

CAPITAL PSICOLÓGICO COMO OPORTUNIDAD PARA PROMOVER EL BIENESTAR DOCENTE: UNA REVISIÓN EXPLORATORIA DE LA LITERATURA CIENTÍFICA EN PSICOLOGÍA Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

PSYCHOLOGICAL CAPITAL AS AN OPPORTUNITY TO PROMOTE TEACHER WELL-BEING: A SCOPING REVIEW OF THE SCIENTIFIC LITERATURE IN PSYCHOLOGY AND EDUCATIONAL SCIENCES

 Jorge Segundo Dávila Pino^{1*}, <https://orcid.org/0009-0007-3629-7765>
 Moises Fernando Maruri Pino², <https://orcid.org/0009-0008-6080-2984>
 Ritta Rufina Fernández Carchi³, <https://orcid.org/0009-0007-4984-8802>
 Julio Cesar Espinoza Agurto⁴, <https://orcid.org/0009-0004-0649-6294>
 ¹ Junta Cantonal de Protección de Derechos, Loreto, Orellana, Ecuador
 ² Distrito ^{07D} Machala-Educación, Machala, El Oro, Ecuador
 ³ Escuela de Educación Básica ¹ de junio, La Joya de los Sachas, Orellana, Ecuador
 ⁴ Unidad Educativa Río Coca, c La Joya de los Sachas, Orellana, Ecuador

Recibido: 08/06/2026

Aceptado: 31/08/2026

*Autor para la correspondencia: jsdp11sdl1997@gmail.com

Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons
Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional



RESUMEN

El capital psicológico (PsyCap), representó un recurso psicológico positivo con potencial para favorecer el bienestar del profesorado. el objetivo del estudio fue analizar la literatura científica desarrollada en los campos de la psicología y las ciencias de la educación sobre la relación entre el PsyCap y el bienestar. Se realizó una revisión según la metodología PRISMA. Se consideraron investigaciones empíricas que evaluaron el PsyCap y el bienestar, cuyas características bibliográficas, metodológicas, poblacionales, instrumentos y principales resultados fueron clasificados y sintetizados mediante un análisis descriptivo y narrativo. Se mostro una tendencia consistente hacia relaciones positivas entre el PsyCap y diferentes dimensiones del bienestar. Asimismo, se identificó que variables como el afrontamiento del estrés, el compromiso laboral, el significado del trabajo y el florecimiento psicológico intervinieron en esta relación, mientras que mayores niveles de PsyCap se asociaron con menores indicadores de burnout. Sin embargo, predominaron los diseños transversales y las medidas de autoinforme, lo que limitó el establecimiento de relaciones causales. El PsyCap constituyó un recurso psicológico prometedor para comprender y promover el bienestar docente, aunque su fortalecimiento debió integrarse con estrategias institucionales orientadas a mejorar las condiciones laborales y organizacionales del profesorado

PALABRAS CLAVE: Capital psicológico, bienestar docente, profesorado. educación.

ABSTRACT

Psychological capital (PsyCap) represents a positive psychological resource with the potential to foster teacher well-being. The aim of this study was to analyze the scientific literature from the fields of psychology and educational sciences regarding the relationship between PsyCap and well-being. A review was conducted following the PRISMA methodology. Empirical studies assessing PsyCap and well-being were considered; their bibliographic, methodological, and population characteristics, as well as the instruments used and main results, were classified and synthesized through descriptive and narrative analysis. A consistent trend toward positive relationships between PsyCap and various dimensions of well-being was observed. Furthermore, variables such as stress coping, work engagement, meaningful work, and psychological flourishing were identified as playing a role in this relationship, while higher levels of PsyCap were associated with lower indicators of burnout. However, cross-sectional designs and self-report measures predominated, limiting the ability to establish causal relationships. PsyCap emerged as a promising psychological resource for understanding and promoting teacher well-being, although efforts to strengthen it needed to be integrated with institutional strategies aimed at improving teachers' working and organizational conditions.

KEY WORDS: Psychological capital, teacher well-being, teaching staff, education.

INTRODUCCIÓN

El bienestar docente constituye un componente fundamental para el adecuado funcionamiento de los sistemas educativos, debido a sus implicaciones tanto para el desarrollo personal y profesional del profesorado como para la calidad de los procesos de enseñanza y aprendizaje. En las últimas décadas, su estudio ha adquirido una creciente relevancia en la psicología y las ciencias de la educación, especialmente ante las demandas emocionales, cognitivas y organizacionales que caracterizan el ejercicio de la profesión docente. En efecto, la evidencia científica muestra que el bienestar de los docentes no representa únicamente un estado individual favorable, sino que se relaciona con diferentes resultados profesionales y educativos, entre ellos la satisfacción laboral, el compromiso, la calidad de la enseñanza y determinados resultados vinculados con los estudiantes (Cabezas-Cerna et al., 2025; Rada, 2026). En este sentido, comprender los factores capaces de favorecer el bienestar docente constituye una necesidad para el desarrollo de entornos educativos saludables y sostenibles.

Por una parte, la profesión docente se encuentra expuesta a múltiples demandas laborales que pueden comprometer progresivamente el bienestar de quienes la ejercen. La carga de trabajo, las exigencias emocionales, las responsabilidades administrativas, las relaciones interpersonales y la necesidad de responder a contextos educativos cada vez más complejos pueden convertirse en importantes fuentes de estrés laboral. Cuando estas demandas se mantienen en el tiempo y los recursos disponibles resultan insuficientes para afrontarlas, pueden favorecer la aparición de agotamiento físico y emocional, insatisfacción laboral y burnout. Este último constituye un problema especialmente relevante dentro de la profesión docente, no solo por sus consecuencias sobre la salud y el funcionamiento profesional, sino también por su posible relación con el abandono de la profesión y las dificultades de los sistemas educativos para mantener una fuerza laboral docente estable (Charria Ortiz et al., 2022; Cols, 2021; Cossío, 2019). Por ello, el bienestar docente debe analizarse no únicamente desde la ausencia de estados negativos, sino desde una perspectiva más amplia que permita comprender qué recursos favorecen un funcionamiento psicológico positivo frente a las demandas profesionales.

Por otra parte, el interés por el bienestar docente ha favorecido una transición desde perspectivas centradas pre-

dominantemente en el estrés, el agotamiento y las dificultades profesionales hacia aproximaciones orientadas al estudio de las fortalezas y los recursos que permiten a los docentes afrontar favorablemente las exigencias de su actividad laboral (Salguero, 2025). Esta perspectiva resulta particularmente relevante debido a que el bienestar es un constructo complejo y multidimensional que comprende diferentes componentes relacionados con el funcionamiento psicológico, emocional, social y profesional de las personas. Asimismo, las investigaciones sobre las consecuencias del bienestar docente muestran asociaciones favorables con variables relacionadas con la enseñanza, las relaciones entre docentes y estudiantes y determinados resultados de los alumnos, aunque la naturaleza de estas relaciones exige cautela y no permite asumir automáticamente vínculos causales (Quezada, 2025). De este modo, el desafío no consiste únicamente en reducir los factores que generan malestar, sino también en identificar y fortalecer aquellos recursos personales y laborales susceptibles de contribuir activamente al bienestar del profesorado.

En este sentido, uno de los constructos que ha adquirido especial interés dentro de la psicología positiva organizacional es el capital psicológico, entendido como un estado psicológico positivo de desarrollo integrado por cuatro recursos personales: esperanza, autoeficacia, resiliencia y optimismo (Gómez et al., 2023). La esperanza se relaciona con la capacidad para establecer objetivos y generar vías alternativas para alcanzarlos; la autoeficacia hace referencia a la confianza en las propias capacidades para afrontar tareas desafiantes; la resiliencia comprende la capacidad para recuperarse y adaptarse ante situaciones adversas; mientras que el optimismo implica expectativas positivas respecto a los acontecimientos presentes y futuros. Aunque estos recursos poseen características diferenciadas, su integración configura un recurso psicológico de orden superior que puede favorecer una respuesta más adaptativa frente a las demandas del contexto laboral. En consecuencia, el capital psicológico adquiere particular relevancia para la profesión docente, debido a que sus componentes pueden contribuir a la manera en que los profesores interpretan, afrontan y se adaptan a los desafíos inherentes al ejercicio profesional (Sánchez-Paulete & González, 2024).

La evidencia disponible respalda progresivamente esta relación. Una revisión sistemática centrada específicamente en el profesorado encontró que el capital psicológico se relaciona con variables como la motivación,

el desempeño, el compromiso, la salud y el bienestar, además de constituir un posible factor protector frente al burnout (Vizoso Gómez, 2020). De manera similar, Orbe et al. (2026), observaron que el florecimiento psicológico mediaba parcialmente la relación negativa entre capital psicológico y las diferentes dimensiones del burnout, lo que sugiere que estos recursos psicológicos pueden contribuir a un funcionamiento profesional más favorable. Estudios posteriores también han identificado asociaciones positivas entre capital psicológico y satisfacción laboral y negativas con el burnout, mientras que investigaciones realizadas con docentes han mostrado que mayores niveles del capital psicológico se relacionan con menores niveles de agotamiento profesional (Crespo, 2026; Núñez & Jurado, 2020). Estos resultados permiten considerar al Capital psicológico no únicamente como una característica individual, sino como un conjunto de recursos psicológicos potencialmente relevantes para afrontar las demandas propias de la profesión docente.

Principalmente, esta relación adquiere mayor importancia cuando el capital psicológico se analiza directamente en conexión con el bienestar. (Redondo-Trujillo et al., 2023), identificó la esperanza y el capital psicológico entre los predictores positivos más fuertes del bienestar docente. Asimismo, investigaciones realizadas específicamente en educación superior han encontrado relaciones positivas entre capital psicológico y bienestar profesional docente (Armas-Bertossi & Barrera-Corominas, 2026). Estos hallazgos coinciden con la revisión exploratoria de Bedoya et al. (2022), en la que los estudios seleccionados mostraron relaciones estadísticas positivas y significativas entre bienestar y capital psicológico.

No obstante, interpretar estas relaciones requiere cierta cautela. Una proporción importante de los estudios disponibles utiliza diseños transversales y medidas de autoinforme, lo que dificulta establecer la dirección causal entre capital psicológico, bienestar y otras variables profesionales. Por ejemplo, aunque mayores niveles de capital psicológico pueden facilitar una mejor adaptación frente a las demandas laborales, también es posible que los docentes que experimentan condiciones profesionales más favorables desarrollen o manifiesten mayores recursos psicológicos. Investigaciones recientes continúan mostrando asociaciones entre un mayor capital psicológico y menores niveles de burnout, tanto directa como indirectamente a través de la percepción de las demandas y los recursos laborales; sin embargo,

también destacan la necesidad de investigaciones longitudinales que permitan establecer con mayor precisión la direccionalidad de estas relaciones (Núñez & Jurado, 2020; Orbe et al., 2026). Por consiguiente, el PsyCap debe comprenderse como un recurso potencialmente relevante para el bienestar docente sin atribuirle, a partir de evidencia correlacional, efectos causales que todavía requieren una comprobación más sólida.

A pesar de ello, una característica especialmente relevante del PsyCap radica en su consideración como un recurso susceptible de desarrollo, lo que amplía sus posibilidades de aplicación en el ámbito educativo. Desde esta perspectiva, promover la esperanza, fortalecer las creencias de autoeficacia, desarrollar respuestas resilientes y favorecer expectativas optimistas podría complementar las estrategias institucionales destinadas a mejorar las condiciones laborales del profesorado. Esta consideración es importante porque las intervenciones dirigidas al bienestar de los educadores presentan enfoques heterogéneos, incluyendo programas multifocales, mindfulness, gratitud, desarrollo profesional y modificaciones del entorno laboral (Crespo, 2026). Por ello, estudiar el capital psicológico no supone trasladar exclusivamente al docente la responsabilidad de gestionar las dificultades estructurales de su profesión, sino analizar un recurso personal que puede integrarse dentro de estrategias más amplias orientadas simultáneamente al fortalecimiento individual y a la creación de contextos organizacionales favorables.

Sin embargo, pese al crecimiento de la investigación sobre bienestar docente y al interés generado por el Capital psicológico, la articulación entre ambos constructos dentro de las ciencias de la educación presenta desafíos conceptuales y metodológicos. (Salessi, 2023) señala que la relación específica entre capital psicológico y bienestar ha recibido una atención limitada en este campo, a pesar de que los resultados disponibles muestran asociaciones consistentemente positivas. A ello se suma la diversidad de conceptualizaciones y medidas utilizadas para estudiar el bienestar, así como la heterogeneidad de poblaciones, contextos profesionales y diseños metodológicos presentes en la literatura. Esta situación dificulta establecer una comprensión integrada acerca de cómo se ha conceptualizado el vínculo entre ambos constructos, cuáles dimensiones han recibido mayor atención, qué procedimientos metodológicos predominan y hasta qué punto los resultados obtenidos en otros ámbitos profesionales pueden contribuir a comprender el bienestar del

profesorado.

Por tanto, resulta necesario sistematizar la evidencia disponible desde una perspectiva interdisciplinaria que integre los aportes de la psicología y las ciencias de la educación, permitiendo identificar tanto los conocimientos consolidados como las áreas que requieren mayor investigación. Una revisión exploratoria resulta especialmente pertinente ante esta necesidad, dado que permite examinar la amplitud y características de la producción científica, identificar tendencias conceptuales y metodológicas y delimitar vacíos de conocimiento en campos de investigación heterogéneos. En este sentido, analizar conjuntamente el bienestar y el capital psicológico puede contribuir a establecer un marco conceptual que permita comprender con mayor precisión el papel de los recursos psicológicos positivos en el desarrollo profesional docente y, al mismo tiempo, orientar futuras investigaciones e intervenciones destinadas a promover entornos educativos más saludables.

Por consiguiente, el objetivo de esta revisión exploratoria es analizar la literatura científica desarrollada en los campos de la psicología y las ciencias de la educación sobre la relación entre el capital psicológico y el bienestar, con especial atención a sus implicaciones para el bienestar docente. Específicamente, se pretende: (i) identificar las principales tendencias conceptuales, poblacionales y metodológicas presentes en las investigaciones sobre bienestar y capital psicológico; (ii) examinar la naturaleza y consistencia de las relaciones reportadas entre ambos constructos; y (iii) analizar, a partir de la evidencia disponible, las implicaciones del capital psicológico como recurso psicológico susceptible de contribuir a la promoción del bienestar docente y señalar los principales vacíos que deberían orientar futuras investigaciones en el ámbito educativo.

METODOLOGÍA

A partir de la necesidad de profundizar en el conocimiento sobre las relaciones entre el capital psicológico y el bienestar, así como de identificar sus posibles implicaciones para el bienestar docente, se desarrolló una revisión de la literatura científica en los campos de la psicología y las ciencias de la educación. La elección de este enfoque metodológico responde al carácter amplio y multidimensional de los constructos analizados y a la heterogeneidad conceptual y metodológica existente en

las investigaciones que los relacionan. En este sentido, las revisiones permiten examinar la extensión, naturaleza y características de la evidencia disponible, identificar los principales conceptos y metodologías utilizados y reconocer vacíos de conocimiento que pueden orientar futuras investigaciones (Cintio et al., 2026; Sandoval, 2024).

Principalmente, este tipo de revisión resulta pertinente cuando el propósito de la investigación no consiste únicamente en responder una pregunta altamente específica o determinar un efecto agregado, sino en mapear y caracterizar un campo de conocimiento. Según Morales (2022), las revisiones de alcance pueden utilizarse para identificar los tipos de evidencia disponibles, aclarar conceptos y definiciones, examinar cómo se desarrolla la investigación sobre un determinado tema, identificar características relacionadas con un concepto, contribuir a futuras revisiones sistemáticas e identificar vacíos de conocimiento. Por ello, su aplicación resulta adecuada para analizar conjuntamente el capital psicológico y el bienestar, considerando la diversidad de poblaciones, contextos, diseños metodológicos e instrumentos mediante los cuales ambos constructos han sido estudiados. El proceso de revisión se estructuró siguiendo las recomendaciones metodológicas para las revisiones de alcance y los criterios establecidos en la extensión PRISMA para revisiones de alcance (PRISMA) (Chocobar & Barreda, 2025). De esta manera, se procuró garantizar un proceso sistemático, transparente y reproducible en las diferentes etapas de identificación, selección, extracción, clasificación y síntesis de la evidencia científica.

Pregunta de investigación

El propósito de la revisión fue analizar cómo se ha desarrollado la investigación científica sobre la relación entre el capital psicológico y el bienestar y determinar las posibles implicaciones de esta evidencia para la promoción del bienestar docente. Para ello, se formularon tres preguntas principales de investigación, operacionalizadas mediante preguntas secundarias. Las dos primeras se orientaron a caracterizar las dimensiones conceptuales y metodológicas de la literatura disponible, mientras que la tercera se centró específicamente en la evidencia existente sobre la relación entre los constructos analizados.

1. ¿Cuáles son las principales características de la investigación científica sobre el PsyCap y el bienestar?

a) ¿En qué campos disciplinares y contextos se ha de-

sarrollado la investigación sobre estos constructos?

- b) ¿En qué países y contextos geográficos se han realizado los estudios?
- c) ¿Cuáles son las características y perfiles de las poblaciones estudiadas?
- d) ¿Qué presencia tiene el contexto educativo y, específicamente, el profesorado dentro de esta producción científica?

2. ¿Cuáles son las principales características metodológicas de las investigaciones sobre PsyCap y bienestar?

- a) ¿Qué diseños y enfoques metodológicos se han utilizado?
- b) ¿Qué instrumentos se han empleado para evaluar el PsyCap y el bienestar?
- c) ¿Cómo se conceptualiza y operacionaliza el bienestar en los estudios seleccionados?
- d) ¿Qué procedimientos de análisis predominan en las investigaciones?
- e) ¿Cuáles son las principales limitaciones metodológicas identificadas?

3. ¿Qué evidencia científica existe sobre la relación entre el PsyCap y el bienestar y cuáles son sus implicaciones para el bienestar docente?

- a) ¿Qué tipo y dirección de relaciones se han identificado entre el PsyCap y el bienestar?
- b) ¿Existe consistencia entre los resultados reportados por los diferentes estudios?
- c) ¿Qué componentes del PsyCap, esperanza, autoeficacia, resiliencia y optimismo, adquieren mayor relevancia en su relación con el bienestar?
- d) ¿Qué evidencia existe específicamente en docentes y otros profesionales de la educación?
- e) ¿Qué implicaciones pueden derivarse de los resultados para comprender y promover el bienestar docente?

Estrategia de búsqueda y fuentes de información

Con el propósito de identificar el mayor número posible de investigaciones relevantes, se realizó una búsqueda sistemática de literatura científica en bases de datos especializadas en psicología, educación y ciencias sociales. Se consultaron las siguientes bases de datos: PsycINFO, ERIC, Scopus, Web of Science, Education Source y/o PsycArticles, debido a su cobertura de publi-

caciones relacionadas con los principales campos disciplinares incluidos en esta revisión.

La estrategia de búsqueda se construyó a partir de los dos conceptos centrales del estudio: capital psicológico y bienestar. Para el primer constructo se consideraron términos como “capital psicológico”, y sus posibles variantes, mientras que para el segundo se utilizó términos relacionados con bienestar. Debido al interés específico de esta revisión por las implicaciones educativas de esta relación, cuando la estructura y amplitud de las bases de datos lo requirieron se incorporaron términos vinculados con el profesorado y el contexto educativo, tales como profesor, docente y educador. Los términos fueron combinados mediante los operadores booleanos AND y OR, adaptando la sintaxis a las características específicas de cada base de datos. Una ecuación general de búsqueda se estructuró de la siguiente manera: (“capital psicológico” OR PsyCap) AND (“bienestar”). Para las búsquedas específicamente orientadas al ámbito educativo se consideró, cuando correspondió: (“capital psicológico” OR PsyCap) AND (“bienestar”) AND (docente OR educador OR enseñanza OR educación).

Criterios de elegibilidad

Los estudios identificados fueron evaluados mediante criterios de inclusión y exclusión previamente establecidos, con el propósito de garantizar su correspondencia con las preguntas de investigación. Se incluyeron investigaciones que: (a) correspondieran a artículos científicos revisados por pares; (b) presentaran resultados de investigaciones empíricas cuantitativas, cualitativas o mixtas; (c) abordaran explícitamente el PsyCap como constructo global, considerando sus dimensiones fundamentales de esperanza, autoeficacia, resiliencia y optimismo; (d) evaluaran el PsyCap mediante un instrumento o procedimiento claramente identificado; (e) analizaran alguna conceptualización o dimensión del bienestar mediante instrumentos o indicadores explícitos; (f) examinaran directa o indirectamente la relación entre PsyCap y bienestar; y (g) proporcionaran información suficiente para responder al menos una de las preguntas planteadas en esta revisión.

Por otra parte, se excluyeron artículos teóricos, editoriales, cartas al editor, comentarios, protocolos, capítulos de libros y documentos sin revisión por pares, así como aquellos trabajos que utilizaran únicamente uno o varios componentes aislados del PsyCap sin conceptualizar o

evaluar el constructo global. Asimismo, fueron excluidos los estudios que mencionaran el bienestar únicamente como elemento contextual sin evaluarlo, aquellos que no presentaran resultados relacionados con la asociación entre los constructos de interés y los documentos cuyo texto completo no permitiera obtener la información necesaria para determinar su elegibilidad.

La población no se restringió inicialmente al profesorado, debido a que uno de los propósitos de la revisión fue examinar cómo se comporta la relación entre PsyCap y bienestar en diferentes contextos profesionales y determinar posteriormente qué resultados pueden ofrecer implicaciones relevantes para las ciencias de la educación. No obstante, los estudios realizados con docentes, profesores universitarios, educadores y otros profesionales vinculados con contextos educativos fueron identificados y analizados específicamente para establecer las particularidades de la evidencia disponible sobre bienestar docente.

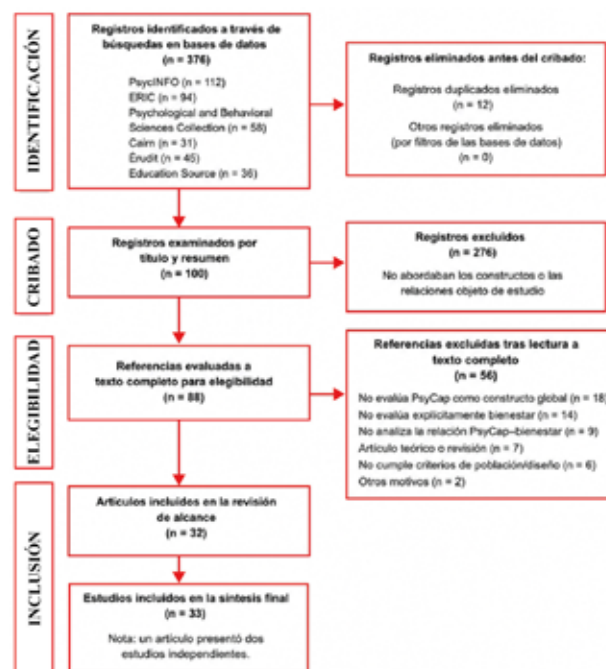
Proceso de selección de los estudios

El diagrama representa gráficamente el proceso de selección de los estudios mediante las fases de identificación, cribado, elegibilidad e inclusión, siguiendo la estructura de PRISMA. El proceso comenzó con la identificación de 376 registros procedentes de las bases de datos seleccionadas. Antes del cribado se eliminaron 12 registros duplicados, mientras que durante la evaluación inicial de títulos y resúmenes se seleccionaron 100 referencias potencialmente pertinentes y se excluyeron 276 registros que no abordaban adecuadamente los constructos o las relaciones objeto de estudio. Posteriormente, tras la eliminación de los duplicados, 88 referencias fueron evaluadas a texto completo para determinar su elegibilidad. En esta etapa se excluyeron 56 referencias por no cumplir los criterios previamente establecidos, principalmente por no evaluar el PsyCap como constructo global, no considerar explícitamente el bienestar, no analizar la relación entre ambos constructos, corresponder a artículos teóricos o revisiones, o no cumplir los criterios relacionados con la población o el diseño.

Finalmente, 32 artículos fueron incluidos en la revisión de alcance, los cuales representaron un total de 33 estudios, debido a que uno de los artículos incorporó dos estudios independientes. En conjunto, este procedimiento permitió delimitar de manera sistemática el corpus documental utilizado para analizar las características meto-

dológicas y la evidencia disponible sobre las relaciones entre el capital psicológico (PsyCap) y el bienestar.

Figura 1. Diagrama de flujo del proceso de identificación, cribado, elegibilidad e inclusión de estudios, adaptado a PRISMA 2020/PRISMA. Los valores deben completarse con los resultados reales de la búsqueda y depuración.



Extracción y procesamiento de los datos

Una vez seleccionados los estudios, la información fue registrada sistemáticamente en una matriz de extracción de datos elaborada en Microsoft Excel. Esta matriz permitió organizar homogéneamente las características bibliográficas, conceptuales, metodológicas y empíricas de cada investigación y facilitar posteriormente su comparación y síntesis. Para cada estudio se extrajo la siguiente información: autores; año de publicación; título; revista; país en el que se desarrolló la investigación; campo disciplinar; objetivos; diseño y enfoque metodológico; tamaño de la muestra; características y perfil de los participantes; contexto profesional o educativo; conceptualización del PsyCap; conceptualización del bienestar; variables analizadas; instrumentos empleados para medir PsyCap y bienestar; dimensiones evaluadas; procedimientos de análisis; principales resultados sobre la relación entre los constructos; limitaciones señaladas por los autores; limitaciones identificadas durante la revisión; e implicaciones relacionadas con el bienestar docente.

Clasificación y codificación de la información

Con el propósito de que la presentación de los resultados fuera lo más sistemática y objetiva posible, la información extraída fue sometida a un proceso de clasificación y codificación temática y descriptiva. En primer lugar, los estudios fueron organizados de acuerdo con su año de publicación, país, campo disciplinar, contexto de investigación y características de los participantes. Los países fueron agrupados adicionalmente por regiones geográficas o continentes con la finalidad de identificar posibles tendencias en la distribución internacional de la producción científica. Se estableció una categoría específica para los estudios realizados con docentes y profesionales de la educación, lo que permitió contrastar sus características y resultados con los obtenidos en otras poblaciones profesionales.

A su vez, los instrumentos y variables fueron clasificados de acuerdo con el constructo evaluado. Para el PsyCap, se registró tanto su evaluación global como la presencia de sus cuatro componentes fundamentales: esperanza, autoeficacia, resiliencia y optimismo. En el caso del bienestar, debido a su carácter multidimensional y a la diversidad conceptual existente en la literatura, las medidas fueron organizadas según la perspectiva teórica adoptada en cada investigación, incluyendo categorías como bienestar subjetivo, bienestar psicológico, bienestar laboral/profesional y otras aproximaciones específicas identificadas durante la revisión.

Análisis y síntesis de la evidencia

Los datos obtenidos fueron analizados mediante una síntesis descriptiva y narrativa, coherente con la naturaleza exploratoria de la revisión. Inicialmente, se caracterizó la producción científica mediante frecuencias y porcentajes para variables como año de publicación, campo disciplinar, procedencia geográfica, perfil de los participantes, diseño metodológico e instrumentos empleados. Posteriormente, se realizó una síntesis narrativa de los principales hallazgos relacionados con PsyCap y bienestar, prestando especial atención a la dirección y consistencia de las asociaciones identificadas.

En este sentido, los resultados fueron organizados en tres ejes correspondientes a las preguntas de investigación: (1) características y tendencias de la producción científica; (2) características metodológicas de los estudios; y (3) evidencia sobre la relación entre PsyCap y bienestar y sus implicaciones para el bienestar docente. Esta organización permitió integrar tanto información

cuantitativa descriptiva como elementos conceptuales y metodológicos relevantes para comprender el estado actual del conocimiento.

RESULTADOS

Características generales de la producción científica

El análisis de los estudios incluidos pone de manifiesto que la relación entre el capital psicológico (PsyCap) y el bienestar ha sido abordada desde diferentes campos disciplinares y contextos profesionales. La evidencia disponible muestra una participación destacada de áreas vinculadas con la educación, la psicología y las ciencias organizacionales, lo que evidencia el carácter interdisciplinario adquirido por ambos constructos. En la revisión exploratoria desarrollada por Bertieaux et al., (2024) los 32 artículos incluidos, correspondientes a 33 estudios, procedían principalmente de los campos de la educación, los negocios y la gestión y la psicología social. Esta distribución sugiere que el estudio del PsyCap ha trascendido progresivamente su origen en la psicología organizacional positiva para incorporarse a otros ámbitos interesados en comprender los recursos psicológicos asociados con el funcionamiento y bienestar de las personas.

En relación con las poblaciones estudiadas, se observa una considerable diversidad de perfiles profesionales, aunque el ámbito educativo ocupa una posición relevante. La literatura incluye investigaciones desarrolladas con docentes de diferentes niveles educativos, profesores universitarios, profesionales de la salud y trabajadores pertenecientes a diversos sectores ocupacionales. Esta heterogeneidad permite examinar la relación entre PsyCap y bienestar en diferentes contextos laborales; sin embargo, también dificulta la comparación directa de los resultados debido a las particularidades organizacionales y profesionales de cada población. A pesar de ello, la presencia progresiva de investigaciones desarrolladas específicamente con docentes refleja un creciente interés por analizar el papel de los recursos psicológicos positivos frente a las demandas propias de la profesión educativa.

Características metodológicas de los estudios

En cuanto a las características metodológicas, la literatura analizada evidencia un predominio de investigaciones cuantitativas, principalmente mediante diseños transver-

sales y la aplicación de instrumentos psicométricos de autoinforme. Esta tendencia permite analizar asociaciones entre PsyCap, bienestar y otras variables personales y laborales en muestras relativamente amplias, pero limita la posibilidad de establecer relaciones temporales y causales entre los constructos. Asimismo, la utilización predominante de medidas autoinformadas puede introducir sesgos relacionados con la percepción de los participantes y con el método común de medición (S. Zhou et al., 2024).

A su vez, se observa una importante diversidad en la conceptualización y medición del bienestar. Los estudios han considerado aproximaciones relacionadas con el bienestar psicológico, subjetivo, laboral, ocupacional y profesional, además de conceptos próximos como satisfacción laboral, florecimiento y salud psicológica. Esta heterogeneidad refleja el carácter multidimensional del bienestar, pero representa simultáneamente una dificultad metodológica para comparar directamente los resultados obtenidos entre investigaciones. En contraste, el PsyCap presenta una conceptualización relativamente más homogénea, basada principalmente en la integración de cuatro recursos psicológicos fundamentales: esperanza, autoeficacia, resiliencia y optimismo.

Esta diversidad metodológica constituye uno de los principales hallazgos de la revisión. Aunque permite estudiar la relación entre PsyCap y bienestar desde diferentes perspectivas, la variedad de instrumentos, conceptualizaciones y procedimientos estadísticos dificulta establecer estimaciones comparables del efecto. En consecuencia, la evidencia disponible resulta más apropiada para identificar tendencias y patrones generales que para establecer una magnitud única de la relación entre ambos constructos (Zewude & Hercz, 2021).

Relaciones entre capital psicológico y bienestar

A pesar de la heterogeneidad identificada, los resultados muestran una tendencia consistente respecto a la relación positiva entre PsyCap y bienestar. (Mikus & Teoh, 2022) encontraron asociaciones positivas y estadísticamente significativas entre ambos constructos en los estudios incluidos en su revisión. Esta consistencia resulta particularmente relevante porque las investigaciones fueron desarrolladas con poblaciones, contextos e instrumentos diversos, lo que sugiere que la relación no parece restringirse exclusivamente a una determinada profesión o conceptualización del bienestar.

La evidencia acumulada específicamente en el ámbito educativo sigue una dirección similar. En este sentido, el metaanálisis desarrollado por Sun et al. (2022), identificó al capital psicológico y la esperanza entre los predictores positivos más relevantes del bienestar docente. De manera similar, (Guo et al., 2022), encontraron una relación positiva entre PsyCap y bienestar, evidenciando además la participación del afrontamiento del estrés en esta relación. Estos resultados permiten considerar que los recursos psicológicos integrados en el PsyCap podrían desempeñar un papel relevante en la manera en que los docentes responden a las demandas profesionales y experimentan su actividad laboral.

Asimismo, los estudios realizados en diferentes niveles educativos muestran resultados convergentes. Zhou et al., (2021), al estudiar docentes de educación secundaria, identificaron que recursos como el optimismo, la esperanza y la resiliencia contribuían diferencialmente a determinadas dimensiones del bienestar relacionado con el trabajo. En docentes de educación primaria y secundaria también se han encontrado relaciones positivas entre PsyCap y bienestar laboral, mientras que investigaciones desarrolladas con docentes de educación especial muestran asociaciones favorables entre PsyCap, compromiso laboral y bienestar ocupacional. En conjunto, estos resultados respaldan la existencia de una relación relativamente consistente entre los recursos psicológicos positivos y diferentes manifestaciones del bienestar docente.

Mecanismos implicados en la relación entre PsyCap y bienestar

Principalmente, los resultados indican que la relación entre PsyCap y bienestar no necesariamente ocurre de manera exclusivamente directa. Diferentes investigaciones han identificado variables mediadoras y moderadoras que permiten comprender con mayor profundidad los mecanismos mediante los cuales los recursos psicológicos pueden relacionarse con el bienestar. Entre ellas destacan el afrontamiento del estrés, el compromiso laboral, el significado atribuido al trabajo, el florecimiento psicológico y determinadas capacidades de adaptación. Por ejemplo, (Freire et al., 2020) identificaron el afrontamiento del estrés como un mecanismo relevante en la relación entre PsyCap y bienestar docente. Asimismo, estudios realizados con profesores chinos han mostrado que la percepción del significado del trabajo puede mediar la asociación entre PsyCap y bienestar laboral,

mientras que el compromiso laboral también ha sido identificado como un mecanismo intermedio relacionado con el bienestar ocupacional. Estos hallazgos sugieren que disponer de elevados recursos psicológicos podría relacionarse no solamente con una valoración más favorable de la propia situación profesional, sino también con formas más adaptativas de interpretar y afrontar las demandas laborales.

En este sentido, la relación entre PsyCap y bienestar parece responder a un proceso complejo en el que interactúan recursos personales y características del contexto laboral. La esperanza puede favorecer el establecimiento de objetivos y la identificación de alternativas para alcanzarlos; la autoeficacia puede incrementar la confianza para afrontar las exigencias profesionales; la resiliencia puede facilitar la adaptación frente a dificultades y situaciones adversas; mientras que el optimismo puede favorecer expectativas positivas respecto al desarrollo de las experiencias profesionales. La interacción entre estos recursos podría, por tanto, contribuir a explicar por qué mayores niveles de PsyCap se encuentran asociados con indicadores más favorables de bienestar (Romero et al., 2023).

Capital psicológico, estrés y burnout docente

Otro de los resultados relevantes corresponde a la relación entre PsyCap y los indicadores negativos del funcionamiento profesional, particularmente el estrés y el burnout. Freire et al. (2020), en una investigación desarrollada con 1.379 docentes, encontraron que el PsyCap se relacionaba negativamente con diferentes dimensiones del burnout y que el florecimiento psicológico desempeñaba un papel mediador parcial en estas relaciones. De manera similar, diferentes investigaciones han identificado al PsyCap como un posible recurso protector frente al agotamiento profesional.

Estos hallazgos adquieren especial importancia en la profesión docente, caracterizada por demandas emocionales, organizacionales e interpersonales persistentes. Sin embargo, una menor presencia de burnout no debe interpretarse automáticamente como equivalente a un mayor bienestar. Ambos fenómenos se encuentran relacionados, pero representan dimensiones conceptualmente diferenciadas del funcionamiento psicológico. Por ello, los resultados respaldan la necesidad de complementar las perspectivas orientadas a reducir el malestar docente con aproximaciones dirigidas al desarrollo de

recursos que permitan promover experiencias profesionales positivas.

DISCUSIÓN

Los resultados de esta revisión ponen de manifiesto una tendencia relativamente consistente en la literatura científica: mayores niveles de capital psicológico se encuentran asociados con niveles más favorables de bienestar. Esta relación se observa tanto en poblaciones profesionales diversas como específicamente en docentes, lo que permite considerar al PsyCap como un constructo potencialmente relevante para comprender el bienestar en el contexto educativo. Estos hallazgos coinciden con la revisión sistemática de (Liu & Du, 2024), el PsyCap del profesorado se relacionó con variables como motivación, desempeño, compromiso, salud y bienestar, además de presentar asociaciones negativas con el burnout.

En este sentido, uno de los principales aportes de la evidencia analizada consiste en mostrar que el PsyCap podría representar algo más que un conjunto de características psicológicas independientes. La integración de esperanza, autoeficacia, resiliencia y optimismo configura un recurso psicológico de orden superior que puede estar relacionado con la forma en que los docentes interpretan y afrontan las situaciones profesionales. Esta consideración resulta particularmente relevante en contextos educativos caracterizados por demandas continuas, dado que disponer de recursos psicológicos favorables podría facilitar respuestas más adaptativas frente a obstáculos, cambios y situaciones de estrés (Zewude et al., 2024).

Por otra parte, los resultados relacionados con variables mediadoras permiten ampliar la comprensión de esta asociación. El afrontamiento del estrés, el significado atribuido al trabajo, el compromiso laboral y el florecimiento psicológico aparecen como posibles mecanismos mediante los cuales el PsyCap se vincula con diferentes indicadores de bienestar. Por consiguiente, la relación entre ambos constructos no debería interpretarse únicamente mediante un modelo lineal en el que un mayor PsyCap conduce directamente a un mayor bienestar, sino como un proceso dinámico en el que los recursos psicológicos interactúan con las percepciones, conductas y experiencias derivadas del contexto profesional (Bidi et al., 2024).

Este planteamiento adquiere especial relevancia para las ciencias de la educación. En efecto, promover el bien-

estar docente requiere superar una perspectiva exclusivamente centrada en disminuir el estrés, el agotamiento o las dificultades profesionales. Los resultados sugieren la conveniencia de incorporar también una perspectiva orientada al fortalecimiento de recursos psicológicos positivos, mediante estrategias dirigidas al desarrollo de la esperanza, la autoeficacia, la resiliencia y el optimismo. Desde esta perspectiva, el PsyCap representa una oportunidad para complementar las intervenciones tradicionales sobre bienestar docente, particularmente porque sus componentes han sido conceptualizados como recursos susceptibles de desarrollo.

No obstante, esta interpretación requiere cautela. El predominio de diseños transversales y medidas de autoinforme limita la posibilidad de establecer relaciones causales. Aunque los estudios muestran consistentemente que mayores niveles de PsyCap se asocian con mayor bienestar, no puede concluirse únicamente a partir de esta evidencia que el incremento del PsyCap provoque necesariamente mejoras posteriores en el bienestar docente. También resulta plausible que condiciones laborales favorables y experiencias positivas contribuyan al fortalecimiento de los recursos psicológicos, configurándose relaciones recíprocas entre ambos fenómenos. Por ello, futuras investigaciones deberían incorporar diseños longitudinales, experimentales y de intervención que permitan establecer con mayor precisión la temporalidad y dirección de estas relaciones (Vizoso, 2020).

Asimismo, la heterogeneidad conceptual del bienestar representa una dificultad importante para la consolidación de la evidencia. La utilización de conceptos como bienestar psicológico, subjetivo, laboral, ocupacional o profesional implica que diferentes investigaciones pueden estar evaluando dimensiones relacionadas, pero no necesariamente equivalentes. En consecuencia, resulta necesario avanzar hacia una mayor precisión conceptual y metodológica, estableciendo con claridad qué dimensión del bienestar se analiza y seleccionando instrumentos coherentes con el marco teórico adoptado. Esta necesidad resulta especialmente importante en las investigaciones educativas, donde el bienestar docente puede estar determinado simultáneamente por factores personales, relacionales, organizacionales y contextuales (Bidi et al., 2024; Vizoso, 2020).

A pesar de estas limitaciones, la consistencia general de los hallazgos permite identificar al PsyCap como una línea prometedora para el estudio del bienestar docente.

Sin embargo, promover estos recursos no debería implicar trasladar exclusivamente al profesorado la responsabilidad de afrontar condiciones laborales adversas. El bienestar docente depende también de factores estructurales y organizacionales relacionados con la carga de trabajo, el apoyo institucional, las relaciones profesionales, la autonomía y los recursos disponibles. Por ello, las intervenciones centradas en PsyCap deberían concebirse como un complemento de estrategias institucionales orientadas a mejorar las condiciones en las que se desarrolla la actividad docente (Liu & Du, 2024; Zewude et al., 2024).

Por consiguiente, una de las principales oportunidades para futuras investigaciones consiste en analizar conjuntamente los recursos psicológicos personales y los recursos organizacionales. Estudios longitudinales e intervenciones controladas podrían determinar en qué medida el desarrollo de esperanza, autoeficacia, resiliencia y optimismo produce cambios sostenidos en diferentes dimensiones del bienestar docente y en qué condiciones organizacionales estos efectos pueden ser mayores. Asimismo, resulta necesario ampliar la investigación hacia contextos educativos y culturales menos representados, incluyendo países latinoamericanos y poblaciones docentes pertenecientes a distintos niveles educativos.

CONCLUSIONES

Los resultados de esta revisión exploratoria permiten poner de manifiesto que el capital psicológico (PsyCap) constituye un recurso relevante para comprender el bienestar, particularmente en el contexto de la profesión docente. A pesar de la diversidad de poblaciones, conceptualizaciones, instrumentos y aproximaciones metodológicas identificadas en la literatura, la evidencia analizada muestra una tendencia consistente hacia una relación positiva entre PsyCap y bienestar. En este sentido, la integración de la esperanza, la autoeficacia, la resiliencia y el optimismo parece configurar un conjunto de recursos psicológicos que puede favorecer la manera en que los docentes interpretan, afrontan y se adaptan a las demandas propias de su actividad profesional.

Principalmente, la evidencia disponible sugiere que esta relación no se produce exclusivamente de manera directa, sino que puede estar vinculada con diferentes mecanismos psicológicos y laborales. Variables como el

afrontamiento del estrés, el compromiso laboral, el significado atribuido al trabajo y el florecimiento psicológico pueden intervenir en la relación entre PsyCap y bienestar. Asimismo, mayores niveles de capital psicológico se han relacionado con menores indicadores de estrés y burnout, lo que refuerza su posible papel como recurso para afrontar las dificultades inherentes al ejercicio docente. Sin embargo, debido al predominio de diseños transversales y medidas de autoinforme, estos hallazgos deben interpretarse con cautela y no permiten establecer relaciones causales definitivas.

En este sentido, el PsyCap representa una oportunidad para ampliar la perspectiva desde la cual se aborda el bienestar docente. Su estudio permite complementar los enfoques tradicionalmente centrados en el estrés, el agotamiento y el malestar profesional con una aproximación orientada al reconocimiento y fortalecimiento de los recursos psicológicos positivos. No obstante, promover el PsyCap no debe suponer atribuir exclusivamente al profesorado la responsabilidad de su bienestar. Las condiciones organizacionales, las demandas laborales, el apoyo institucional, las relaciones profesionales y los recursos disponibles continúan desempeñando un papel fundamental. Por ello, el fortalecimiento de los recursos psicológicos debería integrarse en estrategias institucionales más amplias destinadas a generar condiciones laborales favorables y sostenibles.

Finalmente, resulta necesario avanzar hacia investigaciones longitudinales, experimentales y de intervención que permitan determinar con mayor precisión la dirección y los mecanismos de la relación entre PsyCap y bienestar, así como evaluar la efectividad y sostenibilidad de programas dirigidos al desarrollo de sus componentes. Del mismo modo, se requiere ampliar la evidencia en contextos educativos y culturales todavía escasamente representados, particularmente en Latinoamérica, y diferenciar con mayor precisión las distintas conceptualizaciones del bienestar docente. Por consiguiente, el PsyCap constituye una línea de investigación prometedora para las ciencias de la educación y un potencial recurso para la promoción del bienestar docente, siempre que su desarrollo sea comprendido desde una perspectiva integral que articule recursos psicológicos personales y condiciones organizacionales favorables.

DECLARACIÓN DE CONFLICTO DE INTERESES

Los autores no declaran conflicto de intereses.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Armas-Bertossi, M., & Barrera-Corominas, A. (2026). El bienestar del profesorado de educación superior: una revisión sistemática. *Páginas de Educación*, 19(1), e4934–e4934. <https://doi.org/10.22235/PE.V19I1.4934>
- Bedoya, C. T., Varon, M. B., & Bedoya, C. A. T. (2022). Capital psicológico y satisfacción laboral, tras el retorno a la presencialidad, de los profesores en ciencias económicas de una universidad colombiana. *FACE: Revista de La Facultad de Ciencias Económicas y Empresariales*, 22(2), 52–68. <https://doi.org/10.24054/FACE.V22I2.1329>
- Bertieaux, D., Hesbois, M., Goyette, N., & Duroisin, N. (2024). Psychological capital and well-being: An opportunity for teachers' well-being? Scoping review of the scientific literature in psychology and educational sciences. *Acta Psychologica*, 248. <https://doi.org/10.1016/J.ACTPSY.2024.104370>
- Bidi, S. B., Bhat, V., Chandra, S. R., Dmello, V. J., Weesie, E., Gil, M. T., Kurian, S., & Rajendran, A. (2024). Decoding occupational well-being of teachers: does psychological capital and coping mechanism impact perceived stress? *Cogent Psychology*, 11(1). <https://doi.org/10.1080/23311908.2024.2409505>
- Cabezas-Cerna, J. I., Belduma-Rentería, L. A., Robalino-Laje, L. E., & Lemache-Alvarado, A. A. (2025). Bienestar emocional del docente y su impacto en la calidad educativa. *Revista Científica Multidisciplinar G-Nerando*, 6(1), ág. 3820-3832-ág. 3820 – 3832. <https://doi.org/10.60100/RCMG.V6I1.573>
- Charria Ortiz, V. H., Romero-Caraballo, M. P., & Sarsosa-Prowesk, K. (2022). Bienestar laboral y condiciones de trabajo en docentes de primaria y secundaria. *CES Psicología*, 15(3), 63–80. <https://doi.org/10.21615/CESP.5984>
- Chocobar, E. J., & Barreda, R. F. (2025). Estructuras metodológicas PICO y PRISMA 2020 en la elaboración de artículos de revisión sistemática: Lo que todo investigador debe conocer y dominar. *Ciencia Latina*

- Revista Científica Multidisciplinar, 9(1), 8525–8543. https://doi.org/10.37811/CL_RCM.V9I1.16491
- Cintio, A. Di, Pascal-Mamani, K., Castro-Guerra, M., & Romero-Jeldres, M. (2026). Consideraciones metodológicas sobre la relación entre metodología mixta y pragmatismo en educación: una revisión de alcance. Profesorado, Revista de Currículum y Formación Del Profesorado, 30(2), 1–27. <https://doi.org/10.30827/PROFESORADO.V30I2.32452>
- Cols, L. J. P. (2021). Demandas laborales y burnout: un estudio descriptivo en docentes argentinos. Revista de Ciencias Sociales, ISSN-e 1315-9518, Vol. 27, No. 4, 2021, Págs. 402-421, 27(4), 402–421. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8229899&info=resumen&idioma=ENG>
- Cossío, A. M. (2019). Estrategias de afrontamiento y bienestar docente frente al desgaste laboral. Journal of Taibah University Medical Sciences, 14(2), 116–122. <https://doi.org/10.1016/J.JTUMED.2019.02.002>
- Crespo, A. F. T. (2026). Prevalencia de la salud mental, capital psicológico y Satisfacción laboral en docentes ecuatorianos en el cantón Zamora. Revista Científica Multidisciplinaria En Ciencias Sociales y Humanidades Eucken, 2(1), 45–61. <https://doi.org/10.5281/ZENODO.18841530>
- Freire, C., Ferradás, M. D. M., García-Bértoa, A., Núñez, J. C., Rodríguez, S., & Piñeiro, I. (2020). Psychological Capital and Burnout in Teachers: The Mediating Role of Flourishing. International Journal of Environmental Research and Public Health, 17(22), 8403. <https://doi.org/10.3390/IJERPH17228403>
- Gómez, A., Peñalver, J., Martínez, I. M., & Salanova, M. (2023). Engagement académico en estudiantes universitarios. El rol mediador del Capital Psicológico como recurso personal. Educación XX1, 26(2), 51. <https://doi.org/10.5944/EDUCXX1.35847>
- Guo, Q., Wang, Y., Liu, Q., Wang, T., Zhang, L., Huang, Z., & Cao, S. (2022). Psychological Capital and Occupational Well-Being: Mediating Effects of Work Engagement Among Chinese Special Education Teachers. Frontiers in Psychology, 13, 847882. <https://doi.org/10.3389/FPSYG.2022.847882/TEXT>
- Liu, D., & Du, R. (2024). Psychological capital, mindfulness, and teacher burnout: insights from Chinese EFL educators through structural equation modeling. Frontiers in Psychology, 15, 1351912. <https://doi.org/10.3389/FPSYG.2024.1351912/TEXT>
- Mikus, K., & Teoh, K. R. H. (2022). Psychological Capital, future-oriented coping, and the well-being of secondary school teachers in Germany. Educational Psychology, 42(3), 334–353. <https://doi.org/10.1080/01443410.2021.1954601>
- Morales, W. G. B. (2022). Analisis de Prisma como Metodología para Revisión Sistemática: una Aproximación General. Saúde Em Redes, 8(sup1), 339–360. <https://doi.org/10.18310/2446-4813.2022V8NSU-P1P339-360>
- Núñez, M. J. S., & Jurado, D. M. B. (2020). Justicia organizacional y capital psicológico: factores que se relacionan con la satisfacción laboral. Magazine de Las Ciencias: Revista de Investigación e Innovación, 5(7), 16–29. <https://revistas.utb.edu.ec/index.php/magazine/article/view/838>
- Orbe, S. la C., Oyola, N. P. R., Oropeza, V. R. C., & Gomero, Y. C. S. (2026). Capital psicológico como factor protector frente al agotamiento profesional de trabajadores asistenciales. Prisma Social: Revista de Investigación Social, ISSN-e 1989-3469, No. 52, 2026, Págs. 385-398, (52), 385–398. <https://doi.org/10.65598/rps.5996>
- Quezada, R. O. (2025). Condiciones Motivacionales y de Bienestar que Inciden en el Desempeño del Profesorado de Educación Básica en Contexto Mexicano. Ibero Ciencias - Revista Científica y Académica - ISSN 3072-7197, 4(3), 2680–2700. <https://doi.org/10.63371/IC.V4.N3.A248>
- Rada, I. (2026). El Bienestar Docente como Pilar Fundamental para una Educación de Calidad Una Revisión Sistemática. Estudios y Perspectivas Revista Científica y Académica, 6(1), 7132–7162. <https://doi.org/10.61384/R.C.A..V6I1.1689>
- Redondo-Trujillo, Rodríguez-Bravo, & Oliva, Á. de J. (2023). Factores Asociados al Bienestar Psicológico de los Docentes e Implicaciones Futuras: Una Revisión Sistemática. <https://www.rpye.es/pdf/20231802>.

pdf#page=29

Romero, V., Núñez, J. C., Freire, C., Ferradás, M. del M., Romero, V., Núñez, J. C., Freire, C., & Ferradás, M. del M. (2023). Funcionamiento psicológico adaptativo y burnout en docentes: implicaciones sobre los procesos instruccionales. *Psychology, Society & Education*, 15(1), 1–10. <https://doi.org/10.21071/PSYE.V15I1.15345>

Salessi, S. (2023). Capital psicológico, trabajo significativo y satisfacción laboral en docentes de Argentina. *Revista IRICE*, (45), 75–90. <https://doi.org/10.35305/REVISTAIRICE.VI45.1746>

Salguero, D. (2025). El estrés en las aulas : desafíos y respuestas para el bienestar docente en secundaria : un estudio sobre el profesorado de Educación Secundaria de Almería y la prevención del burnout docente. 1–109.

Sánchez-Paulete, N. C., & Gonzalez, M. D. (2024). Engagement y capital psicológico en docentes de Educación Secundaria. *Revista de Estilos de Aprendizaje*, 17(34), 14–29. <https://doi.org/10.55777/REA.V17I34.7339>

Sandoval, E. A. (2024). Metodología para la Revisión Sistemática de Literatura Crítica sobre los Desarrollos. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(2), 1007–1025. https://doi.org/10.37811/CL_RCM.V8I2.10546

Sun, B., Guo, H., Xu, L., & Ding, F. (2022). How Does Teachers' Psychological Capital Influence Workplace Well-Being? A Moderated Mediation Model of Ego-Resiliency and Work-Meaning Cognition. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(22), 14730. <https://doi.org/10.3390/IJERPH192214730>

Vizoso, C. (2020). Psychological capital in teachers: A systematic review. *Estudios Sobre Educacion*, 39, 267–295. <https://doi.org/10.15581/004.39.267-295>

Vizoso Gómez, C. (2020). Caracterización del capital psicológico en el profesorado: una revisión sistemática. *Estudios Sobre Educación*, 39, 267–295. <https://doi.org/10.15581/004.39.267-295>

Zewude, G. T., & Hercz, M. (2021). Psychological Capital and Teacher Well-Being: The Mediation Role of Coping with Stress. *European Journal of Educational Research*, 10(3), 1227–1245. <https://doi.org/10.12973/eu-jer.10.3.1227>

Zewude, G. T., Mesfin, Y., Sadouki, F., Ayele, A. G., Goraw, S., Segon, T., & Hercz, M. (2024). A serial mediation model of Big 5 personality traits, emotional intelligence, and psychological capital as predictors of teachers' professional well-being. *Acta Psychologica*, 250. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104500>

Zhou, M., Wang, D., Zhou, L., Liu, Y., & Hu, Y. (2021). The Effect of Work-Family Conflict on Occupational Well-Being Among Primary and Secondary School Teachers: The Mediating Role of Psychological Capital. *Frontiers in Public Health*, 9. <https://doi.org/10.3389/FPUBH.2021.745118>

Zhou, S., Slemp, G. R., & Vella-Brodrick, D. A. (2024). Factors Associated with Teacher Wellbeing: A Meta-Analysis. *Educational Psychology Review* 2024 36:2, 36(2), 63-. <https://doi.org/10.1007/S10648-024-09886-X>