

Storytelling y el aprendizaje invertido para el fortalecimiento de la salud mental en docentes dentro de la escuela en contextos de pospandemia por Covid-19

Storytelling and flipped learning to strengthen mental health in teachers within the school in post-Covid-19 pandemic contexts

<https://doi.org/10.15332/24224529.8156>

Recibido: Diciembre de 2022

Aceptado: Julio de 2023

Marta Lucía Palacio Vásquez

Universidad cooperativa de Colombia

malupava@yahoo

ORCID: <https://doi.org/10.21501/25907565.2648>

Andrea Delfina Rentería Bustacara

Universidad Cooperativa de Colombia

andrea.renteria@campusucc.edu.co

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3359-1105>

Éver Hinestroza Vivero

Universidad Cooperativa de Colombia

everthviveros@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/my-orcid?orcid=0000-0003-1197-2561>

Citar como:

Palacio Vásquez, M. L., Rentería Bustacara, A. D. y Hinestroza Vivero, É. (2023). Storytelling y el aprendizaje invertido para el fortalecimiento de la salud mental en docentes dentro de la escuela en contextos de pospandemia por Covid-19. CITAS, 9(2). <https://doi.org/10.15332/24224529.8156>



Resumen

A raíz de la pandemia de Covid-19, surgieron problemáticas en la educación debido al aislamiento. Los docentes se vieron obligados a migrar a la virtualidad y buscar nuevas estrategias didácticas que les permitieran enseñar a sus estudiantes. Este fue un cambio abrupto que llevó a los profesores a enfrentarse a las dificultades de su propio entorno y el de sus estudiantes, causándoles altos niveles de estrés, ansiedad y otros problemas de la salud mental.

Después de la pandemia, los docentes y los estudiantes debían regresar a una nueva normalidad que traía consigo secuelas del Covid-19, otras formas de estar en el aula e incógnitas sobre qué metodologías de aprendizaje serían las más adecuadas, partiendo de que la prevención debía ser un factor por considerar.

Esta investigación tuvo como objetivo diseñar estrategias basadas en el *storytelling* y aprendizaje invertido con el propósito de fortalecer la salud mental de los docentes en la pospandemia y se realizó bajo un enfoque cualitativo de investigación acción, con el cual se pudieron obtener análisis derivados de los relatos vividos por docentes de tres instituciones educativas de Cali, Cartago y Medellín, durante el Covid-19.

Dichos análisis permitieron obtener datos referentes a la salud mental de los docentes, evidenciando la necesidad de buscar alternativas como la educación invertida y el *storytelling* para solventar la situación vivida en la nueva normalidad. Estas estrategias permitieron recuperar las interacciones en el aula y alivianar algunos síntomas de la salud mental de los docentes¹.

Palabras clave: Covid-19, educación, aprendizaje invertido, *storytelling*, salud mental.

Summary

In the wake of the Covid-19 pandemic, problems arose in education due to isolation. Teachers were forced to migrate to virtuality and look for new teaching strategies that would allow them to teach their students. This was an abrupt change that led teachers to face the difficulties of their own environment and that of their students, causing them high levels of stress, anxiety and other mental health problems.

After the pandemic, teachers and students had to return to a new normal that brought with it consequences of Covid-19, other ways of being in the classroom and unknowns about which learning methodologies would be the most appropriate, assuming that prevention should be a factor to consider.

This research aimed to design strategies based on storytelling and inverted learning with the purpose of strengthening the mental health of teachers in the post-pandemic and was carried out under a qualitative action research approach, with which it was possible to obtain analyzes derived from the relationships experienced by teachers from three educational institutions in Cali, Cartago and Medellín, during Covid-19.

These analyzes allowed us to obtain data regarding the mental health of teachers, evidencing the need to look for alternatives such as inverted education and storytelling to solve the situation experienced in the new normal. These strategies allowed us to recover classroom interactions and alleviate some symptoms of teachers' mental health.

Keywords: Covid-19, education, flipped learning, storytelling, mental health.

Introducción

En el 2020, el mundo experimentó una pandemia causada por el Covid-19, que generó un aislamiento limitando significativamente las interacciones sociales en distintos ámbitos, entre ellos, la escuela, lo cual dio como resultado la aparición de incertidumbres, desasosiegos, desidias y un sinnúmero de situaciones que afectaron la salud mental de las personas.

Este artículo busca analizar dichos impactos en el caso de los docentes, quienes son los guías para realizar el acompañamiento de los estudiantes y quienes, en primera instancia, tuvieron la responsabilidad de dar continuidad a los procesos educativos y llevarlos hacia la virtualidad, un contexto para el cual no estaban suficientemente preparados. Como lo expresa Sandoval (2020), “la mayoría de los educadores no tienen los suficientes conocimientos técnicos para el manejo de las tecnologías más habituales en las aulas, o simplemente no disponen de información sobre los beneficios que les pueden ofrecer en los procesos educativos” (p. 125).

Sin embargo, es fundamental comprender que el encierro forzado, la ansiedad, el miedo y otros problemas relacionados con la salud mental no solo tuvieron un impacto considerable en los docentes, sino en la comunidad educativa en general.

Por otro lado, y al estar en un contexto virtual, donde la comunicación se daba desde de los hogares, los docentes se vieron más involucrados en los contextos de los estudiantes y debían buscar alternativas para facilitar el acceso al aprendizaje, lo cual llevó a una mayor carga laboral.

Toda esta situación no se detuvo con el fin de la pandemia, sino todo lo contrario. Después de todos estos cambios abruptos, la pospandemia y el regreso al aula de clases denotaron la necesidad de encontrar estrategias que se adaptaran a las nuevas condiciones, donde surgieron factores para tener en cuenta, como la prevención, el riesgo y las interacciones, sin dejar de lado otros elementos.

Como afirma Cepal Unicef (2020), en la búsqueda de nuevas estrategias y

en la adaptación, la flexibilización y la contextualización curricular se deben considerar [...] el fortalecimiento de conductas de empatía, la tolerancia y no discriminación, entre otros

[...] la profundización del carácter integral y humanista de la educación, sin ceder a la presión por fortalecer solamente los aprendizajes instrumentales. (p. 4)

A partir de este contexto, surge el aprendizaje invertido y el *storytelling*, como estrategias que permiten que el proceso de enseñanza aprendizaje sea más dinámico y haya una participación más activa de los estudiantes.

Según las encuestas realizadas en esta investigación, los docentes ven de manera prometedora las didácticas activas para buscar realizar catarsis y reflexión de las vivencias tenidas en tiempos de Covid-19, principalmente en el 2020 y, en su mayoría, consideran que estas estrategias brindan herramientas para mantener hábitos protectores y prevenir lesiones mentales producto de secuelas por las situaciones no tramitadas o mal tramitadas en época de pandemia.

El *storytelling* permite articular emociones y sentimientos, explorar a través del diálogo nuevas formas de estar con el otro que permitan generar un vínculo capaz de ayudar a la recuperación de la salud mental de estudiantes y docentes, de manera que las clases puedan ser mucho más humanistas.

En cuanto al aprendizaje invertido, busca una apropiación de contenidos que generen reflexiones fuera del aula y sean llevadas a la misma para compartirlas y experimentarlas:

Impartir la instrucción directa fuera del tiempo de clase —generalmente a través de videos. Esto libera tiempo para realizar actividades de aprendizaje más significativas tales como: discusiones, ejercicios, laboratorios, proyectos, entre otras, y también, para propiciar la colaboración entre los propios estudiantes. (Pearson, 2013, como se citó en Observatorio de Innovación Educativa del Tecnológico de Monterrey, 2014)

Anteriormente se han realizado otras investigaciones que han relacionado los beneficios del *storytelling* en la salud. Como afirman Jáuregui et ál. (2020), en una de dichas investigaciones, denominada “*Storytelling* como instrumento de comunicación en contextos de salud”, las narraciones le permiten “al paciente examinar sus emociones y estrategias de resolución de problemas, establecer objetivos e intercambiar apoyo social” (p. 864). En esta investigación se demostró que el *storytelling* es una estrategia de aprendizaje que, mediante las narraciones, ha ayudado a pacientes al manejo de sus enfermedades, pues “permite conceptualizar y crear ideas más valiosas [...] puede servir como un medio, estableciendo una red de confianza e igualdad entre los participantes” (Jáuregui et ál., 2020, p. 863), lo que en definitiva tiene mucha relación con la psiquis de los pacientes.

Enfocándonos nuevamente hacia el contexto educativo, y teniendo en cuenta que estas estrategias puede generar impactos positivos en las interacciones sociales en el aula y en el ambiente escolar, estas se han implementado en diversos proyectos investigativos como, por

ejemplo, “Influencia del aprendizaje invertido en la actitud hacia una asignatura de lengua extranjera”, realizada por Fernández (2020 p.44), quien demostró que el aprendizaje invertido contribuye al aumento de motivación, mejora de la actitud, interés en la clase y la interacción entre estudiantes y de estudiantes a profesor, entendimiento de los contenidos tratados y la gran satisfacción de los estudiantes con esta metodología.

Evidencias empíricas

Para comprender el impacto del uso de las herramientas *storytelling* y aprendizaje invertido en el aula para la superación del aislamiento vivido durante la pandemia, retomamos a continuación el testimonio de Nilson Vera Parra, jefe del área Cesde Emprende.

Incluir a los estudiantes como protagonistas ayuda no solo al fomento y mantenimiento de la salud mental del docente en cuanto disminuye su carga de preparación absoluta de la clase, sino que además sirve de apoyo para la innovación, confianza y reciprocidad académica por parte de los estudiantes; es, por tanto, que en la institución se ha venido implementando con gran aceptación el *storytelling* y el aprendizaje invertido como herramientas que cambian la rutina del aula, del docente y de los estudiantes, haciendo que la salud mental, sobre todo de los docentes, se mantenga y se ocupe de otras dinámicas más creativas para implementar en el aula, ya que se libera el tiempo que normalmente se invierte en preparación, explicación y evaluación. Esto es una ganancia para el docente como ser humano y para la motivación que emana en los contenidos enseñados a los estudiantes, evidenciando que es una apuesta ganadora para la parte interna del docente y para los rendimientos educativos esperados por parte de los estudiantes, puesto que aprenden sin sentirse obligados ni forzados y, lo mejor, siendo protagonistas de las historias contadas con propósitos educativos.

Este caso de éxito de la institución de educación para el trabajo y el desarrollo humano Cesde sede Medellín, dependencia de emprendimiento, nos lleva a considerar que los docentes han implementado estrategias pedagógicas basadas en estas didácticas activas haciendo que los estudiantes sean protagonistas y copartidarios de las historias memorables con sentido pedagógicas contadas en el aula. Esto permite una resignificación del rol del docente como mediador de conocimientos y fortalecedor del lazo emotivo entre los participantes, ya que los estudiantes se vinculan no solo con la experiencia de aprendizaje en la que acceden a contenidos, planeación de rutas y participación dinámica, sino que adicionalmente se genera un espacio de empatía y diálogo que contribuye a genera un vínculo docente-estudiante-compañeros.



Figura 1. Ejemplo storytelling.

Fuente: Cesde Emprede (2023).

Metodología

A continuación, se encontrará una descripción detallada de los aspectos metodológicos incluidos en la investigación.

Esta investigación fue desarrollada en tres instituciones de diferentes ciudades de Colombia: I. E Multipropósito (Cali); I. E. Ramón Martínez Benítez (Cartago) y la Institución se Educación para el Trabajo y Desarrollo Humano Cesde (Medellín). De cada una de estas instituciones participaron tres docentes de diferentes áreas. En cuanto al contexto socioeconómico, la comunidad educativa pertenece a los estratos medio y bajo, por lo que sus problemáticas durante la pandemia fueron limitadas por el acceso a diferentes servicios.

Para el desarrollo de la investigación, como instrumento de recolección de datos se realizaron entrevistas dirigidas en las que se formularon preguntas a los docentes, que apuntaban a indagar sobre aspectos personales, familiares, sociales, emocionales, laborales, relacionados al Covid-19.

Posteriormente, se les brindó información de estrategias para la incorporación del *storytelling* y el aprendizaje invertido en sus aulas regulares para el proceso de enseñanza-aprendizaje con los estudiantes, esto con el objetivo de contextualizar a los docentes en la utilidad de estas herramientas pedagógicas como parte de la recuperación de los vínculos afectivos con los estudiantes, de manera que se fuesen superando poco a poco las secuelas por el aislamiento social.

De acuerdo con lo expuesto, la investigación tuvo un alcance proyectivo y descriptivo, puesto que la iniciativa consistió en proponer soluciones a una problemática que tiene secuelas a corto y largo plazo en la salud mental de los docentes, realizando un análisis riguroso y descriptivo del impacto que tuvo la pandemia en la psique de estos. Adicionalmente, y mediante la propuesta, en las tres instituciones educativas escogidas se posibilitó conocer y utilizar nuevas tendencias educativas, las cuales le permiten a los docentes desarrollar y potenciar su creatividad, promoviendo así la dialogicidad entre los miembros de la comunidad educativa.

Además, nos ubicamos en el marco de lo descriptivo porque investigamos las secuelas que dejó el Covid-19 e intentamos conocer las experiencias de los docentes por medio de la conversación, entrevista, tabulación y análisis de la información. Dichos instrumentos nos ayudaron a entender su comportamiento y las formas en las que ellos se estaban adaptando a la nueva realidad.

Otro instrumento relevante de recolección utilizado fue la observación, que permitió triangular la información obtenida a través de las entrevistas; es así como los investigadores realizamos observación participativa durante los encuentros con los docentes, de manera que con la interacción en su entorno se pudieran evidenciar cambios en las dinámicas que ellos mantenían con los estudiantes. Cabe mencionar que durante los encuentros se pudo encontrar una dificultad importante en cuanto a la convivencia de los estudiantes, quienes ya se habían acostumbrado a estar frente a una pantalla y su autocontrol se había visto altamente afectado.

Para la realización de una descripción compleja, se tomaron como base las entrevistas en las cuales la prevalencia de trastornos, la frecuencia de síntomas específicos, las actitudes hacia la salud mental, así como los patrones conductuales y afectaciones de los docentes fueron aspectos recurrentes y claves en la metodología de la investigación. Este análisis se efectuó a la luz de las siguientes unidades de análisis usadas en el *software* Atlas.ti en las nueve entrevistas: salud mental, ansiedad, sentimientos negativos, sentimientos positivos, escuela y miedo, que permitieron encontrar que efectivamente el Covid-19 cambió de manera significativa las maneras de ser y estar en el mundo de los docentes.

Enfoque

La metodología cualitativa guía esta investigación, dado que propone estrategias pedagógicas desde una órbita constructivista, las cuales permiten a los docentes y estudiantes interactuar, exteriorizar e intercambiar sus experiencias en el proceso de contribuir a la salud mental, de modo que transversaliza áreas del conocimiento humanistas y del área de la educación como tal. Los aportes de esta investigación favorecerán comprender cómo la dialogicidad a través

del *storytelling* y el aprendizaje invertido permite la superación de las secuelas del Covid-19 en la salud mental. Está fundamentada en la descripción e interpretación de datos desde un análisis de la realidad social de los docentes tras la pandemia, y se parte desde el razonamiento inductivo, es decir, desde las afectaciones en la salud mental de cada uno de los docentes.

Diseño

Este diseño se realizó con base en la investigación-acción, la cual, según Suárez (2002), “pretende mejorar acciones, ideas y contextos; un marco idóneo como puente de unión entre la teoría y la práctica, la acción y la reflexión” (p. 4).

Partiendo de ello, la investigación-acción nos permite adentrarnos y comprender la necesidad y la importancia de implementar estrategias como el aprendizaje invertido y el *storytelling* que posibilitan flexibilizar el proceso educativo para mejorar y optimizar la labor del docente y, en consecuencia, la salud mental de estos contribuyendo así a que el aula de clase sea un espacio seguro.

Ahora bien, en el marco de la investigación-acción, lo principal es partir de una problemática que esté afectando a la comunidad. Por ello, en un primer momento lo que se realizan son acercamientos para conocer la condición mental de los docentes; seguido de esto, se llevan a cabo encuentros en los que se busca brindar conocimiento y reflexionar sobre las herramientas antes mencionadas y que ayuden a cambiar como tal las dinámicas dentro del aula.

Resultados

La entrevista realizada al grupo seleccionado de docentes incluía las siguientes preguntas:

1. ¿Cuáles crees fueron las secuelas que dejó en tu vida personal el paso del Covid-19?
2. ¿Cuáles crees fueron las secuelas que dejó en tu vida laboral el paso del Covid-19?
2. ¿Cuáles crees que fueron las secuelas que dejó en tu vida familiar el paso del Covid-19?
3. ¿Consideras que la motivación laboral se vio afectada debido al Covid-19?
4. ¿Cuáles serían los motivos del estrés laboral en tiempos de pandemia?

De las respuestas obtenidas, se realizó una representación gráfica con ayuda del *software* Atlas. Ti por unidades de análisis dando insumos para realizar una discusión derivada de dichas categorías.

En este aspecto de resultados, es importante dejar evidencia de lo mencionado anteriormente, según se muestra en la figura 2.

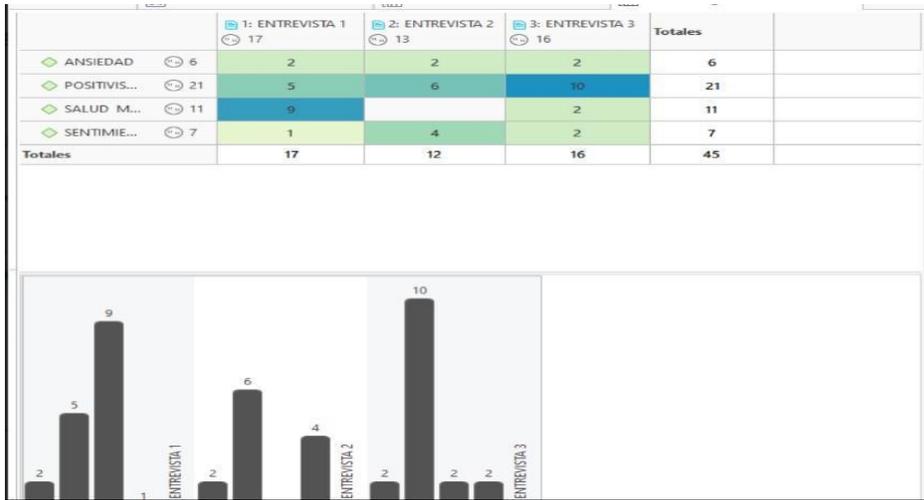


Figura 2. Categoría de análisis

Fuente: elaboración propia con base en el *software* Atlas.ti.

Las unidades de análisis usadas en Atlas.ti en las nueve entrevistas fueron el resultado de que las tres primeras (salud mental, ansiedad y sentimientos negativos) estuvieron siempre relacionadas en todas las entrevistas y las tres últimas (sentimientos positivos, escuela y miedo) fluctuaron según el sitio de presentación de la entrevista (Cali, Medellín y Cartago).

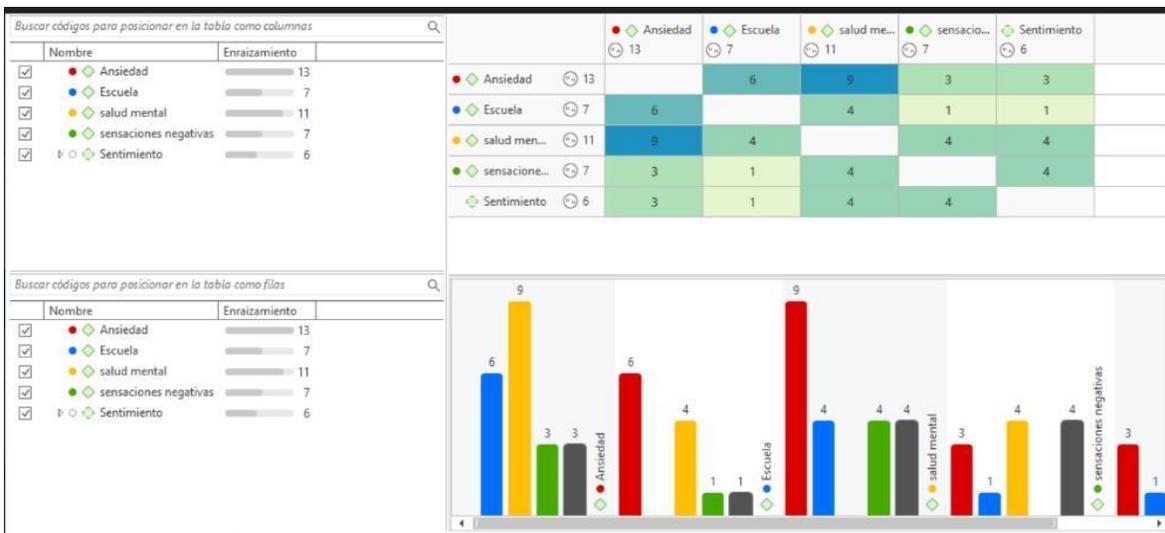


Figura 3. Categorías de análisis 2

Fuente: elaboración propia con base en el *software* Atlas.ti.

A continuación, se postulan las seis unidades de análisis utilizadas en el *software* Atlas.ti y, de acuerdo con el primer objetivo específico, se describen las que tienen relación con él basadas en la recolección de información por medio de las entrevistas:

Salud mental

La homeostasis mental fue gravemente afectada en tiempos de pandemia en los docentes entrevistados, debido a que aludían una zozobra constante que deterioraba otras áreas de su vida. Además, el hecho de no tener claro el rumbo de sus vidas durante esta época no les proporcionaba seguridad, sino solo inmediatez, y esto alteraba su salud mental.

Ansiedad

Durante la pandemia del Covid-19, se presentaron sintomatología y somatización como alteración en el peso habitual, dificultades sexuales, insomnio y problemas patológicos provocados por la ansiedad generada de la labor docente y las interacciones familiares y sociales en esta época.

Sentimientos negativos

Se presentaron altos índices de alteración a la salud mental en materia de desequilibrios, preocupaciones, desespero por no poder tener certeza frente a un futuro cercano. Esto acompañado a todo tipo de información brindada por los medios de comunicación donde se evidenciaba un panorama desalentador.

Sentimientos positivos

Dentro de la investigación, evidenciamos que varios docentes vieron la pandemia como un momento para compartir en familia, recrear espacios de unión, especialmente con los núcleos familiares. Así mismo, se observó un fomento de la virtualidad en todos los docentes y deseos de superar el Covid-19 para regresar con sus estudiantes y continuar con su vida social.

Escuela

La mayoría de las docentes sentía la necesidad de volver a la escuela para impartir sus clases de manera presencial, reconociendo que son docentes de más de cuarenta años, los cuales presentaban enormes dificultades con el manejo de las TIC en ambientes virtuales de aprendizaje.

Miedo

La desestabilidad emocional y laboral en los docentes les generó miedo, pues había un tema de salud pública y prevención que debían tener presente, sumado a la poca responsabilidad de los estudiantes frente al uso del tapabocas y demás protocolos de bioseguridad durante y después la pandemia. Había docentes que sentían tanto temor que ni con la aplicación de la vacuna querían volver a las instituciones educativas.

Por otra parte, algunos docentes que se encontraban fuera de sus lugares de procedencia tenían un sentimiento de mayor soledad.

Discusión

Por medio de la entrevista aplicada para los docentes se logró evidenciar que, de 9 participantes, el 95 % describe como poco positiva la vivencia desde los ámbitos de salubridad mental en los indicadores de motivación laboral y factores de estrés laboral abordados durante la entrevista. Así mismo, el 5 % restante alude tener en la actualidad secuelas mentales con tendencia a la trascendencia y madurez a raíz de lo vivido en la pandemia del 2020, sobre todo a nivel espiritual y personal, siendo esto un aspecto positivo para sus vidas. Para un total de 100 %, se puede concluir que los docentes describen que los aspectos relacionados con su salud mental a razón de lo vivido por el Covid-19 varió en comparación con sus hábitos de vida antes de pandemia, lo cual dejó secuelas en la forma de interacciones laborales, personales y familiares, pero no con mirada negativa exclusivamente, sino también con una percepción de trascendencia en los ítems mencionados.

Las estrategias basadas en aprendizaje invertido y en *storytelling* son herramientas potentes a la hora de optimizar los ambientes educativos, lo que puede llevar a una mejora significativa en los problemas de salud mental de los docentes; sin embargo, cabe aclarar que un profesor, al igual que todos los seres humanos, está compuesto por varias dimensiones (familia, sociedad, relaciones interpersonales, espiritualidad, etc.), por lo que no es posible afirmar que dichas metodologías de enseñanza pueden desaparecer completamente las secuelas dejadas por todas las condiciones a las que tuvieron que enfrentarse durante el Covid-19.

Conclusiones

Es importante reconocer que la situación ocasionada por la pandemia dejó consecuencias significativas en el ámbito educativo. Con esta investigación, se pudo obtener información sobre altos índices de estrés en los docentes en el confinamiento, a causa del manejo de grupos en los ambientes virtuales, informes, exceso de trabajo y, sobre todo, por la falta de experiencia en TIC. A esto se le suma el estrés de regresar a clases con otros factores a

considerar como, por ejemplo, el de la prevención, los cuidados y el miedo de muchos docentes por volver al aula con una reciente pandemia que se cobró la vida de millones de personas en el mundo.

Todo lo anterior ocasionó que los docentes pasaran por dificultades en su salud mental, que han perdurado, en muchos, hasta el día de hoy.

El diseño de estrategias basadas en el *storytelling* y el aprendizaje invertido, definitivamente, es un gran apoyo para aliviar dichos problemas de salud mental, ya que permite que los estudiantes tengan un papel más activo sobre su propio aprendizaje y, además, son grandes herramientas para mejorar las interacciones sociales dentro del aula y posibilitan la expresión, tanto de los docentes como de los estudiantes.

El *storytelling* y el aprendizaje invertido son campos que debe explorarse mucho más en las prácticas de enseñanza-aprendizaje presencial, pues si bien hay una cantidad significativa de teoría al respecto, usualmente este tipo de herramientas son más utilizadas en la educación virtual.

Referencias

- Cepal y Unicef. (13 de agosto del 2020). *La educación en tiempos de la pandemia de Covid-19*. Naciones Unidas. <http://hdl.handle.net/11362/45904>.
- Fernández, M. V. (2022). Influencia del aprendizaje invertido en la actitud hacia una asignatura de lengua extranjera. *Innoeduca. International Journal of Technology and Educational Innovation*, 8(1), 44-58. <https://doi.org/10.24310/innoeduca.2022.v8i1.11942>
- Jáuregui-Lobera, I., Martínez-Gamarra, M., Montes-Martínez, M. Á. y Martínez-Quiñones, J. V. (2020). *Storytelling* como instrumento de comunicación en contextos de salud. *Journal of Negative and No Positive Results*, 5(8), 863-890 [Storytelling como instrumento de comunicación en contextos de salud \(isciii.es\)](https://doi.org/10.24310/innoeduca.2022.v8i1.11942)
- Observatorio de Innovación Educativa del Tecnológico de Monterrey. (2014). *Reporte Edu Trends Aprendizaje Invertido. Tecnológico de Monterrey*. <https://eduteka.icesi.edu.co/pdfdir/edutrends-aprendizaje-invertido.pdf>
- Sandoval, C. H. (2020). La educación en tiempo del Covid-19 herramientas TIC: el nuevo rol docente en el fortalecimiento del proceso enseñanza aprendizaje de las prácticas educativa innovadoras. *Revista Docentes 2.0*, 9(2), 24-31. [Vista de La Educación en Tiempo del Covid-19 Herramientas](https://doi.org/10.24310/innoeduca.2022.v8i1.11942)

[TIC: El Nuevo Rol Docente en el Fortalecimiento del Proceso Enseñanza Aprendizaje de las Prácticas Educativa Innovadoras \(docentes20.com\)](#)

Suárez, M. (2002). Algunas reflexiones sobre la investigación-acción colaboradora en la educación. *Revista electrónica de Enseñanza de las Ciencias*, 1(1), 40-56.
http://reec.uvigo.es/volumenes/volumen1/REEC_1_1_3.pdf