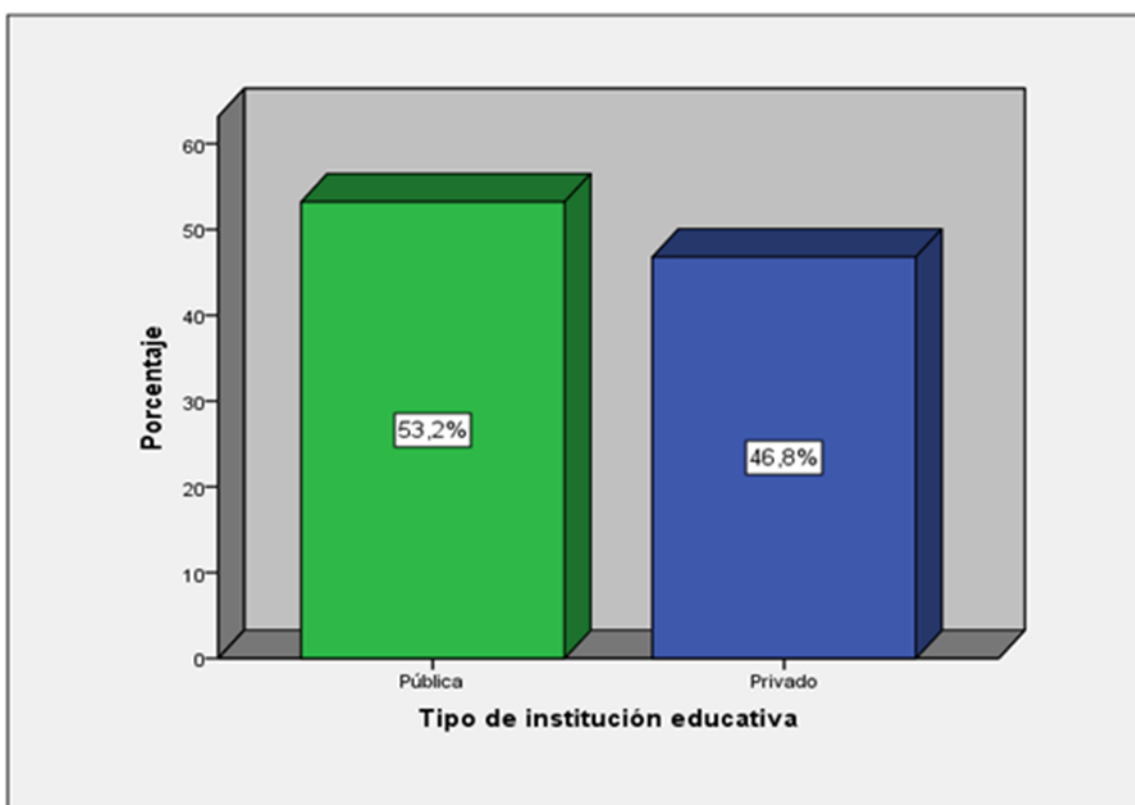
4.1.3. Frecuencias de tipos de instituciones educativas y tecnoestrés

Tabla 3

Tipo de institución educativa y tecnoestrés del docente

Tecnoestrés	Tipo de institución educativa		Total
	Público	Privado	
Bajo	29,8%	19,7%	49,5%
Medio	16,1%	16,5%	32,6%
Alto	7,3%	10,6%	17,9%
	53,2%	46,8%	100,0%
Total	116	102	218

En la Tabla 3 se tiene los niveles de tecnoestrés por los tipos de las Instituciones Educativas, se observó que los niveles altos de tecnoestrés estuvieron en las instituciones públicas (29.8%) y los niveles de tecnoestrés altos se encontraron en las instituciones privadas (10.6%) En cuanto al total por tipo de institución educativa el tecnoestrés alto correspondió a las instituciones públicas con el (53.2%).



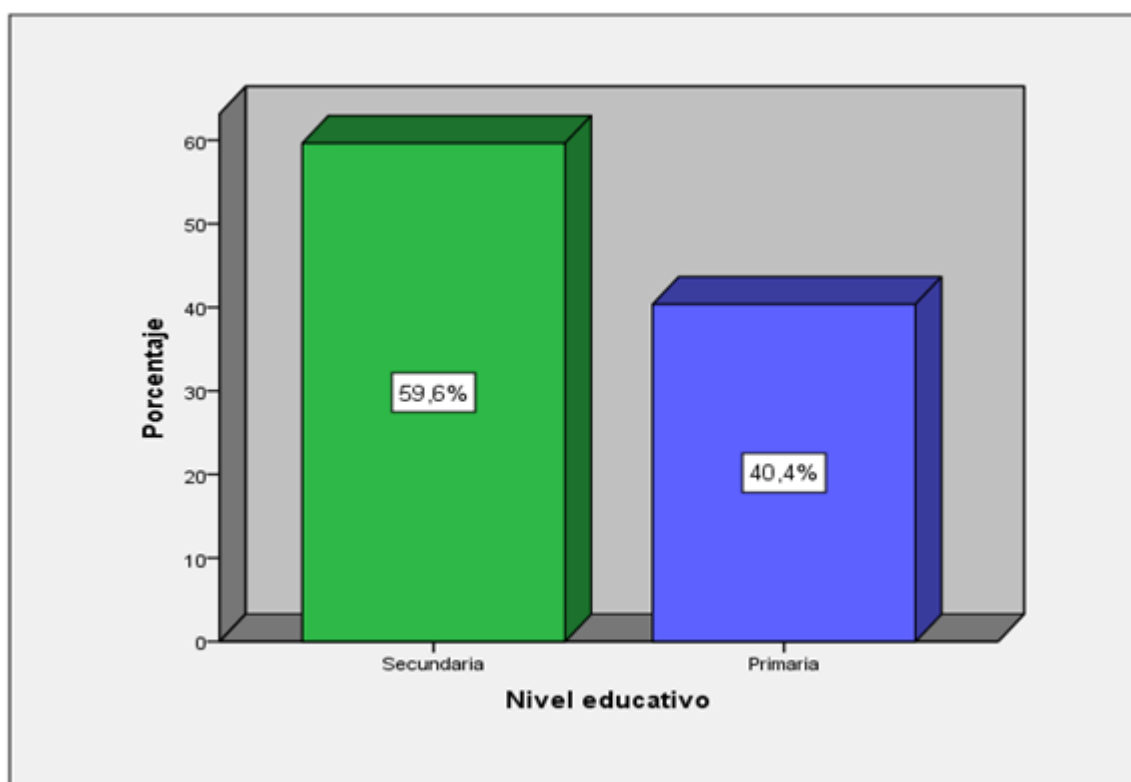
4.1.4. Frecuencias de nivel educativo y tecnoestrés

Tabla 4

Nivel educativo y el tecnoestrés

Tecnoestrés	Nivel educativo		Total
	Primaria	Secundaria	
Baja	23.4%	26.1%	49.5%
Media	11.0%	21.6%	32.6%
Alta	6.0%	11.9%	17.9%
	40.4%	59.6%	100.0%
Total	88	130	218

En la Tabla 4, se presentaron los resultados de los niveles de tecnoestrés por nivel educativo de las Instituciones Educativas, donde se observaron el nivel de tecnoestrés bajo en los docentes de secundaria con (26.1%) y los de primaria con (23.4%); en cambio el nivel de tecnoestrés alto se encontró en los docentes de secundaria con (11.9%). En cuanto al total por nivel educativo el tecnoestrés es más alto en docentes de secundaria con el 59.6%.



4.1.5. Frecuencias de grupo etario y tecnoestrés

Tabla 5

Grupo etario y el Tecnoestrés

Grupo etario	Tecnoestrés			Total
	Baja	Media	Alta	
23 – 30	5,5%	4,6%	2,3%	12,4%
31 – 40	15,1%	6,0%	4,1%	25,2%

41 – 50	12,4%	10,1%	5,5%	28,0%
51 – 60	14,2%	10,6%	5,0%	29,8%
61 – 65	2,3%	1,4%	0,9%	4,6%
% Total	49,5%	32,6%	17,9%	100,0%
Total	108	71	39	218

En la tabla 5, se presentaron los resultados de los niveles de tecnoestrés por grupo etario de los docentes de las Instituciones Educativas incluidos en la investigación, donde se observaron que el nivel de tecnoestrés bajo estuvo entre los docentes de 31 y 60 años (41.7%); coincidentemente el nivel de tecnoestrés alto se encontró entre los docentes con los mismos años (14.6%). En cuanto al total por grupo etario el tecnoestrés es más alto en docentes con 51 a 60 años (29.8%), seguido por los grupos etarios de 41 a 50 años (28.0%) y de 31 a 40 años (25.2%); haciendo un total para el grupo etario de 31 y 60 años de (83.0%).

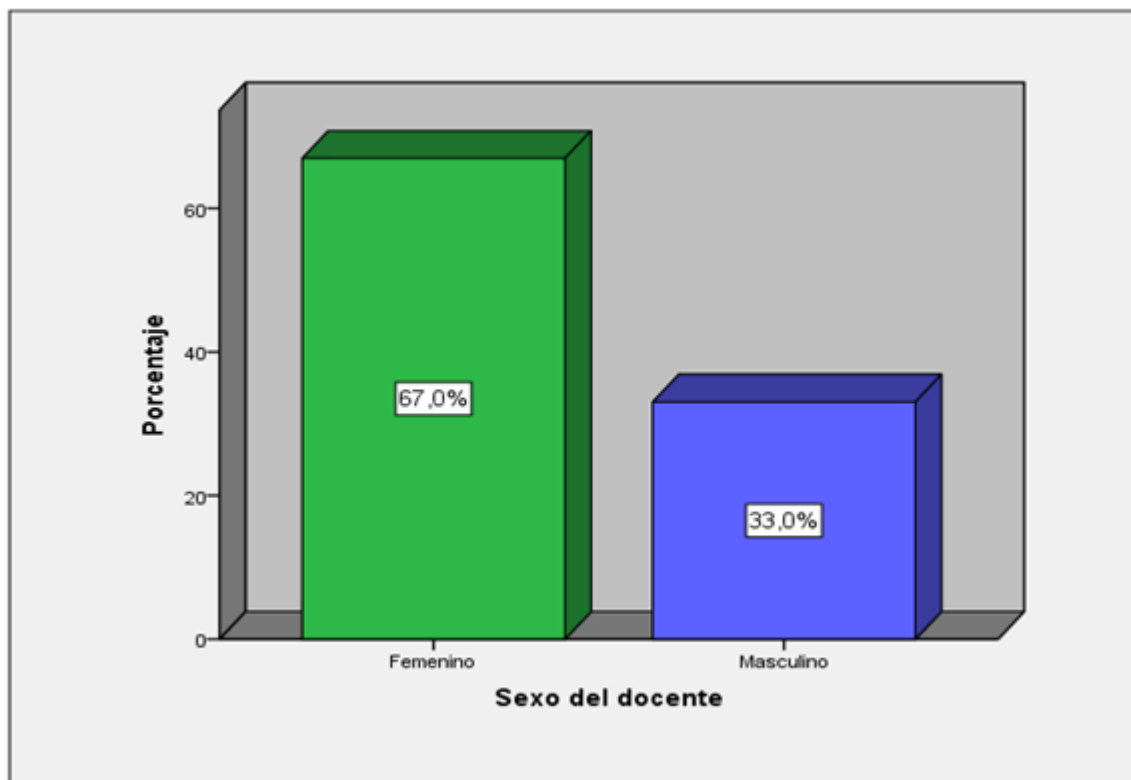
4.1.6. Frecuencias de sexo de los docentes y tecnoestrés

Tabla 6

Sexo de los docentes y el Tecnoestrés

Tecnoestrés	Sexo del docente		Total
	Masculino	Femenino	
Baja	11.9%	37.6%	49.5%
Media	13.8%	18.8%	32.6%
Alta	7.3%	10.6%	17.9%
% Total	33.0%	67.0%	100.0%
Total	72	146	218

En la Tabla 6, los resultados de los niveles de tecnoestrés por sexo de los docentes de las Instituciones Educativas, donde se observaron que el nivel de tecnoestrés bajo lo tienen los docentes de sexo femenino (37.6%) y el nivel de tecnoestrés alto en los docentes de sexo femenino con (10.6%), pero con porcentajes inferiores al nivel bajo.



4.1.6. Frecuencias de estado civil y tecnoestrés

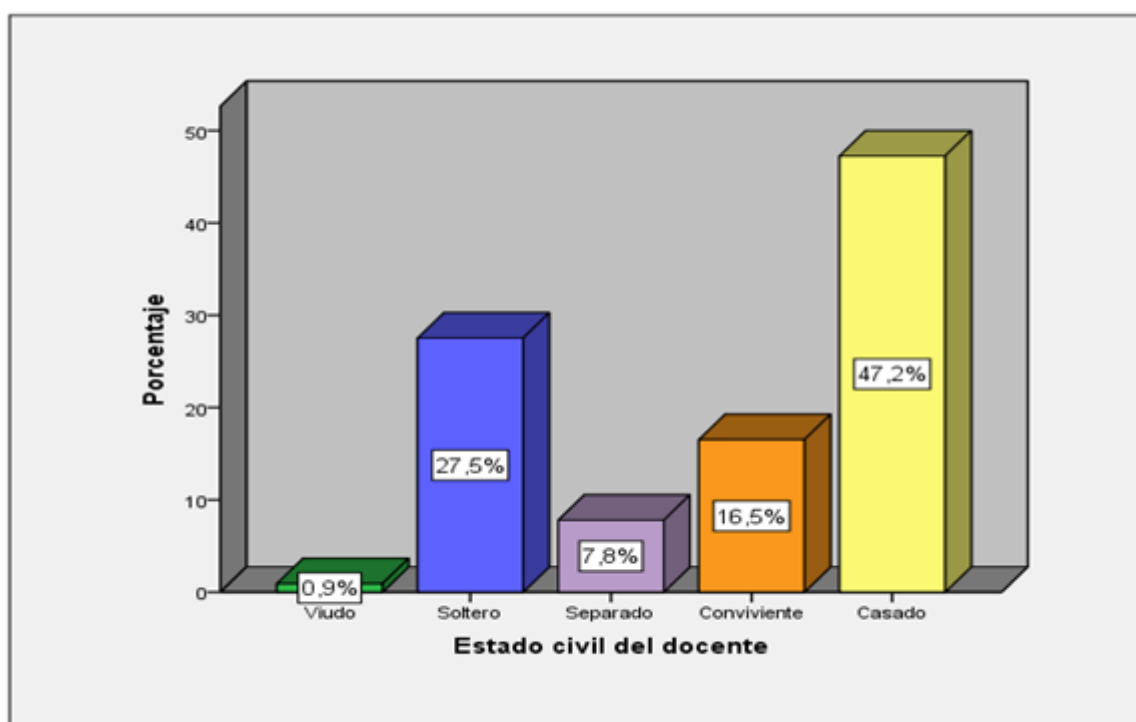
Tabla 7

Estado civil y el Tecnoestrés

Tecnoestrés	Estado civil del docente					Total
	Soltero	Conviviente	Casado	Separado	Viudo	
Baja	14.7%	8.7%	22.0%	4.1%	0.0%	49.5%
Media	10.1%	3.7%	16.5%	1.4%	0.9%	32.6%
Alta	2.8%	4.1%	8.7%	2.3%	0.0%	17.9%

% Total	27.5%	16.5%	47.2%	7.8%	0.9%	100.0%
Total	60	36	103	17	2	218

En la Tabla 7, se presentaron los resultados del nivel de tecnoestrés de acuerdo al estado civil de los docentes de las Instituciones Educativas incluidos en la investigación, donde se observaron que el nivel de tecnoestrés bajo correspondieron a los docentes casados (22.0%) y coincidentemente también el nivel de tecnoestrés alto se encontraron entre los docentes casados (8.7%), haciendo un total para los docentes casados de (47.2%). Lo que denota que los maestros casados son los que llevan el tecnoestrés en la convivencia no solo en su centro de trabajo a la par lo comparten con su familia, lo que manifiesta problemas e salud física o mental no solo individuales sino también generan problemas de salud física y mental familiares.



4.1. Análisis inferencial

4.1.1. Prueba de hipótesis de factores y tecnoestrés

Formulación de hipótesis

H₀: Los factores socio- educativos de las Instituciones Educativas no influyen en el tecnoestrés del docente.

H₁: Los factores socio- educativos de las Instituciones Educativas influyen en el tecnoestrés del docente. **Nivel de significación** $\alpha = 0.05$

Regla de decisión:

Si (Sig.) < ($\alpha = 0.05$),

Si (Sig.) > ($\alpha = 0.05$),

Resultados de regresión logística y Pseudo R cuadrado:

Tabla 8

Prueba de ajuste del modelo de tecnoestrés en función de los factores socio educativos de las Instituciones Educativas

	Logaritmo de la	Chi-	gl	Sig.	Pseudo R cuadrado	
Modelo verosimilitud -2		cuadrado				
Sólo intersección	376,968				Cox y Snell	0,244
Final	316,080	60,889	17	,000	Nagelkerke	0,280
					McFadden	0,137

Función de enlace: Logit.

Los resultados del modelo de ajuste indica que los factores sociales y educativos de las Instituciones Educativas influyen en el tecnoestrés del docente; respaldado por una Chi-cuadrado = 60,889 y (Sig.=,000 < α =,05), por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula. El modelo explica que los factores socio-educativos de las Instituciones Educativas influyen en el tecnoestrés del docente en un 28,0% (Nagelkerke=0,280), en la variabilidad del tecnoestrés del docente.

4.1.2. Prueba de hipótesis de factores y escepticismo

Formulación de hipótesis

H₀: Los factores sociales y educativos de las Instituciones Educativas no influyen en el escepticismo del docente.

H₁: Los factores sociales y educativos de las Instituciones Educativas influyen en el escepticismo del docente. **Nivel de significación** $\alpha = 0.05$

Regla de decisión:

Si (Sig.) < ($\alpha = 0.05$),

Si (Sig.) > ($\alpha = 0.05$),

Resultados de regresión logística y Pseudo R cuadrado:

Tabla 9

Prueba de ajuste del modelo de escepticismo en función de los factores sociales y educativos de las Instituciones Educativas

	Logaritmo de verosimilitud -2	Chi-cuadrado	gl	Sig.	Pseudo R cuadrado	
Sólo intersección	255,969				Cox y Snell	0,089
Final	235,655	20,314	11	,041	Nagelkerke	0,114
					McFadden	0,062

Función de enlace: Logit.

Los resultados del modelo de ajuste indica que los factores sociales y educativos de las Institución Educativa influyen en el escepticismo del docente; respaldado por Chi-cuadrado = 20,314 y (Sig.=,041 < α =,05), por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula. El modelo explica que los factores sociales y educativos de las Institución Educativa influye en el escepticismo del docente en un 11,4% (Nagelkerke=0,114), en la variabilidad del tecnoestrés del docente.

Prueba de hipótesis de factores y fatiga

Formulación de hipótesis

H₀: Los factores sociales y educativos de las Instituciones Educativas no influyen en la fatiga del docente.

H₁: Los factores sociales y educativos de las Instituciones Educativas influyen en la fatiga del docente. **Nivel de significación**

$$\alpha = 0.05$$

Regla de decisión:

Si (Sig.) < ($\alpha = 0.05$),

Si (Sig.) > ($\alpha = 0.05$),

Resultados de regresión logística y Pseudo R cuadrado:

Tabla 10

Prueba de ajuste del modelo de fatiga en función de los factores sociales y educativos de las Instituciones Educativas

	Logaritmo de la Chi-cuadrado	gl	Sig.	Pseudo R cuadrado
Modelo verosimilitud -2				
Sólo intersección	391,532			Cox y Snell 0,089
Final	332,750	17	,000	Nagelkerke 0,114
				McFadden 0,062

Función de enlace: Logit.

Los resultados del modelo de ajuste indica que los factores sociales y educativos de las Instituciones Educativas influyen en la fatiga del docente; respaldado por Chicuadrado = 20,314 y (Sig.=,041 < α =,05), por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula. El modelo explica que los factores socio- educativos de las Instituciones Educativas influyen en el escepticismo del docente en un 11,4% (Nagelkerke=0,114), en la variabilidad del tecnoestrés del docente.

4.1.3. Prueba de hipótesis de factores y ansiedad

Formulación de hipótesis

H₀: Los factores socio- educativos de las Instituciones Educativas no influyen en la ansiedad del docente.

H₁: Los factores socio-educativos de las Instituciones Educativas influyen en la ansiedad del docente. **Nivel de significación** $\alpha = 0.05$

Regla de decisión:

Si (Sig.) < ($\alpha = 0.05$),

Si (Sig.) > ($\alpha = 0.05$), se acepta la hipótesis nula

Resultados de regresión logística y Pseudo R cuadrado:

Tabla 11

Prueba de ajuste del modelo de ansiedad en función de los factores socio-educativos de las Instituciones Educativas

	Logaritmo de la Chi- cuadrado	gl	Sig.	Pseudo R cuadrado	
Modelo verosimilitud -2					
Sólo intersección	288,626			Cox y Snell	0,163
Final	249,936	38,747	14	,000	Nagelkerke 0,194
				McFadden	0,97

Función de enlace: Logit.

Los resultados del modelo de ajuste indica que los factores socio- educativos de las Instituciones Educativas influyen en la ansiedad del docente; respaldado por Chi-cuadrado =38,747 y (Sig.=,000 < α =,05), por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula. El modelo explica que los factores socio- educativos de las Instituciones educativas influyen en la ansiedad del docente en un 19,4% (Nagelkerke=0,194), en la variabilidad del tecnoestrés del docente.

Prueba de hipótesis factores e ineficacia

Formulación de hipótesis

H₀: Los factores socio- educativos de las Instituciones Educativas no influyen en la ineficacia del docente.

H₁: Los factores socio-educativos de las Instituciones Educativas influyen en la ansiedad del docente. **Nivel de significación** $\alpha = 0.05$

Regla de decisión:

Si (Sig.) < ($\alpha = 0.05$),

Si (Sig.) > ($\alpha = 0.05$),

Resultados de regresión logística y Pseudo R cuadrado:

Tabla 12

Prueba de ajuste del modelo de ineficacia en función de los factores socioeducativos de las Instituciones Educativas

	Logaritmo de la Chi- cuadrado	gl	Sig.	Pseudo R cuadrado	
Modelo verosimilitud -2					
Sólo intersección	309,660			Cox y Snell	0,178
Final	266,999	42,661	14	,000	Nagelkerke 0,214
				McFadden	0,111

Función de enlace: Logit.

Los resultados del modelo de ajuste indica que los factores socio- educativos de las Instituciones Educativas influyen en la ineficacia del docente; respaldado por Chi-cuadrado =42,661 y (Sig.=,000 < α =,05), por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula. El modelo explica que los factores socio- educativos de las Instituciones educativas influyen en la ineficacia del docente en un 21,4% (Nagelkerke=0,214), en la variabilidad del tecnoestrés del docente.

4.1.4. Prueba de hipótesis de los factores y la adicción

Formulación de hipótesis

H₀: Los factores socio- educativos de las Instituciones Educativas no influyen en la adicción del docente.

H₁: Los factores socio- educativos de las Instituciones Educativas influyen en la adicción del docente. **Nivel de significación** $\alpha = 0.05$

Regla de decisión:

Si (Sig.) < ($\alpha = 0.05$),

Si (Sig.) > ($\alpha = 0.05$),

Resultados de regresión logística y Pseudo R cuadrado:

Tabla 13

Prueba de ajuste del modelo de la adicción en función de los factores socioeducativos de las Instituciones Educativas

	Logaritmo de la Chi- cuadrado	gl	Sig.	Pseudo R cuadrado	
Modelo verosimilitud -2					
Sólo intersección	350,042			Cox y Snell	0,204
Final	300,312	49,730	14	,000	Nagelkerke 0,238
				McFadden	0,117

Función de enlace: Logit.

Los resultados del modelo de ajuste indica que los factores socio- educativos de las Instituciones Educativas influyen en la adicción del docente; respaldado por Chicuadrado =49,730 y (Sig.=,000 < α .,05), por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula.

El modelo explica que los factores socio- educativos de las Instituciones Educativas influyen en la adicción del docente en un 23,8% (Nagelkerke=0,238), en la variabilidad del tecnoestrés del docente.

V. DISCUSIÓN

La investigación tuvo como objetivo principal evaluar la presencia del tecnoestrés en una pandemia en docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022, en la medida en que, según la literatura presentada, los docentes estuvieron padeciendo esta enfermedad, debido a la velocidad con la que la nueva metodología educativa virtual emergió por la pandemia volviéndose obligatorio y apremiante ante una nueva metodología educativa virtual en la educación y las nuevas demandas del centro laboral, que impusieron actualizaciones y reemplazos en un corto período de tiempo, habilidades en el contexto virtual, exigiendo una actualización y adaptación constante de los docentes, conjuntamente alterando su salud física y mental y la metodología educativa presencial se dejó de lado, alterando la enseñanza de cercanía y seguimiento con el deseo de aprendizaje, surgiendo una nueva realidad con grandes dificultades y carencias que generaron sentimientos, emociones de frustración por no otorgar una enseñanza de calidad, carencia de computadoras, laptops y celulares inteligentes conjuntamente con su escasa habilidad para el manejo de estas, las exigencias de sus centros de trabajo se manifestó alteraciones en su salud mental y física como el estrés, la ansiedad, miedo, migrañas, lumbalgia, entre otras, ante estos hechos se generó la realización de la investigación donde se buscó medir la existencia del tecnoestrés en los docentes de Lima y sus dimensiones. La realización de la investigación resultó satisfactoria, ya que se logró el objetivo propuesto, siendo posible evaluar, a partir de las respuestas al cuestionario RED-TIC, previamente validado en la escala de Tecnoestrés, la correlación del tecnoestrés con los factores socio-educativos reportada en la literatura utilizada.

La escala de tecnoestrés se mantuvo con la estructura de cinco dimensiones: escepticismo, ansiedad, fatiga e ineficiencia y adicción, fue validada e implementada por los autores de la teoría del tecnoestrés en el contexto de la investigación. (Salanova 2007).

En cuanto a los resultados generales se pudo hallar que el 49,5% de los encuestados evidenciaron un nivel bajo de tecnoestrés, seguido por un 32,6% en un nivel medio, y por último un 17,9% manifestaron un nivel alto, analizando los

resultados se evidenciaron la presencia de tecnoestres en los docentes más aún si se consideraron los porcentajes regular y alto, proporción de tecnoestres mayor que el nivel bajo, confirmando la presencia de tecnoestres en el estudio y la relación con los factores socio-educativos, al respecto se hallaron resultados similares en el estudio de Ibarra (2020), sobre la interrelación de las variables en cuestión con el tecnoestres, principalmente con la tecnoansiedad con mayor nivel de estudios existe una incidencia de tecnoestrés y la interacción con las variables sociodemográficas.

Conjuntamente con Galarza (2018), su estudio le permitió conocer la interrelación entre la cibernética y el tecnoestrés, con un diseño no experimental, de tipo transversal, descriptivo y correlacional sobre una muestra de 200 estudiantes universitarios a los cuales se aplicó una escala sociodemográfica y una subescala de tecnoestrés; evidenciándose una incidencia media en todas sus dimensiones, específicamente a nivel de escepticismo con un 43,5 %, una Correlacional de Pearson $-0,152$ y la incidencia de la edad con la cibernética, a mayor edad menos consecuencias negativas adictivas.

Por su parte Revilla (2015), en su estudio buscaron la incidencia de la variable capacidad de resolución de problemas con la tecnología y los niveles de tecnoestrés con el cuestionario de RED- TIC de Salanova. Presentándose en el estudio la existencia de Tecnoestres pero con una correlación negativa muy baja de $-0,1759$.

Salazar (2019) los resultados obtenidos evidenciaron efectos negativos del tecnoestrés en el desempeño de los humanos generando un aumento en los niveles de estrés de rol, pero no afectaron o disminuyeron el desempeño.

En cuanto a la primera dimensión escepticismo, se halló incidencia alta de 46.8%, en los docentes, en esta primera dimensión concibieron valoraciones negativas en relación al uso de la cibernética, este resultado manifestó que los docentes tuvieron actitudes distantes y pensamientos de rechazo, hostilidad y de indiferencia de su uso y relacionados a su labor, en los encuestados la dimensión del escepticismo evaluando cuánto ha mantenido el trabajador su interés e implicación con las TIC, empezando a cuestionar si contribuye a su trabajo. Se observó que la mayoría de los participantes refirieron haber perdido el interés por

las tecnologías, y dudaron de los aportes que estas representan en su trabajo, no manteniéndose involucrados en el uso de las TIC.

En cuanto a la segunda dimensión, se halló que la fatiga en un 28,0% es de nivel alto, seguido por un 24,3% quienes mostraron un nivel medio, y por último un 47,7% manifestaron un nivel bajo, la fatiga evaluó al trabajador se siente agotado, cansado, disperso y tiene dificultad para relajarse después de trabajar con TIC. Los resultados mostraron que la mayoría de los encuestados no reportaron dificultad para relajarse después de un día de trabajo usando las TIC; pero si admitieron el agotamiento, que si evidencio al analizar la media y la alta con una incidencia de 52,3% admitiendo la imposibilidad de participar en otras actividades debido al cansancio derivado de la actividad TIC. Además, de forma equilibrada, es decir, la mitad de los participantes admitieron dificultad para concentrarse después de trabajar con tecnologías, la otra mitad no puntúa tal dificultad.

En cuanto a la tercera dimensión, se halló que la ansiedad en un 21,6% es de nivel medio, seguido por un 15,6% quienes muestran un nivel alto, y por último un 62,8% manifiestan un nivel bajo, la ansiedad evalúa el nivel de tensión, estrés irritabilidad, impaciencia, preocupación por cometer errores, destruir o perder información. Los encuestados no se sienten ansiosos o tensos al trabajar con tecnologías, ni se asustan ante la posibilidad de destruir información por su mal uso ni se sienten incómodos, irritados o impacientes por trabajar con TIC. Pero el porcentaje de medio y alto evidencian que si existe ansiedad aunque no lo manifestaron abiertamente los docentes por temor que la información sea conocida por sus pares y jefes.

En cuanto a la cuarta dimensión se halló que el 63,3% evidenciaron un nivel bajo de ineficacia, seguido por un 25,2% quienes mostraron un nivel medio, y por último un 11,5% manifestaron un nivel alto, la Ineficacia evaluó en qué medida el trabajador encontró la dificultad y se sintió inseguro e ineficaz al utilizar las TIC. Los resultados mostraron que, en su mayoría, los maestros encuestados no se sintieron ineficientes en el uso de las tecnologías, no consideraron difícil su uso y consideraron que en las tareas han sido eficaces cuando utilizaron las TIC, evidenciando que la capacitación y la urgente necesidad de adaptarse a la nueva

metodología educativa virtual ya que peligro su trabajo, ha hecho que los docentes aprendan rápidamente y hayan consigo la eficacia.

En cuanto a la quinta dimensión la adicción se halló que un 56,9% tuvo un nivel bajo, seguido por un 25,2% quienes mostraron un nivel medio, y por último un 17,9% manifestaron un nivel alto, la adicción evaluó en qué medida el trabajador ha hecho uso descontrolado e impulsivo de la cibernética afectando negativamente su estado de salud física y mental y en su diario vivir, no se encontró alta incidencia, ya que se limitó a computadoras y laptops, por lo cual se debe de ampliar a los demás herramientas, pero se evidencia la existencia de adicción a nivel regular.

En función al objetivo general se logró contrastar que si existe influencia del Tecnoestrés en los docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022, sobre estos resultados del modelo de ajuste indico que los factores sociales y educativos de las Instituciones Educativas influyeron en el tecnoestrés del docente; respaldado por una Chi-cuadrado = 60,889 y (Sig.=,000 < α =,05), por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula. El modelo explica que los factores socio-educativos de las Instituciones Educativas influyeron en el tecnoestrés del docente en un 28,0% (Nagelkerke=0,280), en la variabilidad del tecnoestrés del docente, hallazgos similares en el estudio de Cari (2020) donde concluye que a pesar que existió una relación de nivel bajo entre las variables y el tecnoestrés, se manifestó la existencia de tecnoestres y su relación con el desempeño docente, esto se estableció a través del coeficiente de correlación de Rho de Spearman que manifiesta un valor de 0,619 ($p < 0.01$). Otro autor Salazar (2019), concluyo que se evidencio la permanencia del tecnoestrés en la población continuamente y que es obligatorio realizar acciones de prevención y de capacitación para evitar sus terribles efectos. Se debe de considerar la gran importancia de las dimensiones del tecnoestrés como una fuente adicional de estrés y en consecuencia en su salud mental.

Por su parte Dávila (2022), concluyo que los maestros presentaron un grado medio de tecnoestrés, asimismo se presentó un grado satisfactorio de desempeño del maestro, lo que nos quiere decir que hay un vínculo entre las dos variables estudiadas.

En función al objetivo específico 1 se logró contrastar que existe influencia significativa del escepticismo en los docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022, sobre estos resultados hubo hallazgos similares en el estudio de Otro autor como Galarza (2018) realizó un estudio en el que planteo como objetivo el determinar la relación entre las TIC y el desarrollo del tecnoestrés los cuales aplico una escala sociodemográfica y una subescala de tecnoestrés; lo que finalmente dio como resultado una frecuencia media en todas sus dimensiones, específicamente un nivel alto de escepticismo con 43,5%.

Otro autor como Cornejo (2020), donde se demostró que los maestros de la zona de Puente Piedra- Perú emplearon la tecnología de información y comunicación (Tics) debido a su demanda laboral. Hallándose un 46% de un nivel bajo de Tecnoestrés . Un 23% nivel alto de escepticismo, 53% alto nivel de fatiga y 26% nivel alto de ansiedad, un 19% nivel alto de ineficiencia. Ante un desconocer o poca capacidad para la cibernética se manifestaron consecuencias negativas en la salud mental y amenaza psicosocial.

En función al objetivo específico 2 se logró contrastar que no existe influencia significativa de la fatiga en los docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022, sobre estos resultados hubo hallazgos similares en el estudio de Torres (2021), donde el autor alegó que hay un vínculo significativo entre las dos variables, lo que nos quiso decir que mientras mejor sea el liderazgo transformacional dentro de la institución, menor será el tecnoestrés del maestro o también de manera inversa. Por su parte Bazán (2022), concluye en que el vínculo encontrado entre las variables es positivo bajo, concluyendo en que no hay un vínculo entre las variables.

En función al objetivo específico 3 se logró contrastar que no existe influencia significativa de la ansiedad en los docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022, pero existe influencia sobre estos resultados hubo hallazgos similares en el estudio de Espíritu (2022), se buscó la interrelación de la cibernética y el tecnoestrés en los maestros. El enfoque cuantitativo de tipo no experimental y de nivel descriptivo correlacional, la muestra fue de 81 docentes de primaria (64 mujeres y 17 varones) de centros de enseñanzas nacionales del distrito de Comas en Lima. Se ejecutaron dos

cuestionarios (Escala de la utilización de la cibernética y del tecnoestrés). En la utilización de la cibernética los maestros obtuvieron una media de 3.39 con una incidencia de nivel regular, en el tecnoestrés la media fue 3.35 con un nivel intermedio, informando no estar ni confirmar un estrés. Lo que enfatizó la interrelación de las variables, un resultado negativo y moderado.

En función al objetivo específico 4 se logró contrastar que no existe influencia significativa de la ineficacia en los docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022, sobre estos resultados hubo hallazgos similares en el estudio de Ibérico, et al. (2021), los autores manifestaron que hay un vínculo entre el tecnoestrés y la satisfacción en el trabajo, sin embargo, el personal evaluado no presenta tecnoestrés, por ello están satisfechos con su trabajo.

En función a la hipótesis específica 5 se logró contrastar que no existe influencia significativa de la adicción en los docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022, sobre estos resultados hubo hallazgos similares en el estudio. Galarza (2018) que planteó como objetivo la relación entre las TIC y el desarrollo del tecnoestrés, como resultado una frecuencia media en todas sus dimensiones, específicamente a nivel de escepticismo se obtuvo 43,5%, fatiga 47,00%, ansiedad 42,50%, mientras que en ineficacia 37,00% y adicción un 45,5%. Concluyendo la existencia de una relación inversa entre la edad y el desarrollo de una adicción a la tecnología, en la que las personas más adultas manifestaban menos adicción.

En cuanto a las variables socio-educativas, se obtuvieron los niveles de tecnoestrés por zonas de ubicación de las Instituciones Educativas, donde se observó que el nivel de tecnoestrés bajo se evidenció en Lima Norte (2,8%) y el nivel de tecnoestrés alto en Lima Centro (10.6%), coincidiendo con Tapia & de la Serna (2017) que refirió la presencia de un tecnoestrés alto según la ubicación de la institución educativa. Los resultados indicaron que los docentes tuvieron un uso limitado de las TIC (52%), por su ubicación.

En cuanto se presentaron los resultados de los niveles de tecnoestrés por grupo etario de los docentes de las Instituciones Educativas incluidos en la investigación, se observaron que el nivel de tecnoestrés bajo estuvo entre los docentes de 31 y 60 años (41.7%); coincidiendo con los antecedentes de Echeverri,

(2018), Surej (2015), Cabezas et al., (2017).Echeverri (2018), Estrada et al.(2017),en la que se destaca que el tecnoestrés genera consecuencias negativas en su salud física y mental en los grupos etarios comprendidos de 30 años a más.

Los resultados de los niveles de tecnoestrés por sexo de los docentes de las Instituciones Educativas, donde se observaron que el nivel de tecnoestrés bajo lo tuvieron los docentes de sexo femenino (37.6%) , coincidiendo con Cabezas et al., (2017),Surej (2015).

Se presentaron los resultados del nivel de tecnoestrés de acuerdo a la variable del estado civil de los docentes de las Instituciones Educativas incluidos en la investigación, donde se observaron que el nivel de tecnoestrés bajo correspondieron a los docentes casados (22.0%) y coincidentemente también el nivel de tecnoestrés alto se encontraron entre los docentes casados (8.7%), haciendo un total para los docentes casados de (47.2%).Lo que denota que los maestros casados son los que llevan el tecnoetres en la convivencia no solo en su entorno de trabajo a la par lo comparten con su familia, lo que manifiesta problemas de salud física o mental no solo individuales sino también generan problemas de salud física y mental familiares, coincidiendo con Tarafdar et al., (2019). Las consecuencias negativas del tecnoestrés se ven reflejadas en la salud de los individuos y a nivel organizacional como sus estados de ánimo y concentración, además de generar el rechazo a la tecnología por estar conectados todo el día a un dispositivo y quedar lejano la interacción del contexto de casa y pareja, quedando atrapados en la multitarea, continuamente distraídos en un estado continuo de atención parcial, con poco tiempo para el descanso mental y el análisis creativo

Considerando los estudios revisados y la recopilación realizada en la presente investigación, se deben plantear supuestos como la necesidad de indagar con mayor profundidad el tema de los desequilibrios psicosomáticos y las enfermedades profesionales, o comparar los resultados obtenidos con el historial de salud de los participantes para verificar que se mantienen los resultados obtenidos.

VI. CONCLUSIONES

Primera: En función al objetivo general se logró contrastar que si existe influencia o presencia del Tecnoestrés en los docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022. Los resultados del modelo de ajuste indica que los factores socio-educativos de las Instituciones Educativas influyen en el tecnoestrés del docente; respaldado por una Chi-cuadrado = 60,889 y (Sig.=,000 < α =,05). El modelo explica que los factores socio-educativos de las Instituciones Educativas influyen en el tecnoestrés del docente en un 28,0% (Nagelkerke=0,280), en la variabilidad del tecnoestrés del docente.

Segunda: En función al objetivo específico 1 se logró contrastar que si existe influencia significativa del escepticismo en los docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022. Los resultados del modelo de ajuste indica que los factores socio-educativos de las Institución Educativa influyen en el escepticismo del docente; respaldado por Chi-cuadrado = 20,314 y (Sig.=,041 < α =,05),. El modelo explica que los factores socio-educativos de las Institución Educativa influyen en el escepticismo del docente en un 11,4% (Nagelkerke=0,114), en la variabilidad del tecnoestrés del docente.

Tercera: En función al objetivo específico 2 se logró contrastar que existe influencia de la fatiga en los docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022. Los resultados del modelo de ajuste indica que los factores socio-educativos de las Instituciones Educativas influyen en la fatiga del docente; respaldado por Chicuadrado = 20,314 y (Sig.=,041 < α =,05). El modelo explica que los factores socio-educativos de las Instituciones Educativas influyen en la fatiga del docente en un 11,4% (Nagelkerke=0,114), en la variabilidad del tecnoestrés del docente.

Cuarta: En función al objetivo específico 3 se logró contrastar que existe influencia de la ansiedad en los docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022. Los resultados del modelo de ajuste indica que los factores socio-educativos de las Instituciones Educativas influyen en la ansiedad del docente; respaldado por Chicuadrado =38,747 y (Sig.=,000 < α =,05). El modelo explica que los factores socio-educativos de las Instituciones Educativas influyen en la ansiedad del

docente en un 19,4% (Nagelkerke=0,194), en la variabilidad del tecnoestrés del docente.

Quinta: En función al objetivo específico 4 se logró contrastar que existe influencia de la ineficacia en los docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022. Los resultados del modelo de ajuste indica que los factores socio- educativos de las Instituciones Educativas influyen en la ineficacia del docente; respaldado por Chi-cuadrado =42,661 y (Sig.=,000 < α =,05). El modelo explica que los factores socio-educativos de las Instituciones Educativas influyen en la ineficacia del docente en un 21,4% (Nagelkerke=0,214), en la variabilidad del tecnoestrés del docente.

Sexta: En función al objetivo específico 5 se logró contrastar que existe influencia de la adicción en los docentes de Instituciones Educativas de Lima, 2020-2022. Los resultados del modelo de ajuste indica que los factores socio-educativos de las Instituciones Educativas influyen en la adicción del docente; respaldado por Chicuadrado =49,730 y (Sig.=,000 < α =,05). El modelo explica que los factores sociales y educativos de las Instituciones Educativas influyen en la adicción del docente en un 23,8% (Nagelkerke=0,238), en la variabilidad del tecnoestrés del docente.

VII. RECOMENDACIONES

Primera: Se recomienda para los estudios posteriores del tecnoestrés en docentes, aparte de la aplicación del cuestionario de RED-TIC conjuntamente con un estudio cualitativo, ya que el cuestionario no recoge toda la problemática y el sentir del docente peruano.

Segunda: Se recomienda profundizar en la investigación del tecnoestrés adecuándola a la realidad y problemática de la región y de la población objeto de estudio con sus posibles modificaciones, sus valoraciones cognitivas y experiencias y las repercusiones que podrían tener estos cambios sobre los indicadores.

Tercera: Proporcionar alternativas y capacitaciones sobre lo negativo del tecnoestrés, la importancia de convivir con un eutrés para así obtener una capacidad de respuesta tanto física como mental, oportuna y no genere efectos negativos permanentes, para evitar posibles complicaciones o la aparición de cualquiera de las dimensiones de la tecnoadicción tecnofatiga o tecnoansiedad en el desempeño educativo.

Cuarta: Se sugiere concientizar a las directivas educativas del ministerio, ugel, centros educativos y a los docentes sobre la importancia de apoyo a la investigación, facilitando la aplicación, recojo de información, para lograr conocer la realidad diagnóstica y por ende la propuesta más cercana a la realidad con acciones que logren un cambio real.

Quinto: Se sugiere a nivel nacional la implementación de un software para los docentes en forma gratuita y de capacitaciones gratuitas para el reforzamiento de sus capacidades.

Sexta: La creación de un plan nacional en la MINEDU para los docentes para que se les otorgue maquinarias tecnológicas además de préstamos para el apoyo en la adquisición de estas con cero interés.

Séptima: Se recomienda hacer descansos laborales una vez por mes e implementar durante el desarrollo de su cátedra reforzar la salud mental con música, ejercicios de relajación, y otras actividades pequeñas.

Octava: Se recomienda la creación de una línea gratuita para la atención de salud física y mental con convenios con MINSA y ESSALUD.

Novena: El tecnoestrés para los docentes, debe ser evaluado permanentemente ya que la salud física y mental de ellos está en constante riesgo, debe ser incluido en la prevención primaria y secundaria conjuntamente con una evaluación en la curricular por la MINEDU y así actualizar el tecnoestrés como una amenaza constante.

VIII. PROPUESTA:

Programa de Intervención

CONVIVIENDO CON EL TECNOESTRES

Introducción

Implementación de talleres vivenciales de capacitación y recreación para docentes de las instituciones educativas en la que se aplicó la investigación además de una línea gratuita para orientación o ayuda psicológica para docentes, en coordinación con los centros de salud y MINSA.

Justificación del problema: El tecnoestrés en los docentes, es una manifestación que si bien ha disminuido aún está presente con otro tipo de manifestaciones y factores, siendo por lo tanto una problemática que se visualiza como uno de los mayores problemas que afectan la salud física y mental de los docentes y es por ello que es importante brindarles calidad de vida y bienestar con acciones concretas y viables para ello un programa de prevención y fortalecimiento de la salud mental y física. Se plantea una propuesta de intervención en las instituciones educativas de nivel primaria y secundaria, sean públicas o privadas con la finalidad que brinden un ambiente de trabajo para interactuar y compartir espacios de recreación, de terapia, interacción de colegas y sus familias por ende en el mejoramiento en su calidad de vida, buscando actividades de bienestar y salud en contra del tecnoestrés

Objetivo General

- Desarrollar una propuesta de intervención en tecnoestrés en los docentes para fortalecer la respuesta adaptativa a los factores de riesgo que experimentan los docentes.

Objetivos Específicos:

- Sensibilizar a los docentes y a sus familias sobre los riesgos del tecnoestrés y su atención inmediata.
- Diseñar estrategias y alternativas en prevención e intervención de los docentes en tecnoestrés

Metodología. Esta propuesta de plan de intervención en tecnoestrés, en la cual se realizará gestiones y coordinaciones.

a.- En primera instancia con los directores y jefes de las diferentes áreas educativas de las instituciones educativas, coordinaciones en redes,

b.- Posteriormente con los centros y postas de salud cercanas a los centros educativos para una evaluación física y mental y su respectivo tratamiento

c.-Entre ministerios como los de salud, educación, ministerio de la mujer, ministerio de poblaciones vulnerables

d.- Seguimiento de casos, fortalecimiento familiar y la aplicación de técnicas como la terapias de familia e individual, técnicas de entrenamiento para la salud mental para el logro del objetivo.

e.- Convocatoria y contratación en cada institución educativa para que ingrese y labore un profesional en trabajo social y psicología.

f.- Instaurar un ambiente físico para realizar actividades de confraternidad, talleres y evaluación al docente y sus familias.

g.- Convenios con Centros y postas cercanas a las instituciones educativas para evaluación mensual en su salud física y mental y con énfasis de obligatorio antes de tomar sus vacaciones.

h.- Convenios con Instituciones y/ empresas privadas para la donación de máquinas de computo, Tablet, celular y bajo el lema apoya a la educación adopta una institución educativa.

I.- Coordinar con el MINSA y MINEDU para la creación de una línea para el apoyo psicológico de los docentes para la atención de su problemática físico, mental y familiar.

m.- Sesiones de terapia física y familiar.

Talleres Vivenciales:

Talleres introductorios entre febrero y marzo sobre los problemas físicos y psicológicos que genera el tecnoestrés.

1.- Talleres de estimulación relax física y psicológica, Cambio de las situaciones emocionales y físicas de la situación de tecnoansiedad o tecnofatiga, durante todo el año.

2.- Talleres de actividades recreativas obligatorias, durante 4 veces al año.

3.-Talleres de confraternidad, cada fin de mes.

4.- Talleres actividades de manualidades

5.- Coordinaciones para donaciones o entregas para material y herramientas Tecnológicas.

6.- Los entornos o centros laborales deben estar condicionados con las pautas ergonómicas, herramientas implementadas anualmente y con el fomento de la capacidades de la cibernética, recursos permanentes.

Cronograma, Empezando desde el año 2023 y a lo largo del año 2023 en las instituciones educativas de estudio.

Talleres Vivenciales:

Tabla 1

CONVIENDO CON EL TECNOESTRES

SEMANA	MES	FECHA	PARTICIPANTES	TALLERES INTRODUCTORIOS	SEXO	EDAD

Primera semana	Febrero	1 al 2	Docentes de los centros educativos en la que se aplicó el cuestionario	sensibilización porque es malo tener ansiedad-fatiga-tecnoestres	Mujeres y varones	Todas las edades
Segunda semana	Febrero	15 al 16	Docentes de los centros educativos en la que se aplicó el cuestionario	Identificando mi malestar físico y mental la tecno que me daña PASEO	Mujeres y varones	Todas las edades
Tercera semana	Febrero	20 al 21	Docentes de los centros educativos en la que se aplicó el cuestionario	Aprendiendo a relajarme Paseo	Mujeres	Todas las edades
Tercera semana	Febrero	23 al 24	Docentes de los centros educativos en la que se aplicó el cuestionario	Aprendiendo a relajarme Paseo	Varones	Todas las edades
Cuarta semana	Marzo	1 al 6	Docentes de los centros educativos en la que se aplicó el cuestionario	Aprendiendo a relajarme actividades de terapia física	Mujeres	Edades entre 20 a 40
Quinta semana	Marzo	7 al 12	Docentes de los centros educativos en la que se aplicó el cuestionario	Aprendiendo a relajarme actividades de terapia física	Varones	Edades entre 20 a 40

Sexta semana	Marzo	15 al 17	Docentes de los centros educativos en la que se aplicó el cuestionario	Aprendiendo a relajarme actividades de terapia física	Mujeres	Edades entre 41 a 65
Séptima semana	Marzo	19 al 21	Docentes de los centros educativos en la que se aplicó el cuestionario	Aprendiendo a relajarme actividades de terapia física	Varones	Edades entre 41 a 65
Octava Semana y todos los fin de mes del año 2023	Marzo	23 al 24 y todos los meses del año 2023	Docentes de los centros educativos en la que se aplicó el cuestionario	Aprendo a convivir con la tecno y Terapias psicológicas	Mujeres y varones	Todas las edades
Evaluación						

REFERENCIAS:

Albarrán, 2018. Niveles de Tecnoestrés en el personal de ventas en una empresa financiera de la ciudad de Lima-2017 (Tesis de licenciatura, Perú: Universidad Inca Garcilazo de la Vega)

<http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2474/TRAB.S>

UF.PROF.Ismael%20Albarr%c3%a1n%20Ch%c3%a1vez.pdf?sequence=2&isAllowed=y

- Alcas et al., (2019). Tecnoestrés docente y percepción de la calidad de servicio en una universidad privada de Lima. *Revista de Psicología Educativa*, 7(3), 231-239. <https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.388>
- Aragües, (2017). El impacto de las tecnologías de la información y de la comunicación en la salud de los trabajadores: el tecnoestrés. *E-Revista Internacional de la Protección Social*. <https://hdl.handle.net/11441/76351>
- Araya, (2018). Adaptación y Validación Del Cuestionario De Medición De Tecnoestrés En funcionarios Municipales De Las Comunas De Angol, Linares Parral y Retiro (Tesis Doctoral). Universidad de Concepción, Chile.
<http://repositorio.udec.cl/handle/11594/3578>
- Alvites, (2019). Estrés docente y factores psicosociales en docentes de Latinoamérica, Norteamérica y Europa. *Propósitos y representaciones*, 7(3), 141-159. <https://n9.cl/0cj7p>
- Bandura, (1987). Pensamiento y Acción - Fundamentos Sociales. <https://www.worldcat.org/title/pensamiento-y-accionfundamentossociales/oclc/503227218>.
- Barreto y Piamonte, (2020). Estrés laboral en comunidad docente. <https://hdl.handle.net/20.500.12494/17678>
- Bazán, (2022). Relación entre el estrés y el desempeño laboral en docentes de una Universidad Privada de Lima . (Tesis de maestría, Perú: Universidad César Vallejo). Repositorio de Universidad César Vallejo.
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/79254/Bazan_RGM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Brod, (1982). Managing technostress: optimizing the use of computer technology. *Personnel Journal*, 61(10), 753-57.
- Brooks, et al., (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it:

rapid review of the evidence. *The Lancet*. Lancet Publishing Group.
[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)

Cárdenas y Bracho, (2020) Tecnoestrés una Consecuencia de la Inclusión de las TICs en el trabajo. *Revista Interdisciplinaria de Humanidades, educación, ciencia y tecnología*, 6(1), 295-314.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7390786>

Cahuaza y Silva, (2020). Análisis del tecnoestrés en los docentes de una universidad privada de la zona nor oriental del Perú. (Tesis de Licenciatura, Perú Universidad Peruana
https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/4685/Marguit_Tesis_Licenciatura_2020.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Chahuares y Chirinos, (2021). Uso de las TICs en el proceso enseñanza-aprendizaje virtual y nivel de estrés en docentes de la Facultad de enfermería de la Unsa, Arequipa-Peru. (Tesis de licenciatura, Perú: Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa). Repositorio de Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa
http://190.119.145.154/bitstream/handle/20.500.12773/12788/ENchdemj_chmaki.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Chen y Muthitacharoen, (2016). An empirical investigation of the consequences of technostress: Evidence from China. *Information Resources Management Journal*, 29(2), 14–36. doi:10.4018/irmj.2016040102.

Cari, (2020). Tecnoestrés Y Desempeño Docente Del Nivel Primaria De Las Instituciones Educativas Paucarpata – Arequipa.(Tesis de licenciatura, Perú: Universidad Católica los Ángeles Chimbote). Repositorio de Universidad César Vallejo.
<http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19767/ANSI>

Cabezas et al., (2017). ¿Condicionan el género y la edad el nivel de competencia digital? Un estudio con estudiantes universitarios. *Fonseca, Journal of Communication*, 15, 109-125. <http://dx.doi.org/10.14201/fjc201715109125>

- Collie, (2021). COVID-19 and Teachers' Somatic Burden, Stress, and Emotional Exhaustion: Examining the Role of Principal Leadership and Workplace Buoyancy. *AERA Open*, 7. <https://doi.org/10.1177/2332858420986187>
- Cornejo, B. (2020). Tecnoestrés en docentes de la zona de Puente Piedra-Lima, . (Tesis de licenciatura, Perú: Universidad César Vallejo). Repositorio de Universidad César Vallejo https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/54220/Cornejo_HBO-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Cuervo et al.,(2018). Technostress in Communication and Technology Society: Scoping Literature Review from the Web of Science. *Archivos de Prevención de Riesgos Laborales*, 21(1), 18–25. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29397588/>
- Damicone, (2021). Technostress: Measuring, Describing, and Identifying Causes of Teachers' Technological Stress During the COVID19 Pandemic. Estados Unidos: OhioLINK Electronic Theses and Dissertations Center. Recuperado de:https://etd.ohiolink.edu/apexprod/rws_olink/r/1501/10?clear=10&p10_accession_num=kent1627068529156928
- Dávila, (2022). El tecnoestrés en el desempeño docente en la I.E. N° 6066 "Villa el Salvador", 2021. (Tesis de maestría. Perú: Universidad César Vallejo). Repositorio de Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/81236/Davila_HFJSD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Echandia, (2021). Tecnoestrés y desempeño docente en la Institución Educativa San Francisco de Asis de Huanta. (Tesis de maestría. Perú: Universidad César Vallejo).Repositorio de Universidad César Vallejo [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/78973/Echandia_MY - SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/78973/Echandia_MY_SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Echeverri et al., (2018). Conocimiento y usos pedagógicos de las TIC por parte de docentes universitarios (Tesis de maestría.Peru: Universidad Antonio Ruiz Montoya, Perú) <http://hdl.handle.net/20.500.12833/1918>

Eidman, L., y Basualdo, S. (2021). Adaptación y validación de la escala RED- 36 tecnoestrés en población de estudiantes universitarios argentinos. *Revista De Investigación En Ciencias Sociales Y Humanidades*, 8(2), 178–188. <https://revistacientifica.uamericana.edu.py/index.php/academo/article/view/460/432>.

Efiliti y Coklar, (2019). Teachers' Technostress Levels as an Indicator of Their Psychological Capital Levels. *Turquía: Universal Journal of Educational Research*. Recuperado de <https://eric.ed.gov/?id=EJ1204632>

Espíritu,(2022) — Uso de las TIC y Tecnoestrés en los docentes de primaria.(Tesis de licenciatura, Licenciado en Educación Primaria e Interculturalidad Universidad de Ciencias y Humanidades, Perú. Repositorio Universidad de Ciencias y umanidades:Perú

<https://repositorio.uclm.es/bitstream/handle/>

Estrada et al., (2020). Teacher technostress in the chilean school system. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(15), 1–17. <https://doi.org/10.3390/ijerph17155280>

Estrada et al., (2021). Competencia digital y variables sociodemográficas en docentes peruanos de educación básica regular. *Revista San Gregorio*, 1(45), 1-16. <https://doi.org/10.36097/rsan.v0i45.1502>

Repositorio Universidad de Concepción

<http://repositorio.udec.cl/bitstream/11594/7492/1/Las%20Tecnolog%CC%81as%20de%20La%20Informacio%CC%81n%20y%20la%20Comunicaci%CC%81n%20Como%20Generadoras%20de%20Tecnoestre%CC%81s%20en%20Docentes%20de%20La%20Comuna%20de%20San%20Carlos%20N%CC%83uble.pdf>

Figuroa, (2021). Las tecnologías de la información y comunicación (Tic) como generadoras de tecnoestrés en docentes teletrabajadores de la comuna de San Carlos Ñuble. (Tesis de licenciatura. Chile: Universidad de Concepción). Ghoreyshi & Tahririan, (2021). A comparative study of contextual and personal factors associated with burnout and its consequences: A case of efl

- teachers in public schools and private institutes. *Applied Research on English Language*, 10(2), 1–32. <https://doi.org/10.22108/ARE.2020.120966.1522>
- Gonzales, T. (2022). Estrés laboral y desempeño docente en el contexto de la educación virtual Covid-19 Chimbote. (Tesis de maestría. Perú: Universidad César Vallejo). Repositorio de Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/82264/Gonzales_MTI-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- González y Pérez, (2019). Tecnoestrés docente: el lado opuesto de la utilización de las nuevas tecnologías por los docentes del Nivel Medio. (Artículo científico. Revista científica Estudios e investigaciones. Recuperado de <http://revista.unibe.edu.py/index.php/rcei/article/view/205/264> Communication Technology, 1(1), 108–120. https://apiar.org.au/wpcontent/uploads/2015/08/APCAR_BRR718_ICT.pdf científico). Revista científica Estudios e investigaciones. Recuperado de <http://revista.unibe.edu.py/index.php/rcei/article/view/205/264>
- Harahap, & Effiyanti, (2015). Technostress among educators: a revisit of social cognitive perspective. *Asia Pacific Journal of Contemporary Education and*
- Herman et al., (2021). Individual and School Predictors of Teacher Stress, Coping, and Wellness During the COVID-19 Pandemic. *School Psychology*, 36(6), 483–493. <https://doi.org/10.1037/spq0000456>
- Hernández, R., Fernández, C. Y Baptista, M.(2014). Metodología de la investigación. McGraw Hill. <https://www.uca.ac.cr/wpcontent/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>.
- Huanca, (2020). Síndrome de Burnout y resiliencia en docentes de secundaria en la UGEL 02, 2020. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/51308>
- Iberico et al., (2021). Tecnoestrés y satisfacción laboral en trabajadores que realizan teletrabajo en instituciones educativas adventistas. (Tesis de licenciatura. Perú: Universidad Peruana Unión). Repositorio de Universidad Peruana Unión https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/5361/Shany_Tesis_Licenciatura_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Illesca, (2021). Tecnoestrés y el desempeño docente en el marco de la estrategia "Aprendo en casa" en Instituciones Educativas del nivel Secundario del distrito de Acolla, Jauja. (Tesis de maestría. Perú: Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle). Repositorio de Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle <https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14039/6025/Diana%20Mar%c3%ada%20ILLESCA%20GIL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Inbar & Shiri, (2021). Managing the emotional aspects of compassion fatigue among teachers in Israel: a qualitative study. *Journal of Education for Teaching*, 47(4), 562–575. <https://doi.org/10.1080/02607476.2021.1929876>
- Galarza, (2018). Las Nuevas Tecnologías de la Comunicación (TIC): su relación con el Tecnoestrés en estudiantes universitarios (Tesis para Licenciatura. Universidad siglo 21, Argentina). Recuperado de: <https://bit.ly/2RqdZU>
- Giraldo, (2020). Tecnoestrés y demandas de trabajo en profesorado virtual/distancia. (Tesis de maestría, Colombia : Pontificia Universidad Javeriana de Cali, Colombia). http://vitela.javerianacali.edu.co/bitstream/handle/11522/13485/Tecnoestres_demandas_trabajo.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Jiyoung y Sungwon, (2019). The Moderating Effects of Ego-Resilience and Relationship with Colleague Teachers on the Association between the Effects of Technostress and Teaching Efficacy of Early Childhood Teachers. . República de Corea: Korean Journal of Stress Research. Recuperado de <https://www.stressresearch.or.kr/journal/view.php?doi=10.17547/kjsr.2019.27.3.251>
- Koch, (2021). Teachers coping with technostress in online vocational education. Países bajos: University of groningen. Recuperado de <https://feb.studenttheses.ub.rug.nl/28776/1/MSc%20CM%20Thesis%20Anne%20Koch%20S2744643%20Teachers%20Coping%20with%20Technostress%20in%20Online%20Vocational%20Education%20.pdf>
- Lazarus y Folkman, (1986). Estrés y procesos cognitivos. Barcelona.

<http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/v30n1/v30n1a07.pdf>
www.scielo.org.co/pdf/psdc/v30n1/v30n1a07.pdf

La Torre et al., (2019). Definition, symptoms and risk of techno-stress: a systematic review. *Int Arch Occup Environ Health*, 92(1), 13-35.

<https://doi.org/10.1007/s00420-018-1352-1>

Lisans y Sinan, (2021). The impact of technostress and technology acceptance on performance of bank employee. Turquía: T.C. Marmara Universitesi.

Recuperado de

<https://www.proquest.com/openview/a86abf33494d23f15addc5628aab340a/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2026366&diss=y>

Liu, (2019). Public school teacher experience of technostress in a mandatory technology adoption policy environment. Estados Unidos: JAMES MADISON UNIVERSITY. Recuperado de

<https://commons.lib.jmu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1654&context=master201019>

Llorca et al., (2021). Development of Burnout Syndrome in Non-university Teachers: Influence of Demand and Resource Variables. *Frontiers in Psychology*, 12.

<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.644025>

León & Mancesidor ,(2021). Estrés en docentes con trabajo remoto, en tiempo de pandemia de una institución educativa pública de Independencia, Lima

<https://hdl.handle.net/20.500.12692/62704>

Llorens, S., Salanova, M., y Ventura, M. (2011). Tecnoestrés (Editorial).

<https://www.amazon.com/-/es/Susana-Llorens-Gumbau/dp/849756782X>

Malaver, (2021). Efectos del tecnoestrés en las condiciones laborales en una institución educativa de San Juan de Lurigancho. (Tesis de maestría Administración de la Educación. Perú: Universidad César Vallejo).

Morillo, (2020). Tecnoestrés en los docentes de educación inicial, general básica y bachillerato general unificado. (Tesis de licenciatura. Ecuador: Universidad Central del Ecuador). Repositorio de Universidad Central del Ecuador.

<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/24335/1/UCE-FCPMORILLO%20JOHN.pdf>

Navarro-Espinosa et al., (2021). The influence of technology on mental well-being of stem teachers at university level: Covid-19 as a stressor. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(18). <https://doi.org/10.3390/ijerph18189605>

Orozco et al., (2020). Variables sociodemográficas que inciden en las competencias digitales del profesorado universitario. Chakiñan, revista de Ciencias Sociales y Humanidades, 12, 32–48. <https://doi.org/10.37135/chk.002.12.02>

Ozamiz-Etxebarria, et al., (2020). Stress, anxiety, and depression levels in the initial stage of the COVID-19 outbreak in a population sample in the northern Spain. *Cadernos de Saude Publica*, 36(4). <https://doi.org/10.1590/0102311X00054020>

Pancorbo, (2022). Gestión de competencias digitales y estrés tecnológico en docentes de una red educativa de Cusco. (Tesis de maestría. Perú: Universidad César Vallejo). Repositorio de Universidad César Vallejo https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/78278/Pancorbo_FZ-SD.pdf?sequence=8&isAllowed=y

Pflügner, et al.,(2021). Personality Profiles that Put Users at Risk of Perceiving Technostress: A Qualitative Comparative Analysis with the Big Five Personality Traits. *Business and Information Systems Engineering*, 63(4), 389–402. <https://doi.org/10.1007/s12599-020-00668-7>

Pressley, (2021). Factors Contributing to Teacher Burnout During COVID-19. *Educational Researcher*. <https://doi.org/10.3102/0013189X211004138>

Quiñones, (2021). Afectación en la productividad laboral, por tecnoestrés del trabajo remoto, en la actual situación de alerta sanitaria por la COVID-19, Lima 2021. (Tesis de licenciatura. Perú: Universidad César Vallejo). Repositorio de Universidad César Vallejo

Quiroz et al., (2020). Guía para la Gestión del Tecnoestrés.

[https://www.researchgate.net/publication/343140599_Guia_para_la_gestion
del_tecnoestres](https://www.researchgate.net/publication/343140599_Guia_para_la_gestion_del_tecnoestres)

Rengifo, (2018). Tecnoestrés y las enfermedades profesionales en los colaboradores del Servicio de Rentas Internas Agencia Latacunga, Provincia de Cotopaxi (Tesis de Licenciatura. Ecuador: Universidad Técnica de Ambato), Ambato-Ecuador. Recuperado de: <https://bit.ly/3tZJcLy>

Revilla, (2015). Influencia de la Capacidad de Resolución de Problemas relacionados con la Tecnología en el Tecnoestrés de Profesores de Secundaria (Tesis de Doctorado.España : Universitat Politècnica Catalunya). Recuperado de: <https://bit.ly/3hyzlcs>.

Rojas, (2021). Resiliencia y tecnologías de la información y comunicación en docentes de una red de la UGEL 06, ATE-Vitarte, 2020. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/55116>

Ruiz et al. (2019). Los tecnorecursos laborales y su impacto en el tecnoestrés un caso empírico. (Artículo científico). *International Journal of Innovation*. Recuperado de <https://periodicos.uninove.br/innovation/article/view/16494>

Ruiz, (2018). Validez factorial de una escala de nivel de percepción de los factores psicosociales del Tecnoestrés en las pymes de Piedras Negras Coahuila. 3,58–78. https://www.researchgate.net/publication/328791514_Validez_factorial_de_una_escalade_nivel_de_percepcion_de_los_factores_psicosociales_del_tecnoestres_en_las_pymes_de_Piedras_Negras_Coahuila

Salanova, M. (2003). Working with technologies and coping with technostress: the role of efficacy beliefs. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 19(3), 225-246. https://www.want.uji.es/wpcontent/uploads/2017/03/2003_Salanova.pdf

Salanova, M., Llorens, S. y Cifre, E. (2007). NTP730, Tecnoestrés: concepto medida e intervención social. https://app.mapfre.com/documentacion/publico/es/catalogo_imagenes/grupo.do?path=1033661

- Salanova, M., Llorens, S. y Cifre, E. (2007). Efectos del tecnoestrés en las creencias de eficacia y el burnout docente: un estudio longitudinal. *Revista de Educación Ocupacional*, 21(39), 13-38.
https://www.researchgate.net/publication/233868867_Efectos_del_tecnoestres_en_las_creencias_de_eficacia_y_el_burnout_docente_un_estudio_longitudinal
- Salazar, (2019). El Tecnoestrés y su efecto sobre la productividad individual y sobre el estrés de rol en trabajadores chilenos: un estudio psicométrico y predictivo (Tesis de doctorado: Chile Universitat Oberta de Catalunya).
<https://1library.co/document/1y9evowz-ecnoestres-productividadindividuallestres-trabajadores-chilenos-psicometrico-predictivo.html>
- Shaliha et al. (2021). Effect of Self-Efficacy and Technostress on Teacher Performance through Organizational Commitments. Indonesia: *Revista Dinamika Pendidikan*. Recuperado de <https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/DP/article/view/28993/11798>
- Solís et al. (2021). Consequences of COVID-19 Confinement for Teachers: FamilyWork Interactions, Technostress, and Perceived Organizational Support. . España: *Int. J. Environ. Res. Public Health*. Recuperado de <https://www.mdpi.com/1660-4601/18/21/11259/htm>
- Sánchez et al. (2020). Tecnoestrés y edad: un estudio transversal en trabajadores públicos. *Cuadernos de Neuropsicología / Panamerican Journal of Neuropsychology*, 14(2), 25–33.
https://www.researchgate.net/publication/316190132_Tecnologias_de_la_Informacion_y_la_Comunicacion_TIC_uso_problemativo_de_Internet_vide_juegos_telefonos_moviles_mensajeria_instantanea_y_redes_sociales_mediante_el_MULTICAGE-TIC
- Stacey et al., (2017). Key trends and drivers of change in information and communication technologies and work location, European Agency for Safety and Health at Work <https://doi.org/10.2802/807562>

- Surej, J. (2015). The integration of information technology in higher education: a study of faculty's attitude towards IT adoption in the teaching process. *Contaduría y administración*, 60, pp. 230-252. Recuperado <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0186104215000509>
- Tacca, & Tacca A. (2019). Síndrome de Burnout y resiliencia en profesores peruanos. *Revista de Investigación Psicológica*, (22), 11-30. <https://hdl.handle.net/20.500.12867/2910>
- Tarafdar et al., (2019). The technostress trifecta - techno eustress, techno distress and design: Theoretical directions and an agenda for research. *Information Systems Journal*, 29(1), 6–42. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/isj.12169>
- Tapia & de la Serna, (2017). El uso de las TIC en las prácticas académicas de los profesores de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla. *Revista electrónica de investigación educativa*, 19(3), pp. 115-125.
- Torres, (2021). Liderazgo transformacional y tecnoestrés en docentes de Instituciones Educativas de Jornada escolar completa de la provincia de Tarma. (Tesis de maestría. Perú: Universidad Nacional del Centro del Perú). Repositorio de Universidad Nacional del Centro del Perú https://repositorio.uncp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12894/7444/T010_702263_M.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Uribe et al.(2021). Efectos del tecnoestrés en docentes mayores de 50 de la Institución Educativa Cristóbal Colón durante pandemia del covid 19. (Tesis de maestría. Colombia: Corporación Universitaria Unitec). Repositorio de Corporación Universitaria Unitec <https://repositorio.unitec.edu.co/bitstream/handle/20.500.12962/738/Efectos%20del%20tecnoestr%C3%A9s%20en%20docentes%20mayores%20de%2050%20de%20la%20Instituci%C3%B3n%20Educativa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Valderrama, (2017). Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto (Tesis doctoral. Perú: Universidad Peruana Unión) Repositorio de Universidad

http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/895/Alejandro_tesis_Bachiller_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Vargas, (2021). Tecnoestrés y resiliencia en docentes de colegios de Lima Sur en tiempos de pandemia, 2021. (Tesis de licenciatura. Perú: Universidad César Vallejo). Repositorio de Universidad César Vallejo https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/83971/Vargas_ZA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Villavicencio et al. (2020). Tecnoestrés en población mexicana y su relación con variables sociodemográficas y laborales. *Psicogente* 23(44), 1-27. <https://doi.org/10.17081/psico.23.44.3473>
- Yauri, (2016). Resiliencia y estrés laboral en docentes de Instituciones Educativas de nivel primario del Distrito de Colcabamba–Huancavelica. <http://hdl.handle.net/20.500.12894/4519>
- Zúñiga & Pizarro (2018). Mediciones de Estrés Laboral en Docentes de un Colegio Público Regional Chileno. *Información Tecnológica*, 29(1), 171–180. <https://doi.org/10.4067/S0718-07642018000100018>

ANEXOS

Matriz de consistencia								
Factores socio-educativos en el Tecnoestrés en docentes en instituciones educativas en Lima en los años 2020-2022								
NIVEL	PROBLEMA		OBJETIVOS		HIPOTESIS		Variable Dependiente TECNOESTRES	
	GENERAL	ESPECIFICOS	GENERAL	ESPECIFICOS	GENERAL	ESPECIFICOS	DIMENSIONES	ITEMS
	¿Cómo influyen los factores socio-educativos en el tecnoestrés en docentes en instituciones educativas en Lima en los años 2020-2022?	¿Cómo influyen los factores socio-educativos en el tecnoescepticismo en docentes en las instituciones educativas de Lima 2020-2022?	Determinar la influencia de los factores socio-educativos del tecnoestrés en docentes en instituciones educativas de Lima 2020-2022?	Determinar la influencia de los factores socio-educativos del tecnoestrés en docentes en instituciones educativas de Lima 2020-2022?	Los factores socio-educativos influyen en el tecnoestrés de docentes en instituciones educativas de Lima 2020-2022	Los factores socio-educativos influyen en la tecnoescepticismo en docentes en instituciones educativas de Lima 2020-2022	DIMENSIONES	
DIMENSION 1								
Escepticismo								
INDICADORES								
Las tecnologías me interesan con el paso del tiempo							1	
Me siento implicado en el uso de las TIC							2	
Estoy ansioso con el uso de las Tecnologías en mi trabajo							3	
Dudo de la utilidad del trabajo con estas tecnologías							4	
DIMENSION 2								
Fatiga								
INDICADORES								
Me resulta difícil relajarme después de un día de trabajo con las TIC	5							
Cuando termino de trabajar con TIC, me siento agobiado	6							
Estoy tan cansado cuando acabo de trabajar con las Tecnologías, que no puedo hacer nada más	7							
Es difícil concentrarme después de trabajar con tecnologías	8							
DIMENSION 3								
Ansiedad								
INDICADORES								

		¿Cómo influyen los factores socio-educativos en la <u>tecnofatiga</u> en docentes en instituciones educativas de Lima 2020-2022?	Determinar la influencia de los factores socio-educativos de la <u>tecnofatiga</u> en docentes en instituciones educativas de Lima 2020-2022?			En mi opinión, soy ineficaz utilizando tecnologías	9
						Es difícil trabajar con tecnologías de la información y comunicación	10
						Los demás dicen que soy ineficiente en tecnologías de la información	11
						Estoy inseguro de acabar bien mis tareas cuando <u>utilizo</u> las tecnologías.	12
					Los factores socio-educativos influyen en la <u>tecnofatiga</u> en docentes en instituciones educativas de Lima 2020-2022	DIMENSION 4 INEFICACIA	
						INDICADORES	
						En mi opinión, soy ineficaz utilizando tecnologías	13
						Es difícil trabajar con tecnologías de la información y comunicación	14
						Los demás dicen que soy ineficiente en tecnologías de la información	15
						Estoy inseguro de acabar bien mis tareas cuando <u>utilizo</u> las tecnologías.	16
						DIMENSION 5 ADICCION	
					Los factores socio-educativos influyen en el <u>tecnoansiedad</u> en docentes en instituciones educativas de Lima 2020-2022	INDICADORES	
						La tecnología dificulta tener hábitos de convivencia <u>adecuados</u> con mi familia.	17
						Cada día la rutina de mi trabajo con la tecnología me <u>aisla</u> de mi familia.	18
						Sufro al no poder compartir mi tiempo con mis hijos por tener que utilizar la tecnología permanentemente	19
						La tecnología ha afectado mi relación al punto que <u>discuto</u> más con mi pareja	20
						La tecnología me <u>hace</u> sentir vulnerable.	21
						La tecnología me hizo sentir solo.	22
						He desarrollado emociones y sentimientos negativos	23
						He notado cambios en mi comportamiento y estilo	24
		¿Cómo influyen los factores socio-educativos en la <u>tecnoansiedad</u> en docentes en instituciones educativas de					

						Estos comportamientos y sentimientos persisten hasta hoy	25
					Los factores socio-educativos influyen en la tecnoineficacia en docentes en instituciones educativas de Lima 2020-2022	<p>VARIABLE INDEPENDIENTE – FACTORES SOCIO-EDUCATIVOS</p> <p>Variables Sociales</p> <p>Zona de ubicación de la institución educativa, Edad, Sexo, Estado civil, Condición Laboral :Nombrado, Contratado</p> <p>Variables Educativas</p> <p>Tipo de Nivel Educativo : Primaria, Secundaria</p> <p>Tipo de Institución Educativa : Publica y Privada</p>	
		¿Cómo influyen los factores socio-educativos en la tecnoineficiencia en docentes en instituciones educativas de Lima 2020-2022?		Determinar la influencia de los factores socio-educativos de la tecnoineficiencia en docentes en instituciones educativas de Lima 2020-2022	Los factores socio-educativos influyen en la tecnoadicción en docentes en instituciones educativas de Lima 2020-2022		

		¿Cómo influyen los factores socioeducativos en la tecnoadicción en docentes en instituciones educativas de Lima 20202022?		Determinar la influencia de los factores socioeducativos de la tecnoadicción en docentes en instituciones educativas de Lima 2020-2022			
Nivel - diseño de investigación	Población y muestra	Técnicas e instrumentos				Estadística a utilizar	
Nivel: Explicativo-Causal Tipo: Aplicada Diseño: No experimental - transversal Método: Hipotético deductivo Enfoque: Cuantitativo	Población: 3394 docentes de instituciones educativas públicas y privadas de Lima año 2020. Muestra: La muestra se basó en 218 docentes de primaria y secundaria de Centros de Educación de Lima, distribuidos en 6 Centros de Educación, de los 4 conos de Lima	Variable 1: Factores Socio-educativos Colaboradores : docentes de instituciones pública y privada de Lima Autor: Marisa Salanova, Susana Llorens y Mercedes Ventura (2007) Duración: 10 minutos Aplicación: Individual Variable 2: Tecnoestres Autor: Marisa Salanova, Susana Llorens y Mercedes Ventura (2007) Colaboradores: docentes de instituciones pública y privada de Lima Duración: 15 minutos Aplicación: Individual I				DESCRIPTIVA: Distribución de frecuencia, tablas de contingencia, figuras INFERENCIAL: Explicativa- causal	

CUESTIONARIO TECNOESTRÉS

DISTRITO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA DONDE LABORA:	
Lurigancho-Chosica () Chaclacayo () Lima-Centro () Lima Norte () Lima Sur ()	
Institución educativa: Público () Privado () Nivel primaria() Secundaria ()	
EDAD: años cumplidos	NIVEL LABORAL: Nombrado () Contratado ()
SEXO: Masculino () Femenino ()	
ESTADO CIVIL: Soltero (), Conviviente (), Casado (), Separado ()	

Marcar con una (X) el número que corresponda a su respuesta:

Cómo se siente cuando utiliza Tecnologías de Información y Comunicación (TIC) en Institución Educativa donde labora. Utilice la siguiente escala de valoración:

Nunca	Un par de veces al año	Una vez al mes	Un par de vez por mes	Una vez por semana	Un par de veces a la semana	Todos los días						
						0	1	2	3	4	5	6
Nº						0	1	2	3	4	5	6
1	Las tecnologías me interesan con el paso del tiempo											
2	Me siento implicado en el uso de las TIC											
3.	Estoy ansioso con el uso de las Tecnologías en mi trabajo											
4.	Dudo de la utilidad del trabajo con estas tecnologías											
5.	Me resulta difícil relajarme después de un día de trabajo con las TIC											
6.	Cuando termino de trabajar con TIC, me siento agobiado											
7.	Estoy tan cansado cuando acabo de trabajar con las Tecnologías, que no puedo hacer nada más											
8.	Es difícil concentrarme después de trabajar con tecnologías											
9.	Me siento tenso y ansioso al trabajar con tecnologías											
10.	Me asusta pensar que puedo destruir una gran cantidad de información por la utilización de las mismas											
11.	Dudo a la hora de utilizar las tecnologías por miedo a cometer errores											
12.	El trabajar con las tecnologías me hace sentir incómodo, irritable e impaciente											
13.	En mi opinión, soy ineficaz utilizando tecnologías											
14.	Es difícil trabajar con tecnologías de la información y comunicación											
15.	Los demás dicen que soy ineficiente en tecnologías de la información											
16.	Estoy inseguro de acabar bien mis tareas cuando utilizo las tecnologías.											
17.	La tecnología dificulta tener hábitos de convivencia adecuados con mi familia.											
18.	Cada día la rutina de mi trabajo con la tecnología me aísla de mi familia.											
19.	Sufro al no poder compartir mi tiempo con mis hijos por tener que utilizar la tecnología permanentemente											

20.	La tecnología ha afectado mi relación al punto que discuto más con mi pareja							
21.	La tecnología me hace sentir vulnerable.							
22.	La tecnología me hizo sentir solo.							
23.	He desarrollado emociones y sentimientos negativos							
24.	He notado cambios en mi comportamiento y estilo de vida por el uso de la tecnología							
25.	Estos comportamientos y sentimientos persisten hasta hoy							

**DOCUMENTOS PARA VALIDAR LOS INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN
A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTOS**

CARTA DE PRESENTACIÓN

Señor(a)(ita):

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

Nos es muy grato comunicarnos con usted para expresarle nuestros saludos y así mismo, hacer de su conocimiento que siendo estudiante del programa de...la Escuela de Posgrado de Doctorado con mención en Gestión Pública y Gobernabilidad de la UCV, en la sede de San Juan de Lurigancho, promoción 2019, aula Virtual, requerimos validar los instrumentos con los cuales recogeremos la información necesaria para poder desarrollar nuestra investigación y con la cual optaremos el grado de Magíster.

El título nombre de nuestro proyecto de investigación es: Los factores socio-educativos en el Tecnoestres en docentes de Instituciones Educativas de Lima en los años 2020-2022 y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para poder aplicar los instrumentos en mención, hemos considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas educativos y/o investigación educativa.

El expediente de validación, que le hacemos llegar contiene:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones.
- Matriz de operacionalización de las variables.
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos.

Expresándole nuestros sentimientos de respeto y consideración nos despedimos de usted, no sin antes agradecerle por la atención que dispense a la presente.

Atentamente.



Firma

Firma

Apellidos y nombre:

Apellidos y nombre:

D.N.I:

01212856

D.N.I:



DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LAS VARIABLES Y DIMENSIONES

Variable: [con su respectivo autor, año y página]

TECNOESTRES.- Es un estado psicológico negativo relacionado con el uso de TIC o amenaza de su uso en un futuro. Ese estado viene condicionado por la percepción de un desajuste entre las demandas y los recursos relacionados con el uso de las TIC que lleva a un alto nivel de activación psicofisiológica no placentera y al desarrollo de actitudes negativas hacia las TIC".

Salanova (2003) Trabajando con tecnologías y afrontando el tecnoestrés: el rol de las creencias de eficacia. Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones, 19,225-247.

Dimensiones de las variables: [con su respectivo autor, año y página]

Definición operacional: El puntaje obtenido por el cuestionario de Tecnoestrés RED TIC, la cual consta de 5 dimensiones:

Escepticismo (ítems: 1, 2, 3, 4) se refiere a una actitud indiferente y reacción escéptica sobre el uso de las TIC;

Fatiga (Ítems: 5, 6, 7, 8) es la falta de energía, agotamiento mental y motivación por el uso de TIC;

Ansiedad (Ítems: 9, 10, 11, 12) por una activación fisiológica no placentera, tensión y malestar por el uso de TIC;

Ineficacia (Ítems: 13, 14, 15, 16) se refiere a pensamientos negativos ante del uso tecnológico debido a una edad avanzada, o falta de capacitación de las TIC.

Adicción (Ítems: 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24,25) se refiere al uso incontrolado de la tecnología, o trabajar sin descanso con ella.

Dimensión 1

1.-Tecnoescepticismo refiere a las valoraciones negativas que se generan respecto del uso de las tecnologías, se define como la indiferencia y actitudes distantes hacia el uso de las mismas. ACADEMO Revista de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades. ISSN 2414-8938 Julio-Diciembre 2021. Vol. 8 Nro. 2. p. 180.

Dimensión 2

2.-Tecnofatiga, se caracteriza por sentimientos de cansancio y agotamiento -mental y cognitivo- como consecuencia del uso de la tecnología y puede incrementarse por sentimientos y actitudes de recelo y desconfianza frente a su uso eficaz ACADEMO Revista de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades. ISSN 2414-8938 Julio-Diciembre 2021. Vol. 8 Nro. 2. p. 180.

Dimensión 3

3.-Tecnoansiedad se refiere a la situación en que la persona experimenta altos niveles de activación fisiológica, tensión y disconfort debido al uso actual o futuro de algún sistema o herramienta tecnológica, es así como se producen actitudes escépticas respecto al uso de las tecnologías y pensamientos negativos sobre el propio desempeño. Al relacionar la ansiedad con la tecnología, antecedente, Bruno (1986) la definió como un estado de elevada excitación emocional que contempla sentimientos de aprehensión y miedo significado como una amenaza por el hombre.

ACADEMO Revista de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades. ISSN 2414-8938 Julio-Diciembre 2021. Vol. 8 Nro. 2. p. 180.

Dimensión 4

4.-TecnolIneficacia se basa en los pensamientos negativos sobre la propia capacidad para utilizar la tecnología con éxito ACADEMO Revista de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades. ISSN 2414-8938 Julio-Diciembre 2021. Vol. 8 Nro. 2. p. 180.

Dimensión 5

1.-Tecnoadicción, refiere a un fenómeno incontrolable de necesidad por hacer uso continuado, obsesivo y compulsivo de las tecnologías en todo momento y lugar, a su vez, las personas desarrollan dependencia tecnológica estructurando su vida en torno a ésta y evidenciando consecuencias en sus actividades de la vida cotidiana .ACADEMO Revista de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades. ISSN 2414-8938 Julio-Diciembre 2021. Vol. 8 Nro. 2. p. 180.

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Variable:

.....TECNOESTRES.....

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Niveles o rangos
DIMENSION 1 TECNOESCEPTICISMO	Escepticismo	1.-Las tecnologías me interesan con el paso del tiempo	Escala de Likert:
		2.-Me siento implicado en el uso de las TIC	
		3.-Estoy ansioso con el uso de las Tecnologías en mi trabajo	
		4.-Dudo de la utilidad del trabajo con estas tecnologías	
DIMENSION 2 TECNOFATIGA	Fatiga		0 Nunca
		5. Me resulta difícil relajarme después de un día de trabajo con las TIC	1 Un par de veces al año
		6. Cuando termino de trabajar con TIC, me siento agobiado	
		7. Estoy tan cansado cuando acabo de trabajar con las Tecnologías, que no puedo hacer nada más	
		8. Es difícil concentrarme después de trabajar con tecnologías	2 Una vez al Mes

			3

			Un par de veces por mes
DIMENSION 3 TECNOANSIEDAD	Ansiedad	8.-Es difícil concentrarme después de trabajar con tecnologías	4
		9.-Me siento tenso y ansioso al trabajar con tecnologías	Una vez por semana
		10.-Me asusta pensar que puedo destruir una gran cantidad de información por la utilización de las mismas	Una vez por semana
		11.-Dudo a la hora de utilizar las tecnologías por miedo a cometer errores	Una vez por semana
		12.-El trabajar con las tecnologías me hace sentir incómodo, irritable e impaciente	Una vez por semana
DIMENSION 4 TECNOINEFICACIA	Ineficacia	13.-En mi opinión, soy ineficaz utilizando tecnologías	Una vez por semana
		14.-Es difícil trabajar con tecnologías de la información y comunicación	5
		15.-Los demás dicen que soy ineficiente en tecnologías de la información	Una vez por semana
		16.-Estoy inseguro de acabar bien mis tareas cuando utilizo las tecnologías.	Una vez por semana
		17.-La tecnología dificulta tener hábitos de convivencia adecuados con mi familia.	6
		18.-Cada día la rutina de mi trabajo con la tecnología me aísla de mi familia.	Una vez por semana

DIMENSION 5 TECNOADICCIÓN	Adicción	19.-Sufro al no poder compartir mi tiempo con mis hijos por tener que utilizar la tecnología permanentemente	Todos los días
		20.-La tecnología ha afectado mi relación al punto que discuto más con mi pareja	
		21.-La tecnología me hace sentir vulnerable.	
		22.-La tecnología me hizo sentir solo.	
		23.-He desarrollado emociones y sentimientos negativos	
		24.-He notado cambios en mi comportamiento y estilo de vida por el uso de la tecnología	
		25.-Estos comportamientos y sentimientos persisten hasta hoy	

Fuente: Elaboración propia.

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE

.....

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	DIMENSIÓN 5							
17	La tecnología dificulta tener hábitos de convivencia adecuados con mi familia.	X		X		X		
18	Cada día la rutina de mi trabajo con la tecnología me aísla de mi familia.	X		X		X		
19	Sufro al no poder compartir mi tiempo con mis hijos por tener que utilizar la tecnología permanentemente	X		X		X		
20	La tecnología ha afectado mi relación al punto que discuto más con mi pareja	X		X		X		
21	La tecnología me hace sentir vulnerable.	X		X		X		
22	La tecnología me hizo sentir solo.	X		X		X		
23	He desarrollado emociones y sentimientos negativos	X		X		X		
24	He notado cambios en mi comportamiento y estilo de vida por el uso de la tecnología	X		X		X		

25	Estos comportamientos y sentimientos persisten hasta hoy	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: ...Dr Paca Pantigoso Flabio Romeo..... DNI: 01212856

.....

Especialidad del validador: Mag. en Estadística y Dr. en Administracion.

24 de Mayo del 2022

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Dr. Flabio Romeo Paca Pantigoso
Asesor

Firma del Experto Informante.

CARTA DE PRESENTACIÓN

Señor(a)(ita): *Pedro Nestor Castro Paredes*

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

Nos es muy grato comunicarnos con usted para expresarle nuestros saludos y así mismo, hacer de su conocimiento que siendo estudiante del programa de...la Escuela de Posgrado de Doctorado con mención en Gestión Pública y Gobernabilidad de la UCV, en la sede de San Juan de Lurigancho, promoción 2019, aula Virtual, requerimos validar los instrumentos con los cuales recogeremos la información necesaria para poder desarrollar nuestra investigación y con la cual optaremos el grado de Magíster.

El título nombre de nuestro proyecto de investigación es: El Impacto del tecno estrés en docentes en época de pandemia en Instituciones Educativas de Lima en los años 2021-2022 y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para poder aplicar los instrumentos en mención, hemos considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas educativos y/o investigación educativa.

El expediente de validación, que le hacemos llegar contiene:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones.
- Matriz de operacionalización de las variables.
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos.

Expresándole nuestros sentimientos de respeto y consideración nos despedimos de usted, no sin antes agradecerle por la atención que dispense a la presente.

Atentamente.


MINISTERIO DE SALUD
HOSPITAL "JOSÉ GURTO TELLO DE CHOSICA"
Firma
Apellidos y nombre: Pedro Nestor Castro Paredes

D.N.I.: 02629269
*Pedro Nestor
Castro Paredes*

Firma
Apellidos y nombre:

D.N.I.:

24	He notado cambios en mi comportamiento y estilo de vida por el uso de la tecnología								
25	Estos comportamientos y sentimientos persisten hasta hoy								
9									
10									
11									
12									
13					SI	No	SI	No	
14									
15									
17									

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr Mg: Pedro Castro Paredes DNI: 0769269

Especialidad del validador: Psicólogo



¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³Ciudadad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo
Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

"AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL"

SOLICITO: Autorización para recolección de

Datos para Tesis Doctoral

U.E. "MARIANO MELGAR"
UGEL 03
MESA DE PARTES

SR/SRA. DIRECTOR/A Edgar Nolasco Rivas

09 MAY 2022

000981

Yo, Yohanna Brigitte Betancourt Murrugarra, identificada con DNI 06778330 con domicilio en calle Hilda 329 – Chaclacayo, en calidad de estudiante del VI ciclo del Doctorado en Gestión Pública y Gobernabilidad EPG-UCV- Sede Lima –Este-SJL, ante Ud. Me presento y digo:

Que

acudo a su despacho y prestigiosa institución para el cumplimiento del requisito para la realización de la Tesis denominada EL IMPACTO DEL TECNO ESTRÉS EN DOCENTES EN LA EPOCA DE PANDEMIA COVID 19 EN INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE LIMA AÑOS 2021-2022, para optar el grado de Doctor con mención en Gestión Pública y Gobernabilidad de la Escuela de Posgrado de la Universidad Privada "Cesar Vallejo" de la sede San Juan de Lurigancho- Lima, la aplicación de los instrumentos - CUESTIONARIO para la recolección de datos de investigación de enfoque cuantitativo, en los días y horas que tengan disponibilidad.

Agradeciendo su atención me despido deseándole parabienes y con la seguridad de su apoyo.

Atentamente


Yohanna Brigitte Betancourt Murrugarra

DNI 06778330

Nº Celular 947915062

"AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANIA NACIONAL"

SOLICITO: Autorización para recolección de
Datos para Tesis Doctoral.

SR/SRA.DIRECTOR/A.....Silvia Sara Palomino Delgadillo.....
.....

Que en calidad de estudiante del VI ciclo del Doctorado en Gestión Pública y Gobernabilidad
EPG-UCV- Sede Lima –Este-SJL, ante Ud. Me presento y digo:

Que
acudo a su despacho y prestigiosa institución para el cumplimiento del requisito para la
realización de la Tesis denominada EL IMPACTO DEL TECNO ESTRÉS EN DOCENTES EN LA EPOCA
DE PANDEMIA COVID 19 EN INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE LIMA AÑOS 2021-2022,
para optar el grado de Doctor con mención en Gestión Pública y Gobernabilidad de la Escuela
de Posgrado de la Universidad Privada "Cesar Vallejo" de la sede San Juan de Lurigancho- Lima,
la aplicación de los instrumentos - CUESTIONARIO para la recolección de datos de investigación
de enfoque cuantitativo, en los días y horas que tengan disponibilidad.

Agradeciendo su
atención me despido deseándole parabienes y con la seguridad de su apoyo.

Atentamente



Yohanna Brigitte Betancourt Murrugarra

DNI 06778330

Nº Celular 947915062

Correo: yoabrigitte71@yahoo.com

PERMISO AUTORIZADO

I.E. PARROQUIAL "LUZ CASANOVA"

Prof. Silvia S. Palomino Delgadillo
Directora (o)



"AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL"

Lima, 28 de abril de 2022

SOLICITO: Autorización para recolección de
Datos para Tesis Doctoral.

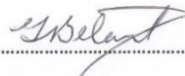
SR/SRA.DIRECTOR/A..... ANGÉLICA BARBARÁN SAAVEDRA.....

Yo, Yohanna Brigitte Betancourt Murrugarra, identificada con DNI 06778330 con domicilio en calle Hilda 329 – Chacacayo, en calidad de estudiante del VI ciclo del Doctorado en Gestión Pública y Gobernabilidad EPG-UCV- Sede Lima –Este-SJL, ante Ud. Me presento y digo:

Que acudo a su despacho y prestigiosa institución para el cumplimiento del requisito para la realización de la Tesis denominada EL IMPACTO DEL TECNO ESTRÉS EN DOCENTES EN LA EPOCA DE PANDEMIA COVID 19 EN INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE LIMA AÑOS 2021-2022, para optar el grado de Doctor con mención en Gestión Pública y Gobernabilidad de la Escuela de Posgrado de la Universidad Privada "Cesar Vallejo" de la sede San Juan de Lurigancho- Lima, la aplicación de los instrumentos - CUESTIONARIO para la recolección de datos de investigación de enfoque cuantitativo, en los días y horas que tengan disponibilidad.

Agradeciendo su atención me despido deseándole parabienes y con la seguridad de su apoyo.

Atentamente



Yohanna Brigitte Betancourt Murrugarra




Mg. Angélica Barabara Saavedra
DIRECTORA
D.N.I. 07707240

"AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL"

SOLICITO: Autorización para recolección de
Datos para Tesis Doctoral.

SR/SRA. DIRECTOR/A Centro de Desarrollo Integral de la
Familia - CEDIF Tahuantinsuyo - INABIF

Yo, Yohanna Brigitte Betancourt Murrugarra, identificada con DNI 06778330 con domicilio en calle Hilda 329 - Chacacayo, en calidad de estudiante del VI ciclo del Doctorado en Gestión Pública y Gobernabilidad EPG-UCV- Sede Lima -Este-SJL, ante Ud. Me presento y digo:

Que
acudo a su despacho y prestigiosa institución para el cumplimiento del requisito para la realización de la Tesis denominada EL IMPACTO DEL TECNO ESTRÉS EN DOCENTES EN LA EPOCA DE PANDEMIA COVID 19 EN INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE LIMA AÑOS 2021-2022, para optar el grado de Doctor con mención en Gestión Pública y Gobernabilidad de la Escuela de Posgrado de la Universidad Privada "Cesar Vallejo" de la sede San Juan de Lurigancho- Lima, la aplicación de los instrumentos - CUESTIONARIO para la recolección de datos de investigación de enfoque cuantitativo, en los días y horas que tengan disponibilidad.

Agradeciendo su
atención me despido deseándole parabienes y con la seguridad de su apoyo.


Atentamente


Yohanna Brigitte Betancourt Murrugarra

DNI 06778330

Nº Celular 947915062

Programa Integral Nacional Para el Bienestar Familiar


LIC. ROCIO CABA MANRIQUE
Trabajadora Social CEDIF Tahuantinsuyo
CTS PR III LIMA 5545

22/ABRIL/2022.

"AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL"

Lima, 28 de abril de 2022

SOLICITO: Autorización para recolección de
Datos para Tesis Doctoral.

SR/SRA.DIRECTOR/A Walter Giraldo Ramirez

Yo, Yohana Brigitte Betancourt Murrugarra, identificada con DNI 06778330 con domicilio en calle Hilda 329 – Chaclacayo, en calidad de estudiante del VI ciclo del Doctorado en Gestión Pública y Gobernabilidad EPG-UCV- Sede Lima –Este-SJL, ante Ud. Me presento y digo:

Que acudo a su despacho y prestigiosa institución para el cumplimiento del requisito para la realización de la Tesis denominada EL IMPACTO DEL TECNO ESTRÉS EN DOCENTES EN LA EPOCA DE PANDEMIA COVID 19 EN INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE LIMA AÑOS 2021-2022, para optar el grado de Doctor con mención en Gestión Pública y Gobernabilidad de la Escuela de Posgrado de la Universidad Privada "Cesar Vallejo" de la sede San Juan de Lurigancho- Lima, la aplicación de los instrumentos - CUESTIONARIO para la recolección de datos de investigación de enfoque cuantitativo, en los días y horas que tengan disponibilidad.

Agradeciendo su atención me despido deseándole parabienes y con la seguridad de su apoyo.

Atentamente


Yohana Brigitte Betancourt Murrugarra



10/MAYO/2022

"AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL"

SOLICITO: Autorización para recolección de
Datos para Tesis Doctoral.

SR/SRA.DIRECTOR/A Edwin Lazero Espinoza

Que en calidad de estudiante del VI ciclo del Doctorado en Gestión Pública y Gobernabilidad EPG-UCV- Sede Lima –Este-SJL, ante Ud. Me presento y digo:

Que acudo a su despacho y prestigiosa institución para el cumplimiento del requisito para la realización de la Tesis denominada EL IMPACTO DEL TECNO ESTRÉS EN DOCENTES EN LA EPOCA DE PANDEMIA COVID 19 EN INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE LIMA AÑOS 2021-2022, para optar el grado de Doctor con mención en Gestión Pública y Gobernabilidad de la Escuela de Posgrado de la Universidad Privada "Cesar Vallejo" de la sede San Juan de Lurigancho- Lima, la aplicación de los instrumentos - CUESTIONARIO para la recolección de datos de investigación de enfoque cuantitativo, en los días y horas que tengan disponibilidad.

Agradeciendo su atención me despido deseándole parabienes y con la seguridad de su apoyo.

Atentamente



Yohanna Brigitte Betancourt Murrugarra

DNI 06778330

Nº Celular 947915062

Correo: yoabrigitte71@yahoo.com




Lic. Edwin L. Lazero Espinoza
DIRECTOR

"AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL"

Lima, 28 de abril de 2022

SOLICITO: Autorización para recolección de
Datos para Tesis Doctoral.

SR/SRA. DIRECTOR/A *Lic. Mery Luz Guía Alarcón*

Yo, Yohana Brigitte Betancourt Murrugarra, identificada con DNI 06778330 con domicilio en calle Hilda 329 – Chaclacayo, en calidad de estudiante del VI ciclo del Doctorado en Gestión Pública y Gobernabilidad EPG-UCV- Sede Lima –Este-SJL, ante Ud. Me presento y digo:

Que acudo a su despacho y prestigiosa institución para el cumplimiento del requisito para la realización de la Tesis denominada EL IMPACTO DEL TECNO ESTRÉS EN DOCENTES EN LA EPOCA DE PANDEMIA COVID 19 EN INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE LIMA AÑOS 2021-2022, para optar el grado de Doctor con mención en Gestión Pública y Gobernabilidad de la Escuela de Posgrado de la Universidad Privada "Cesar Vallejo" de la sede San Juan de Lurigancho- Lima, la aplicación de los instrumentos - CUESTIONARIO para la recolección de datos de investigación de enfoque cuantitativo, en los días y horas que tengan disponibilidad.

Agradeciendo su atención me despido deseándole parabienes y con la seguridad de su apoyo.

Atentamente

Yohana Brigitte Betancourt Murrugarra
Yohana Brigitte Betancourt Murrugarra



"AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL"

Lima, 28 de abril de 2022

SOLICITO: Autorización para recolección de
Datos para Tesis Doctoral.

SR/SRA.DIRECTOR/A. Cesar Flavio Bellido Sánchez

Yo, Yohanna Brigitte Betancourt Murrugarra, identificada con DNI 06778330 con domicilio en calle Hilda 329 – Chaclacayo, en calidad de estudiante del VI ciclo del Doctorado en Gestión Pública y Gobernabilidad EPG-UCV- Sede Lima –Este-SJL, ante Ud. Me presento y digo:

Que acudo a su despacho y prestigiosa institución para el cumplimiento del requisito para la realización de la Tesis denominada EL IMPACTO DEL TECNO ESTRÉS EN DOCENTES EN LA EPOCA DE PANDEMIA COVID 19 EN INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE LIMA AÑOS 2021-2022, para optar el grado de Doctor con mención en Gestión Pública y Gobernabilidad de la Escuela de Posgrado de la Universidad Privada "Cesar Vallejo" de la sede San Juan de Lurigancho- Lima, la aplicación de los instrumentos - CUESTIONARIO para la recolección de datos de investigación de enfoque cuantitativo, en los días y horas que tengan disponibilidad.

Agradeciendo su atención me despido deseándole parabienes y con la seguridad de su apoyo.

Atentamente



Yohanna Brigitte Betancourt Murrugarra
Yohanna Brigitte Betancourt Murrugarra

"AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL"

SOLICITO: Autorización para recolección de
Datos para Tesis Doctoral.

SR/SRA.DIRECTOR/A..... Victoria Alarcón Wones.....
.....

Que en calidad de estudiante del VI ciclo del Doctorado en Gestión Pública y Gobernabilidad
EPG-UCV- Sede Lima –Este-SJL, ante Ud. Me presento y digo:

Que
acudo a su despacho y prestigiosa institución para el cumplimiento del requisito para la
realización de la Tesis denominada EL IMPACTO DEL TECNO ESTRÉS EN DOCENTES EN LA EPOCA
DE PANDEMIA COVID 19 EN INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE LIMA AÑOS 2021-2022,
para optar el grado de Doctor con mención en Gestión Pública y Gobernabilidad de la Escuela
de Posgrado de la Universidad Privada "Cesar Vallejo" de la sede San Juan de Lurigancho- Lima,
la aplicación de los instrumentos - CUESTIONARIO para la recolección de datos de investigación
de enfoque cuantitativo, en los días y horas que tengan disponibilidad.

Agradeciendo su
atención me despido deseándole parabienes y con la seguridad de su apoyo.

Atentamente



Yohanna Brigitte Betancourt Murrugarra

DNI 06778330

Nº Celular 947915062

Correo: yoabrigitte71@yahoo.com

