Plumilla Educativa
Universidad de Manizales
Velandia P., P.Y.; Cogollo M., Z. (2026). Acoso laboral y autocuidado emocional en docentes líderes de bilingüismo: un estudio en Bogotá. Plumilla Educativa, 35 (2) 1-13 p.
DOI: https://doi.org/10.30554/pe.35.2.5619.2026

Artículo de investigación

Recibido: 07-03-2026 - Aceptado: 17-11-2026 - Publicado: 19-11-2026

Acoso laboral y autocuidado emocional en docentes líderes de bilingüismo: un estudio en Bogotá

Patricia Yasmin Velandia Pérez[1]
Zuleima Cogollo Milanés[2]

Resumen

Este artículo forma parte de una investigación desarrolla entre del 2023 al 2025, que buscó explorar el agenciamiento del autocuidado emocional de las y los docentes líderes de bilingüismo de Bogotá. El estudio se abordó desde un enfoque cualitativo y un estudio de caso intrínseco los datos fueron obtenidos por medio de ocho entrevistas a profundidad y el análisis de cuatro documentos producidos entre el 2019 y 2024, que junto con las bases teóricas y las investigaciones previas dieron validez a los resultados. Como avance del estudio, se presenta una categoría emergente de acoso laboral, y sugiere que el autocuidado emocional de los líderes se afecta por este factor estresor. En particular, Las quejas, los anónimos y los comentarios generan malestar, estrés, ansiedad e impotencia, condiciones que hacen necesario crear un plan de bienestar emocional, y el fortalecimiento de las redes de apoyo que fortalezcan el autocuidado de estos lideres de bilingüismo.

Palabras clave: Acoso laboral, bienestar docente**,** Líderes de Bilingüismo, Autocuidado Emocional, Estrés.

1 Directiva docente, rectora colegio Ofelia Uribe de Acosta, secretaría de educación de Bogotá Colombia. ORCID: https://orcid.org/0000-0001-5313-7754, email: pvelandia@educacionbogota.edu.co

2 Profesora titular, Facultad de Enfermería, Universidad de Cartagena. Grupo Cuidado a la Salud de los Colectivos, Universidad de Cartagena. Cartagena, Colombia.
ORCID https://orcid.org/0000-0003-3310-4052, email: zcogollom@unicartagena.edu.co

Workplace harassment and emotional self-care among bilingual education teacher leaders: a study in Bogotá

Abstract

This article is part of a research project conducted between 2023 and 2025 that aims to explore the agency of emotional self-care among bilingual education teacher leaders in Bogotá. The study followed a qualitative approach adopted an intrinsic case study method. Data were collected through eight in-depth interviews and the analysis of four documents produced between 2019 and 2024; both sources with the theoretical foundations and previous research, contributed to the validity of the findings. As a preliminary outcome of the study, an emergent category of workplace harassment is identified. The findings suggest that the emotional self-care of teacher leaders is affected by this stressor. In particular complaints, anonymous reports, and certain comments from colleagues generate discomfort, stress, anxiety, and feelings of powerlessness. These results highlight the need to develop an emotional well-being plan and to strengthen support networks that promote and sustain the emotional self-care of bilingual teacher leaders.

Keywords: Workplace harassment, teacher well-being, Bilingual Education Teacher Leaders, Emotional Self-Care, Stress

Assédio no trabalho e autocuidado emocional entre professores líderes de bilinguismo: um estudo em Bogotá

Resumo

Este artigo faz parte de uma pesquisa desenvolvida entre 2023 e 2025, que busca explorar o agenciamento do autocuidado emocional de líderes de educação bilíngue de Bogotá. O estudo adotou uma abordagem qualitativa e um estudo de caso intrínseco. Os dados foram coletados por meio de oito entrevistas em profundidade e da análise de quatro documentos produzidos entre 2019 e 2024. Essas fontes, juntamente com os fundamentos teóricos e as pesquisas anteriores, contribuíram para a validação dos resultados.

Como resultado emergente do estudo, apresenta-se a categoria de assédio moral no trabalho, que sugere que esse fator estressor afeta

Velandia P., P.Y.; Cogollo M., Z. (2026). Acoso laboral y autocuidado emocional en docentes líderes de bilingüismo: un estudio en Bogotá. Plumilla Educativa, 35 (2) 1-13 p.
DOI: https://doi.org/10.30554/pe.35.2.5619.2026

o autocuidado emocional dos líderes. Em particular, as queixas, as denúncias anônimas e os comentários geram desconforto emocional, estresse, ansiedade e sentimento de impotência. Essas circunstâncias evidenciam a necessidade de desenvolver um plano de bem-estar emocional e fortalecer as redes de apoio, a fim de promover o autocuidado emocional desses líderes de educação bilíngue.

Palavras-chave: Assédio no trabalho, bem-estar docente,Líderes de Educação Bilíngue, Autocuidado Emocional, Estresse.

Introducción

El autocuidado es definido por Orem en 1969 como la función humana que permite al individuo de manera decidida, velar y desplegar por sí mismo acciones, proveerse de los elementos o condiciones necesarios para conservar la vida, propiciar el funcionamiento físico, emocional y el desarrollo dentro de las normas compatibles con condiciones esenciales para vivir y para la integridad del funcionamiento y el desarrollo.

En ese sentido, la teoría del autocuidado propone a la persona como principal gestora de los cuidados en beneficio de su salud, siendo una responsabilidad consigo mismo la toma de acciones en este proceso, señaló (Orem, 1983) y (Gross & Thompson, 2007).

Como parte del concepto de autocuidado se encuentra el agenciamiento, al respecto, (Sen, 1997) indagó la noción del sujeto como agente, creador/creadora y garante del manejo de su libertad y la responsabilidad de sus decisiones a favor o en contra del bienestar para su vida, articulando el concepto de capacidad de agencia de autocuidado de (Orem, 1995).

Las y los maestros son un grupo de profesionales que se encuentran altamente expuestos a desarrollar malestares respecto a su salud mental o su estado emocional, por el permanente y continuo contacto con muchas personas a la vez. (Blázquez-Manzano et al., 2021) Es decir, el desempeño docente lleva a un número importante de los profesores al estrés persistente e impide que estos, ejecuten sus actividades debidamente, lo que a su vez incrementa el estrés.

(Larrosa, 2010), resalta que las y los docentes no consideran en su esquema mental el autocuidado, dado que en su periodo de preparación no lo tienen en cuenta, como tampoco en la formación continua durante su desempeño. Ellos, han construido una autoimagen para servir, para entender y atender al otro y dejar de lado sus sentires y situaciones propias.

En congruencia, este profesional puede aumentar su vulnerabilidad al estrés laboral. En concreto, la gestión inadecuada de este aspecto puede desencadenar estrés crónico, que se caracteriza por sentimientos de incompetencia laboral, pérdida de confianza en sí mismo, fatiga emocional, actitudes de despersonalización y dificultad de concentración. Es una manera negativa de afrontar las situaciones adversas que se están asumiendo y pueden afectar el autocuidado emocional de los profesionales en educación alterando el bienestar de su salud.

Las y los docentes en su desempeño cotidiano deben sortear diferentes situaciones que no sólo tienen que ver con la planeación didáctica que desarrollarán en el aula. Como plantea (Esteve, 1994), en la escuela concurren factores estresores de primer y segundo orden que perturban su desempeño laboral e impactan en su vida. Entre estos se encuentra la modificación en el rol del profesor con los años y de los agentes tradicionales de socialización. También se incluyen el aumento de las funciones docentes y la disminución del proceso de liderazgo y credibilidad, falta de apoyo del contexto social, falta de recursos materiales y condiciones de trabajo, violencia en las instituciones escolares. A ellos se suman, los objetivos del sistema de enseñanza y los avances de los conocimientos, la imagen del docente; y las relaciones interpersonales a nivel laboral. Todas estas exigencias se conjugan y junto con las de la vida personal, pueden generar consecuencias negativas para la salud mental del maestro o la maestra.

De manera contraria a la definición de autocuidado para las personas, (Sebastian et al., 2022) en su estudio realizado la India, señalaron que aquellas personas que no contaban con prácticas de autocuidado tenían mayormente un desequilibrio físico y emocional.

(Doan et al., 2023), realizaron un estudio con 1439 maestras y maestros en Estados Unidos y evidenciaron que ellos tienen el doble de probabilidad de sufrir de episodios de estrés en el trabajo con relación a otras labores. El 61% de las maestras presentó episodios de estrés frente al 46% en los maestros, es decir, los maestros mostraron incapacidad para afrontar bien el estrés relacionado con el trabajo y falta de resiliencia.

A partir de la evidencia presentada se puede apreciar que la labor docente requiere de unas habilidades socioemocionales, que le faciliten la interacción y la comprensión no solo de los aspectos cognitivos de sus estudiantes, sino también emocionales y familiares. La preparación docente implica transformaciones hacia una enseñanza que se convierta para él o ella y el alumno que tenga más en cuenta las relaciones interpersonales, los sentimientos ante todo de ellos, de sus iguales y por supuesto, de los estudiantes, lo que va a impactar positivamente el aprendizaje. (Keck, 2018; Palmer, 1997).

Velandia P., P.Y.; Cogollo M., Z. (2026). Acoso laboral y autocuidado emocional en docentes líderes de bilingüismo: un estudio en Bogotá. Plumilla Educativa, 35 (2) 1-13 p.
DOI: https://doi.org/10.30554/pe.35.2.5619.2026

Por lo que agenciar el autocuidado emocional para desempeñar una tarea como la educación debe ser una prioridad para la comunidad educativa. Esta labor en cualquier parte del mundo implica conocer y manejar algunos riesgos que pueden afectar la salud mental, el bienestar y desempeño de las funciones según el cargo. En cuanto a esto, (Velandia, 2023) indica que el autocuidado es una necesidad que involucra tanto al individuo como a otras personas que pueden ser el sostén en ese proceso apoyando al docente o directivo docente.

En ese orden de ideas, el autocuidado emocional es importante para la vida diaria, en la actualidad las demandas del entorno hacen que cada persona viva a ritmos acelerados, concentrándose en actividades académicas, laborales y/o familiares alejándose de su propia persona y los cuidados que esta requiere. (Corchado et al., 2021).

Por otro lado, aunque las y los docentes en general pueden presentar estrés por su labor, especialmente en el caso de los maestros bilingües pueden sufrir de tensión y frustración adicionales, por las políticas bilingües, la identidad cultural y lingüística al promover el desarrollo de competencias en los estudiantes, refiere (Yang, 2022) con su estudio en China.

Otra investigación realizada por (Hyeyoung Jung, 2021) con educadores Koreanos, identificó que un docente de inglés puede experimentar temores cuando contempla tratar de introducir temas y materiales difíciles según el currículo y simplemente no lo hace, por lo que la cognición y las emociones no pueden ser separadas. Es así como las y los docentes participantes mostraron diversas emociones durante las clases, que afectaron sus prácticas laborales, lo que muestra efectos no sólo en sí mismo sino también en los estudiantes.

Al respecto, el presente artículo muestra los resultados parciales de una investigación de enfoque cualitativo cuyo propósito fue explorar el agenciamiento del autocuidado emocional de las y los docentes líderes de bilingüismo de Bogotá en el marco de la comunidad de aprendizaje *Bilingual Education Model Net*. Participaron ocho líderes de bilingüismo de Bogotá licenciados en inglés con edades entre 35 y 60 años. En su mayoría mujeres, algunos participantes eran solteros y otros convivían en pareja, algunos con hijos, predomina la clase media, y en cuanto a su ocupación, todos profesores de inglés de planta de la Secretaría de Educación de Bogotá, la mayoría tiene formación posgradual que cuentan con niveles de inglés B2 y C1, distribuidos en colegios de diferentes localidades de la ciudad.

De manera particular, se aborda una de las categorías emergentes que afecta el autocuidado emocional de las y los líderes de bilingüismo: el acoso

laboral, y en este concepto la percepción de injusticia y deslegitimación del liderazgo pueden impactar la salud mental, ya que socialmente las funciones, los límites y los roles de los diferentes profesionales no están claramente delimitados y tienen que renegociarse constantemente.(Tahull & Montero, 2015).

Método

Para explorar el autocuidado emocional de los líderes fue necesario partir del paradigma cualitativo, el cual encontró un espacio especial entre ciencia y práctica docente, y como lo refiere (Tojar, 2010), la labor de la investigación cualitativa es hacer explícitas las intenciones y creencias, interpretar la realidad, para que analizándola se puedan comprender las acciones y decisiones de vida de los sujetos. Si no se reflexiona, se indaga, se investiga sobre lo cotidiano, pocas posibilidades existen de modificar el patrón de comportamiento, “pues se investiga para transforma la realidad social o la de algunos grupos que viven en ella” (p. 410).

Para abordar el enfoque, esta investigación se consolidó desde el método interpretativo de estudio de caso intrínseco, el cual permitió responder a la pregunta de investigación y alcance de los objetivos planteados, este método ofreció un modo de comprender y construir el relato de la experiencia en los contextos educativos, como el de los docentes líderes de bilingüismo de Bogotá y el agenciamiento de su autocuidado emocional, para develar significados profundos e identificar el contraste entre los participantes y los procesos en el fenómeno; ya que se centró en aquellas situaciones o entidades sociales que merecen un interés, entendiendo su particularidad sin perder su complejidad y contextualización. (Sabariego, 2010).

Teniendo en cuenta la naturaleza de los participantes, lo más pertinente fue el estudio de caso intrínseco referido por (Stake, 2005) el cual se trata de casos que presentan características particulares y cuyo valor radica en sí mismos. Su finalidad fue lograr una comprensión más profunda del fenómeno específico analizado. En este tipo de estudios, el caso no se selecciona por ser representativo de una categoría más amplia ni por ejemplificar un problema o característica determinada, sino porque resulta relevante por su propia naturaleza, lo que se ajusta a los líderes de bilingüismo como caso único en Colombia.

La población objeto de estudio correspondió a 17 docentes líderes de bilingüismo de Bogotá pertenecientes a la red *Bilingual Education Model Net*, lo que integró al 100% de la población objetivo. Teniendo en cuenta el método definido se tomó una muestra voluntaria por conveniencia de 8 participantes. Las entrevistas a profundidad desarrolladas entre el 2023 y el 2025, fueron el instrumento principal para acceder a la experiencia vivida

Velandia P., P.Y.; Cogollo M., Z. (2026). Acoso laboral y autocuidado emocional en docentes líderes de bilingüismo: un estudio en Bogotá. Plumilla Educativa, 35 (2) 1-13 p.
DOI: https://doi.org/10.30554/pe.35.2.5619.2026

de los actores educativos. Siguiendo a (Kvale, S., & Brinkmann, 2009) estas se concibieron como espacios conversacionales de co-construcción del conocimiento, donde las interpretaciones emergen en la interacción entre investigador y participante.

Como segunda técnica se empleó el análisis documental de cuatro actas. Esto permitió organizar la información que se requirió incluso, de manera retrospectiva realizando un análisis tanto interno como externo (Arias et al., 2022). La combinación de estas dos técnicas fortaleció la comprensión holística del objeto de estudio.

Una vez transcritas cada una de las entrevistas, se llevó a cabo un análisis por codificación por medio del software Atlas.ti v25, el cual consiste, según Tracy, (2019) en la asignación de etiquetas, llamadas códigos, con el propósito de hallar inductivamente contenidos, temáticas o unidades de significado por medio de las cuales se derivan las categorías que van a describir las perspectivas, opiniones, visiones, experiencias o vivencias de los participantes. Se realizó un proceso de codificación abierta, para continuar con la codificación axial y finalizar con la codificación selectiva.

Finalmente, la triangulación se empleó como una estrategia para incrementar la credibilidad y la consistencia interpretativa del estudio mediante la integración de diversas fuentes, métodos y marcos conceptuales (Carter et al., 2014; Okuda, M., & Gómez Restrepo, 2005).

Resultados y discusión

A partir de proceso de triangulación, se obtuvieron un total de 6 categorías emergentes que incluyeron 38 códigos que son el resultado fiel de los relatos de los participantes y su aporte en los documentos. Inicialmente, se consideraron 11 categorías, generadas a partir de las tres dimensiones de autocuidado propuestas por (Orem, 1995; Sousa, 2002): capacidades fundamentales, capacidad de poder y capacidad de operacionalizar el autocuidado, estas se usaron como sensibilizadores teóricos, asegurando la credibilidad de estudio.

Como categoría clave y parte de las capacidades fundamentales emerge *el acoso laboral*, que afecta a los líderes de bilingüismo y pueden influir en el manejo de sus emociones. Definido por (Leymann, 1996), como una forma de comunicación hostil y desprovista de ética, que se dirige por una varios individuos de manera sistemática hacia un tercero Este condicionante se evidencia tanto en las entrevistas como en las actas analizadas, donde se

aprecia el descontento, la frustración y amenaza en contra de su labor. Así se observa en la figura 1 diagrama de Sankey. (ver figura 1).

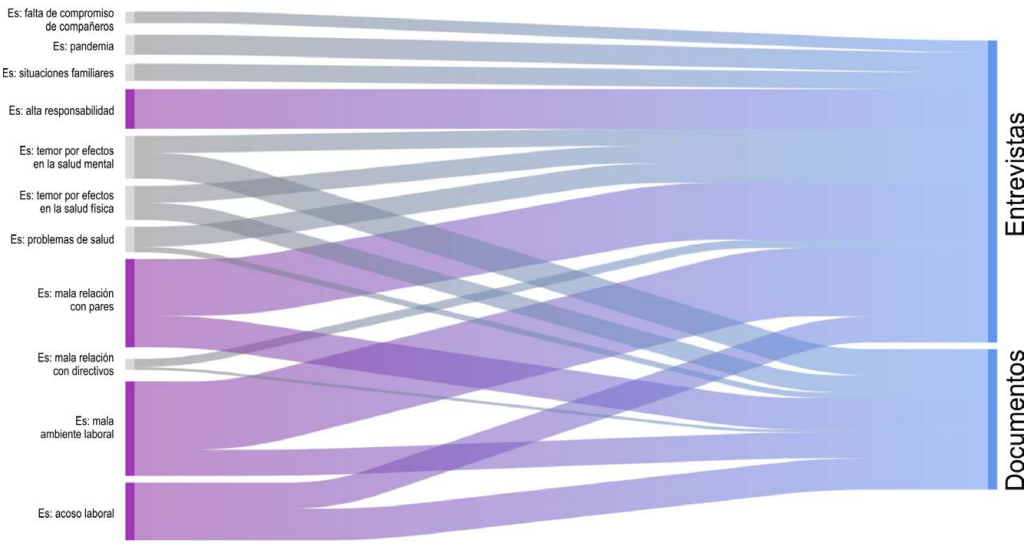


Figura 1. *Diagrama Sankey sobre los estresores clave acoso laboral*
Fuente: Elaboración propia (Velandia, 2025).

Así mismo, la Figura 2 muestra una nube de palabras como resultado de un taller sobre estresores donde se puede observar que la palabra más frecuente es *falta*, aunque también lo son estrés, incomprensión, resistencia, frustración, envidia, amenazas y recursos, asociadas a temas ya abordados frente a mala relación. (ver figura 2).



Figura 2. Nube de palabras sobre los estresores
Fuente: Elaboración propia (Velandia, 2025).

Velandia P., P.Y.; Cogollo M., Z. (2026). Acoso laboral y autocuidado emocional en docentes líderes de bilingüismo: un estudio en Bogotá. Plumilla Educativa, 35 (2) 1-13 p.
DOI: https://doi.org/10.30554/pe.35.2.5619.2026

El *acoso laboral de pares* suele mostrarse mediante calumnias, quejas y anónimos, y es interpretado por una buena parte de los participantes como un efecto de la envidia de los compañeros acerca de las ganancias y/o reconocimientos adicionales como líder. En ese sentido, la docente I1 narra,

> *"Sí, los profes por cuestiones económicas crean bastantes disputas, no sé, y digamos, fue una razón por las que se inició toda esta pelea que hubo este segundo semestre del 2023, que empezaron a enviar derechos de petición y que esas anónimas y todo era como por las horas extras porque quieren ocupar estos cargos, no por convicción, por amor al proyecto, sino por ganarse más, porque lo ven así como que por esas horas extras".*

Básicamente, desde la perspectiva de los participantes, algunos de los docentes están en desacuerdo con la integración del modelo bilingüe debido a la carga de trabajo o al miedo hacia el uso del inglés, instrumentalizan un proceso formal que tiene el entorno educativo para ejecutar conductas de presión y acusación que son sentidas como acoso laboral. El código de anónimos tiene menor frecuencia, lo que quiere decir que esta aparente instrumentalización se hace tanto ocultando la acción como haciéndola directamente y a nombre propio. Es de notar también que el enraizamiento de no haber recibido quejas es menor de forma muy evidente en comparación con el de las quejas de otros docentes. Ejemplificado esto, la docente I1 narra,

> *"Es un derecho de petición, solicitando mis horas extras, las convocatorias de quién me ha elegido, por qué me han elegido, cuáles son mis condiciones. Pasaron dos, una al Cadel y otra al Consejo Directivo, pero a los 8 días de que ellos ponen esas dos, comienzan a llegar de la nada unas denuncias, denuncias muy fuertes, acusándome de muchísimas cosas, de hecho, ya han llegado 5".*

El docente I7 también describe

> *"pasó un colega de sociales, a decir que él no hubiera necesitado que le hubieran pagado todo para ir a Londres para decir que el colegio debe transformar el PEI y como ese tipo de comentarios hasta el momento en el 2022 nunca superaron que hubiéramos sido seleccionados para para ir a la ciudad de Londres, entonces son esos detallitos, sobre todo con los profesores varones".*

Finalmente, el docente complementa

> *"entonces el rector dijo. No, como no presentaron sustento de las quejas, no hicieron, yo voy a mandar tus respuestas, así como tú me la*

pasaste. Entonces, esa fue una de las últimas respuestas que ayuden a proyectar y a sí mismo tal cual la pasaron a la Secretaría de educación, pero no más, aparte de esas de esas no, no ha habido más."

En consecuencia, el acoso laboral emerge como un factor crítico que afecta negativamente su bienestar emocional, contribuyendo a un entorno de trabajo hostil que dificulta la efectividad en sus funciones, genera impotencia frente a las quejas y desencadena emociones como frustración, y rabia especialmente, por el desconocimiento del rol y el manejo de poder frente a sus compañeros.

Todo ello, debido a que cada institución tiene un dinamismo intrínseco que favorece los cambios y crea situaciones de choque entre los compañeros, por lo que se confirman las conclusiones del estudio de (Kollerová et al., 2023) en República Checa, el cual encontró que la experiencia de ser víctima de acoso laboral se asoció positivamente con mayores niveles de agotamiento docente. Los docentes que percibieron que habían sido objeto de acoso por parte de colegas o personas en la escuela reportaron mayores niveles de estrés y cansancio emocional.

De igual modo, (Candeias et al., 2024) en su estudio en Portugal, encontraron que el acoso laboral se asoció con una mayor prevalencia de efectos adversos para el bienestar psicológico, incluyendo ansiedad, insomnio y sentimientos de impotencia, lo que sugirió un impacto negativo sobre la salud mental de los educadores. De esta manera como lo confirmó (Tahull & Montero, 2015) en España, las y los docentes tienen que negociar y renegociar las normas constantemente, y esta situación provoca que unos ganen y otros pierdan.

Conclusiones

Estos hallazgos tienen implicaciones significativas para la práctica educativa. Es esencial desarrollar políticas que clarifiquen roles y responsabilidades, así como fortalecer las redes de apoyo para facilitar el autocuidado emocional. Además, la implementación de programas de bienestar laboral podría abordar las necesidades identificadas y promover un ambiente más saludable y equitativo.

El malestar docente se ve reflejado en los líderes de bilingüismo de Bogotá, especialmente afectados por el acoso laboral a causa de acusaciones, anónimos y quejas por parte de sus compañeros y compañeras. Como consecuencia de este, aparece el ambiente laboral hostil, en donde a partir de los comentarios y relaciones tensionantes en la escuela se genera fricciones, desmotivación, altas cargas de estrés, mala gestión emocional e incapacidades por salud mental (Esteve, 1994).

Velandia P., P.Y.; Cogollo M., Z. (2026). Acoso laboral y autocuidado emocional en docentes líderes de bilingüismo: un estudio en Bogotá. Plumilla Educativa, 35 (2) 1-13 p.
DOI: https://doi.org/10.30554/pe.35.2.5619.2026

Finalmente, es necesario diseñar programas que promuevan la agencia del autocuidado emocional en los líderes bilingües, entendida como "la cualidad, aptitud o habilidad de la persona que le permite realizar una acción intencionada para participar en el autocuidado"(Orem, 1995). La resolución de conflictos y el manejo de debidos procesos a nivel de quejas y sugerencias.

En ese sentido, la participación en redes de apoyo, les ayudará a gestionar su autocuidado, tanto desde los demás líderes como desde los directivos docentes coordinadores y rectores, lo que les permitirá gestionar proyectos bilingües de calidad en cada una de sus instituciones, apoyando a sus equipos y a los estudiantes a desarrollar las habilidades comunicativas en una más lenguas extranjeras, un reto de cuidad en la formación de ciudadanos del mundo (Alarcón Jordán et al., 2022).

Al ser el primer estudio relacionado con líderes de bilingüismo, se sugiere la creación de un plan de bienestar para este equipo, que incluya el manejo de conflictos, seguimiento de conductas, mediación y autocuidado emocional.

Los presentes resultados abren la puerta a futuras investigaciones relacionadas no solo con líderes bilingües, sino con líderes de proyectos como media integral, tiempo escolar complementario, y otros proyectos que ameritan un liderazgo docente, y para los cuales también es necesario promover líneas de bienestar psicológico y mental.

Referencias

Alarcón Jordán, M. A., Hewitt Ramírez, N., Rueda Prada, C. M., Vega Ruiz, Á. M., Velandia Archila, S. P., & Villamil Huertas, R. del P. (2022). Regulación emocional y habilidades de afrontamiento en profesores colombianos de educación básica primaria. *Revista Guillermo de Ockham*, *21*(1), 1–18. https://doi.org/10.21500/22563202.5681

Arias, J., Holgado, J., Tafur, T., & Vasquez, M. (2022). *Metodología de la investigación: El método ARIAS para desarrollar un proyecto de tesis*. Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú. https://doi.org/10.35622/inudi.b.016

Blázquez-Manzano, A., León-Mejía, A., Patiño-Alonso, M.-C., & Feu, S. (2021). Síndrome de burnout y apoyo social en maestros de educación primaria. *Estudios sobre Educación*, *42*, 79–98. https://doi.org/10.15581/004.42.004

Candeias, A., João, A., & Portelada, A. (2024). Teacher well-being under threat: The consequences of workplace bullying from preschool to higher education. *Education Sciences*, *14*(11), 1175. https://doi.org/10.3390/educsci14111175

Carter, N., Bryant-Lukosius, D., DiCenso, A., & Blythe, J. (2014). The use of triangulation in qualitative research. *Oncology Nursing Forum*, *41*(5), 545–547. https://doi.org/10.1188/14.ONF.545-547

Corchado, A., Omar, V., Hernández, A., Angélica, A., Rosales, E. M., Fernanda, M., & Rivera, R. (2021). Autocuidado emocional y cuidado del entorno en universitrarios compartiendo experiencias a través de talleres. *Revista Amazônica*, *XXVI*(2), 124–150.

Doan, S., Steiner, E. D., Pandey, R., & Woo, A. (2023). Teacher Well-Being and Intentions to Leave: Findings from the 2023 State of the American Teacher Survey. *Teacher Well-Being and Intentions to Leave: Findings from the 2023 State of the American Teacher Survey*, *June*. https://doi.org/10.7249/rra1108-8

Esteve, M. (1994). *El malestar docente*. Ediciones Paidos. https://www.casadellibro.com.co/libro-el-malestar-docente/9788449300547/454493

Gross, J., & Thompson, R. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. En *Handbook of Emotion Regulation* (7a Ed., pp. 3–24). The Guildford Press.

Hyeyoung Jung. (2021). *Towards critical literacy in korean high school EFL classrooms: narrative inquiry into teacher emotions and the use of critical materials* [University of Hawai'i at Mānoa]. http://hdl.handle.net/10125/81667

Keck, C. (2018). La formación vocacional como vía emancipatoria: algunas experiencias incipientes y su relevancia para Iberoamérica. En *Educación Crítica y Emancipación* (pp. 61–84). Clacso-Octaedro. https://biblioteca.clacso.edu.ar/clacso/se/20181219114645/Educacion_critica2.pdf

Kollerová, L., Květon, P., Zábrodská, K., & Janošová, P. (2023). Teacher exhaustion: the effects of disruptive student behaviors, victimization by workplace bullying, and social. *Social Psychology of Education*, 885–902. https://doi.org/10.1007/s11218-023-09779-x Teacher

Kvale, S., & Brinkmann, S. (2009). *InterViews: learning the craft of qualitative research interviewing* (I. Sage Publications (ed.); 2a ed.). https://archive.org/details/interviewslearni0000kval/page/n9/mode/2up

Larrosa, F. (2010). Vocación docente versus profesión docente en las organizaciones educativas. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, *13*, 43–51. https://www.studocu.com/es-mx/document/universidad-del-valle-de-mexico/educacion/articulo-dialnet-vocacion-docente-versus-profesion-docente-en-las-organiza-3675464/12890522

Leymann, H. (1996). The content and development of mobbing at work. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, *5*(2), 165–184.

Okuda, M., & Gómez Restrepo, C. (2005). Métodos en investigación cualitativa: triangulación. *Revista Colombiana de Psiquiatría ISSN:*, *34*(1), 118–124. https://www.redalyc.org/pdf/806/80628403009.pdf

Orem, D. E. (1983). *Normas prácticas en enfermería* (Pirámide (ed.)).

Orem, D. E. (1995). *Nursing:Concepts of practice* (5a Ed.). Mosby, Inc.

Palmer, P. J. (1997). The heart of a teacher identity and integrity in teaching. *Change: The Magazine of Higher Learning*, *29*(6), 14–21. https://doi.org/10.1080/00091389709602343

Sabariego, M. (2010). Etnografía y estudio de casos. En Lit (Ed.), *Principios, Métodos y Técnicas Esenciales Para la Investigación educativa* (pp. 403–424).

Sebastian, A. T., Rajkumar, E., John, R., Daniel, M., George, A. J., Greeshma, R., & James, T. (2022). Emotional Self-Care: exploring the influencing factors among individuals with cancer. *Frontiers in Psychology*, *13*, 13–16. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.898345

Sen, A. (1997). *Choice, welfare, and measurement* (Harvard University Press. (ed.); Paper back).

Sousa, V. D. (2002). Conceptual analysis of self-care agency. *Online Brazilian Journal of Nursing*. http://www.objnursing.uff.br/index.php/nursing/article/view/4793

Stake, E. (2005). *Investigación con estudio de casos* (Morata (ed.)).

Tahull, J., & Montero, Y. (2015). Malestar en la escuela. Conflictos entre profesores. *Educar*, *51*(1), 169–188.

Tojar, J. C. (2010). La investigación cualitativa en educación. En Dykinson (Ed.), *Principios, métodos y técnicas esenciales para la investigación educativa* (pp. 403–424).

Tracy, S. J. (2019). *Qualitative research methods: collecting evidence, crafting analysis, communicating impact.* John Wiley & Sons.

Velandia, P. (2023). ¿Cómo reducir las incapacidades causadas por enfermedades mentales en docentes? *Revista Arbitrada del Centro de Investigación y Estudios Gerenciales CIEG*, 136–154. https://revista.grupocieg.org/wp-content/uploads/2022/12/Ed.59136-154-Velandia-Patricia.pdf

Yang, H. M. (2022). English as a foreign language teachers' well-being, their apprehension, and stress: the mediating role of hope and optimism. *Frontiers in Psychology*, *13*. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.855282

CC BY NC ND