

**Proyecto aplicado salud mental positiva ocupacional para la comunidad docente de
la institución educativa Liceo Moderno Walt Whitman**

Caroll Yuleidy Rey Páez

Asesora

Lina Agudelo

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades ECSAH

Psicología

2025

Resumen

Este trabajo se fundamenta en el Modelo de salud mental ocupacional (SMPO) propuesto por Vásquez-Colunga y tiene como propósito diseñar un plan de formación para potenciar la salud mental positiva y el bienestar laboral del personal docente del Liceo Moderno Walt Whitman. El enfoque integra fundamentos de la psicología positiva, ecológica, humanista y salutogénica, superando la visión tradicional centrada en la patología para enfatizar el desarrollo de capacidades y estrategias de bienestar en contextos escolares (Maslow, 1954, 1962, como se citó en Vásquez-Colunga, 2019). La investigación responde a la escasa producción académica sobre salud mental en instituciones de educación básica y media, frente al volumen más alto de estudios en educación superior (Orozco-Solís et al., 2022; Vásquez-Colunga et al., 2021). El diseño metodológico fue cuantitativo, de tipo aplicado. Se utilizó la Escala SMPO-40, instrumento estructurado con 40 ítems tipo Likert distribuidos en cuatro dimensiones: cognitiva, socioafectiva, comportamental y espiritual. La muestra estuvo compuesta por 40 docentes, en su mayoría mujeres (80 %), con edades entre los 24 y los 55 años. Los resultados evidenciaron un 88 % de salud mental positiva en nivel alto. La dimensión cognitiva fue la más baja (78 %). En contraste, las dimensiones comportamental, espiritual y socioafectiva alcanzaron 90 % nivel alto, destacando esta última, por su mayor fortaleza general. El eje de trabajo del plan se centró en el fortalecimiento de habilidades cognitivas, reformular creencias sobre el trabajo, fomentar el sentido de propósito y consolidar hábitos positivos; contribuyendo al bienestar docente. Se concluye que la escala SMPO-40 es pertinente y útil para el diagnóstico en entornos escolares de nivel básico (primaria y bachillerato), trascendiendo los entornos universitarios.

Palabras clave: Salud mental ocupacional, bienestar laboral, psicología positiva, educación básica, Escala SMPO-40.

Abstract

This work is based on the Occupational Positive Mental Health Model (SMPO) proposed by Vásquez-Colunga and aims to design a training plan to enhance the positive mental health and occupational well-being of the teaching staff of the Walt Whitman Modern High School. The approach integrates foundations of positive, ecological, humanistic, and salutogenic psychology, overcoming the traditional view focused on pathology to emphasize the development of well-being capacities and strategies in school contexts (Maslow, 1954, 1962, as cited in Vásquez-Colunga, 2019). The research responds to the scarce academic production on mental health in primary and secondary education institutions, compared to the higher volume of studies in higher education (Orozco-Solís et al., 2022; Vásquez-Colunga et al., 2021). The methodological design was quantitative, of an applied type. The SMPO-40 Scale was used, a structured instrument with 40 Likert-type items distributed in four dimensions: cognitive, socio-affective, behavioral and spiritual. The sample was composed of 40 teachers, mostly women (80%), aged between 24 and 55 years. The results showed 88% of positive mental health at a high level. The cognitive dimension was the lowest (78%). In contrast, the behavioral, spiritual, and socio-affective dimensions reached 90% of the high level, the latter standing out for its greater general strength. The plan's work axis focused on strengthening cognitive skills, reformulating beliefs about work, fostering a sense of purpose and consolidating positive habits, contributing to teacher well-being. It is concluded that the SMPO-40 scale is relevant and useful for diagnosis in elementary school environments (primary and high school), transcending university environments.

Keywords: Occupational mental health, occupational well-being, positive psychology, basic education, SMPO-40 Scale.

Tabla de Contenido

Planteamiento del Problema.....	10
Objetivos.....	13
Objetivo General.....	13
Objetivos Específicos.....	13
Justificación	14
Marco Conceptual.....	16
Salud Mental.....	16
Salud Mental Positiva.....	18
Salud Mental en el Trabajo.....	18
Salud Mental Ocupacional SMPO.....	19
Dimensiones del Modelo SMPO	27
Metodología.....	32
Tipología de Investigación.....	32
Instrumentos.....	32
Preguntas Guía.....	33
Población.....	33
Muestreo	33
Procedimiento.....	33
Criterios de Inclusión.....	33
Criterios de Exclusión.....	34
Análisis Descriptivo.....	34
Sistema de Puntuación.....	34

Análisis de Confiabilidad.....	34
Interpretación de Resultados.....	34
Riesgos Metodológicos.....	35
Riesgos Procedimentales	35
Riesgos Organizacionales/Cultura de Trabajo.....	35
Estrategias Frente a los Riesgos Identificados.....	35
Consentimiento Informado y Disposición para Colaborar.....	35
Confidencialidad de la Información	36
Neutralidad y Transparencia del Proceso.....	36
Validación de la Metodología Aplicada.....	36
Análisis de Resultados	40
Anexo Software Escala SMPO 40	46
Dimensiones Salud Mental Ocupacional SMPO (Vásquez-Colunga, 2019)	46
Resultados por Grupos de 4 Participantes (Anexo 1 al Anexo 10).....	47
Resultados Generales (Anexo 1 al Anexo 10)	64
Plan de Formación SMPO para Docentes Liceo Moderno Walt Whitman	73
Objetivo General.....	73
Objetivos Específicos.....	73
Metodología	75
Conclusiones	82
Recomendaciones	84
Referencias.....	85
Apéndices.....	87

Lista de Tablas

Tabla 1 *Dimensiones que Integran el Modelo de SMPO*..... 28

Tabla 2 *Aspectos Positivos y Dimensiones que Evalúa el Modelo de la SMPO* 29

Lista de Figuras

Figura 1 <i>Preceptos Teóricos Principales del Modelo de SMPO</i>	21
Figura 2 <i>Indicadores Positivos del Modelo SMPO</i>	24
Figura 3 <i>Descripción de los Aspectos Positivos e Indicadores del Modelo de SMPO</i>	26
Figura 4 <i>Aspectos Positivos y Factores Operativos en el Modelo de SMPO</i>	30
Figura 5 <i>Cronograma de Actividades del Proyecto Aplicado</i>	39
Figura 6 <i>Población por Género Femenino y Masculino del Proyecto Aplicado SMPO</i>	40
Figura 7 <i>Población de Género Femenino y su Representatividad Etaria del Proyecto Aplicado</i>	41
Figura 8 <i>Población de Género Masculino y su Representatividad Etaria del Proyecto Aplicado</i>	42
Figura 9 <i>Estado Civil de la Población del Proyecto Aplicado SMPO</i>	43
Figura 10 <i>Escolaridad de la Población Participante del Proyecto Aplicado SMPO</i>	45
Figura 11 <i>Resultados Sistematizados por Dimensión (Anexo 1) Según la Escala SMPO-40</i>	47
Figura 12 <i>Resultados Sistematizados por Dimensión (Anexo 2) Según la Escala SMPO-40</i>	49
Figura 13 <i>Resultados Sistematizados por Dimensión (Anexo 3) Según la Escala SMPO-40</i>	51
Figura 14 <i>Resultados Sistematizados por Dimensión Según la Escala SMPO-40</i>	53
Figura 15 <i>Resultados Sistematizados (Anexo 6) Software Excel SMPO 40</i>	55
Figura 16 <i>Resultados Sistematizados (Anexo 7) Software Excel SMPO 40</i>	57
Figura 17 <i>Resultados Sistematizados (Anexo 8) Software Excel SMPO 40</i>	59
Figura 18 <i>Resultados Sistematizados (Anexo 9) Software Excel SMPO 40</i>	61
Figura 19 <i>Resultados Sistematizados (Anexo 10) Software Excel SMPO 40</i>	63
Figura 20 <i>Resultados Sistematizados y Clasificación por Nivel – Dimensión Cognitiva (Ítems</i>	

<i>1–10) del Proyecto Aplicado SMPO.....</i>	65
Figura 21 <i>Resultados Sistematizados y Clasificación por Nivel – Dimensión Socioafectiva (Ítems</i>	
<i>11–20) del Proyecto Aplicado SMPO.....</i>	67
Figura 22 <i>Clasificación por Nivel – Dimensión Comportamental del Proyecto Aplicado SMPO</i>	
<i>.....</i>	69
Figura 23 <i>Clasificación por Nivel – Dimensión Espiritual del Proyecto Aplicado SMPO.....</i>	701
Figura 24 <i>Diagnóstico de Necesidades del Proyecto Aplicado SMPO</i>	74
Figura 25 <i>Sesión 1 Generalidades del Modelo SMPO para Docentes.....</i>	75
Figura 26 <i>Sesión 2 Y 3 Basadas en los Resultados de la Dimensión Cognitiva del SMPO</i>	76
Figura 27 <i>Sesión 4 Y 5 Basadas en los Resultados de la Dimensión Comportamental del SMPO</i>	
<i>.....</i>	78
Figura 28 <i>Sesión 6 Y 7 en los Resultados de la Dimensión Espiritual del SMPO</i>	80

Lista de Apéndices

Apéndice A <i>Análisis Excel Dimensión Cognitiva General SMPO</i>	87
Apéndice B <i>Análisis Excel Dimensión Socioafectiva General SMPO</i>	88
Apéndice C <i>Análisis Excel Dimensión Comportamental general SMPO</i>	88
Apéndice D <i>Análisis Excel Dimensión Espiritual General SMPO</i>	88
Apéndice E <i>Análisis Excel SMPO General</i>	88
Apéndice F <i>Modelo de Consentimiento Informado</i>	88
Apéndice G <i>Ilustración de Consentimiento Informado Diligenciado y Firmado por un Participante</i>	88
Apéndice H <i>Ilustración de Escala SMPO 40 Hoja 1 Área Diligenciada con Datos de Participante</i>	88
Apéndice I <i>Ilustración de Escala SMPO 40 Hoja 1 Área Diligenciada con X por Participante</i>	88
Apéndice J <i>Ilustración de Escala SMPO 40 Hoja 2 Área Diligenciada con X por Participante</i>	88
Apéndice K <i>Evidencia Fotográfica de Aplicación Escala SMPO 40 de Vásquez-Colunga en Sitio</i>	88
Apéndice L <i>Evidencia Fotográfica de Socialización Plan de Formación En SMPO de Vásquez-Colunga en Sitio</i>	88
Apéndice M <i>Evidencia Fotográfica de Recepción por Parte de Psicorientacion del Plan de Formación en SMPO de Vásquez-Colunga en Sitio</i>	88

Planteamiento del Problema

En palabras de Allande et al. (2022), “el entorno laboral puede ser considerado uno de los principales factores determinantes que puede influir en la salud mental de las personas trabajadoras (...)” (p. 1). Esta afirmación se justifica en la medida en que el entorno de trabajo representa el espacio en el cual las personas empleadas invierten la mayor parte de su tiempo diario, poniendo a disposición de la organización su capital intelectual, emocional, psicológico, actitudinal, comunicacional e interpersonal, a cambio de beneficios económicos y sociales. En este contexto, un abordaje inadecuado de las condiciones, modalidades y prácticas de gestión humana puede generar consecuencias negativas tanto para los trabajadores como para las instituciones.

En línea con lo anterior, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2024) advierte en su informe *La salud mental en el trabajo* que una gestión deficiente de la salud mental, evidenciada en situaciones de desigualdad, discriminación, mal clima laboral, condiciones precarias, inadecuada asignación de funciones y ausencia de oportunidades de desarrollo, puede derivar en riesgos psicosociales para los trabajadores. Por ello, se hace urgente una perspectiva más positiva, integral y promotora del entorno ocupacional.

En la literatura sobre salud mental ocupacional se identifican dos enfoques principales. El primero está centrado en la prevención e intervención de riesgos psicosociales y trastornos psicopatológicos, bajo una lógica curativa o reactiva. El segundo, por el contrario, prioriza el fortalecimiento de factores protectores y recursos internos en el lugar de trabajo, lo que se conoce como salud mental ocupacional (SMPO), eje estructural del presente estudio.

Para contextualizar la pertinencia de promover la SMPO, la OMS (2024) estima que a nivel global se pierden anualmente 12.000 millones de días laborales debido a la depresión y la

ansiedad, lo cual representa pérdidas económicas cercanas al billón de dólares. Esta cifra da cuenta del costo organizacional del no reconocimiento de los trastornos mentales y de la falta de acciones preventivas desde una perspectiva salutogénica (Vásquez-Colunga et al., 2017).

La relevancia de esta línea de trabajo cobra mayor sentido en el ámbito educativo, particularmente entre los docentes, quienes enfrentan altas exigencias laborales y emocionales. Según Titistar-Cruz et al. (2022), existen pocas investigaciones centradas en la salud mental del profesorado, y muchas de ellas parten de un enfoque biomédico, sin atender suficientemente a los factores protectores. Asimismo, el Instituto Colombiano de Neurociencias ha señalado que “el 62 % de los docentes presentan riesgo de desarrollar trastornos de ansiedad derivados de su actividad laboral” (como se citó en Consultor Salud, 2025, párr. 1).

Ante esta realidad, se hace pertinente explorar la aplicabilidad del modelo SMPO en docentes de educación básica y media. Para ello, se retoman antecedentes relevantes como el estudio de Vásquez-Colunga (2016), en el cual se aplicó el Cuestionario SMPO-40 a 115 docentes universitarios en México, evidenciando la necesidad de fortalecer las dimensiones con puntajes más bajos (Vásquez-Colunga, 2016, p. 136). Otro estudio destacado es el de Orozco-Solís et al. (2022), que estableció relaciones significativas entre socialización organizacional, salud mental ocupacional y compromiso docente (p. 42).

No obstante, estos estudios se han desarrollado principalmente en contextos universitarios, dejando un vacío de conocimiento en el ámbito de la educación preescolar, básica y media (Orozco-Solís et al., 2022; Vásquez-Colunga et al., 2017). Por ello, el presente trabajo busca contribuir a la consolidación del modelo SMPO en contextos escolares no universitarios, aportando evidencias sobre su pertinencia y eficacia. En síntesis, esta investigación articula fundamentos teóricos con un enfoque metodológico estructurado, inspirado en los desarrollos de

Vásquez-Colunga (2017), con el fin de promover la salud mental de los docentes y fortalecer los entornos educativos desde una perspectiva humanista, positiva y transformadora. Y es en este marco, que surge la pregunta de investigación: ¿cómo puede el Modelo de salud mental ocupacional (SMPO) contribuir al fortalecimiento del bienestar psicológico y laboral de los docentes en contextos escolares no universitarios?

Objetivos

Objetivo General

Diseñar un plan de formación que potencie la salud mental positiva y el bienestar laboral del personal docente del Liceo Moderno Walt Whitman, fundamentado en el modelo de Salud Mental Positiva Ocupacional (SMPO) de Vásquez-Colunga, durante el primer semestre de 2025 en la ciudad de Bogotá.

Objetivos Específicos

Medir el nivel de salud mental positiva ocupacional en el entorno laboral del personal docente del Liceo Moderno Walt Whitman mediante la aplicación presencial de la Escala SMPO-40 de Vásquez-Colunga, durante las dos primeras semanas del mes de marzo de 2025.

Identificar las dimensiones del modelo SMPO que requieren fortalecimiento en el personal docente, a partir del análisis de los resultados obtenidos mediante la aplicación de la Escala SMPO-40, durante las dos últimas semanas del mes de marzo de 2025.

Formular un plan de formación orientado a fortalecer la salud mental positiva y el bienestar laboral del personal docente del Liceo Moderno Walt Whitman, con base en las dimensiones identificadas del modelo SMPO de Vásquez-Colunga, durante las dos primeras semanas del mes de abril de 2025.

Justificación

Este proyecto aplicado surge del interés investigativo por el Modelo de salud mental ocupacional (SMPO), formulado por Vásquez-Colunga (2017), que propone un enfoque integral para fortalecer el bienestar organizacional, desligando el concepto de salud de su asociación exclusiva con la enfermedad y enfocándose en el desarrollo humano integral (Organización Mundial de la Salud, 2020), en un contexto laboral donde: “uno de cada cinco empleados sufre de depresión y el 70 % de ellos experimenta reducción de productividad, deterioro de la salud física y, en casos graves, autolesiones” (Center for Workplace Mental Health, como se citó en Padilla de la Ossa, 2023, párr. 2).

Por su parte, los docentes experimentan condiciones laborales complejas, según Consultor Salud (2025), “enfrentan altos niveles de estrés, ansiedad y depresión (...), siendo el síndrome mixto de ansiedad y depresión uno de los principales diagnósticos de incapacidad” (párr. 1). En la misma línea, Montenegro (2025) advierte que las exigencias institucionales deterioran la calidad de vida del personal docente, situación que se intensificó tras la pandemia por COVID-19 (Organización de las Naciones Unidas, 2022).

Frente a esto, es clave reconocer que en el ámbito educativo ha aumentado el interés por la salud mental docente (Titistar-Cruz et al., 2022), en donde, autores como Orozco-Solís et al. (2022) sostienen que “existen estudios relacionados con la aplicación del Modelo SMPO que reflejan la necesidad de retomar el lado humano de la tarea docente para favorecer su integración positiva en las instituciones educativas” (p. 51), sin embargo, se han centrado en educación superior, generando una brecha crítica en los niveles básico y medio (Orozco-Solís et al., 2022; Vásquez-Colunga, 2016).

En ese marco, el Liceo Moderno Walt Whitman (LMWW) institución educativa focal de este proyecto, promueve un ambiente escolar positivo según lo declarado en su Manual de Convivencia (2025). No obstante, su orientación institucional se centra en el acompañamiento al estudiante, relegando a un segundo plano el fortalecimiento directo del bienestar psicosocial del cuerpo docente.

Por estas razones, el presente estudio busca cubrir esa brecha aplicando el modelo SMPO en un grupo de 40 docentes, en su gran mayoría mujeres con edades entre los 24 y 55 años, pertenecientes a la institución educativa LMWW. Todo esto, a través de una propuesta de formación que no sólo mitiga riesgos psicosociales, sino que consolida un entorno laboral saludable desde un enfoque positivo. Asimismo, su contribución innovadora radica en demostrar que el modelo, tradicionalmente aplicado en contextos universitarios, es también pertinente y transferible a escenarios de educación básica, fortaleciendo el bienestar integral del talento humano docente.

Marco Conceptual

Salud Mental

En el pasado, las organizaciones centraban sus esfuerzos en intervenir las condiciones del entorno laboral mediante acciones de evaluación y gestión de riesgos psicosociales. Este enfoque, predominantemente preventivo, biomédico (sanitario) y dicotómico (contrasta salud y enfermedad), ha evolucionado hacia una visión más amplia en los espacios de trabajo. En la actualidad, se promueve una aproximación holística que no solo atiende la ausencia de enfermedad, sino que fomenta activamente el bienestar, reconociendo la salud como un proceso dinámico e integral del ser humano (Organización Mundial de la Salud, 2020).

Alineado con los objetivos del presente proyecto, resulta fundamental fortalecer la promoción de la salud mental en los entornos laborales. En ese sentido, la OMS (2022) plantea que las organizaciones deben asumir un compromiso concreto con el bienestar psicológico de sus trabajadores, recomendando acciones estratégicas tales como: proteger y promover la salud mental en el trabajo; apoyar a los empleados que experimenten dificultades psicoemocionales para que participen y prosperen en sus labores; y crear entornos organizacionales propicios al cambio. Desde esta perspectiva, es indispensable definir con claridad el concepto de salud mental.

Salud mental, se entiende como un estado de equilibrio emocional, psicológico y social que permite afrontar las adversidades, establecer vínculos positivos con otros y tomar decisiones armónicas en la cotidianidad (Rey, 2025). Vásquez-Colunga (2019) complementa esta noción al afirmar que “la salud mental no es estática (...) podemos hablar de salud mental en mayor o menor cantidad y calidad” (p. 59), lo cual sugiere que esta puede medirse y promoverse a partir de elementos observables cuya presencia o ausencia determina su expresión percibida.

En el contexto colombiano, el Plan Territorial de Salud de Bogotá 2024-2028 articula el modelo de salud mental bajo el eje estratégico denominado “Más bienestar”, el cual se implementa a través de la estrategia de Atención Primaria Social. Esta estrategia busca fortalecer los servicios desde niveles de baja complejidad, comenzando por la intervención en los hogares, la comunidad y los centros de atención ambulatoria y hospitalaria (Plan Territorial de Salud de Bogotá, 2024, pp. 114–115).

De manera específica, dicho plan establece que el Plan de Acción de la Política Distrital de Salud Mental incluye como uno de sus productos principales la ejecución de estrategias para la prevención y atención de la conducta suicida (Plan Territorial de Salud de Bogotá, 2024, p. 163). Además, el análisis institucional enfatiza que el consumo de sustancias psicoactivas no solo afecta la salud física incluyendo órganos vitales, desarrollo cognitivo y funciones cardiovasculares, sino que también impacta el equilibrio mental, la convivencia familiar y social, e incluso puede derivar en desenlaces fatales como el suicidio (Plan Territorial de Salud de Bogotá, 2024, p. 163).

En suma, este recorrido por el marco institucional de salud mental en Bogotá permite comprender la necesidad de implementar estrategias integrales, articuladas con políticas públicas, que garanticen tanto la prevención como la atención efectiva de los trastornos mentales. Esta revisión contextual refuerza la pertinencia del presente proyecto, que se alinea con las directrices locales e internacionales orientadas a la protección de la salud mental en los espacios de trabajo.

Salud Mental Positiva

En aseveraciones de Vásquez-Colunga et al. (2021) “parece un ejercicio de voluntad propia o de actitud psicológica que sólo depende de uno mismo” (p.5), haciendo referencia a una gestión desde la introspección, que propende por la postura positiva de la salud, dejando de lado la postura antagónica entre salud-enfermedad. En esta revisión de la salud mental desde una perspectiva positiva, se puede establecer que en el ámbito ocupacional no ha tenido un amplio abordaje conceptual, haciendo referencia a las siguientes aseveraciones frente al modelo SMPO:

Aunque existen diferentes estrategias por parte del gobierno nacional, como por ejemplo el proyecto “Salud Mental Para Todos” (Salud Mental Para Todos, 2022), aplicaciones móviles, leyes gubernamentales y líneas de atención para orientación y salud mental (Gobierno de Colombia, 2020), lamentablemente son escasos los registros de acciones promocionales y preventivas sobre la SMPO en las organizaciones colombianas (Trejos-Gil y Llano-Castaño, 2023).

Salud Mental en el Trabajo

Así, la comprensión de la salud mental como un proceso dinámico y positivo no solo se limita al ámbito personal o social, sino que se extiende al entorno laboral, donde las organizaciones tienen la responsabilidad de fomentar este enfoque holístico. Es así como, el abordaje de la salud aplicada al ámbito laboral también ha tenido enormes avances en los últimos años: por un lado, la OIT (1984) empieza a generar conversaciones fructíferas y promotoras en torno a la salud mental ocupacional; Peterson y Seligman (2003) lanzan el modelo PERMA, frente a lo cual, Buttler y Kern (2016) aplican dicho modelo a instancias laborales y le adicionan el abordaje de la “salud”. Vásquez Colunga et al. (2017).

Salud Mental Ocupacional SMPO

Surge la salud mental ocupacional Positiva en los espacios de trabajo como respuesta a la necesidad de gestionar el bienestar trascendiendo del modelo biomédico de antaño centrado en la enfermedad y su acción preventiva e interventora hacia una más positiva que empodere a los factores salutógenos, que sea “enfocado a la promoción de la salud y el desarrollo de círculos virtuosos” (Vásquez-Colunga et al., 2017, p.1).

Es así como, el modelo SMPO presenta la necesidad de desarrollar un entorno que promueva activamente el bienestar para los colaboradores, y ellos a su vez, retribuyan con su talento y potencial laboral a su medio ocupacional, que, desde el ámbito organizacional, en palabras de Vásquez-Colunga et al. (2021) hace referencia a “su vocación y el uso de sus fortalezas y talentos al servicio de los demás” (p.16). Todo lo anterior, considerando las subjetividades, los derechos humanos y los principios de trabajo digno (OIT, 2012).

Es importante resaltar que, Vásquez-Colunga et al. (2021) tiene en cuenta para este modelo, principios de: “Educación y Capacitación Positiva con Enfoque de Derechos Humanos, la Autonomía Pro-Persona, los Ambientes Laborales Pro-Persona, así como de la Eudaepidemiología, la psicología positiva, la psicología ecológica, el humanismo, la salutogénesis, y la perspectiva sistémica” (p. 18)

No obstante, de la existencia de otros modelos de salud en el contexto laboral que se enfocan en atender los riesgos psicosociales en el trabajo, de tratar factores como el estrés o el desempeño laboral (Pando et al, 2008); el modelo de salud mental ocupacional SMPO brinda una visión innovadora al ámbito ocupacional docente al vincular de forma contundente y efectiva la promoción de los derechos humanos.

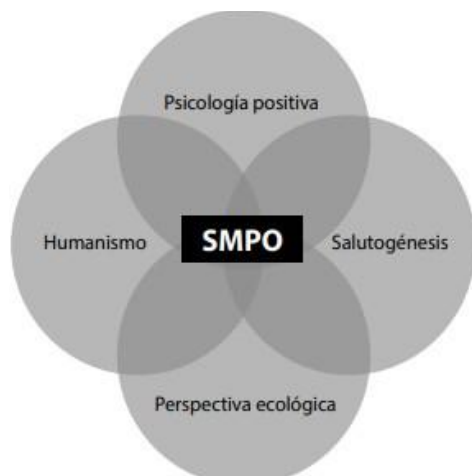
Este modelo establece que el ámbito organizacional, sea de orden empresarial o institucional, no sólo puede tener implicaciones en la salud y el estado emocional de las personas, sino que influye en la generación de los factores directamente relacionados con su desarrollo, calidad de vida y ejercicio pleno de derechos como el acceso a la salud, la educación y el trabajo (Vásquez-Colunga et al., 2021, p. 58).

Y es en este esfuerzo que, dicho modelo crea un factor diferencial de otros modelos basado en su enfoque integral y humanista, que sobrepasa la mirada clínica para posicionar la salud mental como un componente esencial del desarrollo humano y de la justicia social en el ámbito ocupacional. Esta perspectiva lo convierte en un referente pertinente para contextos educativos, donde el trabajo docente requiere abordajes más amplios que consideren no solo el riesgo, sino el potencial transformador del bienestar psicosocial.

A continuación, se aprecia la Ilustración 1, en la cual podemos reconocer los fundamentos teóricos del Modelo SMPO de Vásquez-Colunga:

Figura 1

Preceptos Teóricos Principales del Modelo de SMPO



Nota. Tomado de Marco teórico para el Modelo de salud mental ocupacional [Ilustración], por J. C. Vásquez-Colunga, 2017. Reproducido con fines académicos.

Cabe aclarar que la salud mental ocupacional promueve la salud psicológica, emocional y social aplicada al ámbito laboral; así como, trabaja en la educación y capacitación positiva con enfoque en derechos humanos, donde la confianza en el potencial, la actitud de la persona y un ambiente propicio para su crecimiento sustentan su nivel de bienestar y el de su equipo. Ahora, se abordarán los principales conceptos que, en este barrido conceptual, determinaron el sustento teórico de la SMPO hoy en día.

Derechos humanos: El enfoque de derechos humanos en el modelo permite retomar la lucha por la protección de la dignidad humana y la garantía y efectivo cumplimiento de los derechos que se establecen desde el marco universal. Siendo así, los derechos humanos son expresados a través del respeto por las garantías laborales de cada trabajador.

Autonomía Propersona: El individuo se reconoce como el núcleo de desarrollo de la sociedad, lo cual le dota de mayor libertad y le garantiza que su trabajo debe ir de la mano de su proyecto de vida sin entrar en detrimento de los derechos de los demás. Al contar con habilidades intrapersonales, interpersonales y transpersonales gracias al modelo, la persona asume compromiso de vida y cierta independencia en la toma de decisiones en su trabajo (Vásquez-Colunga et al., 2021).

Ambientes laborales Propersona: Según el modelo, son aquellos entornos que se adecuan a las características de los colaboradores, reformulando su clima y su cultura organizacional a sus necesidades, con el fin de mejorar su calidad de vida. En este orden de ideas, la autonomía Propersona se muestra en el diseño de políticas de trabajo más conscientes flexibles e integradoras con respecto al potencial de acción y de decisión del talento humano en la organización

Eudaepidemiología: Este principio sostiene que el ser humano no carga con una naturaleza malvada, sino que más bien se adapta a las condiciones de su medio. Por ello, los sistemas formativos, el espíritu motivador y los medios y recursos dispuestos para sí mismos en una dinámica activa y retroalimentativa, fomentan el entorno positivo y enriquecedor para el trabajador (Vásquez-Colunga et al., 2021).

La Psicología Positiva: Apela a un principio que afirma que se puede focalizar el estudio de las fortalezas y virtudes como método de apalancamiento efectivo en la gestión psicoemocional del ser humano y el alcance de la felicidad (Vásquez-Colunga et al., 2021). Siendo ampliamente beneficioso para los ambientes laborales, pues se exalta el valor de la felicidad, el bienestar y los recursos internos del trabajador en el desarrollo de su labor diaria.

La psicología ecológica: Esta área de la psicología da especial atención al resultado de la interacción entre una persona y su contexto, de forma tal que sus experiencias y aprendizajes son fruto de dicha dinámica. Concretamente, la psicología ambiental/ecológica y su mirada contextual permiten ver potencialidades en las dinámicas laborales facilitando el alcance de metas o propósitos individuales y colectivos, a la vez.

El humanismo: Dentro de las teorías científicas está Abraham Maslow (1908-1970), psicólogo estadounidense considerado uno de los artífices y fundadores más representativos de la Psicología Humanista, quien postula la existencia de una tendencia humana básica hacia el bienestar mental y emocional, la cual persigue el deseo intrínseco del hombre en la búsqueda de autorrealización o de actualización (Pose-Zedniceck, 2023). Siendo así, desde el ámbito ocupacional se enfoca en avivar las capacidades y los talentos del capital humano

La salutogénesis: En palabras del autor, se refiere a: “círculos virtuosos de creación e incremento de la salud” (Vásquez-Colunga et al., 2021, p. 21), rescatando la importancia de espacios que fomenten y promuevan la salud y sus factores protectores en los entornos laborales.

En suma, este modelo vincula la psicología positiva, el humanismo, el enfoque salutogénico y la psicología ecológica, contribuyendo en la construcción de entornos laborales realmente valiosos para el colaborador que potencien su autonomía, persigan principios de autorrealización y aseguren el bienestar desde una mirada holística.

Derivado del conglomerado conceptual, encontramos unos indicadores clave propios del modelo que se pueden apreciar en la Ilustración 2, como se observa aquí:

Figura 2

Indicadores Positivos del Modelo SMPO



Nota. Tomado de Aspectos positivos del modelo SMPO, de Vasquez-Colunga, 2017

Es importante reconocer que, para medir los aspectos vitales en la consecución de un ambiente proclive al cuidado de la salud mental de los trabajadores, solía utilizarse indicadores de salud relacionados con aspectos negativos del contexto laboral. Sin embargo, en palabras de Vázquez- Colunga et al. (2021), estos “indicadores tradicionalmente considerados de salud mental en el trabajo, que buscan patologías –por ejemplo, burnout– que, sin duda, influyen en la salud y en la producción, pero no aportan al enfoque positivo de la salud mental” (Vázquez-Colunga et al., 2017), lo que llevó a priorizar el enfoque en los aspectos positivos de la salud mental en los espacios laborales bajo la óptica del SMPO.

Frente a esto, Cannon (1932) afirmaba que: “(...) es necesario trabajar en el desarrollo de indicadores positivos de la salud” (como se citó en Vázquez-Colunga et al., 2017, p. 586), y otros De autores que secundaron esta idea fueron Cannon, 1932; Jahoda, 1958; Antonovsky, 1979,

Peterson y Seligman, 2003; Pando, 2006; Buttler y Kern, 2016, entre otros (como se citó en Vásquez-Colunga et al., 2021, p. 18).

Dichos indicadores positivos, se centran en las siguientes áreas: el bienestar personal en el trabajo, las relaciones interpersonales positivas en el trabajo, la filosofía de vida laboral, el empoderamiento en el trabajo, las fortalezas personales en el trabajo, e inmersión en la tarea (Vásquez-Colunga et al., 2021), que se convirtieron en las temáticas de trabajo principales del modelo SMPO, y los cuales, se pueden apreciar en la figura 3 que se compartirá, a continuación:

Figura 3

Descripción de los Aspectos Positivos e Indicadores del Modelo de SMPO

Aspectos de la SMPO	Definición Conceptual	Definición Operativa
Relaciones interpersonales positivas en el trabajo	Se refiere a la capacidad del individuo para establecer relaciones sanas y afectuosas con los demás en su trabajo.	Contiene los siguientes elementos: relaciones laborales afectuosas, grupalidad, redes sociales de apoyo, sentido de pertenencia al colectivo ocupacional, apego satisfactorio a las normas laborales, comunicación asertiva en el trabajo.
Bienestar personal en el trabajo	Se refiere a la valoración del individuo con relación a su trabajo en términos positivos, y que incide en la presencia de sentimientos, sensaciones y emociones positivas en su actividad laboral.	Contiene los siguientes elementos: autovaloración positiva como trabajador, autoestima positiva, disfrute de la identidad de género, vitalidad, afectividad positiva derivada del trabajo, disfrute del trabajo, sentido de logro en el trabajo, autorrealización en el trabajo.
Empoderamiento en el trabajo	Se refiere a las capacidades del individuo necesarias para poder mejorar su propia vida laboral, así como al proceso mediante el cual las personas desarrollan estas capacidades.	Contiene los siguientes elementos: percepción adecuada de la realidad laboral, autorregulación en el trabajo, autodeterminación para el trabajo, autoeficacia laboral, locus de control interno en el escenario laboral, adaptación al entorno laboral, dominio y control del entorno ocupacional, autoactualización y desarrollo laboral, autogestión de la salud ocupacional.
Aspectos de la SMPO	Definición conceptual	Definición operativa
Filosofía de vida laboral	Se refiere al conjunto de pensamientos, creencias y valores que le ayudan al individuo a darle sentido y dirigir su vida laboral de una manera sana, placentera y significativa.	Contiene los siguientes elementos: sentido y significado del trabajo, ideales laborales, proyecto de vida laboral, balance en el trabajo – tiempo libre, identidad ocupacional, congruencia de valores personales.
Fortalezas personales en el trabajo	Se refiere a un conjunto de rasgos positivos presentes en el individuo que promueven el potencial humano y ayudan a que tenga una vida laboral satisfactoria y significativa.	Contiene los siguientes elementos: conservación de la autonomía, creatividad, esperanza, optimismo, altruismo, serenidad o armonía, sentido del humor y sentido de trascendencia a través del trabajo.
Inmersión en la tarea	Se refiere al estado mental operativo en el cual una persona está completamente inmersa en la tarea que ejecuta. Se caracteriza por un sentimiento de enfocar la energía, de total implicación con la actividad y de éxito en la realización de la actividad. Esta sensación se experimenta mientras la actividad está en curso.	Contiene los siguientes elementos: objetivos claros, concentración en la tarea, equilibrio entre habilidad – desafío, actividad intrínsecamente gratificante.

Nota. Tomado de Definición conceptual y operativa de los aspectos que integran la salud mental ocupacional [Cuadro], por J. C. Vásquez-Colunga, 2017, en J. C. Vásquez-Colunga, 2019.

Reproducido con fines académicos

Es así que, al observar la figura 3 y frente al conglomerado de conceptos fundamentales para el desarrollo del Modelo SMPO, se puede decir que su factor clave de éxito radica en el trabajo conjunto entre la organización (área ocupacional), la cual brinda el espacio, las condiciones y herramientas adecuadas para la promoción de los derechos humanos, el fomento de la mentalidad Pro-persona y de la maximización del potencial del colaborador; y el empleado por su parte, retribuye con el desarrollo pleno de su vocación (servir a otros) y hace una activa contribución a la generación de bienestar personal y al de su equipo (jefes, compañeros, clientes, beneficiados).

Dimensiones del Modelo SMPO

La salud mental ocupacional en su máxima expresión como modelo, busca plantear: “críticas a las interacciones laborales desde una postura auténticamente positiva, por medio de la promoción de la salud y la capacitación para el desarrollo positivo de las potencialidades personales y sociales de los trabajadores” (pág. 33), por lo cual se centra en trabajar elementos del área cognitiva, socioafectivos, de la conducta y espirituales del empleado, así como los aspectos ambientales y de condición laboral; todo desde un esfuerzo formativo y sistemático bajo el mismo modelo. Ahora, se exponen las dimensiones desde la consideración teórica del autor frente al modelo, en la Tabla 1, expuesta a continuación:

Tabla 1*Dimensiones que Integran el Modelo de SMPO*

Dimensión	Definición operativa
Cognitiva	Contiene los siguientes elementos: pensamientos, creencias, ideas, juicios de valor.
Socioafectiva	Contiene los siguientes elementos: sentimientos, sensaciones, emociones, motivación, relaciones intra e interpersonales.
Comportamental	Contiene los siguientes elementos: conductas, acciones, prácticas, actitudes.
Espiritual	Contiene los siguientes elementos: significado y sentido del trabajo, inspiración en el trabajo, creación en el trabajo, orgullo y sentido de trascendencia a través del trabajo, pasión y entusiasmo por el trabajo, aportación a la comunidad, sentido de pertenencia a una comunidad y armonía en el trabajo.

Nota. Adaptado de Definición operativa de las dimensiones que integran la salud mental ocupacional [Cuadro], por J. C. Vásquez-Colunga, 2017, en J. C. Vásquez-Colunga, 2019. Reproducido con fines académicos

Con la información evidenciada hasta el momento del modelo y tomando como punto de partida tanto la figura 3 como la tabla 1 se presenta una propuesta de temáticas que permitirán desarrollar y aplicar el propósito formativo de este proyecto, para lo cual se diseñan la Tablas 2 y la figura 4, que se presentan a continuación:

Tabla 2*Aspectos Positivos y Dimensiones que Evalúa el Modelo de la SMPO*

Aspectos positivos SMPO	Dimensión SMPO
Filosofía de vida laboral	Dimensión cognitiva
Fortalezas personales en el trabajo	Dimensión cognitiva
Relaciones interpersonales positivas en el trabajo	Dimensión socioafectiva
Inmersión en la tarea	Dimensión comportamental
Bienestar personal en el trabajo	Dimensión espiritual
Empoderamiento en el trabajo	Dimensión espiritual

Nota. Elaboración propia (2025), basada en el desarrollo conceptual de los aspectos positivos y su relación directa con las dimensiones abordadas por el modelo SMPO de J. C. Vásquez- Colunga (2017), en J. C. Vásquez-Colunga (2019)

Según expresa el autor, “la aplicación práctica del modelo, desde la parte teórica-conceptual, metodológica e instrumental proporciona criterios para el desarrollo de indicadores positivos para mejorar la calidad de vida laboral en distintos colectivos de trabajadores” (Vásquez-Colunga et al., 2017, pág. 593), los cuales, en aras de facilitar no sólo una revisión teórica como se puede observar en la tabla 3, sino que faciliten su aplicación práctica, ahora como se puede observar en la figura 4 que se expondrá a continuación, como una propuesta de contenido programático o formativo desde el modelo SMPO:

Figura 4*Aspectos Positivos y Factores Operativos en el Modelo de SMPO*

Dimensión	Aspectos positivos	Temáticas
Cognitiva	Filosofía de vida laboral	Sentido y significado del trabajo; ideales laborales; proyecto de vida laboral; balance en el trabajo – tiempo libre; identidad ocupacional; congruencia de valores personales.
	Fortalezas personales en el trabajo	Conservación de la autonomía; creatividad; esperanza; optimismo; altruismo; serenidad; armonía; sentido del humor; sentido de trascendencia a través del trabajo.
Socioafectiva	Relaciones interpersonales positivas en el trabajo	Relaciones laborales afectuosas; grupalidad y redes sociales de apoyo; sentido de pertenencia al colectivo ocupacional; apego satisfactorio a las normas laborales; comunicación asertiva en el trabajo.
Comportamental	Inmersión en la tarea	Objetivos claros; concentración en la tarea; equilibrio entre habilidad y desafío; actividad intrínsecamente gratificante.
Espiritual	Bienestar personal en el trabajo	Autovaloración positiva como trabajador; autoestima positiva; disfrute de la identidad de género; vitalidad; afectividad positiva derivada del trabajo; disfrute del trabajo; sentido de logro en el trabajo; autorrealización en el trabajo.
	Empoderamiento en el trabajo	Percepción adecuada de la realidad laboral; autorregulación en el trabajo; autodeterminación para el trabajo; autoeficacia laboral; locus de control interno en el escenario laboral; adaptación al entorno laboral; dominio y control del entorno ocupacional; autoactualización y desarrollo laboral; autogestión de la salud ocupacional.

Nota. Elaboración propia (2025), con base en el modelo teórico de J. C. Vásquez-

Colunga (2017), en J. C. Vásquez-Colunga (2019)

Con todo lo anterior, la figura 4 permite visualizar en forma práctica y metodológica, la forma en que el modelo SMPO responde a las necesidades humanas y de trascendencia que habitan en cada trabajador, contribuyendo desde su configuración temática a la generación de experiencias más positivas en el trabajo y el desarrollo de las habilidades de los colaboradores

apoyados en dichos aspectos o indicadores positivos; lo cual le permite a las organizaciones tener una visión más clara y holística del abordaje de la salud mental facilitando el desarrollo de planes organizacionales mejor orientados y más oportunos para el bienestar de su capital humano.

El Modelo de salud mental ocupacional (SMPO) atiende de manera directa a las necesidades humanas de realización personal y laboral desde un sentido de trascendencia para el colaborador, todo desde priorización de factores protectores, es decir, indicadores y experiencias más positivas en el espacio laboral, acompañadas del fortalecimiento de habilidades propias en el trabajador.

No obstante, si bien el modelo ofrece un enfoque valioso y necesario centrado en el desarrollo humano y la promoción del bienestar, su aplicabilidad puede enfrentarse a ciertos desafíos, como la resistencia al cambio cultural que pueden enfrentar las instituciones, la necesidad de formación especializada para su implementación efectiva y la limitada integración con enfoques estructurales que abordan desigualdades sociales o económicas más amplias (Vásquez-Colunga et al., 2021).

Por esto, se hace necesario reforzar la aplicación del modelo con una mayor profundización en investigación y desarrollo de conocimiento en el ámbito de salud laboral y justicia organizacional que contemplen factores contextuales, estructurales y de política pública para las instituciones educativas de educación básica y media. El hecho de presentar estas limitaciones no muestra un vacío o falencia de la propuesta, sino que invita a seguir profundizando en modelos híbridos que amplíen el impacto positivo de la salud mental en los espacios de trabajo educativos, de la naturaleza del presente estudio. Y es así como surge el presente proyecto aplicado, enfocado a desarrollar un plan en salud mental ocupacional positiva para los docentes del Liceo Moderno Walt Whitman.

Metodología

Tipología de Investigación

Se desarrolló un diseño metodológico bajo las siguientes consideraciones: tipo de investigación aplicada, la cual según Losada (2014) “se ocupa de todo el proceso de enlace entre la teoría y el producto (...) o la generación de conocimiento con aplicación directa y a mediano plazo en la sociedad o en el sector productivo.” (p.35), haciendo referencia a un uso de la investigación básica y de la teoría para resolver problemas prácticos en un contexto ocupacional, como es este caso. Asimismo, esta investigación tuvo un enfoque cuantitativo, tras su propósito de recopilar y cuantificar datos numéricos que permitieran medir con precisión la naturaleza de un fenómeno, apoyado en instrumentos como los cuestionarios, que para fines prácticos de este proyecto llevó a la aplicación de la Escala SMPO 40 de Vásquez-Colunga.

Instrumentos

Escala salud mental ocupacional SMPO-40 de Vásquez-Colunga, Pando- Moreno y Colunga-Rodriguez, mide la salud mental ocupacional (laboral) desde una perspectiva positiva, contempla los principios del propio modelo, tales como: la psicología positiva, la psicología ecológica, la salutogénesis y el humanismo; conecta con los aspectos positivos como son: el bienestar personal en el trabajo, la filosofía de vida laboral, las relaciones interpersonales positivas en el trabajo, la inmersión en la tarea, las fortalezas personales en el ámbito laboral, y el empoderamiento en el trabajo y los distribuye en las dimensiones de desarrollo cognitivo, socioafectivo, comportamental y espiritual. Tiene un sistema de calificación tipo Likert con 5 opciones de respuesta de menor a mayor valor sobre un total de 40 items/reactivos a evaluar.

Esta prueba es un cuestionario de tipo autoinforme, es decir, es de aplicación personal, tiene una duración de 15 minutos, está enfocada hacia población laboralmente activa sin distingo

de su nivel educativo.

Preguntas Guía

1. En épocas de incertidumbre laboral suelo mantener buenas expectativas.
2. Nunca dejo que un mal día de trabajo afecte mi vida personal.
3. En mi trabajo tengo ideales que me gustaría alcanzar.

Población

La aplicación de dicho instrumento se realizó sobre el total de la población objetivo del liceo, es decir 40 personas participantes los cuales se distribuyeron así: 15 profesores desde preescolar hasta sexto, 15 profesores de bachillerato desde grado séptimo a noveno y 10 profesores de media de grado décimo y once; con un rango de edad amplio y variado desde los 24 hasta los 55 años, con una representatividad del 80% del género femenino y un 20% de participación de hombres.

Muestreo

Probabilístico por conglomerados, al ser una población total

Procedimiento

Este instrumento tuvo un acompañamiento por parte de la profesional de formación en psicología, quién dio las indicaciones de su finalidad y forma de aplicación en forma expresa y clara, no hubo un tiempo definido para su desarrollo para no generar ningún tipo de presión o coerción entre los participantes, sin embargo, el tiempo estimado del instrumento es de 15 minutos en promedio.

Criterios de Inclusión

Ubicados geográficamente al sur de la ciudad de Bogotá en la Localidad 15 Antonio Nariño, activos laboralmente en la Institución Educativa Walt Whitman, con un estrato

económico Nivel 3 y que se encuentren entre los 24 y 55 años, tanto hombres como mujeres pertenecientes al rol docente de la institución.

Criterios de Exclusión

Que no formen parte de la Institución Liceo Walt Whitman o asuman un rol diferente al de docente de la institución.

Análisis Descriptivo

Recuento, porcentajes y medias para identificar tendencias generales en la información demográfica.

Sistema de Puntuación

El Software SMPO de Vásquez-Colunga maneja 40 reactivos o 40 preguntas, de estas, cada una tiene una medición tipo escala de Likert de 1 a 5, es decir de menor a mayor valoración, siendo 1 “absolutamente en desacuerdo” y 5 “totalmente de Acuerdo” según el criterio del evaluado (donde a mayor puntaje mejor percepción sobre la dimensión), que el sistema según rangos de puntaje determinados categoriza como: Alto, media/moderado, bajo.

Análisis de Confiabilidad

Este instrumento maneja una alta consistencia interna con un alfa de Cronbach de 0.923 (Vásquez-Colunga, 2021).

Interpretación de Resultados

El Software SMPO de Vásquez-Colunga requiere que se sistematicen manualmente los datos del instrumento en físico, y posteriormente, entrega resultados automáticos; es importante recalcar que el instrumento está configurado para calcular las respuestas con base en el ingreso de la información de hasta 4 participantes, por lo cual, si hay una muestra considerable se debe replicar dicho formato la cantidad de veces necesaria para suplir el total de los participantes.

Son un total de 40 preguntas en el instrumento y cada una obtiene una valoración alta, media/moderada o baja; adicionalmente, el software SMPO da una valoración grupal de los reactivos pertenecientes a cada dimensión (10 por cada una, agrupados de la siguiente manera: de la pregunta 1 a la 10 dimensión cognitiva, de la pregunta 11 a la 20 dimensión socioafectiva, de la pregunta 21 a la 30 dimensión comportamental y de la 31 a la 40 dimensión espiritual) con la misma escala de medición: alta, media/moderada, baja; lo cual permite obtener resultados de forma individualizada y colectiva.

Riesgos Metodológicos

El personal docente puede responder el cuestionario en forma sesgada/no responsable fruto de una percepción de inferencia y supervisión del personal directivo del colegio en esta actividad diagnóstica, lo cual, puede acarrearles posibles consecuencias en el normal desarrollo de su labor.

Riesgos Procedimentales

Puede presentarse que las distintas actividades que requieran del apoyo y la colaboración del personal docente se vean obstaculizadas por una posible ausencia o falta de compromiso del público participante.

Riesgos Organizacionales/Cultura de Trabajo

Se puede dar que la población no sea afín a nuevos métodos de trabajo o en general a propuestas de cambio y se rezague el impacto y desenvolvimiento del proyecto en cualquiera de sus fases.

Estrategias Frente a los Riesgos Identificados

Consentimiento Informado y Disposición para Colaborar

Aplicación en horario de trabajo y con entrega de consentimiento informado, con el fin de

informar a la población participante sobre el proyecto, su alcance y pormenores de su desarrollo.

Confidencialidad de la Información

Poner en conocimiento de la población participante quiénes son las personas involucradas en el proyecto y el nivel de manejo y conocimiento de la información, también la finalidad del proyecto que es de orden institucional/académica. Al momento de la aplicación, solamente la persona que dirige el proceso es quien tiene contacto de inicio a fin con los cuestionarios, evitando injerencias de la parte directiva

Neutralidad y Transparencia del Proceso

Divulgar que se contará con la participación y acompañamiento de personal tanto de la institución educativa como docente de la universidad para asegurar el correcto desarrollo de cada actividad del proyecto.

Validación de la Metodología Aplicada

Este proyecto se orienta a resolver una necesidad real del equipo de colaboradores del Liceo Moderno Walt Whitman, la cual es contribuir a su bienestar laboral frente a las necesidades desde el modelo de SMPO existentes. Para esto, se hace uso de un método cuantitativo de medición a través de la aplicación de la Escala SMPO 40 de Vásquez-Colunga; y gracias a esto, se puede identificar que al ser aplicado tiene un uso inmediato de su finalidad, puesto que, al partir del uso de dicho instrumento psicométrico se obtienen unos resultados y esto lleva a la creación de un plan de formación.

De otro lado, para considerar la aplicación metodológica del instrumento SMPO 40, se presenta un artículo de Vásquez-Colunga (2016) denominado Nivel de salud mental ocupacional en profesores universitarios, cuya naturaleza investigativa fue de carácter descriptivo el cual contó con una población objetivo de 115 docentes mexicanos, tanto hombres como mujeres, y

con una representatividad de 51% del género masculino. Este proyecto investigativo tuvo el objetivo de “describir la salud mental ocupacional en docentes de una universidad pública en México” (p.139), para esto se aplicó el instrumento Escala de SMPO 40 y frente al cual, se obtuvieron los siguientes resultados: “se distribuyen en 13% baja, 34% moderada, 30% alta y 23% muy alta. Se concluye que es necesario incrementar las dimensiones que puntuaron más bajo, con la finalidad de mejorar la salud mental de los profesores” (p. 136).

Frente a lo anterior, se reconoce que este proyecto tuvo un amplio impacto en el abordaje de la salud mental de la población docente, porque los acercamientos investigativos previos se ubicaron desde enfoques positivistas y mixtos de la salud mental basados en los postulados de Jahoda (1958) y Lluch (1999) (como se citó en Vásquez-Colunga, 2016, p.145), pero que no trataban las particularidades del ambiente laboral.

De otro lado, se identifica un artículo de Orozco et al. (2022) Socialización organizacional y salud mental ocupacional como predictores del compromiso organizacional en docentes de educación superior, de naturaleza correlacional dirigido a cerca de 279 docentes y el cual buscaba establecer el vínculo entre la socialización organizacional y la SMPO para saber si influía en el compromiso con la institución universitaria. Es así como, desarrollando dicha investigación se obtuvo como resultado, en primera instancia la SMPO puntuó de medios a altos, lo cual, indica que su salud mental es óptima sin embargo en forma particular la dimensión cognitiva fue la mejor calificada y la comportamental de menor puntaje.

Con respecto a la socialización (las variables correlacionadas), en la socialización si evidenció puntajes más bajos, al igual el compromiso, el cual no tuvo mayor repunte en sus resultados. Con todo lo anterior, se concluyó que “las expectativas del docente sobre su desarrollo en la institución, así como sus interacciones a nivel socioafectivo y espiritual con el

contexto laboral, son factores que influyen parcialmente en su vinculación con la organización educativa” (p. 42), es decir, que su potencial de trascender y sus relaciones en el ámbito laboral no inciden en su compromiso, a lo cual es importante sumar el hecho de que era una institución pública y según dicha investigación, el ser privada o pública afecta la percepción.

Posterior a este barrido contextual sobre el modelo de SMPO y su abordaje desde el campo educativo, se puede reconocer que ha sido tratado en escenarios de instituciones universitarias, pero no ha sido muy explorado en instituciones educativas de nivel básico y de secundaria (Orozco et al., 2022) (Vázquez-Colunga et al., 2017) Este estudio busca cubrir esa laguna, aplicando el modelo SMPO con una muestra de 40 docentes de Bogotá. Su contribución innovadora radica en demostrar que el modelo, tradicionalmente aplicado en contextos universitarios, es también pertinente y transferible a escenarios de educación básica, fortaleciendo el bienestar integral del talento humano docente.

El Proyecto Aplicado salud mental ocupacional para la Comunidad Docente de la institución educativa Liceo Moderno Walt Whitann, se desarrolló a través de un cronograma de actividades en seis fases, las cuales están distribuidas entre los meses de febrero a abril de 2025, y las cuales se explicarán en la figura 5 que se muestra a continuación:

Figura 5

Cronograma de Actividades del Proyecto Aplicado

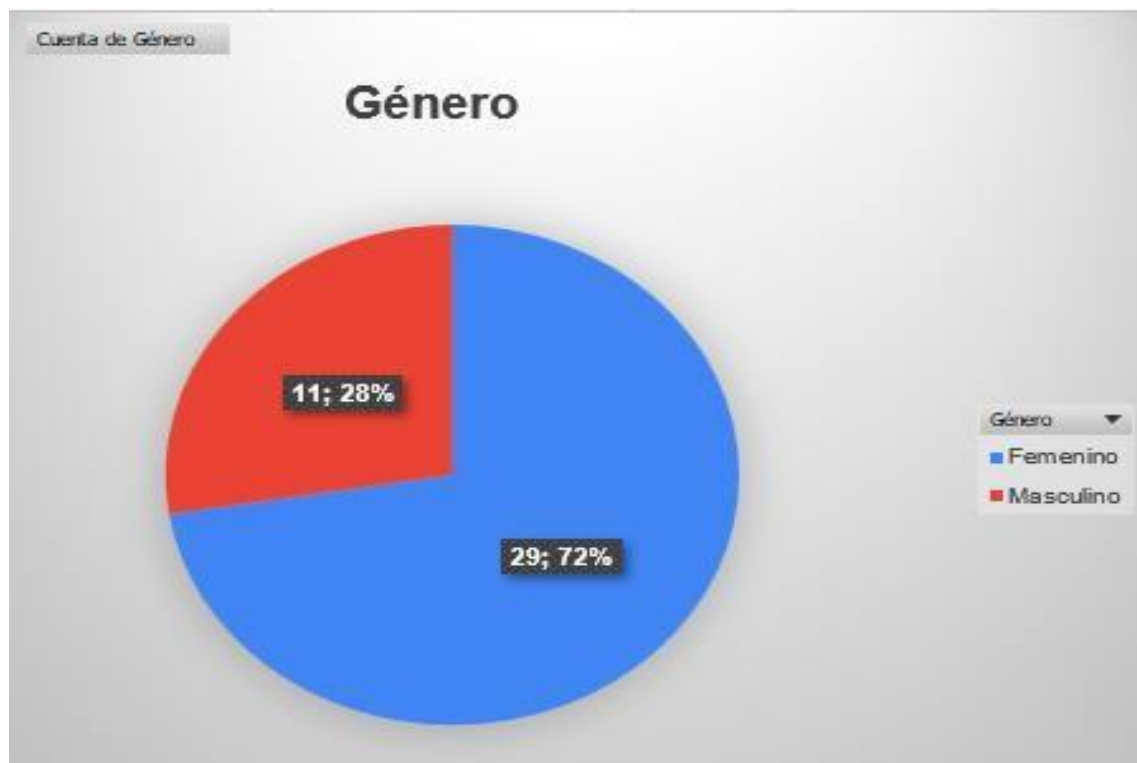
Fase	Descripción	Actividad específica	Febrero	Marzo	Abril
I	Construcción teórica y metodológica	Elaboración del informe del proyecto aplicado	Semanas 1, 2, 3	Semanas 1, 2, 3, 4	Semanas 1, 2, 3
II	Consentimiento informado	Aplicación y diligenciamiento del consentimiento informado en formato físico por parte del personal docente			
III	Diagnóstico	Aplicación de la Escala SMPO-40 de Vásquez-Colunga para evaluar el bienestar laboral		X, X	
IV	Análisis de resultados	Sistematización y análisis de la información recolectada			
V	Diseño del plan de formación SMPO	Elaboración de un plan orientado al fortalecimiento de la salud mental positiva del personal docente, con base en las dimensiones del modelo SMPO			X
VI	Socialización del plan	Presentación de resultados y plan de acción ante el equipo directivo del Liceo Moderno Walt Whitman			X

Nota. Las actividades presenciales fueron coordinadas juntamente con el personal

Análisis de Resultados

Figura 6

Población por Género Femenino y Masculino del Proyecto Aplicado SMPO



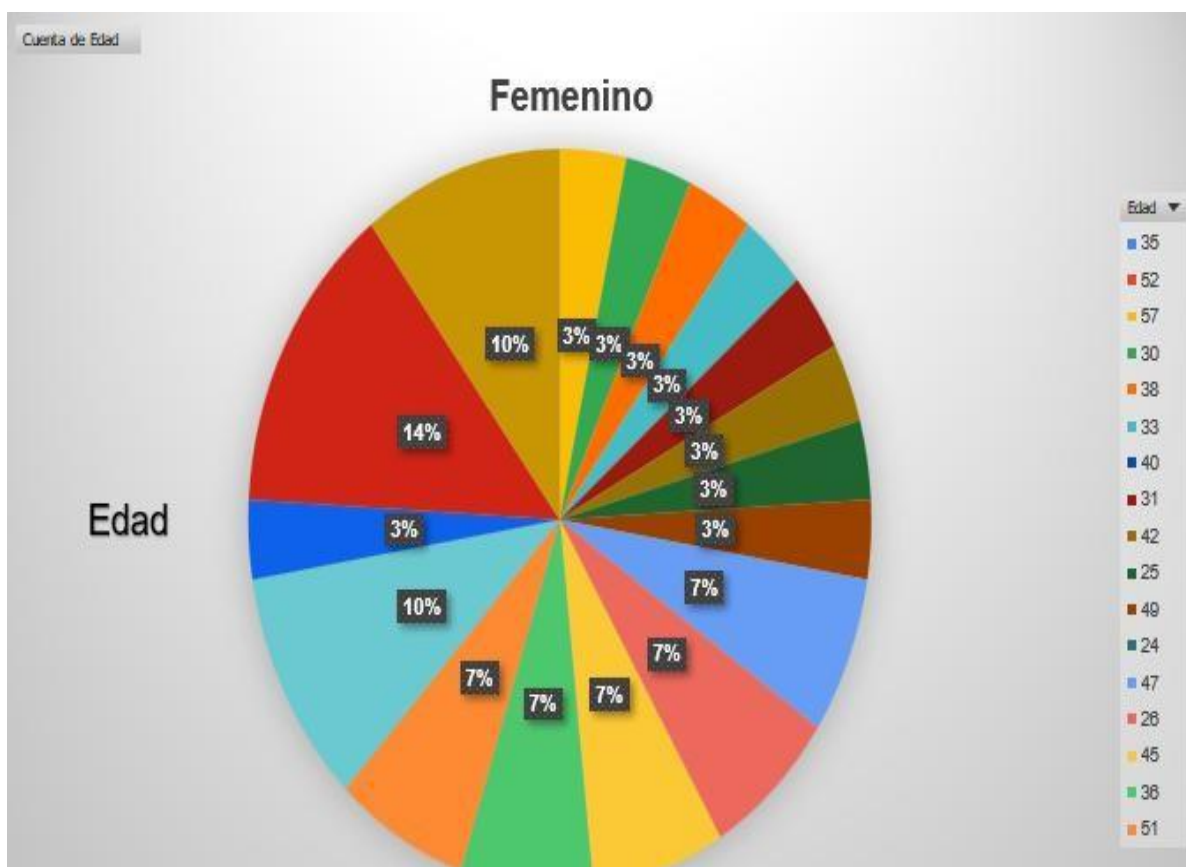
Nota. Elaboración propia, 2025. El número entero representa el recuento total de la variable (femenino o masculino), y el porcentaje muestra su valor de participación. Todo sobre un total de 40 participantes

Con respecto a la figura 6 de acuerdo con el total de 40 participantes de la muestra del presente Proyecto Aplicado salud mental ocupacional para la Comunidad Docente de la institución educativa Liceo Moderno Walt Whitman, se logra evidenciar una participación de un 72% de mujeres, es decir 29 participantes, frente a un 28% de hombres que equivale a 11 personas.

Ahora, observaremos en la Ilustración 7, la ponderación de edades frente a su participación por género:

Figura 7

Población de Género Femenino y su Representatividad Etaria del Proyecto Aplicado

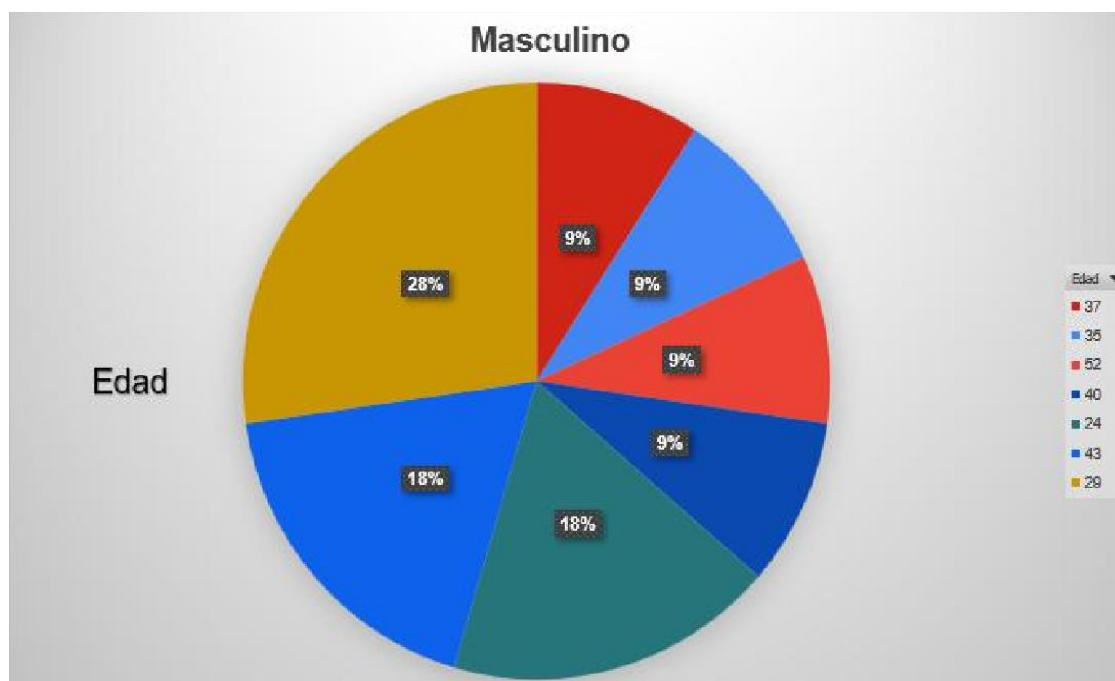


Nota. Elaboración propia, 2025. Se muestra el recuento (en la parte derecha) y el porcentaje (en los valores internos del diagrama) del recuento de edades en el género femenino

Como bien se muestra en la figura 7, se reconoce que del 72% de participación de mujeres en el proyecto, cerca de un 60% se encuentra en un rango de edad entre los 20 y 40 años, lo cual permite, inferir que en su mayoría es una población que se encuentra en una etapa de adultez temprana.

Figura 8

Población de Género Masculino y su Representatividad Etaria del Proyecto Aplicado



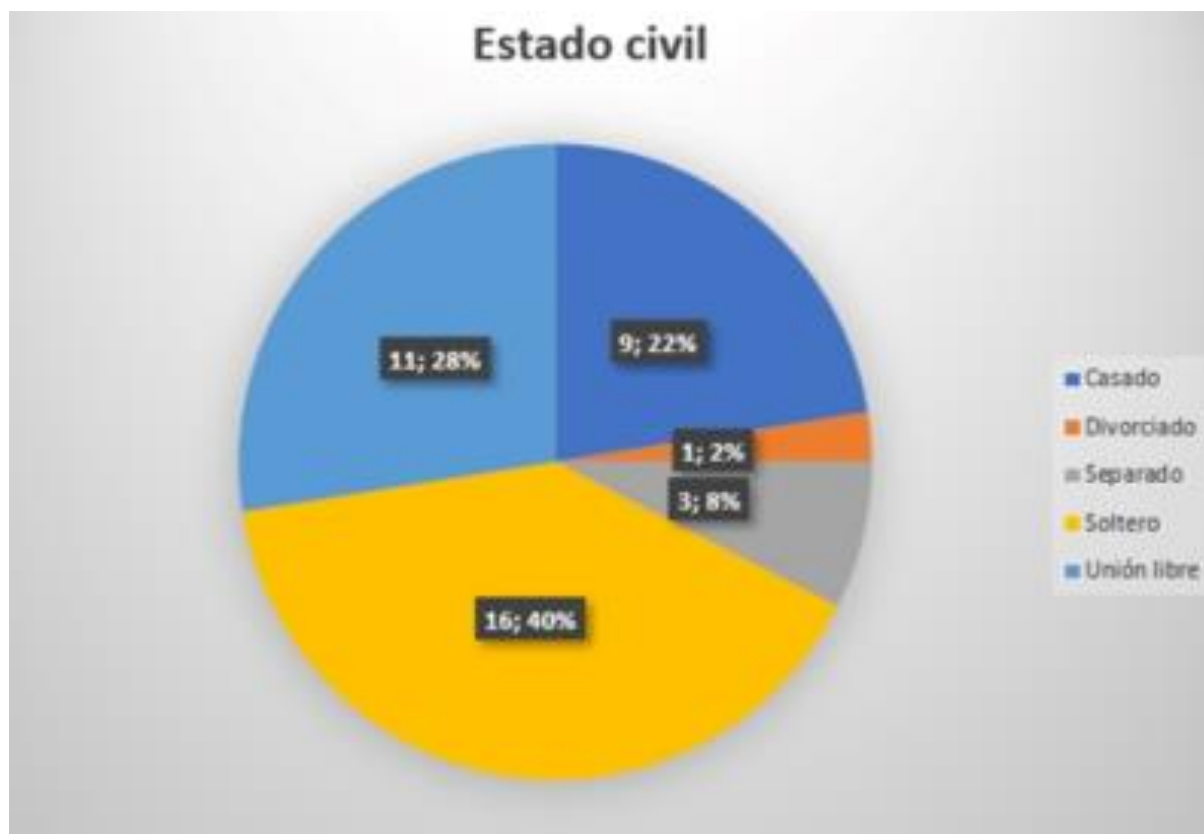
Nota. Elaboración propia, 2025. Se muestra el recuento (en la parte derecha) y el porcentaje (en los valores internos del diagrama) del recuento de edades en el género masculino

En la figura 8 se puede reconocer los siguientes rangos de edad y su valor porcentual frente al total de la muestra: de 20-30 años hay un 46% de participación, siendo el grupo más representativo de la muestra; de 31-40 años se identifica un 27%, del rango de 41-50 años se reconoce un 18%; y por último, de 51-60 años hay un 9% de representación

En este mismo sentido, se muestra que del 11% de participación de hombres en el proyecto, un 63% se halla en un rango de edad entre los 20 y 40 años, lo que al igual que en la muestra de población femenina refleja una concentración de la mayoría de los participantes en una etapa de adultez temprana.

Figura 9

Estado Civil de la Población del Proyecto Aplicado SMPO



Nota. Elaboración propia, 2025. El número entero representa el recuento total de la variable (casado, divorciado, separado, soltero, unión libre) frente a su participación en el total, y al lado podemos observar su porcentaje. Todo sobre un total de 40 participantes

Frente a la figura 9 se puede reconocer que, del total de los participantes su gran mayoría son solteros con una representatividad del 40% frente al total de la muestra, seguidos de los participante en unión libre con un 28%; y los casados, con un 22%.

En resumen, los datos sociodemográficos de la muestra muestran que una parte significativa del grupo participante está compuesta por mujeres jóvenes en la etapa temprana de la adultez (entre 20 y 40 años), y la mayoría de ellas son solteras (40 %), seguidas por aquellas que están en unión libre (28 %) y las casadas (22 %). Estas características nos invitan a

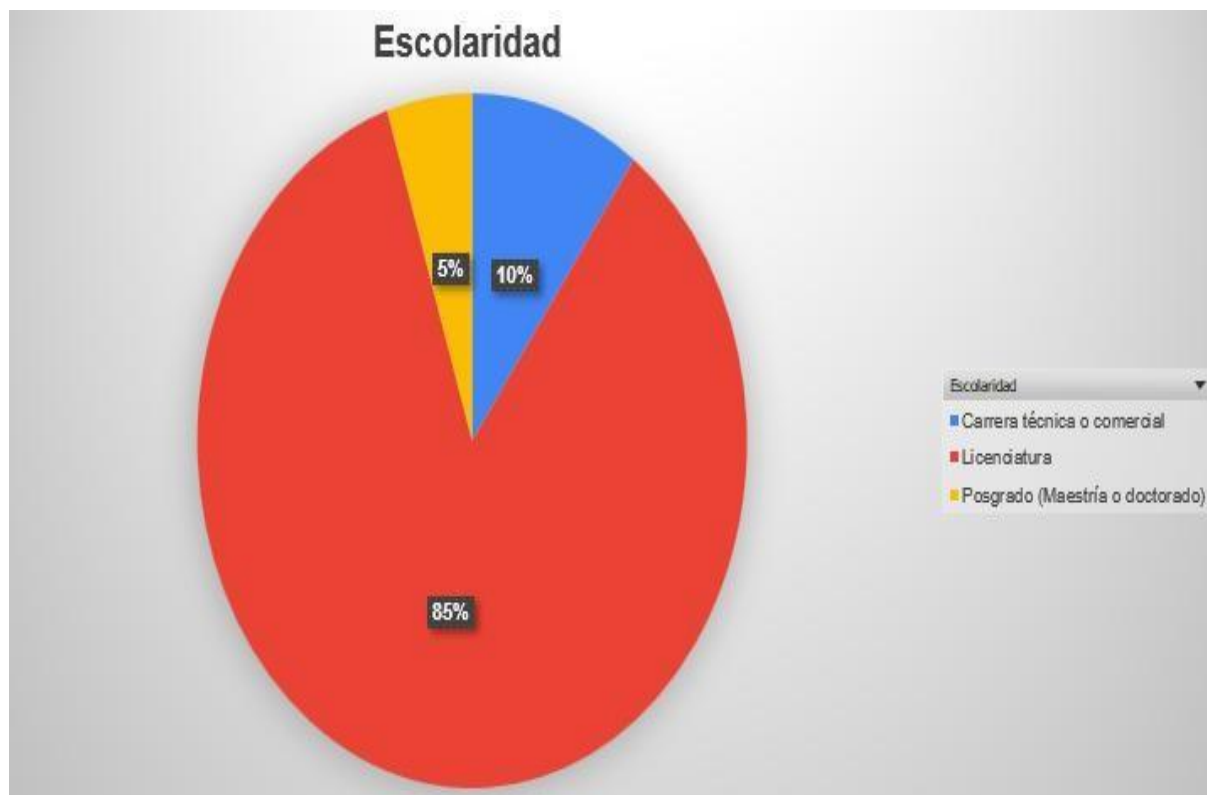
reflexionar sobre cómo factores como la edad y el estado civil pueden influir en la experiencia subjetiva del bienestar en el ámbito laboral.

Según la literatura sobre salud mental ocupacional, los jóvenes suelen enfrentar desafíos específicos relacionados con la inestabilidad laboral, la formación de su identidad profesional y la búsqueda de un equilibrio entre su desarrollo personal y las exigencias de las instituciones (Vásquez-Colunga et al., 2017). Además, el estado civil puede tener un impacto tanto positivo como negativo en el bienestar laboral, dependiendo de las demandas y el apoyo que perciben en su entorno familiar. Por ejemplo, las personas solteras pueden lidiar con cargas laborales más pesadas al no contar con redes de apoyo diarias, mientras que quienes están en pareja o tienen hijos pueden experimentar tensiones al intentar equilibrar las demandas familiares con las exigencias laborales (Burgos et al., 2021).

En este contexto, la salud mental positiva en el trabajo se ve afectada por estos factores, lo que subraya la importancia de implementar estrategias organizacionales que sean sensibles a las diferencias generacionales y familiares, fomentando entornos laborales que promuevan la flexibilidad, el apoyo psicosocial y la equidad en la distribución de las cargas laborales.

Figura 10

Escolaridad de la Población Participante del Proyecto Aplicado SMPO



Nota. Elaboración propia, 2025. Se muestra el nivel de escolaridad (en la parte derecha) y el porcentaje (en los valores internos de la figura) del recuento de cada nivel de escolaridad en el total de la muestra

Siguiendo el análisis demográfico de las variables, en la figura 10 se puede establecer que un 85% de la población cuenta con una licenciatura para el desarrollo de sus funciones en la institución educativa, sin continuar con estudios superiores que complementen su perfil. Sólo un 5% de los 40 participantes, manejan estudios de posgrado.

Anexo software Escala SMPO 40

El instrumento Escala de salud mental ocupacional 40 de Vásquez-Colunga cuenta con un formato Excel que recopila de forma individual los resultados de cada participante (se deben transcribir del formato físico), y así de forma automática, el sistema con base a las respuestas recopiladas, entrega unos resultados estimados como (alto, medio, bajo) frente a las 4 dimensiones de evaluación y sus correspondientes preguntas de contenido. A continuación, se comparten las dimensiones evaluadas.

Dimensiones salud mental ocupacional SMPO (Vásquez-Colunga, 2019)

Dimensión cognitiva: evalúa la capacidad de los procesos de desarrollo del pensamiento, en cuanto a ideas, creencias y habilidades. Se evalúa desde la pregunta 1-10

Dimensión socioafectiva: analiza lo relacionado con las habilidades interpersonales y la gestión emocional, aludiendo al bienestar, la satisfacción y autorrealización. Se evalúa desde la pregunta 11-20

Dimensión comportamental: refiere a las conductas y hábitos de la cotidianidad en el trabajo, hace alusión al desempeño, la disposición y las redes de apoyo. Se evalúa desde la pregunta 21-30

Dimensión espiritual: presenta una revisión del sentido de propósito, trascendencia y compromiso con el espacio de trabajo. Se evalúa desde la pregunta 31-40

Cabe resaltar frente a esta herramienta diagnóstica sistematizada, que sólo permite ingresar la información de 4 participantes, no permite editar, añadir o eliminar ningún espacio; y al contarse para el presente proyecto con una muestra de 40 personas se debió replicar dicho formulario 10 veces. Haciendo el siguiente análisis de dichos resultados.

Resultados por Grupos de 4 participantes (Anexo 1 al anexo 10)

Figura 11

Resultados Sistematizados por Dimensión (Anexo 1) Según la Escala SMPO-40

Cognitiva (Ítems 1–10)

P.1 – Puntaje: 43 – Nivel: Alto

P.2 – Puntaje: 36 – Nivel: Moderado

P.3 – Puntaje: 40 – Nivel: Alto

P.4 – Puntaje: 39 – Nivel: Alto

Promedio: 39.50 | Desv. estándar: 2.50 | Mínimos: 36 | Máximos: 43

General: 158 – Nivel: Alto

Socioafectiva (Ítems 11–20)

P.1 – Puntaje: 47 – Nivel: Alto

P.2 – Puntaje: 39 – Nivel: Alto

P.3 – Puntaje: 40 – Nivel: Alto

P.4 – Puntaje: 45 – Nivel: Alto

Promedio: 42.75 | Desv. estándar: 3.34 | Mínimos: 39 | Máximos: 47

General: 171 – Nivel: Alto

Comportamental (Ítems 21–30)

P.1 – Puntaje: 41 – Nivel: Alto

P.2 – Puntaje: 34 – Nivel: Moderado

P.3 – Puntaje: 43 – Nivel: Alto

P.4 – Puntaje: 41 – Nivel: Alto

Promedio: 39.75 | Desv. estándar: 3.42 | Mínimos: 34 | Máximos: 43

General: 159 – Nivel: Alto

Espiritual (Ítems 31–40)

P.1 – Puntaje: 45 – Nivel: Alto

P.2 – Puntaje: 36 – Nivel: Moderado

P.3 – Puntaje: 49 – Nivel: Alto

P.4 – Puntaje: 39 – Nivel: Alto

Promedio: 42.25 | Desv. estándar: 5.07 | Mínimos: 36 | Máximos: 49

General: 169 – Nivel: Alto

Total Salud Mental Positiva Ocupacional

P.1 – Total: 176 – Nivel: Alto

P.2 – Total: 145 – Nivel: Moderado

P.3 – Total: 172 – Nivel: Alto

P.4 – Total: 164 – Nivel: Alto

Promedio: 164.25 | Desv. estándar: 11.92 | Mínimos: 145 | Máximos: 176

General: 657 – Nivel: Alto

Nota. Elaboración propia (2025), Basada en J. C. Vásquez-Colunga (2017). P refiere al participante

En la figura 11, se muestran las 4 dimensiones evaluadas por la escala SMPO (cognitiva, socioafectiva, comportamental y espiritual) bajo un sistema de medición de Alto, medio, bajo; y luego muestra, un resultado general de salud mental ocupacional manejando la misma escala Alto, medio, bajo. Por configuración del software se permite obtener resultados sobre 4 participantes del total de 40 en la muestra. Se analiza el primer grupo de 4/40.

Asimismo, expresa la distribución de los niveles de SMPO en la muestra estudiada, como puede apreciarse, el nivel más elevado fue el de la dimensión socioafectiva con un promedio de 42,75 y una puntuación de 171, la de menor calificación fue la dimensión cognitiva con un promedio de 39.5 y una puntuación de 158, es importante resaltar que a nivel general se obtuvo un promedio de 164, 25 y una calificación de 657, dando como resultado una escala ALTA en las 4 dimensiones. Sin embargo, en la dimensión comportamental y en la dimensión espiritual hubo participantes que puntuaron moderado.

Figura 12

Resultados Sistematizados por Dimensión (Anexo 2) Según la Escala SMPO-40

Cognitiva (Ítems 1-10)
P.5 – Puntaje: 29 – Nivel: Moderado
P.6 – Puntaje: 41 – Nivel: Alto
P.7 – Puntaje: 40 – Nivel: Alto
P.8 – Puntaje: 48 – Nivel: Alto
Promedio: 39.5 Desv. estándar: 6.80 Mínimos: 29 Máximos: 48
General: 158 – Nivel: Alto
Socioafectiva (Ítems 11-20)
P.5 – Puntaje: 41 – Nivel: Alto
P.6 – Puntaje: 50 – Nivel: Alto
P.7 – Puntaje: 44 – Nivel: Alto
P.8 – Puntaje: 36 – Nivel: Moderado
Promedio: 42.75 Desv. estándar: 5.07 Mínimos: 36 Máximos: 50
General: 171 – Nivel: Alto
Comportamental (Ítems 21-30)
P.5 – Puntaje: 38 – Nivel: Alto
P.6 – Puntaje: 49 – Nivel: Alto
P.7 – Puntaje: 44 – Nivel: Alto
P.8 – Puntaje: 41 – Nivel: Alto
Promedio: 43.00 Desv. estándar: 4.06 Mínimos: 38 Máximos: 49
General: 172 – Nivel: Alto
Espiritual (Ítems 31-40)
P.5 – Puntaje: 41 – Nivel: Alto
P.6 – Puntaje: 50 – Nivel: Alto
P.7 – Puntaje: 49 – Nivel: Alto
P.8 – Puntaje: 43 – Nivel: Alto
Promedio: 45.75 Desv. estándar: 3.83 Mínimos: 41 Máximos: 50
General: 183 – Nivel: Alto
Total Salud Mental Positiva Ocupacional
P.5 – Total: 149 – Nivel: Alto
P.6 – Total: 190 – Nivel: Alto
P.7 – Total: 177 – Nivel: Alto
P.8 – Total: 168 – Nivel: Alto
Promedio: 171.00 Desv. estándar: 14.92 Mínimos: 149 Máximos: 190
General: 684 – Nivel: Alto

Nota. Elaboración propia (2025), sistematizada y basada en el software SMPO-40 del modelo de J. C. Vásquez-Colunga (2017). P refiere al participante

En la figura 12 se muestran las 4 dimensiones evaluadas por la escala SMPO (cognitiva, socioafectiva, comportamental y espiritual) bajo un sistema de medición de Alto, medio, bajo; y luego muestra, un resultado general de salud mental ocupacional manejando la misma escala Alto, medio, bajo. Por configuración del software se permite obtener resultados sobre 4 participantes del total de 40 en la muestra. Se analiza el segundo grupo de 8/40.

Asimismo, refleja la distribución de los niveles de SMPO en la muestra estudiada, como puede apreciarse, el nivel más elevado fue el de la dimensión espiritual con un promedio de 45,75 y una puntuación de 183, la de menor calificación fue la dimensión cognitiva con un promedio de 39.5 y una puntuación de 158, es importante resaltar que a nivel general se obtuvo un promedio de 171 y una calificación de 684, dando como resultado una escala ALTA en las 4 dimensiones. Sin embargo, en la dimensión cognitiva hubo 1 participante que puntuó modera

Figura 13

Resultados Sistematizados por Dimensión (Anexo 3) Según la Escala SMPO-40

Cognitiva (Ítems 1–10)	
P.9	– Puntaje: 43 – Nivel: Alto
P.10	– Puntaje: 45 – Nivel: Alto
P.11	– Puntaje: 42 – Nivel: Alto
P.12	– Puntaje: 47 – Nivel: Alto
Promedio: 44.25 Desv. estándar: 1.92 Mínimos: 42 Máximos: 47	
General: 177 – Nivel: Alto	
Socioafectiva (Ítems 11–20)	
P.9	– Puntaje: 45 – Nivel: Alto
P.10	– Puntaje: 48 – Nivel: Alto
P.11	– Puntaje: 44 – Nivel: Alto
P.12	– Puntaje: 48 – Nivel: Alto
Promedio: 46.25 Desv. estándar: 1.79 Mínimos: 44 Máximos: 48	
General: 185 – Nivel: Alto	
Comportamental (Ítems 21–30)	
P.9	– Puntaje: 43 – Nivel: Alto
P.10	– Puntaje: 47 – Nivel: Alto
P.11	– Puntaje: 44 – Nivel: Alto
P.12	– Puntaje: 50 – Nivel: Alto
Promedio: 46.00 Desv. estándar: 2.74 Mínimos: 43 Máximos: 50	
General: 184 – Nivel: Alto	
Espiritual (Ítems 31–40)	
P.9	– Puntaje: 45 – Nivel: Alto
P.10	– Puntaje: 50 – Nivel: Alto
P.11	– Puntaje: 45 – Nivel: Alto
P.12	– Puntaje: 50 – Nivel: Alto
Promedio: 47.50 Desv. estándar: 2.50 Mínimos: 45 Máximos: 50	
General: 190 – Nivel: Alto	
Total Salud Mental Positiva Ocupacional	
P.9	– Total: 176 – Nivel: Alto
P.10	– Total: 190 – Nivel: Alto
P.11	– Total: 175 – Nivel: Alto
P.12	– Total: 195 – Nivel: Alto
Promedio: 184.00 Desv. estándar: 8.69 Mínimos: 175 Máximos: 195	
General: 736 – Nivel: Alto	

Nota. Elaboración propia (2025), sistematizada y basada en el software SMPO-40 del modelo de J. C. Vásquez-Colunga (2017). Prefiere al participante

En la figura 13 se muestran las 4 dimensiones evaluadas por la escala SMPO (cognitiva, socioafectiva, comportamental y espiritual) bajo un sistema de medición de Alto, medio, bajo; y luego muestra, un resultado general de salud mental ocupacional bajo la misma escala Alto, medio, bajo. Por configuración del software se permite obtener resultados sobre 4 participantes del total de 40 en la muestra. Se analiza el cuarto grupo de 16/40.

Asimismo, da a conocer la distribución de los niveles de SMPO en la muestra estudiada, como puede apreciarse, el nivel más elevado fue el de la dimensión socioafectiva con un promedio de 46,25 y una puntuación de 185, la de menor calificación fue la dimensión cognitiva con un promedio de 41 y una puntuación de 164, es importante resaltar que a nivel general se obtuvo un promedio de 178,5 y una calificación de 714, dando como resultado una escala ALTA en las 4 dimensiones. Sin embargo, en la dimensión cognitiva hubo 2 participantes que puntuaron moderado.

Figura 14

Resultados Sistematizados por Dimensión Según la Escala SMPO-40

Cognitiva (Ítems 1–10)

P.17 – Puntaje: 42 – Nivel: Alto

P.18 – Puntaje: 45 – Nivel: Alto

P.19 – Puntaje: 30 – Nivel: Moderado

P.20 – Puntaje: 34 – Nivel: Moderado

Promedio: 37.75 | Desv. estándar: 6.02 | Mínimos: 30 | Máximos: 45

General: 151 – Nivel: Alto

Socioafectiva (Ítems 11–20)

P.17 – Puntaje: 45 – Nivel: Alto

P.18 – Puntaje: 46 – Nivel: Alto

P.19 – Puntaje: 29 – Nivel: Moderado

P.20 – Puntaje: 34 – Nivel: Moderado

Promedio: 38.50 | Desv. estándar: 7.23 | Mínimos: 29 | Máximos: 46

General: 154 – Nivel: Alto

Comportamental (Ítems 21–30)

P.17 – Puntaje: 45 – Nivel: Alto

P.18 – Puntaje: 44 – Nivel: Alto

P.19 – Puntaje: 40 – Nivel: Alto

P.20 – Puntaje: 28 – Nivel: Moderado

Promedio: 39.25 | Desv. estándar: 6.76 | Mínimos: 28 | Máximos: 45

General: 157 – Nivel: Alto

Espiritual (Ítems 31–40)

P.17 – Puntaje: 49 – Nivel: Alto

P.18 – Puntaje: 43 – Nivel: Alto

P.19 – Puntaje: 34 – Nivel: Moderado

P.20 – Puntaje: 39 – Nivel: Alto

Promedio: 41.25 | Desv. estándar: 5.49 | Mínimos: 34 | Máximos: 49

General: 165 – Nivel: Alto

Total Salud Mental Positiva Ocupacional

P.17 – Total: 181 – Nivel: Alto

P.18 – Total: 178 – Nivel: Alto

P.19 – Total: 133 – Nivel: Moderado

P.20 – Total: 135 – Nivel: Moderado

Promedio: 156.75 | Desv. estándar: 22.79 | Mínimos: 133 | Máximos: 181

General: 627 – Nivel: Alto

Nota. Elaboración propia (2025), sistematizada y basada en el software SMPO-40 del modelo de

J. C. Vásquez-Colunga (2017). P refiere al participante

En la figura 14 se muestran las 4 dimensiones evaluadas por la escala SMPO (cognitiva, socioafectiva, comportamental y espiritual) bajo un sistema de medición de Alto, medio, bajo; y luego muestra, un resultado general de salud mental ocupacional manejando la misma escala Alto, medio, bajo. Por configuración del software se permite obtener resultados sobre 4 participantes del total de 40 en la muestra. Se analiza el quinto grupo de 20/40.

Asimismo, refleja la distribución de los niveles de SMPO en la muestra estudiada, como puede apreciarse, el nivel más elevado fue el de la dimensión espiritual con un promedio de 41,25 y una puntuación de 165, la de menor calificación fue la dimensión cognitiva con un promedio de 37,75 y una puntuación de 151, es importante resaltar que a nivel general se obtuvo un promedio de 156,75 y una calificación de 627, dando como resultado una escala ALTA en las 4 dimensiones. Sin embargo, en las 4 dimensiones hubo puntuaciones de moderado.

Figura 15

Resultados Sistematizados (Anexo 6) Software Excel Smpo 40

Cognitiva (Ítems 1–10)

P.21 – Puntaje: 44 – Nivel: Alto

P.22 – Puntaje: 47 – Nivel: Alto

P.23 – Puntaje: 43 – Nivel: Alto

P.24 – Puntaje: 43 – Nivel: Alto

Promedio: 44.25 | Desv. estándar: 1.64 | Mínimos: 43 | Máximos: 47

General: 177 – Nivel: Alto

Socioafectiva (Ítems 11–20)

P.21 – Puntaje: 46 – Nivel: Alto

P.22 – Puntaje: 48 – Nivel: Alto

P.23 – Puntaje: 40 – Nivel: Alto

P.24 – Puntaje: 46 – Nivel: Alto

Promedio: 45.00 | Desv. estándar: 3.00 | Mínimos: 40 | Máximos: 48

General: 180 – Nivel: Alto

Comportamental (Ítems 21–30)

P.21 – Puntaje: 49 – Nivel: Alto

P.22 – Puntaje: 46 – Nivel: Alto

P.23 – Puntaje: 38 – Nivel: Alto

P.24 – Puntaje: 47 – Nivel: Alto

Promedio: 45.00 | Desv. estándar: 4.18 | Mínimos: 38 | Máximos: 49

General: 180 – Nivel: Alto

Espiritual (Ítems 31–40)

P.21 – Puntaje: 48 – Nivel: Alto

P.22 – Puntaje: 47 – Nivel: Alto

P.23 – Puntaje: 40 – Nivel: Alto

P.24 – Puntaje: 46 – Nivel: Alto

Promedio: 45.25 | Desv. estándar: 3.11 | Mínimos: 40 | Máximos: 48

General: 181 – Nivel: Alto

Total Salud Mental Positiva Ocupacional

P.21 – Total: 187 – Nivel: Alto

P.22 – Total: 188 – Nivel: Alto

P.23 – Total: 161 – Nivel: Alto

P.24 – Total: 182 – Nivel: Alto

Promedio: 179.50 | Desv. estándar: 10.92 | Mínimos: 161 | Máximos: 188

General: 718 – Nivel: Alto

Nota. Elaboración propia (2025), sistematizada y basada en el software SMPO-40 del modelo de

J. C. Vásquez-Colunga (2017). P refiere al participante

En la figura 15 se muestran las 4 dimensiones evaluadas por la escala SMPO (cognitiva, socioafectiva, comportamental y espiritual) bajo un sistema de medición de Alto, medio, bajo; y luego muestra, un resultado general de salud mental ocupacional manejando la misma escala Alto, medio, bajo. Por configuración del software se permite obtener resultados sobre 4 participantes del total de 40 en la muestra. Se analiza el sexto grupo de 24/40.

Asimismo, la tabla 11 expresa la distribución de los niveles de SMPO en la muestra estudiada, como puede apreciarse, el nivel más elevado fue el de la dimensión espiritual con un promedio de 45,25 y una puntuación de 181, la de menor calificación fue la dimensión cognitiva con un promedio de 44,25 y una puntuación de 177, es importante resaltar que a nivel general se obtuvo un promedio de 179,5 y una calificación de 718, dando como resultado una escala ALTA en las 4 dimensiones. En esta tabla no hubo variaciones frente a los resultados generales, todos puntuaron ALTO

Figura 16

Resultados Sistematizados (Anexo 7) Software Excel SMPO 40

Cognitiva (Ítems 1–10)

P.25 – Puntaje: 39 – Nivel: Alto

P.26 – Puntaje: 26 – Nivel: Moderado

P.27 – Puntaje: 34 – Nivel: Moderado

P.28 – Puntaje: 39 – Nivel: Alto

Promedio: 34.50 | Desv. estándar: 5.32 | Mínimos: 26 | Máximos: 39

General: 138 – Nivel: Moderado

Socioafectiva (Ítems 11–20)

P.25 – Puntaje: 44 – Nivel: Alto

P.26 – Puntaje: 28 – Nivel: Moderado

P.27 – Puntaje: 47 – Nivel: Alto

P.28 – Puntaje: 45 – Nivel: Alto

Promedio: 41.00 | Desv. estándar: 7.58 | Mínimos: 28 | Máximos: 47

General: 164 – Nivel: Alto

Comportamental (Ítems 21–30)

P.25 – Puntaje: 44 – Nivel: Alto

P.26 – Puntaje: 26 – Nivel: Moderado

P.27 – Puntaje: 37 – Nivel: Moderado

P.28 – Puntaje: 42 – Nivel: Alto

Promedio: 37.25 | Desv. estándar: 6.98 | Mínimos: 26 | Máximos: 44

General: 149 – Nivel: Alto

Espiritual (Ítems 31–40)

P.25 – Puntaje: 42 – Nivel: Alto

P.26 – Puntaje: 24 – Nivel: Moderado

P.27 – Puntaje: 39 – Nivel: Alto

P.28 – Puntaje: 40 – Nivel: Alto

Promedio: 36.25 | Desv. estándar: 7.15 | Mínimos: 24 | Máximos: 42

General: 145 – Nivel: Alto

Total Salud Mental Positiva Ocupacional

P.25 – Total: 169 – Nivel: Alto

P.26 – Total: 104 – Nivel: Moderado

P.27 – Total: 157 – Nivel: Alto

P.28 – Total: 166 – Nivel: Alto

Promedio: 149.00 | Desv. estándar: 26.35 | Mínimos: 104 | Máximos: 169

General: 596 – Nivel: Alto

Nota. Elaboración propia (2025), sistematizada y basada en el software SMPO-40 del modelo de

J. C. Vásquez-Colunga (2017). P refiere al participante

En la figura 16 se muestran las 4 dimensiones evaluadas por la escala SMPO (cognitiva, socioafectiva, comportamental y espiritual) bajo un sistema de medición de Alto, medio, bajo; y luego muestra, un resultado general de salud mental ocupacional manejando la misma escala Alto, medio, bajo. Por configuración del software se permite obtener resultados sobre 4 participantes del total de 40 en la muestra. Se analiza el séptimo grupo de 28/40.

Asimismo, se da a conocer la distribución de los niveles de SMPO en la muestra estudiada, como puede apreciarse, el nivel más elevado fue el de la dimensión socioafectiva con un promedio de 41 y una puntuación de 164, la de menor calificación fue la dimensión cognitiva con un promedio de 34,5 y una puntuación de 138, es importante resaltar que a nivel general se obtuvo un promedio de 149 y una calificación de 596, dando como resultado una escala ALTA en las 4 dimensiones. Sin embargo, en las 4 dimensiones hubo puntuaciones de moderado, siendo el más representativo en cuanto a puntuación de moderado, la dimensión cognitiva.

Figura 17

Resultados Sistematizados (Anexo 8) Software Excel SMPO 40

Cognitiva (Ítems 1–10)

P.29 – Puntaje: 38 – Nivel: Alto

P.30 – Puntaje: 41 – Nivel: Alto

P.31 – Puntaje: 42 – Nivel: Alto

P.32 – Puntaje: 40 – Nivel: Alto

Promedio: 40.25 | Desv. estándar: 1.48 | Mínimos: 38 | Máximos: 42

General: 161 – Nivel: Alto

Socioafectiva (Ítems 11–20)

P.29 – Puntaje: 42 – Nivel: Alto

P.30 – Puntaje: 46 – Nivel: Alto

P.31 – Puntaje: 48 – Nivel: Alto

P.32 – Puntaje: 41 – Nivel: Alto

Promedio: 44.25 | Desv. estándar: 2.86 | Mínimos: 41 | Máximos: 48

General: 177 – Nivel: Alto

Comportamental (Ítems 21–30)

P.29 – Puntaje: 41 – Nivel: Alto

P.30 – Puntaje: 45 – Nivel: Alto

P.31 – Puntaje: 44 – Nivel: Alto

P.32 – Puntaje: 41 – Nivel: Alto

Promedio: 42.75 | Desv. estándar: 1.79 | Mínimos: 41 | Máximos: 45

General: 171 – Nivel: Alto

Espiritual (Ítems 31–40)

P.29 – Puntaje: 47 – Nivel: Alto

P.30 – Puntaje: 44 – Nivel: Alto

P.31 – Puntaje: 45 – Nivel: Alto

P.32 – Puntaje: 45 – Nivel: Alto

Promedio: 45.25 | Desv. estándar: 1.09 | Mínimos: 44 | Máximos: 47

General: 181 – Nivel: Alto

Total Salud Mental Positiva Ocupacional

P.29 – Total: 168 – Nivel: Alto

P.30 – Total: 176 – Nivel: Alto

P.31 – Total: 179 – Nivel: Alto

P.32 – Total: 167 – Nivel: Alto

Promedio: 172.50 | Desv. estándar: 5.12 | Mínimos: 167 | Máximos: 179

General: 690 – Nivel: Alto

Nota. Elaboración propia (2025), sistematizada y basada en el software SMPO-40 del modelo de

J. C. Vásquez-Colunga (2017). P refiere al participante

En la figura 17 se muestran las 4 dimensiones evaluadas por la escala SMPO (cognitiva, socioafectiva, comportamental y espiritual) bajo un sistema de medición de Alto, medio, bajo; y luego muestra, un resultado general de salud mental ocupacional manejando la misma escala Alto, medio, bajo. Por configuración del software se permite obtener resultados sobre 4 participantes del total de 40 en la muestra. Se analiza el octavo grupo de 32/40.

Asimismo, se evidencia la distribución de los niveles de SMPO en la muestra estudiada, como puede apreciarse, el nivel más elevado fue el de la dimensión espiritual con un promedio de 45,25 y una puntuación de 181, la de menor calificación fue la dimensión cognitiva con un promedio de 40,25 y una puntuación de 161, es importante resaltar que a nivel general se obtuvo un promedio de 172,5 y una calificación de 690, dando como resultado una escala ALTA en las 4 dimensiones. En esta tabla no hubo variaciones frente a los resultados generales, todos puntuaron ALTO.

Figura 18

Resultados Sistematizados (Anexo 9) Software Excel SMPO 40

Cognitiva (Ítems 1–10)

P.33 – Puntaje: 50 – Nivel: Alto

P.34 – Puntaje: 41 – Nivel: Alto

P.35 – Puntaje: 21 – Nivel: Bajo

P.36 – Puntaje: 45 – Nivel: Alto

Promedio: 39.25 | Desv. estándar: 11.01 | Mínimos: 21 | Máximos: 50

General: 157 – Nivel: Alto

Socioafectiva (Ítems 11–20)

P.33 – Puntaje: 50 – Nivel: Alto

P.34 – Puntaje: 43 – Nivel: Alto

P.35 – Puntaje: 39 – Nivel: Alto

P.36 – Puntaje: 48 – Nivel: Alto

Promedio: 45.00 | Desv. estándar: 4.30 | Mínimos: 39 | Máximos: 50

General: 180 – Nivel: Alto

Comportamental (Ítems 21–30)

P.33 – Puntaje: 50 – Nivel: Alto

P.34 – Puntaje: 47 – Nivel: Alto

P.35 – Puntaje: 40 – Nivel: Alto

P.36 – Puntaje: 48 – Nivel: Alto

Promedio: 46.25 | Desv. estándar: 3.77 | Mínimos: 40 | Máximos: 50

General: 185 – Nivel: Alto

Espiritual (Ítems 31–40)

P.33 – Puntaje: 50 – Nivel: Alto

P.34 – Puntaje: 48 – Nivel: Alto

P.35 – Puntaje: 32 – Nivel: Moderado

P.36 – Puntaje: 49 – Nivel: Alto

Promedio: 44.75 | Desv. estándar: 7.40 | Mínimos: 32 | Máximos: 50

General: 179 – Nivel: Alto

Total Salud Mental Positiva Ocupacional

P.33 – Total: 200 – Nivel: Alto

P.34 – Total: 179 – Nivel: Alto

P.35 – Total: 132 – Nivel: Moderado

P.36 – Total: 190 – Nivel: Alto

Promedio: 175.25 | Desv. estándar: 26.05 | Mínimos: 132 | Máximos: 200

General: 701 – Nivel: Alto

Nota. Elaboración propia (2025), sistematizada y basada en el software SMPO-40 del modelo de J. C. Vásquez-Colunga (2017). P refiere al participante

En la figura 18 se muestran las 4 dimensiones evaluadas por la escala SMPO (cognitiva, socioafectiva, comportamental y espiritual) bajo un sistema de medición de Alto, medio, bajo; y luego muestra, un resultado general de salud mental ocupacional manejando la misma escala Alto, medio, bajo. Por configuración del software se permite obtener resultados sobre 4 participantes del total de 40 en la muestra. Se analiza el novena grupo de 36/40.

Asimismo, se refleja la distribución de los niveles de SMPO en la muestra estudiada, como puede apreciarse, el nivel más elevado fue el de la dimensión comportamental con un promedio de 46,25 y una puntuación de 185, la de menor calificación fue la dimensión cognitiva con un promedio de 39,25 y una puntuación de 157, es importante resaltar que a nivel general se obtuvo un promedio de 175,25 y una calificación de 701, dando como resultado una escala ALTA en las 4 dimensiones. Sin embargo, en la dimensión cognitiva 1 de los participantes puntuó bajo y en la dimensión espiritual 1 puntuó moderado.

Figura 19

Resultados Sistematizados (Anexo 10) Software Excel SMPO 40

<p>Cognitiva (Ítems 1–10) P.37 – Puntaje: 46 – Nivel: Alto P.38 – Puntaje: 42 – Nivel: Alto P.39 – Puntaje: 43 – Nivel: Alto P.40 – Puntaje: 40 – Nivel: Alto Promedio: 42.75 Desv. estándar: 2.17 Mínimos: 40 Máximos: 46 General: 171 – Nivel: Alto</p>
<p>Socioafectiva (Ítems 11–20) P.37 – Puntaje: 48 – Nivel: Alto P.38 – Puntaje: 47 – Nivel: Alto P.39 – Puntaje: 45 – Nivel: Alto P.40 – Puntaje: 45 – Nivel: Alto Promedio: 46.25 Desv. estándar: 1.30 Mínimos: 45 Máximos: 48 General: 185 – Nivel: Alto</p>
<p>Comportamental (Ítems 21–30) P.37 – Puntaje: 45 – Nivel: Alto P.38 – Puntaje: 46 – Nivel: Alto P.39 – Puntaje: 50 – Nivel: Alto P.40 – Puntaje: 48 – Nivel: Alto Promedio: 47.25 Desv. estándar: 1.92 Mínimos: 45 Máximos: 50 General: 189 – Nivel: Alto</p>
<p>Espiritual (Ítems 31–40) P.37 – Puntaje: 46 – Nivel: Alto P.38 – Puntaje: 49 – Nivel: Alto P.39 – Puntaje: 50 – Nivel: Alto P.40 – Puntaje: 48 – Nivel: Alto Promedio: 48.25 Desv. estándar: 1.48 Mínimos: 46 Máximos: 50 General: 193 – Nivel: Alto</p>
<p>Total Salud Mental Positiva Ocupacional P.37 – Total: 185 – Nivel: Alto P.38 – Total: 184 – Nivel: Alto P.39 – Total: 188 – Nivel: Alto P.40 – Total: 181 – Nivel: Alto Promedio: 184.50 Desv. estándar: 2.50 Mínimos: 181 Máximos: 188 General: 738 – Nivel: Alto</p>

Nota. Elaboración propia (2025), sistematizada y basada en el software SMPO-40 del modelo de

J. C. Vásquez-Colunga (2017). P refiere al participante

En la figura 19 se muestran las 4 dimensiones evaluadas por la escala SMPO (cognitiva, socioafectiva, comportamental y espiritual) bajo un sistema de medición de Alto, medio, bajo; y luego muestra, un resultado general de salud mental ocupacional manejando la misma escala Alto, medio, bajo. Por configuración del software se permite obtener resultados sobre 4 participantes del total de 40 en la muestra. Se analiza el décimo grupo de 40/40.

Asimismo, se evidencia la distribución de los niveles de SMPO en la muestra estudiada, como puede apreciarse, el nivel más elevado fue el de la dimensión espiritual con un promedio de 48,25 y una puntuación de 193, la de menor calificación fue la dimensión cognitiva con un promedio de 40,25 y una puntuación de 161, es importante resaltar que a nivel general se obtuvo un promedio de 184,5 y una calificación de 738, dando como resultado una escala ALTA en las 4 dimensiones. En esta tabla no hubo variaciones frente a los resultados generales, todos puntuaron ALTO.

Resultados Generales (Anexo 1 al anexo 10)

Frente a los resultados obtenidos de forma general en la dimensión cognitiva, se evidencia la siguiente figura:

Figura 20

Resultados Sistematizados y Clasificación por Nivel – Dimensión Cognitiva (Ítems 1–10) del Proyecto Aplicado SMPO

Participante	Puntaje Directo	Nivel	Promedio	Desv. estándar	Mínimos	Máximos
P.1	43	Alto	40.30	5.99	21	50
P.2	36	Moderado				
P.3	40	Alto				
P.4	39	Alto				
P.5	29	Moderado				
P.6	41	Alto				
P.7	40	Alto				
P.8	48	Alto				
P.9	43	Alto				
P.10	45	Alto				
P.11	42	Alto				
P.12	47	Alto				
P.13	48	Alto				
P.14	44	Alto				
P.15	35	Moderado				
P.16	37	Moderado				
P.17	42	Alto				
P.18	45	Alto				
P.19	30	Moderado				
P.20	34	Moderado				
P.21	44	Alto				
P.22	47	Alto				
P.23	43	Alto				
P.24	43	Alto				
P.25	39	Alto				
P.26	26	Moderado				
P.27	34	Moderado				
P.28	39	Alto				
P.29	38	Alto				
P.30	41	Alto				
P.31	42	Alto				
P.32	40	Alto				
P.33	50	Alto				
P.27	34	Moderado				
P.28	39	Alto				
P.29	38	Alto				
P.30	41	Alto				
P.31	42	Alto				
P.32	40	Alto				
P.33	50	Alto				
P.34	41	Alto				
P.35	21	Bajo				
P.36	45	Alto				
P.37	46	Alto				
P.38	42	Alto				
P.39	43	Alto				
P.40	40	Alto				
General	1612	Alto				
Nivel	Cantidad (n)	Porcentaje (%)				
Alto	31	77.5 %				
Moderado	8	20.0 %				
Bajo	1	2.5 %				
Total	40	100 %				

Nota. Elaboración propia (2025), basada en el software SMPO-40 del modelo de J. C.

Vásquez- Colunga (2017)

Como se puede observar en la figura 20, en la dimensión cognitiva se estableció un promedio de 40,3 clasificándola como ALTA con una desviación estándar de 5,99; alcanzando respectivamente: un 78% de nivel ALTO en su calificación general, mostrando que se percibe de forma positiva entre la comunidad docente, sin embargo, cerca de un 22 % puntuó entre MODERADO Y BAJO, lo cual nos lleva a considerar necesario gestionar en forma más activa el sistema de pensamientos, creencias, habilidades, juicios del equipo y toma de decisiones, en torno al trabajo. Ahora, de acuerdo con los resultados obtenidos de forma general en la dimensión socioafectiva, se evidencia el análisis en la siguiente figura:

Figura 21

Resultados Sistematizados y Clasificación por Nivel – Dimensión Socioafectiva (Ítems 11–20) del Proyecto Aplicado SMPO.

Participante	Puntaje Directo	Nivel	Promedio	Desv. estandar	Mínimos	Maximos
P.1	47	Alto	43.80	5.00	28	50
P.2	39	Alto				
P.3	40	Alto				
P.4	45	Alto				
P.5	41	Alto				
P.6	50	Alto				
P.7	44	Alto				
P.8	36	Moderado				
P.9	45	Alto				
P.10	48	Alto				
P.11	44	Alto				
P.12	48	Alto				
P.13	47	Alto				
P.14	48	Alto				
P.15	43	Alto				
P.16	47	Alto				
P.17	45	Alto				
P.18	46	Alto				
P.19	29	Moderado				
P.20	34	Moderado				
P.21	46	Alto				
P.22	48	Alto				
P.23	40	Alto				
P.24	46	Alto				
P.25	44	Alto				
P.26	28	Moderado				
P.27	47	Alto				
P.28	45	Alto				
P.29	42	Alto				
P.30	46	Alto				
P.31	48	Alto				
P.32	41	Alto				
P.33	50	Alto				

P.31	48	Alto				
P.32	41	Alto				
P.33	50	Alto				
P.34	43	Alto				
P.35	39	Alto				
P.36	48	Alto				
P.37	48	Alto				
P.38	47	Alto				
P.39	45	Alto				
P.40	45	Alto				
General	1752	Alto				

Nivel	Cantidad (N)	Porcentaje (%)
Alto	36	90.0%
Moderado	4	10.0%
Bajo	0	0.0%
Total	40	100%

Nota. Elaboración propia (2025), basada en el software SMPO-40 del modelo de

J. C. Vásquez- Colunga (2017)

Como se puede observar en la figura 21, en la dimensión socioafectiva se estableció un promedio de 43,8 clasificándola como ALTA con una desviación estándar de 5,00; alcanzando respectivamente: un 90% de nivel ALTO en su calificación genera, un 10% en nivel moderado invita a reforzar las habilidades emocionales y relacionales en el grupo. No se debe desestimar los bajos porcentajes. A continuación, el análisis de la dimensión comportamental:

Figura 22

Clasificación por Nivel – Dimensión Comportamental del Proyecto Aplicado SMPO

Participante	Puntaje Directo	Nivel	Promedio	Desv. Estándar	Mínimos	Máximos
P.1	41	Alto	43.13	5.27	26	50
P.2	34	Moderado				
P.3	43	Alto				
P.4	41	Alto				
P.5	38	Alto				
P.6	49	Alto				
P.7	44	Alto				
P.8	41	Alto				
P.9	43	Alto				
P.10	47	Alto				
P.11	44	Alto				
P.12	50	Alto				
P.13	48	Alto				
P.14	46	Alto				
P.15	41	Alto				
P.16	44	Alto				
P.17	45	Alto				
P.18	44	Alto				
P.19	40	Alto				
P.20	28	Moderado				
P.21	49	Alto				
P.22	46	Alto				
P.23	38	Alto				
P.24	47	Alto				
P.25	44	Alto				
P.26	26	Moderado				
P.27	37	Moderado				
P.28	42	Alto				
P.29	41	Alto				
P.31	44	Alto				
P.32	41	Alto				
P.33	50	Alto				
P.34	47	Alto				
P.35	40	Alto				
P.36	48	Alto				
P.37	45	Alto				
P.38	46	Alto				
P.39	50	Alto				
P.40	48	Alto				
General	1,725	Alto				

Nivel	Cantidad (n)	Porcentaje (%)
Alto	36	90.0%
Moderado	4	10.0%
Bajo	0	0.0%
Total	40	100%

Nota. Elaboración propia (2025), basada en el software SMPO-40 del modelo de J. C. Vásquez-Colunga (2017)

Como se puede observar en la figura 22, en la dimensión comportamental se estableció un promedio de 43,12 clasificándola como ALTA con una desviación estándar de 5,27; alcanzando respectivamente: un 90% de nivel ALTO en su calificación general, mostrando que se percibe de forma positiva entre la comunidad docente, sin embargo, cerca de un 10 % puntuó MODERADO señalando la importancia de seguir promoviendo la participación activa, el fortalecimientos de hábitos positivos y el compromiso en el trabajo. Se toma la decisión de priorizar esta área debido a que la dimensión socioafectiva fue una de las más fortalecidas, puntuando un de 43,8. A continuación, el análisis de la dimensión espiritual:

Figura 23

Clasificación por Nivel – Dimensión Espiritual del Proyecto Aplicado SMPO

Participante	Puntaje Directo	Nivel	Promedio	Desv. Estándar	Mínimos	Máximos
P.1	45	Alto	44.30	5.69	24	50
P.2	36	Moderado				
P.3	49	Alto				
P.4	39	Alto				
P.5	41	Alto				
P.6	50	Alto				
P.7	49	Alto				
P.8	43	Alto				
P.9	45	Alto				
P.10	50	Alto				
P.11	45	Alto				
P.12	50	Alto				
P.13	50	Alto				
P.14	47	Alto				
P.15	40	Alto				
P.16	49	Alto				
P.17	49	Alto				
P.18	43	Alto				
P.19	34	Moderado				
P.20	39	Alto				
P.21	48	Alto				
P.22	47	Alto				
P.23	40	Alto				
P.24	46	Alto				
P.25	42	Alto				
P.26	24	Moderado				
P.27	39	Alto				
P.28	40	Alto				
P.29	47	Alto				
P.30	44	Alto				
P.31	45	Alto				
P.32	45	Alto				
P.33	50	Alto				
P.34	48	Alto				
P.35	32	Moderado				
P.36	49	Alto				
P.37	46	Alto				
P.38	49	Alto				
P.39	50	Alto				
P.40	48	Alto				
General	1772	Alto				

Clasificación Por Nivel		
Nivel	Cantidad (N)	Porcentaje (%)
Alto	36	90.0%
Moderado	4	10.0%
Bajo	0	0.0%
Total	40	100%

Nota. Elaboración propia (2025), basada en el software SMPO-40 del modelo de J. C.

Vásquez- Colunga (2017)

Como se puede observar en la figura 23, en la dimensión espiritual se estableció un promedio de 44,3 clasificándola como ALTA con una desviación estándar de 5,69; alcanzando respectivamente: un 90% de nivel ALTO en su calificación general, destacando un alto nivel de conexión con valores y sentido de propósito, consolidando la dimensión espiritual como fortaleza del grupo, sin embargo, cerca de un 10 % puntuó MODERADO, lo cual nos lleva a considerar necesario gestionar en forma más activa la resignificación del propósito y el fluir en el trabajo. Se toma la decisión de priorizar esta área debido a que se tuvo en cuenta, que la puntuación de mínimos en la dimensión socioafectiva punto 28 y en esta dimension puntuó 24, siendo más baja.

Plan de Formación SMPO para Docentes Liceo Moderno Walt Whitman

Objetivo General

Construir habilidades, actitudes y conocimientos en el personal docente del Liceo Moderno Walt Whitman para potenciar su bienestar laboral, con base en la aplicación del Modelo SMPO como marco teórico y metodológico, a través de talleres reflexivos y vivenciales, durante un periodo de 4 meses.

Objetivos Específicos

Comprender los principios fundamentales del Modelo de salud mental ocupacional (SMPO) y su aplicación en el fortalecimiento del bienestar personal y laboral.

Aprender habilidades cognitivas, espirituales y conductuales a través de un método teórico-vivencial, para tomar decisiones más positivas frente a pensamientos, emociones, valores y comportamientos relacionados con el contexto laboral.

Aplicar herramientas y estrategias de equilibrio personal-laboral que promuevan un estado de bienestar integral, la mejora de la calidad de vida y el rendimiento profesional en la institución.

Figura 24

Diagnóstico de Necesidades del Proyecto Aplicado SMPO



Nota. Elaboración propia, 2025. Se muestra la información básica del instrumento aplicado SMPO 40 (en la parte superior izquierda) y los resultados cualitativos de las dimensiones evaluadas cognitiva, socioafectiva, comportamental y espiritual (en la parte central); y los aspectos a trabajar en el plan (en la parte inferior izquierda)

Frente a la figura 24 se puede reconocer que, de los resultados de la evaluación general en salud mental ocupacional, la cual puntuó alta en las 4 dimensiones analizadas (cognitiva, socioafectiva, comportamental y espiritual), hubo 3 dimensiones que en forma individual tuvieron una mayor incidencia de factores evaluados en nivel moderado y bajo, las cuales fueron la dimensión cognitiva, la dimensión comportamental y la espiritual, respectivamente, y de acuerdo a este análisis y las tablas 2, 3 y 4, se plantean las temáticas centrales del presente plan de formación.

Metodología

Modalidad: Teórico-práctica, con dinámicas grupales vivenciales (andragogía). Reflexiva, intercambio de experiencias, gimnasia cerebral

Duración 4 meses

Frecuencia: Se sugieren dos sesiones por mes (agendadas bajo cronograma de actividades de la institución)

Sesiones

Figura 25

Sesión 1 Generalidades del Modelo SMPO para Docentes



Nota. Elaboración propia, 2025. Se muestra la información básica del desarrollo del tema de la sesión 1, con las preguntas clave que introducen los aspectos clave del Modelo SMPO de Vázquez-Colunga

Esta sesión tiene una duración de dos horas aproximadamente, se abordará en dos bloques de una hora cada uno, en donde, una primera parte desarrollará una actividad rompehielos, seguido de la presentación de los enfoques teóricos y los conceptos clave para una comprensión clara de los fundamentos del modelo SMPO de Vásquez-Colunga, siempre invitándose a construir desde el compartir experiencias y adaptar los contenidos a las vivencias del día a día del docente; luego se realiza una pausa activa para desconectar y conectar nuevamente con el hilo de la formación.

Desde los principios de andragogía, se busca volver práctico el aprendizaje del adulto, por lo que se hablará de los indicadores positivos del modelo y se discutirán casos prácticos de aplicación. En un segundo momento de la formación, se realizarán actividades lúdicas y experienciales que ayudarán a consolidar la importancia de la aplicabilidad del modelo en el contexto educativo. Se realizará un cierre que priorice la conexión y el empoderamiento personal y laboral.

Figura 26

Sesión 2 y 3 Basadas en los Resultados de la Dimensión Cognitiva del SMPO



Nota. Elaboración propia, 2025. Se muestra la información básica del desarrollo del tema de la sesión 2 y 3 basadas en aspectos concretos de la dimensión cognitiva, refiriéndose a su desarrollo conceptual y los rasgos operativos, teniéndose en cuenta los resultados obtenidos según el Modelo SMPO de Vásquez-Colunga

La sesión 2 aborda la dimensión cognitiva (de menor puntuación positiva según resultados) y trabajará el aspecto o indicador “filosofía de vida laboral”, igualmente, tiene una duración de dos horas y se trabajará en dos bloques de una hora cada uno, en donde: en una primera parte, se desarrollará una actividad rompehielos; seguido de la presentación de lo que se concibe como ideales laborales desde el enfoque del modelo SMPO de Vásquez-Colunga siempre promoviendo que se participe, se compartan vivencias y retroalimenten procesos en forma colectiva y adaptando los contenidos a las vivencias del día a día del docente.

Posterior a esto, se propone realizar una pausa activa para desconectar y conectar nuevamente con el tema propuesto. En un segundo momento y teniendo en cuenta los principios de andragogía, se busca volver práctico el aprendizaje del adulto por lo que se propondrá una actividad de construcción colectiva sobre proyecto de vida laboral, a través del juego. Por último, se realizará un cierre que priorice la conexión y el empoderamiento personal y laboral.

En este orden de ideas, la sesión tres cumple el mismo esquema de desarrollo, sin embargo, sus temas centrales versarán sobre sentido, significado en el trabajo y balance o equilibrio entre la vida personal y laboral que les brindarán a los docentes herramientas y estrategias prácticas basadas en el modelo SMPO que les permitirán gestionar mejor su bienestar laboral y contribuirán al cuidado de su salud mental.

Figura 27

Sesión 4 y 5 Basadas en los Resultados de la Dimensión Comportamental del SMPO



Nota. Elaboración propia, 2025. Se muestra la información básica del desarrollo del tema de la sesión 4 y 5 basadas en aspectos concretos de la dimensión comportamental, refiriéndose a su desarrollo conceptual y los rasgos operativos, teniendo en cuenta los resultados obtenidos según el Modelo SMPO de Vásquez-Colunga

Por su parte, la sesión 3 trata la dimensión comportamental (la segunda en orden de menor puntuación positiva, según resultados) y trabajará el aspecto o indicador “empoderamiento laboral”, esta tiene una duración de dos horas y se abordará en dos bloques de una hora cada uno, en donde: en una primera parte, se desarrollará una actividad rompehielos;

seguidamente, se hará la presentación de lo que se concibe como locus de control y autorregulación en el trabajo desde el enfoque del modelo SMPO de Vásquez-Colunga siempre promoviendo que se participe, se compartan vivencias y retroalimenten procesos en forma colectiva y adaptando los contenidos a las vivencias del día a día del docente. Luego, se propone realizar una pausa activa para desconectar y conectar nuevamente con el tema propuesto. Para un segundo momento y teniendo en cuenta los principios de andragogía, se busca volver práctico el aprendizaje del adulto por lo que se propondrá una actividad de construcción colectiva sobre adaptación al entorno laboral, a través de la lúdica.

Por último, se realizará un cierre que priorice la conexión y el empoderamiento personal y laboral. Por su parte, la sesión cuatro cumple el mismo esquema de desarrollo, sin embargo, sus temas centrales girarán en torno a la autodeterminación para el trabajo y la autoeficacia laboral bases conceptuales del modelo SMPO, que aportarán a los docentes herramientas y estrategias prácticas que les ayuden a potenciar su desempeño labor.

Figura 28

Sesión 6 y 7 en los Resultados de la Dimensión Espiritual del SMPO

CONTENIDOS TEMÁTICOS PLAN DE FORMACIÓN SMPO LICEO MODERNO WALT WHITMAN

Dimensión: Espiritual
Temática: Bienestar personal en el trabajo

Sesión 6 Resignificación del trabajo

Conceptos

1. Sentido de logro en el trabajo
2. Autorrealización en el trabajo

Sesión 7 Fluir en el trabajo

Conceptos

1. Vitalidad y Afectividad positiva derivada del trabajo
2. Disfrute del trabajo

Presentado por Caroll Dav 2025

Nota. Elaboración propia, 2025. Se muestra la información básica del desarrollo del tema de la sesión 6 y 7 basadas en aspectos concretos de la dimensión espiritual refiriéndose a su desarrollo conceptual y los rasgos operativos, teniendo en cuenta los resultados obtenidos según el Modelo SMPO de Vásquez-Colunga

De otro lado, la sesión 6 abarca la dimensión espiritual (la tercera en orden de menor puntuación positiva, según resultados) y desarrollará el aspecto o indicador “bienestar personal en el trabajo”, esta tiene una duración de dos horas y se manejará en dos bloques de una hora cada uno, en donde: en una primera parte, se desarrollará una actividad rompehielos; posterior a ello, se realizará la presentación de lo que se concibe como sentido de logro en el trabajo desde el enfoque del modelo SMPO de Vásquez-Colunga siempre promoviendo que se participe, se compartan vivencias y retroalimenten procesos en forma colectiva y adaptando los contenidos a las vivencias del día a día del docente.

Después, se propone realizar una pausa activa para desconectar y conectar nuevamente con el tema propuesto. Para un segundo momento y teniendo en cuenta los principios de andragogía, se busca volver práctico el aprendizaje del adulto por lo que se propondrá una actividad de construcción colectiva sobre autorrealización en el trabajo, a través de la lúdica. Por último, se realizará un cierre que priorice la conexión y el empoderamiento personal y laboral.

Para finalizar, la sesión siete cumple el mismo esquema de desarrollo, sin embargo, sus temas centrales se desarrollan sobre vitalidad, afectividad y disfrute del trabajo bases conceptuales del modelo SMPO, que aportarán a los docentes herramientas y estrategias prácticas que les ayuden a aumentar su satisfacción en el espacio laboral

Conclusiones

Objetivo 1: Medir la salud mental positiva en el contexto de trabajo del personal docente del Liceo Moderno Walt Whitman mediante la escala de salud mental ocupacional 40 de Vásquez-Colunga en formato físico, en las primeras 2 semanas del mes de marzo de 2025.

Conclusión 1: frente a la iniciativa de aplicar el SMPO en la población docente de educación media y básica, se encontró una gran oportunidad de contribución y apoyo en la gestión de la salud mental de la población educadora, pues se puede reconocer que el modelo ha sido tratado en escenarios de instituciones universitarias de forma eficaz, ayudando a identificar aspectos positivos de la salud mental que se deben fortalecer desde un enfoque positivo, y especialmente laboral; sin embargo no ha sido muy explorado en instituciones educativas de nivel básico y de secundaria (Orozco et al.,2022) (Vásquez-Colunga et al., 2017), lo cual, gracias al desarrollo de este proyecto permitió generar una contribución real y aplicada frente a la necesidad investigativa en esta área ocupacional.

Objetivo 2: Identificar los aspectos positivos y las dimensiones del modelo SMPO que a través de la aplicación de la escala SMPO 40 de Vásquez-Colunga y de sus resultados, requieren ser fortalecidas en aras del fortalecimiento de la Salud mental y el bienestar laboral de la comunidad docente del Liceo Moderno Walt Whitman, en las 2 últimas semanas del mes de abril de 2025.

Conclusión 2: La distribución de los niveles de SMPO en la muestra estudiada, permite establecer que el nivel más elevado de las 4 dimensiones evaluadas fue: fue el de la dimensión espiritual haciendo alusión a una estabilidad alta en el sistema de valores, el sentido de trascendencia y la fortaleza interior del personal del LMWW, frente a la puntuación más baja que fue la obtenida por la dimensión cognitiva siendo necesario que se empodere el sistema de ideas,

creencias y juicios entorno a la visión y filosofía de la institución y su contexto laboral, de la mano del fortalecimiento de temas específicos como: gestión de hábitos, compromiso con la organización, resignificado del propósito y fluir en el trabajo como aspectos clave para robustecer la aplicabilidad del modelo.

Objetivo 3: Diseñar un plan de formación que potencie Salud mental y el bienestar laboral de la comunidad docente del Liceo Moderno Walt Whitman, basándose en el Modelo de salud mental ocupacional de Vásquez-Colunga, en las primeras 2 semanas del mes de abril del 2025.

Conclusión 3: El plan de formación basado en el modelo SMPO de Vásquez-Colunga permitió establecer el estado actual de la salud mental del equipo de trabajo del LMWW, facilitó la identificación de las dimensiones (cognitiva, socioafectiva, comportamental, espiritual) mejor percibidas y peor percibidas en su gestión por parte del equipo de trabajo y ayudó a crear la metodología y las temáticas principales con sus temas de desarrollo de todo el plan.

Con todo esto, se logró generar un producto formativo que se basó en principios de andragogía para facilitar el aprendizaje de este tipo de población, llevó al desarrollo de 7 sesiones formativas (Acciones psicosociales enfocadas al área de la salud mental) cuyos temas versaron sobre: la explicación del modelo SMPO, la dimensión cognitiva “filosofía de vida”; la dimensión comportamental “empoderamiento en el trabajo” y la dimensión espiritual “bienestar en el trabajo.

Recomendaciones

Fruto de todo el proceso llevado a cabo se sugiere que se revisen las condiciones de trabajo a nivel institucional, tales como: horarios, ambiente laboral, herramientas de trabajo, entre otros aspectos que ayuden a que este proceso de fortalecimiento tenga las bases y apoyos necesarios desde la institución para consolidar un impacto a largo plazo.

Referencias Bibliográficas

- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 18(Supl.), 13–25. <https://www.psicothema.com/pdf/3271.pdf>
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2008). Towards a model of work engagement. *Career Development International*, 13(3), 209–223. <https://doi.org/10.1108/13620430810870476>
- Butler, J., & Kern, M. L. (2016). The PERMA-Profil: A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing*, 6(3), 1–48. <https://doi.org/10.5502/ijw.v6i3.526>
- Fry, L. W. (2003). Toward a theory of spiritual leadership. *The Leadership Quarterly*, 14(6), 693–727. <https://doi.org/10.1016/j.leaqua.2003.09.001>
- Orozco-Solís, M. G., Bravo-Andrade, H. R., Ruvalcaba-Romero, N. A., Ángel-González, M., Vázquez-Juárez, C. L., & Vázquez-Colunga, J. C. (2022). Socialización organizacional y salud mental ocupacional como predictores del compromiso organizacional en docentes de educación superior. *Acta Colombiana de Psicología*, 25(1), 42–55. <https://doi.org/10.14718/acp.2022.25.1.4>
- Organización Mundial de la Salud. (2022). *Transformar la salud mental para todos*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240050860>
- Organización Mundial de la Salud. (2024). *La salud mental en el trabajo*. <https://www.who.int/publications>
- Pando, M., Águila, J. A., Acosta, M., Amezcua, M. T., & Aranda, C. (2008). Factores psicosociales protectores en salud ocupacional. En M. Pando, J. Román & M. Acosta (Eds.), *Factores psicosociales de riesgo de trabajo en la empresa* (pp. XX–XX). Red Iberoamericana de Riesgos Psicosociales Laborales.

- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2003). Positive organizational studies: Lessons from positive psychology. *Organizational Dynamics*, 32(2), 141–153. [https://doi.org/10.1016/S0090-2616\(03\)00014-7](https://doi.org/10.1016/S0090-2616(03)00014-7)
- Vázquez-Colunga, J. C., Pando-Moreno, M., Colunga-Rodríguez, C., Preciado-Serrano, M. de L., Orozco-Solís, M. G., Ángel-González, M., & Vázquez-Juárez, C. L. (2017). Salud mental ocupacional: Propuesta de un modelo teórico para el abordaje positivo de la salud mental en el trabajo. *Saúde e Sociedade*, 26(2), 584–595. <https://doi.org/10.1590/S0104-12902017169061>
- Vásquez-Colunga, J. C. (2016). Nivel de salud mental ocupacional en profesores universitarios. *Educación y Humanismo*, 18(30), 135–148. <https://doi.org/10.17081/eduhum.18.30.1581>
- Vásquez-Colunga, J. C. (2019). *Manual del modelo de salud mental ocupacional*. [Editorial no especificada].
- Vásquez-Colunga, J. C., Pando-Moreno, M., & Colunga-Rodríguez, C. (2021). *Protocolo de aplicación y análisis del SMPO-40*. Universidad Autónoma de Guadalajara.

Apéndices

Apéndice A

Análisis Excel Dimensión Cognitiva General SMPO

Área	Participante	Puntaje Directo	Nivel	Promedio	Desv. estándar	Mínimo	Máximo
Cognitiva (Ítems 1-10)	P.1	43	ALTO	40,3	5,992495307	21	50
	P.2	36	MODERADO				
	P.3	40	ALTO				
	P.4	39	ALTO				
	P.5	29	MODERADO				
	P.6	41	ALTO				
	P.7	40	ALTO				
	P.8	48	ALTO				
	P.9	43	ALTO				
	P.10	45	ALTO				
	P.11	42	ALTO				
	P.12	47	ALTO				
	P.13	48	ALTO				
	P.14	44	ALTO				
	P.15	35	MODERADO				
	P.16	37	MODERADO				
	P.17	42	ALTO				
	P.18	45	ALTO				
	P.19	30	MODERADO				
	P.20	34	MODERADO				
	P.21	44	ALTO				
	P.22	47	ALTO				
	P.23	43	ALTO				
	P.24	43	ALTO				
	P.25	39	ALTO				
	P.26	26	MODERADO				
	P.27	34	MODERADO				
	P.28	39	ALTO				
	P.29	38	ALTO				
	P.30	41	ALTO				
	P.31	42	ALTO				
	P.32	40	ALTO				
	P.33	50	ALTO				
	P.34	41	ALTO				
	P.35	21	BAJO				
	P.36	45	ALTO				
	P.37	46	ALTO				
	P.38	42	ALTO				
	P.39	43	ALTO				
	P.40	40	ALTO				
GENERAL	1612	ALTO					

CLASIFICACION NIVEL		
NIVEL	CANT.	%
ALTO	31	78%
MODERADO	8	20%
BAJO	1	3%
TOTAL	40	100%

Nota. Elaboración propia (2025), sistematización con base en el software SMPO-40 de Vásquez-Colunga

Apéndice B

Análisis Excel Dimensión Socioafectiva General SMPO

Área	Participante	Puntaje Directo	Nivel	Promedio	Desv. estándar	Mínimo	Máximo
Socioafectiva (Items 11-20)	P.1	47	ALTO	43,8	5,0009999	28	50
	P.2	39	ALTO				
	P.3	40	ALTO				
	P.4	45	ALTO				
	P.5	41	ALTO				
	P.6	50	ALTO				
	P.7	44	ALTO				
	P.8	36	MODERADO				
	P.9	45	ALTO				
	P.10	48	ALTO				
	P.11	44	ALTO				
	P.12	48	ALTO				
	P.13	47	ALTO				
	P.14	48	ALTO				
	P.15	43	ALTO				
	P.16	47	ALTO				
	P.17	45	ALTO				
	P.18	46	ALTO				
	P.19	29	MODERADO				
	P.20	34	MODERADO				
	P.21	46	ALTO				
	P.22	48	ALTO				
	P.23	40	ALTO				
	P.24	46	ALTO				
	P.25	44	ALTO				
	P.26	28	MODERADO				
	P.27	47	ALTO				
	P.28	45	ALTO				
	P.29	42	ALTO				
	P.30	46	ALTO				
	P.31	48	ALTO				
	P.32	41	ALTO				
	P.33	50	ALTO				
	P.34	43	ALTO				
	P.35	39	ALTO				
	P.36	48	ALTO				
	P.37	48	ALTO				
	P.38	47	ALTO				
	P.39	45	ALTO				
	P.40	45	ALTO				
GENERAL	1752	ALTO					

CLASIFICACION NIVEL		
NIVEL	CANT.	%
ALTO	36	90%
MODERADO	4	10%
BAJO	0	0%
TOTAL	40	100%

Nota. Elaboración propia (2025), sistematización con base en el software SMPO-40 de Vásquez-Colunga

Apéndice B

Análisis Excel Dimensión Comportamental General SMPO

Área	Participante	Nota Direct	Nivel	Promedio	Desv. Estándar	Mínimo	Máximo
Compartamental (Items 21-30)	P.1	41	ALTO	43,125	5,268716637	26	50
	P.2	34	MODERADO				
	P.3	43	ALTO				
	P.4	41	ALTO				
	P.5	38	ALTO				
	P.6	49	ALTO				
	P.7	44	ALTO				
	P.8	41	ALTO				
	P.9	43	ALTO				
	P.10	47	ALTO				
	P.11	44	ALTO				
	P.12	50	ALTO				
	P.13	48	ALTO				
	P.14	46	ALTO				
	P.15	41	ALTO				
	P.16	44	ALTO				
	P.17	45	ALTO				
	P.18	44	ALTO				
	P.19	40	MODERADO				
	P.20	28	MODERADO				
	P.21	49	ALTO				
	P.22	46	ALTO				
	P.23	38	ALTO				
	P.24	47	ALTO				
	P.25	44	ALTO				
	P.26	26	MODERADO				
	P.27	37	MODERADO				
	P.28	42	ALTO				
	P.29	41	ALTO				
	P.30	45	ALTO				
	P.31	44	ALTO				
	P.32	41	ALTO				
	P.33	50	ALTO				
	P.34	47	ALTO				
	P.35	40	ALTO				
	P.36	48	ALTO				
	P.37	45	ALTO				
	P.38	46	ALTO				
	P.39	50	ALTO				
	P.40	48	ALTO				
GENERAL	1725	ALTO					

CLASIFICACION NIVEL		
NIVEL	CANT.	%
ALTO	36	90%
MODERADO	4	10%
BAJO	0	0%
TOTAL	40	100%

Nota. Elaboración propia (2025), sistematización con base en el software SMPO-40 de Vásquez-Colunga

Apéndice D

Análisis Excel Dimensión Espiritual General SMPO

Área	Artículo	Puntaje Directo	Nivel	Promedio	Desv. estándar	Índice	Máximo	Mínimo
Espiritual (Ítems 31-40)	P.1	45	ALTO	44,3	5,692978131	24	50	
	P.2	36	MODERADO					
	P.3	49	ALTO					
	P.4	39	ALTO					
	P.5	41	ALTO					
	P.6	50	ALTO					
	P.7	49	ALTO					
	P.8	43	ALTO					
	P.9	45	ALTO					
	P.10	50	ALTO					
	P.11	45	ALTO					
	P.12	50	ALTO					
	P.13	50	ALTO					
	P.14	47	ALTO					
	P.15	40	ALTO					
	P.16	49	ALTO					
	P.17	49	ALTO					
	P.18	43	ALTO					
	P.19	34	MODERADO					
	P.20	39	ALTO					
	P.21	48	ALTO					
	P.22	47	ALTO					
	P.23	40	ALTO					
	P.24	46	ALTO					
	P.25	42	ALTO					
	P.26	24	MODERADO					
	P.27	39	ALTO					
	P.28	40	ALTO					
	P.29	47	ALTO					
	P.30	44	ALTO					
	P.31	45	ALTO					
	P.32	45	ALTO					
	P.33	50	ALTO					
	P.34	48	ALTO					
	P.35	32	MODERADO					
	P.36	49	ALTO					
	P.37	46	ALTO					
	P.38	49	ALTO					
	P.39	50	ALTO					
	P.40	48	ALTO					
GENERAL	1772	ALTO						

CLASIFICACION NIVEL		
NIVEL	CANT.	%
ALTO	36	90%
MODERADO	4	10%
BAJO	0	0%
TOTAL	40	100%

Nota. Elaboración propia (2025), sistematización con base en el software SMPO-40 de Vásquez-Colunga

Apéndice E

Análisis Excel SMPO General

Área	Participante	Puntaje Directo	Nivel	Promedio	Desv. Estándar	Mínimo	Máximo
SALUDENTAL POSITIVA	P.1	176	ALTO	171,525	19,67992315	104	200
	P.2	145	MODERADO				
	P.3	172	ALTO				
	P.4	164	ALTO				
	P.5	149	ALTO				
	P.6	190	ALTO				
	P.7	177	ALTO				
	P.8	168	ALTO				
	P.9	176	ALTO				
	P.10	190	ALTO				
	P.11	175	ALTO				
	P.12	195	ALTO				
	P.13	193	ALTO				
	P.14	185	ALTO				
	P.15	159	ALTO				
	P.16	177	ALTO				
	P.17	181	ALTO				
	P.18	178	ALTO				
	P.19	133	MODERADO				
	P.20	135	MODERADO				
	P.21	187	ALTO				
	P.22	188	ALTO				
	P.23	161	ALTO				
	P.24	182	ALTO				
	P.25	169	ALTO				
	P.26	104	MODERADO				
	P.27	157	ALTO				
	P.28	166	ALTO				
	P.29	168	ALTO				
	P.30	176	ALTO				
	P.31	179	ALTO				
	P.32	167	ALTO				
	P.33	200	ALTO				
	P.34	179	ALTO				
	P.35	132	MODERADO				
	P.36	190	ALTO				
	P.37	185	ALTO				
	P.38	184	ALTO				
	P.39	188	ALTO				
	P.40	181	ALTO				
GENERAL	661	ALTO					

CLASIFICACION NIVEL		
NIVEL	CANT.	%
ALTO	35	88%
MODERADO	5	13%
BAJO	0	0%
TOTAL	40	100%

Nota. Elaboración propia (2025), sistematización con base en el software SMPO-40 de Vásquez-Colunga

Apéndice F

Modelo de Consentimiento Informado

Consentimiento informado para aplicación de instrumento

Proyecto Salud Mental Positiva Ocupacional (SMPO) del personal docente y administrativo del Liceo Moderno Walt Whitman

Estudiante Programa de Psicología: Caroll Yuleidy Rey Páez – *Universidad Nacional Abierta y a Distancia*

Correo electrónico: cyreyp@unadvirtual.edu.co

Introducción: Usted está siendo invitado/a participar de manera voluntaria en aplicar un instrumento de evaluación denominada Escala de Salud Mental Positiva Ocupacional SMPO 40 del autor Vásquez-Colunga, que forma parte de un proyecto de investigación orientado a comprender e intervenir positivamente en los factores que afectan la salud mental positiva ocupacional del personal del Liceo Moderno Walt Whitman. Como estudiante de Psicología, mi compromiso es resguardar su bienestar y garantizar que su participación se realice bajo principios éticos y

Nota. Elaboración propia (2025)

Apéndice G

Ilustración de Consentimiento Informado Diligenciado y Firmado por un Participante

Consentimiento: Declaro que he leído la información anterior y comprendo el propósito de la aplicación de este cuestionario.

Marca con una x

Autorizo mi participación en la aplicación de este instrumento

Nombre del participante:

Pamela Andrea Avagua U.

Firma del participante:

Pamela Avagua

Fecha: 11/03/25

Firma de la estudiante de psicología: Carol P. Ray P.

Nota. Archivo documental recopilado en el proceso de aplicación

Apéndice H

Ilustración de Escala SMPO 40 Hoja 1 Área Diligenciada con Datos de Participante

INSTRUMENTO MULTIDIMENSIONAL SMPO-40
(Vásquez-Colunga y cols. 2017)

Tus respuestas son totalmente confidenciales y anónimas, sólo te solicitamos algunos datos generales que servirán para evaluar la pertinencia del cuestionario.

Datos generales:

Edad: 25 Género: Femenino Masculino Otro

Estado civil Soltero Casado Unión libre Separado
 Divorciado Viudo

Escolaridad: Ninguna Primaria Secundaria Preparatoria
 Carrera técnica o comercial Licenciatura Posgrado(Maestría o Doctorado)

Tipo de ocupación pagada: Docente.

Sector laboral: Público(Gobierno) Privado(Empresa) Profesionista(Honorarios) Informal

Años de vida laboral: 3 Horas a la semana que dedica a su trabajo: 48

¿Realiza otro(s) empleos o actividades a la semana que impliquen esfuerzo físico o mental extra:
 Si No Ocasionalmente

Instrucciones: las siguientes frases contienen afirmaciones relacionadas con tu trabajo. A la derecha de cada afirmación hay un espacio para que le asignes marcando con una X, un valor de 1 a 5.

Uno (1) = "absolutamente en desacuerdo". Dos (2) = "en desacuerdo". Tres (3) = "indeciso".
Cuatro (4) = "de acuerdo". Cinco (5) = "totalmente de acuerdo".

Nota. Documento aplicado como parte del instrumento SMPO-40 (Vásquez-Colunga,2017)

Apéndice I

Ilustración de Escala SMPO 40 Hoja 1 Área Diligenciada con X por Participante

Cuatro (4)= "de acuerdo". Cinco (5) ="totalmente de acuerdo".

Afirmación	1	2	3	4	5
1. En épocas de incertidumbre laboral suelo mantener buenas expectativas				X	
2. Nunca dejo que un mal día de trabajo afecte mi vida personal			X		
3. En mi trabajo tengo ideales que me gustaría alcanzar			X		
4. En mi trabajo, puedo enfrentar situaciones difíciles permaneciendo en calma				X	
5. Busco diferentes soluciones a los problemas que se presentan en el trabajo				X	
6. Cuando realizo mi trabajo estoy plenamente concentrado				X	
7. Tengo la capacidad de adaptarme bien a los cambios en mi entorno laboral				X	
8. Mi trabajo es importante porque contribuye al bienestar de los demás				X	
9. Mi trabajo contribuye a darle sentido a mi vida				X	
10. Con mi ejemplo como trabajador, influyo positivamente en mis compañeros				X	
11. Hacer bien mi trabajo me satisface				X	
12. Confío en mis capacidades como trabajador			X		
13. El trabajo que realizo me hace sentir orgulloso				X	
14. Creo que soy un trabajador con suficientes cualidades				X	

Nota. Documento aplicado como parte del instrumento SMPO-40 (Vásquez-Colunga,2017)

Apéndice J

Ilustración de Escala SMPO 40 Hoja 2 Área Diligenciada con X por Participante

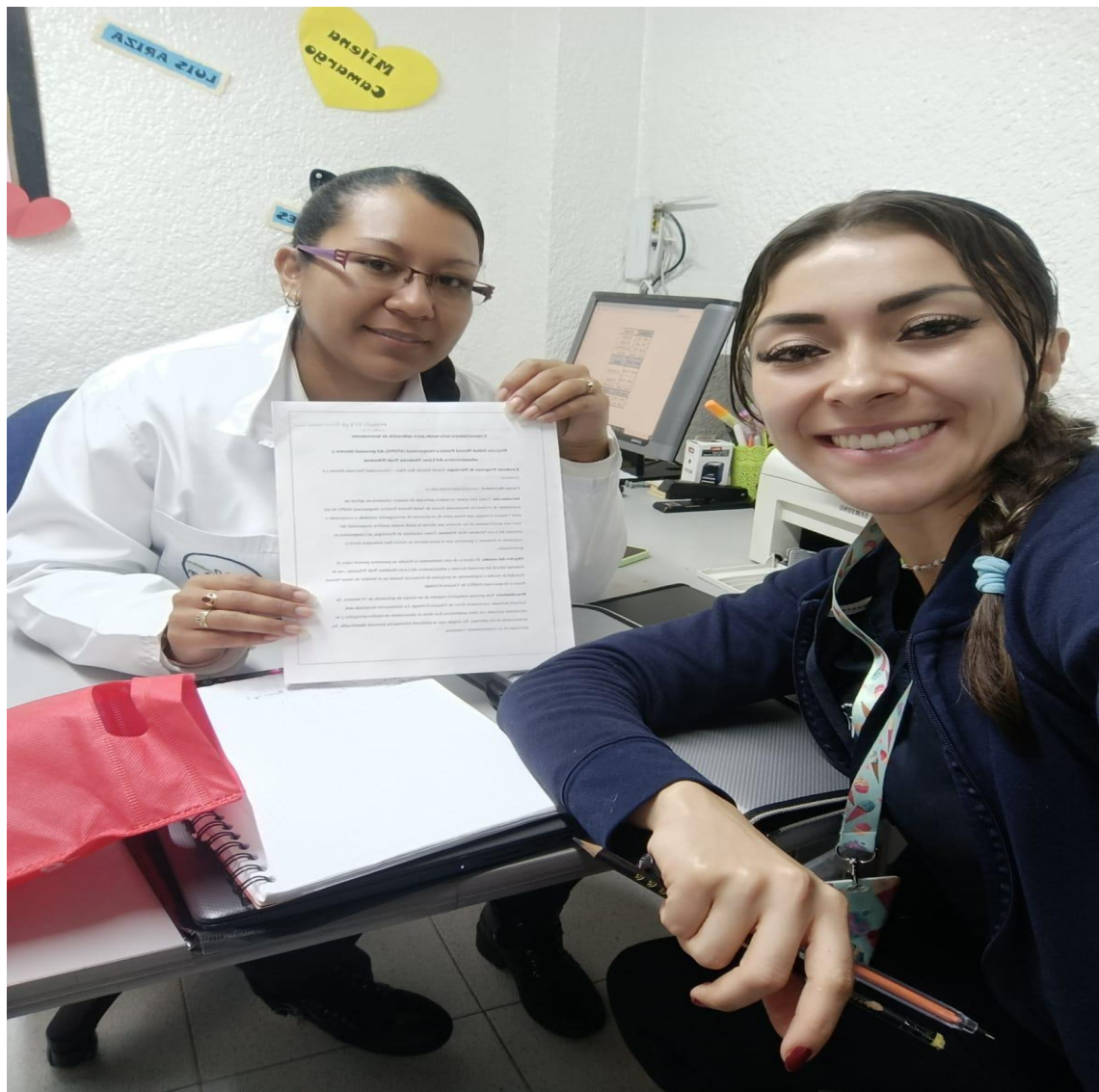
Afirmación	1	2	3	4	5
15. Cuando algo sale mal en el trabajo, continúo esforzándome					X
16. Soy capaz de mantener un buen nivel de autocontrol en las situaciones conflictivas que se presentan en mi trabajo					X
17. Me llevo bien con mis compañeros de trabajo					X
18. Mi trabajo está relacionado con las cosas importantes de la vida				X	
19. Soy capaz de mantener el equilibrio en mi desempeño laboral ante presiones exteriores				X	
20. A través de mi trabajo he crecido como persona				X	
21. Me gusta pensar en nuevas formas de hacer mi trabajo					X
22. Mi trabajo me ayuda a sentirme realizado como persona			X		
23. Me entusiasma realizar mis labores cotidianas			X		
24. Me considero una persona sociable en mi trabajo				X	
25. Sé claramente lo que debo hacer en mi trabajo					X
26. Me considero un trabajador competente					X
27. Cuando tengo preocupaciones laborales las hago saber a quien puede ayudarme			X		
28. Me apasiona realizar mi trabajo					X
29. En mi trabajo tengo una actitud positiva hacia mí mismo					X
30. Cuando tengo problemas en el trabajo busco la ayuda de mis compañeros			X		
31. Cumpro con mis labores por elección propia					X
32. Realmente disfruto ser parte de un equipo de trabajo					X
33. En mi trabajo, disfruto siendo generoso con los demás					X
34. Por lo general trato de poner algo de humor en la realización de mis labores				X	
35. Por lo general trato de desarrollar mis habilidades laborales					X
36. La mayor parte del tiempo me siento alegre en mi trabajo				X	
37. El trabajo es una fuente importante de bienestar personal				X	
38. Pienso que soy un trabajador digno de confianza					X
39. El trabajo es algo que se debe disfrutar					X
40. Es importante resolver los conflictos laborales de una manera positiva					X

Gracias por participar

Nota. Documento aplicado como parte del instrumento SMPO-40 (Vásquez-Colunga,2017)

Apéndice K

Evidencia Fotográfica de Aplicación Escala SMPO 40 de Vásquez-Colunga en Sitio



Nota. Registro fotográfico de entrega institucional validada por el área de Psico orientación

(2025)

Apéndice L

Evidencia Fotográfica de Socialización Plan de Formación En SMPO de Vásquez-Colunga en Sitio



Nota. Registro fotográfico de entrega institucional validada por el área de Psicorientacion (2025)

Apéndice M

Evidencia Fotográfica de Recepción por Parte de Psicorientación del Plan de Formación en SMPO de Vásquez-Colunga en Sitio



Nota. Registro fotográfico de entrega institucional validada por el área de Psicorientación (2025)