

**VI CONGRESO**  
**INTERNACIONAL**  
**SOCIEDAD**  
**CIENTÍFICA**  
**ESPAÑOLA**  
**PSICOLOGÍA SOCIAL**

XVII CONGRESO NACIONAL DE PSICOLOGÍA SOCIAL  
 del 3 al 5 de octubre de 2024  
*Santiago de Compostela*

**Manejo de emociones y bienestar docente: explorando el papel de la rumiación laboral y el agotamiento emocional**

Sergio Mérida- López, Manuel Pulido-Martos y Natalio Extremera

UNIVERSIDAD DE SANTIAGO DE COMPOSTELA (USC)  
 UNIVERSIDAD DE MÁLAGA (UJA) Universidad de Jaén

1

UNIVERSIDAD DE MÁLAGA Applied Positive Lab

**Applied Positive Lab (CTS-1048)**

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y LOGOPEDIA Universidad de Málaga

www.appliedpositivelab.com

@Lab\_Positive

Grupo Applied Positive Lab

Fuente: elaboración propia

Proyecto PID2020-117006RB-I00 financiado por

MINISTERIO DE CIENCIA E INNOVACIÓN  
 AGENCIA ESTADAL DE INVESTIGACIÓN

2

# 1. Introducción

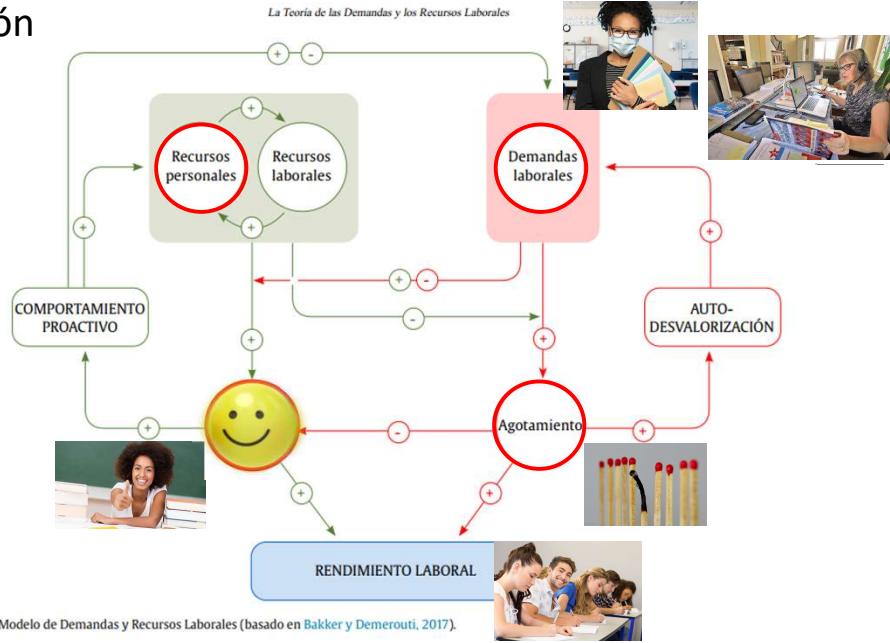
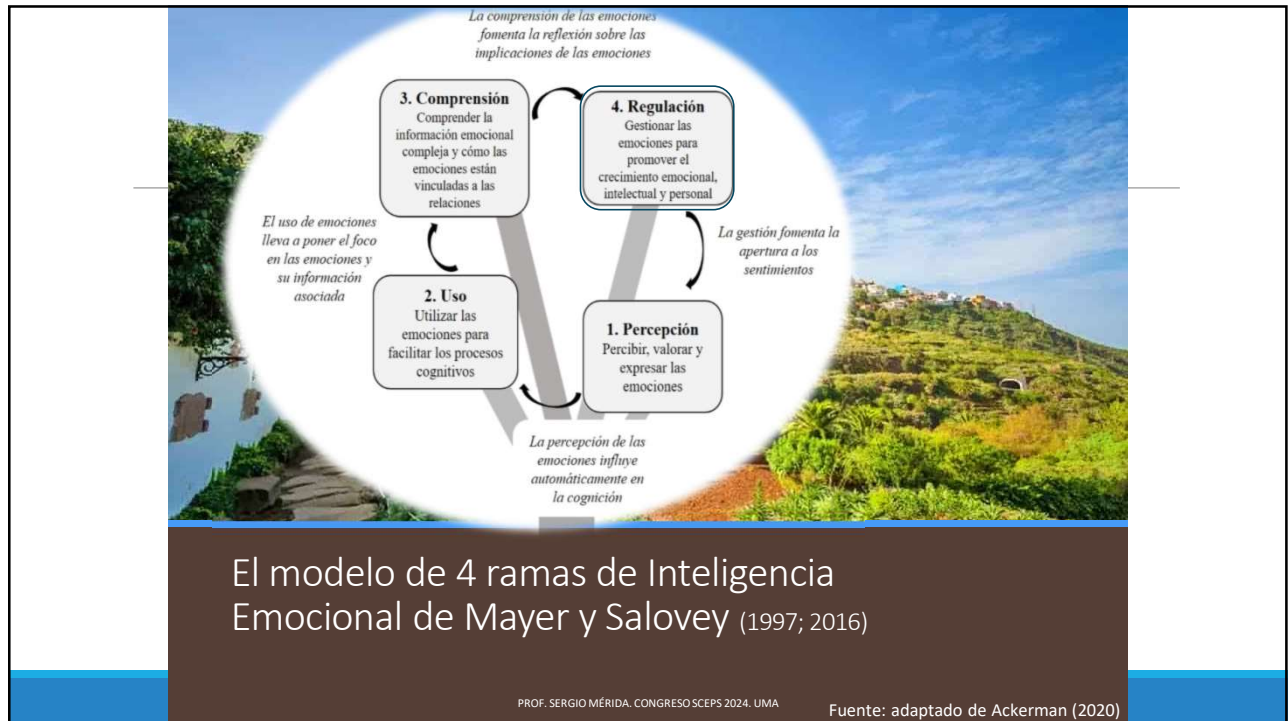


Figura 1. Tomado de Bakker et al. (2023)

PROF. SERGIO MÉRIDA. CONGRESO SCEPS 2024. UMA

Figura 1. Tomado de Bakker et al. (2023)

3



4

**VI CONGRESO INTERNACIONAL DE PSICOLOGÍA SOCIAL**  
Santiago de Compostela del 3 al 5 de octubre de 2024

USC USC  
SCEPSy

## 1. Introducción

Papel clave de la regulación emocional en el bienestar docente (Aldrup et al., 2024)

The diagram consists of three colored boxes on the left, each with a corresponding text box on the right:

- Agotamiento emocional** (orange box) is linked to **Dimensión de malestar docente que influye en las actitudes laborales y el desempeño docente** (orange text box, Yin et al., 2019).
- Rumiación laboral** (yellow box) is linked to **Irritación cognitiva como demanda personal relacionada con mayor desajuste** (yellow text box, Geisler et al., 2019).
- Satisfacción laboral** (purple box) is linked to **Actitudes laborales positivas como factor clave de eficacia y desempeño docente** (purple text box, Wartenberg et al., 2023).

Prof. Sergio Mérida. Congreso SCEPS 2024. UMA

5

**VI CONGRESO INTERNACIONAL DE PSICOLOGÍA SOCIAL**  
Santiago de Compostela del 3 al 5 de octubre de 2024

USC USC  
SCEPSy

## 1. Introducción

**Objetivo principal:**

Examinar la relación entre la regulación emocional y la satisfacción laboral del profesorado en relación con la pandemia de COVID-19, explorando los roles mediadores seriales de la rumiación laboral y el agotamiento emocional.

The diagram is a conceptual model with four main nodes:

- Regulación emocional** (white box) has a solid arrow pointing to **Rumiación laboral** (yellow box) labeled H2.
- Regulación emocional** has a solid arrow pointing to **Satisfacción laboral** (light blue box) labeled H1.
- Rumiación laboral** has a solid arrow pointing to **Agotamiento emocional** (light purple box) labeled H3.
- Agotamiento emocional** has a solid arrow pointing to **Satisfacción laboral** labeled H4.
- There are dashed arrows from **Rumiación laboral** to **Satisfacción laboral** (labeled H5) and from **Agotamiento emocional** to **Satisfacción laboral** (labeled H1).

Prof. Sergio Mérida. Congreso SCEPS 2024. UMA

6

VI CONGRESO INTERNACIONAL DE PSICOLOGÍA SOCIAL CIENTÍFICA ESPAÑOLA PSICOLOGÍA SOCIAL

XVI CONGRESO NACIONAL DE PSICOLOGÍA SOCIAL Santiago de Compostela del 3 al 5 de octubre de 2024

USC UNIVERSIDAD DE SANTIAGO DE COMPOSTELA

SCEPSY

## 2. Método

Muestra	Nivel de especialidad	Dimensiones, instrumentos y fiabilidad
723 profesionales docentes (62,4% mujeres; $M_{\text{edad}} = 44,39$ años; $DT = 10,17$ ) y experiencia profesional media de 14 años ( $M = 13,92$ ; $DT = 10,97$ ).  Profesorado funcionario/a: 68,5%	-Infantil (15,8%) -Primaria (30,8%) -Secundaria (48,4%)	- <b>Regulación emocional (WLEIS)</b> . $\alpha = 0,83$ ; $CR = 0,98$ ; $AVE = 0,57$  <i>En relación con la pandemia...</i>  - <b>Rumiación laboral (Mohr et al., 2006)</b> . $\alpha = 0,88$ ; $CR = 0,99$ ; $AVE = 0,72$ - <b>Agotamiento emocional (MBI)</b> . $\alpha = 0,86$ ; $CR = 0,99$ ; $AVE = 0,43$ - <b>Satisfacción laboral (JSS)</b> . $\alpha = 0,82$ ; $CR = 0,99$ ; $AVE = 0,60$
Nota: WLEIS = <i>Wong and Law Emotional Intelligence Scale</i> (Wong y Law, 2002); Rumiación laboral (Mohr et al., 2006); MBI = <i>Maslach Burnout Inventory</i> (Maslach et al., 1996); JSS = <i>Job Satisfaction Scale</i> (Judge et al., 1998).		
<b>Procedimiento:</b> Muestreo no probabilístico de conveniencia con ayuda de alumnado universitario y en línea con estándares éticos (66/2018-H)		

7

VI CONGRESO INTERNACIONAL DE PSICOLOGÍA SOCIAL CIENTÍFICA ESPAÑOLA PSICOLOGÍA SOCIAL

XVI CONGRESO NACIONAL DE PSICOLOGÍA SOCIAL Santiago de Compostela del 3 al 5 de octubre de 2024

USC UNIVERSIDAD DE SANTIAGO DE COMPOSTELA

SCEPSY

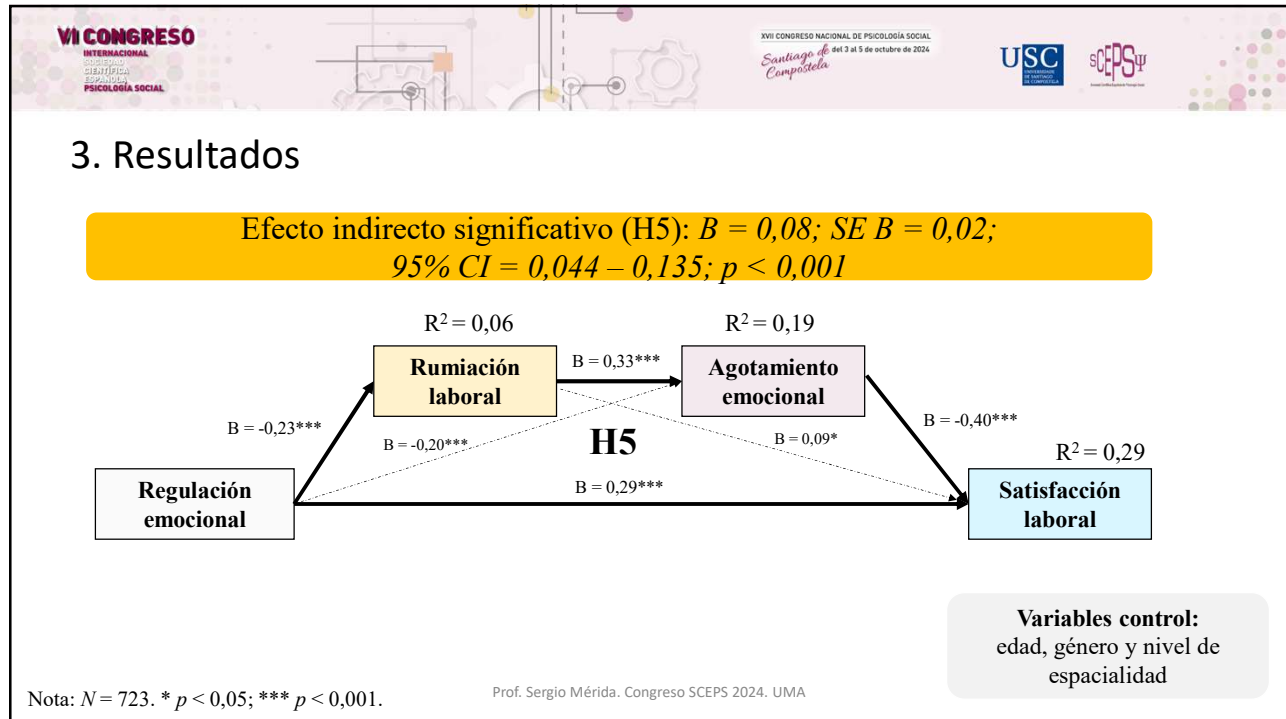
## 3. Resultados

**Tabla 1. Análisis de correlación**

	1	2	3	4
<b>1. Regulación emocional</b>				
<b>2. Rumiación laboral</b>	-0,19**			
<b>3. Agotamiento emocional</b>	-0,25**	-0,35**		
<b>4. Satisfacción laboral</b>	0,33**	-0,08*	-0,35**	
Media	5,35	11,57	2,49	5,72
Desviación típica	0,94	5,36	1,20	0,96

Prof. Sergio Méndez / Congreso SCEPS 2024 / IMA

8



9



10

**VI CONGRESO INTERNACIONAL**  
SOCIOPOLÍTICO, CIENTÍFICO Y PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA SOCIAL

XVI CONGRESO NACIONAL DE PSICOLOGÍA SOCIAL  
*Santiago de Compostela*  
del 3 al 5 de octubre de 2024

## 4. Discusión

### Limitaciones y futuras líneas de trabajo

1. Estudio de relaciones a lo largo del tiempo
2. Combinación de autoinformes y pruebas objetivas
3. Uso de medidas y diseños que contemplen el efecto sobre el alumnado del bienestar docente (p.ej., medición de Comportamientos Emocionalmente Inteligentes del Docente)

Natalia Estebanera Pacheco • Sergio Mérida López  
Lourdes Bay Polle • María Angeles Párraga Fernández

**Programa CRECIENDO**  
Creando competencias de inteligencia emocional en nuevos docentes

AULAMAGNA

Fortaleciendo Competencias de Inteligencia Emocional con Docentes  
Programa FortalecEMOs

Creando Competencias de Inteligencia Emocional con Nuevos Docentes

Prof. Sergio Mérida López

Fuente: elaboración propia