

**Predicción del bienestar emocional docente: El rol de la frustración de
necesidades psicológicas básicas****Predicting Teacher Emotional Well-Being: The Role of Basic
Psychological Need Frustration**Maritza Delgado-Herrada³⁵José Baltazar García Horta³⁶**Resumen**

La docencia universitaria implica exigencias emocionales, cognitivas y administrativas que afectan el bienestar emocional del profesorado. La Teoría de la Autodeterminación (TAD), postula que el reconocimiento psicológico adecuado depende principalmente de la satisfacción de tres necesidades psicológicas innatas: autonomía, competencia y relación. Cuando estas necesidades son frustradas, pueden generar agotamiento emocional y malestar psicológico. El objetivo de esta investigación fue examinar cómo la frustración de las necesidades psicológicas básicas predice el nivel de bienestar emocional en docentes universitarios. Se aplicó un diseño cuantitativo, transversal y correlacional con una muestra de 251 docentes. Los resultados mostraron que la frustración de autonomía, competencia y relación se asocia significativamente con menores niveles de bienestar emocional. Se discute la necesidad de implementar políticas institucionales que favorezcan entornos académicos más humanos, participativos y emocionalmente sostenibles.

Palabras clave: *Frustración psicológica, Necesidades básicas, Bienestar emocional, Docentes universitarios, Teoría de la Autodeterminación.*

³⁵ Facultad de Trabajo Social y Desarrollo Humano, UANL. maritza.delgadoh@uanl.edu.mx

³⁶ 2Facultad de Trabajo Social y Desarrollo Humano, UANL. jose.garciaht@uanl.edu.mx

Abstract

University teaching entails emotional, cognitive, and administrative demands that affect faculty members' emotional well-being. Self-Determination Theory (SDT) postulates that adequate psychological recognition depends primarily on the satisfaction of three innate psychological needs: autonomy, competence, and relatedness. When these needs are frustrated, they can lead to emotional exhaustion and psychological distress. The objective of this research was to examine how the frustration of basic psychological needs predicts the level of emotional well-being in university faculty members. A quantitative, cross-sectional, correlational design was implemented with a sample of 251 faculty members. Results demonstrated that frustration of autonomy, competence, and relatedness was significantly associated with lower emotional well-being levels. The findings highlight the need for institutional policies that foster more humane, participatory, and emotionally sustainable academic environments.

Keywords: Psychological frustration, Basic psychological needs, Emotional well-being, University faculty, Self-Determination Theory.

Introducción

La práctica de la docencia en el ámbito universitario se ha vuelto altamente exigente, acentuada por la presión para cumplir con indicadores de desempeño, cargas administrativas a gran demanda y desafíos emocionales frecuentes. Estas circunstancias, sostenidas por periodos prolongados de tiempo, contribuyen a la aparición de agotamiento emocional y disminución del bienestar psicológico en el profesorado (Ebersold et al., 2019; Talbot & Mercer, 2018).

La Teoría de la Autodeterminación (TAD), establecida por Deci & Ryan (2000), constituye un marco conceptual primordial para entender los determinantes psicosociales del bienestar humano. Este modelo establece que la salud mental y el funcionamiento óptimo dependen ciertamente de la satisfacción de tres necesidades psicológicas básicas: 1) autonomía (referente a un sentimiento de volición y elección personal), 2) competencia (referente a la capacidad para manejar indudablemente los desafíos) y 3) relación (referente a los vínculos significativos creados con otras personas) (Ryan & Deci, 2017).

Diversos estudios especializados han demostrado de manera constante que la frustración de estas necesidades genera efectos negativos relevantes. Específicamente en contextos laborales, esta carencia se relaciona con mayor ansiedad, desmotivación y riesgo de presentar síndrome de burnout (Vansteenkiste et al., 2020; Bartholomew et al., 2014). Estas consecuencias se resaltan especialmente en profesiones de alta carga emocional, como la docencia universitaria, en el que las presiones institucionales suelen limitar las oportunidades para satisfacer estas necesidades básicas (Trigueros et al., 2019).

Investigaciones recientes en el ámbito de la educación superior, desde el marco de la TAD muestran que la frustración de las necesidades psicológicas básicas -autonomía, competencia y relación- están vinculadas con excesivas cargas administrativas, escaso reconocimiento profesional o aislamiento social, revelan de manera significativa los altos índices de malestar emocional, estrés y burnout entre los docentes (Slemp et al., 2018; Trigueros et al., 2019; Van den Broeck et al., 2016). Este modelo resulta especialmente relevante, debido a que, como lo establecen Ryan & Deci (2022), la satisfacción de autonomía, competencia y relación no solo protege al individuo, sino que instaura un

requisito para mantener sistemas educativos sostenibles y saludables. Estos resultados enfatizan la importancia de generar entornos institucionales que favorezcan la satisfacción de dichas necesidades para impulsar el bienestar docente.

Esta carencia de recursos psicosociales no solo perjudica la salud mental individual, sino que también se ve comprometida la calidad educativa, afectando la motivación del estudiante y la sostenibilidad del sistema de educación (Klusmann et al., 2016). En este escenario, el burnout emerge como un síndrome clave para entender la crisis de salud mental que atraviesa el ámbito escolar universitario (Maslach & Leiter, 2016).

Así mismo, en el ámbito universitario, los docentes mayormente se enfrentan a situaciones que pueden frustrar sus necesidades psicológicas. Por ejemplo la instrucción de programas estandarizados reduce su autonomía; la escasa preparación profesional o el poco reconocimiento disminuye su sentido de competencia; y la poca participación o apoyo por parte de la institución afecta el sentido de relación (Van den Broeck et al., 2016). Diferentes estudios han identificado que las condiciones señaladas, no solo dañan la satisfacción laboral, sino que también se puede incrementar el agotamiento emocional incluso el abandono de la profesión particularmente en ambientes con escaso apoyo de la organización (Klusmann et al., 2016; Skaalvik & Skaalvik, 2017).

Recientes investigaciones en el contexto mexicano (Durán, 2022) confirman que la excesiva carga laboral, diferentes procesos administrativos, la tensión emocional y la corta participación docente en la toma de decisiones a nivel institucional son factores clave que favorecen a la aparición de la frustración psicológica y al malestar emocional.

Por lo tanto, este estudio tiene como objetivo examinar cómo la frustración de las necesidades psicológicas básicas (autonomía, competencia y relación) predice el nivel de bienestar emocional en docentes universitarios, contribuyendo al conocimiento sobre los elementos psicosociales que reinciden en la salud mental de este sector.

Metodología

Diseño

La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, correlacional y de corte transversal. Se clasifica como un estudio correlacional debido a que su propósito es explorar las relaciones entre las variables involucradas —frustración de las necesidades psicológicas básicas y bienestar emocional— sin manipularlas ni intervenir directamente en ellas. Asimismo, se considera transversal, ya que la recopilación de los datos se realizó en un solo corte temporal (Hernández et al., 2014).

Participantes

La muestra del estudio estuvo conformada por 251 docentes mexicanos de nivel superior, con edades abarcadas entre los 25 y los 64 años ($M_{\text{edad}} = 42.15$, $DT = 9.18$). Del total, el (49.0 %) fueron mujeres y el (50.6 %) hombres. En cuanto al estado civil, la mayoría se identificó como casado (59 %), seguido de un (26.3 %) que declaró ser soltero. En cuanto al nivel de estudio, el (48.2%) indicó tener una maestría o especialidad, mientras que el (44.2%) cuenta con un doctorado, solo el (7.6%) reportó tener solo estudios de licenciatura. Respecto a la situación laboral, el (37.1 %) se desempeñaba como profesor por asignatura, seguido de los profesores de tiempo completo (20.3%). Finalmente, el (65.3 %) indicó no ocupar ningún cargo administrativo, solo la docencia, y el (34.7%) sí ocupa un cargo administrativo. Todos los participantes laboraban en una universidad del sector público ubicada en el noreste de México. Los criterios de inclusión establecidos fueron: estar en funciones como docente activo en dicha institución pública y aceptar participar de manera voluntaria en el estudio.

Instrumentos

Frustración de las necesidades psicológicas básicas

Para evaluar específicamente la frustración de las necesidades psicológicas básicas (autonomía, competencia y relación), se empleó la subescala correspondiente del instrumento de Longo et al. (2016). Esta escala, originalmente compuesta por 18 ítems (6 subescalas), incluye 9 ítems destinados a medir frustración: autonomía (ítems 2, 4, 5), relación (8, 10, 11)

y competencia (13, 15, 18). Las respuestas se obtuvieron mediante una escala Likert de 7 puntos (1 = totalmente en desacuerdo, 7 = totalmente de acuerdo). Estudios previos reportan una consistencia interna apropiada para estas subescalas, con un coeficiente alfa de Cronbach α entre .73 y .82.

Escala de Bienestar

La Escala de Bienestar PHI, diseñada por Hervás y Vázquez (2013), es un instrumento breve y comprehensivo que conforma una evaluación precisa del bienestar emocional. Esta herramienta consta de dos secciones destinadas a medir el bienestar general y social; sin embargo, para los fines del presente estudio, únicamente se utilizó la sección correspondiente al bienestar general. Esta dimensión se evalúa mediante 11 ítems que se responden en una escala tipo Likert, con valores que van de 0 (“Totalmente en desacuerdo”) a 10 (“Totalmente de acuerdo”). Los reactivos están organizados para evaluar tres componentes del bienestar: general (ítems 1 y 2), eudaimónico (ítems 3 al 8) y hedónico (ítems 9 y 10, estos últimos con puntuación invertida). Un mayor puntaje indica un nivel más elevado de bienestar emocional. En este estudio, la escala reveló una alta consistencia interna, evidenciada por un coeficiente alfa de Cronbach de .91.

Procedimiento

La presente investigación se desarrolló en estricto cumplimiento de los principios éticos estipulados por la Asociación Americana de Psicología (APA) y los lineamientos de la Declaración de Helsinki (World Medical Association, 2013). El acceso a los participantes fue gestionado mediante solicitudes formales dirigidas a los responsables de cada institución educativa, a quienes se les proporcionó información detallada acerca de los objetivos del estudio, el procedimiento a seguir y un ejemplar de los instrumentos que serían aplicados. Una vez obtenida la autorización correspondiente, se remitió a los docentes un enlace a través de mensaje de texto para responder los instrumentos a través de la plataforma QuestionPro. A cada docente se le comunicaron claramente los fines del estudio, se recalcó el carácter voluntario de su participación y se garantizó la confidencialidad total de las respuestas y del tratamiento de los datos obtenidos. Asimismo, se les indicó que no existían respuestas

correctas o incorrectas y se les animó a contestar con sinceridad. La participación se llevó a cabo de forma anónima, en el tiempo libre de cada docente, respetando en todo momento su privacidad y autonomía.

Análisis estadístico

Para el análisis y procesamiento de los datos se utilizó el software IBM SPSS Statistics, (v. 21). Primero, se efectuaron análisis descriptivos para obtener medidas de tendencia central media y desviación típica de las variables principales del estudio. Después, se evaluó la fiabilidad interna de las escalas mediante el coeficiente α de Cronbach, tomando en cuenta valores superiores a .70 como aceptables (George & Mallery, 2019).

Con el fin de explorar las relaciones entre las variables, se aplicó la prueba de correlación de Spearman (ρ), debido a la ausencia de normalidad en ciertos casos, la cual fue verificada mediante pruebas preliminares. Posteriormente, se efectuó un modelo de regresión lineal múltiple para predecir la frustración de las necesidades psicológicas básicas (FNPB) a partir de las variables: bienestar, edad y antigüedad laboral. Se examinó el ajuste del modelo mediante el coeficiente de determinación ajustado (R^2 corregido), el error típico de la estimación y la significancia global del modelo a través del análisis de varianza (ANOVA).

Resultados

Los análisis estadísticos descriptivos demostraron niveles moderados de la frustración de las necesidades psicológicas ($M = 2.80$, $DE = 1.08$) y altos niveles de bienestar percibido ($M = 9.54$, $DE = 1.44$). La tabla 1 muestra los valores promedio y las desviaciones estándar.

Tabla 1

Estadísticos descriptivos de las variables del modelo

Variable	Media	Desviación típica
Frustración de NPB	2.80	1.08
Bienestar docente	9.54	1.44

Edad	42.15	9.18
Antigüedad	14.70	8.90

Nota. NPB (Necesidades psicológicas básicas) Fuente:

Elaboración propia.

En la tabla 2 se indica el análisis de regresión lineal múltiple, el cual se realizó para conocer como predice la frustración de las necesidades psicológicas básicas (FNPB) a partir del bienestar docente, la edad y la antigüedad. El modelo fue estadísticamente significativo, $F(4, 246) = 28.770$, $p < .001$, (tabla 3) y explicó aproximadamente el 31% de la varianza en FNPB ($R^2 = .319$; R^2 corregido = .308), con un error típico de la estimación de 0.90, lo que indica que el conjunto de variables predictoras mejora significativamente la predicción de la frustración de las necesidades psicológicas básicas.

Tabla 2

Resumen del modelo de regresión

Modelo	R	R ²	R ² corregido	Error típico de la estimación
1	.565	.319	.308	.900

Nota. Fuente: Elaboración propia.

Tabla 3

Análisis de varianza (ANOVA)

Modelo	Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
Regresión	93.242	4	23.310	28.770	.000
Residual	199.320	246	.810		
Total	292.562	250			

Nota. Fuente: Elaboración propia.

En la tabla 4 se revelan los coeficientes del modelo. El bienestar en el docente fue el único predictor significativo ($\beta = -0.538$, $p < .001$), indicando que a mayor bienestar, menor frustración de las necesidades psicológicas básicas.

Tabla 4

Coeficientes del modelo de regresión lineal

Predictor	B	Error típ.	β	t	p
Intercepto	6.957	0.451	—	15.409	.000
Bienestar	-0.404	0.042	-0.538	-9.692	.000**
Edad	-0.011	0.007	-0.118	-1.571	.117
Antigüedad	0.007	0.008	0.066	0.879	.380

Nota. Variable dependiente: Frustración de las Necesidades Psicológicas Básicas (FNPB). B = coeficiente no estandarizado; β = coeficiente estandarizado (Beta); $p < .05^*$ Fuente: Elaboración propia.

Se efectuó un análisis de correlación usando el coeficiente de Spearman para analizar la relación entre la frustración de las necesidades psicológicas básicas (FNPB), sus tres dimensiones (frustración de autonomía, competencia y relación), el bienestar, la edad y la antigüedad en el trabajo (tabla 5). Los resultados mostraron que la FNPB presentó correlaciones positivas significativas con cada una de sus dimensiones: frustración de autonomía ($\rho = .803$, $p < .001$), frustración de competencia ($\rho = .689$, $p < .001$) y frustración de relación ($\rho = .808$, $p < .001$), lo que indica una consistencia fuerte entre los constructos.

Así mismo, los resultados demostraron una correlación negativa y significativa entre la FNPB y el bienestar ($\rho = -.562$, $p < .001$), lo que indica que a medida que incrementa la frustración de las necesidades psicológicas, disminuye el bienestar de los docentes. Este hallazgo concuerda con la teoría de la autodeterminación, la cual señala que la satisfacción de las necesidades psicológicas es crucial para el bienestar.

Por su parte, cada dimensión mostró correlaciones negativas con el bienestar; frustración de autonomía ($\rho = -.372$, $p < .001$), frustración de competencia ($\rho = -.484$, $p < .001$), frustración de relación ($\rho = -.484$, $p < .001$).

.001) y frustración de relación ($\rho = -.473, p < .001$), reforzando la asociación entre la frustración y la afectación del bienestar.

Referente a las variables sociodemográficas, la FNPB arrojó correlaciones negativas débiles con la edad ($\rho = -.250, p < .001$) y con la antigüedad en el trabajo ($\rho = -.139, p < .001$), lo que demuestra una leve disminución en la frustración con el aumento en la edad y años de trabajo. Asimismo, la edad y la antigüedad se correlacionaron positivamente entre sí ($\rho = .706, p < .001$) lo cual era de esperarse de acuerdo a su relación.

Tabla 5

Correlaciones entre variables del estudio y fiabilidades.

Variable	α	1	2	3	4	5	6	7
1.FNPB	.80	1						
2. Bienestar	.92	-.562**	1					
3. F_Autonomía	.71	.803**	-.372**	1				
4. F_Competencia	.68	.689**	-.484**	.328**	1			
5. F_Relación	.78	.808**	-.473**	.465**	.431**	1		
6. Edad	-	-.250**	.361**	-.148*	-.195**	-.210**	1	
7. Antigüedad	-	-.139*	.243**	-.019	-.166**	-.138*	.706**	1

Nota. FNPB = Frustración de necesidades psicológicas básicas; F= Frustración $p < .01$ ** $p < .05$ * Fuente: Elaboración propia.

Discusión

El propósito de esta investigación fue examinar cómo la frustración de las necesidades psicológicas básicas (autonomía, competencia y relación) predice el nivel de bienestar emocional en docentes. Los resultados encontrados nos permiten ahondar en la percepción del impacto que tiene la frustración de las necesidades psicológicas básicas (FNPB) y sus tres dimensiones en el bienestar de los profesores. En concordancia con la teoría de la autodeterminación (Deci & Ryan, 2000; Ryan & Deci, 2017), se pudo observar que la FNPB muestra una fuerte asociación negativa con el bienestar en el profesorado. Este hallazgo es

consistente con investigaciones que demuestran como la frustración de las necesidades puede predecir un mayor incremento de agotamiento emocional, malestar emocional y psicológico y diversos síntomas que se relacionan con el estrés laboral en el ámbito educativo (Vansteenkiste & Ryan, 2013; Bartholomew et al., 2014).

Concretamente, los elevados coeficientes de correlación que se muestran entre la FNPB y sus dimensiones, respaldan la validez interna del constructo y van de la mano con lo obtenido por Trepanier et al. (2015), donde argumentan que estas dimensiones trabajan de manera conjunta, perjudicando así a la salud mental y bienestar emocional de los profesores. Asimismo, la correlación negativa significativa que se presentó entre la FNPB y el bienestar en el docente ($\rho = -.562$) acentúa el conocimiento de que la frustración de las necesidades está relacionado con una menor percepción de bienestar (Cheon et al., 2014; Slemp et al., 2024).

Abordando desde una posición organizacional, los hallazgos encontrados resaltan la necesidad de poner especial atención en el entorno educativo como factor crítico. La frustración de las necesidades psicológicas demostrada por su negativa asociación con el bienestar emocional del profesorado, indica un clima institucional que limita la autonomía, la competencia y las relaciones. Esta condición no solo repercute en el bienestar docente, si no que también se compromete directamente la calidad del desempeño profesional y el clima escolar, resultando afectado el proceso de enseñanza-aprendizaje. Estos resultados enmarcan la importancia de implementar estrategias a nivel organizacional para fomentar la satisfacción de estas necesidades, promoviendo de tal manera ambientes educativos más sostenibles y saludables (Durán, 2022).

De igual forma, cuando los profesores atraviesan por ambientes que frustran su autonomía (por ejemplo, con la imposición de decisiones sin consultarlo), frustran su competencia (con la falta de reconocimiento o retroalimentación) o frustran sus relaciones (con ambientes de trabajo adversos o apartados), no solo afectan su bienestar integral del docente, si no que además se ve afectado el clima escolar teniendo impacto negativo en los estudiantes y en el entorno educativo (Carrera-Castillo et al., 2024).

Referente a las variables sociodemográficas, los análisis mostraron correlaciones negativas significativas entre la FNPB con la edad ($p = -.250, p < .001$) como la antigüedad laboral ($p = -.139, p < .05$), lo que sugiere que los docentes con una mayor edad y con más experiencia laboralmente perciben una menor frustración de sus necesidades psicológicas. Este suceso se relaciona con estudios como el de Baatz & Wirzberger (2025), donde señalan que la experiencia laboral esta asociada con una mejor autoeficacia, resiliencia, estabilidad laboral y esto puede estar relacionado a que los profesores con el paso del tiempo, desarrollan habilidades de afrontamiento y una mayor integración y adaptación con la institución.

Basándose en lo anterior, es primordial que las instituciones en el ámbito educativo efectúen estrategias encaminadas a satisfacer las necesidades psicológicas básicas de los docentes. Implementando una difusión de la cultura organizacional basada en la colaboración, el reconocimiento y buenas relaciones interpersonales, así como también construir vías efectivas de comunicación y toma de decisiones en conjunto. Fortificando estos puntos, se puede presentar una mejora de forma significativa en el bienestar docente, lo que a su vez impacta de manera positiva en la calidad de la educación y en el desarrollo integral del alumnado. Esto concuerda con la Teoría de la autodeterminación (Ryan & Deci, 2017), que señala que la satisfacción de las necesidades de autonomía, competencia y relación es crucial para la motivación humana y el bienestar de las personas.

Las políticas educativas deben centrarse en implementar estrategias que beneficien la autonomía, competencia y relaciones entre los docentes, condiciones laborales interesantes a largo plazo para el docente, capacitación y desarrollo profesional, teniendo en cuenta que uno de los pilares primordiales para lograr el éxito en el sistema educativo es el bienestar. (Karabchuk et al., 2021).

Implicaciones para la práctica institucional

Las instituciones educativas tienen la ardua tarea de crear centros de trabajo donde los docentes se perciban estimados, con libertad de ejercer su autonomía y con posibilidades de desarrollo profesional. Por lo que se recomienda, hacer partícipes a los profesores en la toma de decisiones, consolidar programas para su desarrollo integral ofreciendo una

retroalimentación efectiva, así como promover el compañerismo y apoyo entre los profesores.

Limitaciones y futuras investigaciones

Este estudio es transversal, lo que limita la generalidad. Se propone para futuras investigaciones aplicar el estudio en diferentes regiones o países, así como implementarlo en diseños longitudinales para averiguar el efecto a lo largo del tiempo de la frustración de las necesidades psicológicas básicas.

Conclusiones

La frustración de las necesidades psicológicas básicas tiene una repercusión negativa en el bienestar emocional del docente universitario. Este resultado comprueba la necesidad de redefinir ambientes laborales con mayor empatía y más humanizados. Darle preferencia a la salud mental en el profesorado no es un lujo, es el camino apropiado para lograr una mejor calidad en la educación. Es indispensable que las escuelas lleven a cabo labores precisas para asegurar un entorno laboral saludable.

Este hallazgo acentúa la necesidad de que las instituciones de educación superior logren un compromiso verdadero y continuo con la creación de entornos de trabajo más empáticos, colaborativos y seguros emocionalmente.

Brindar prioridad a la salud mental del docente no debe considerarse un gasto opcional, sino una transformación estratégica en capital humano. Por lo tanto, es imprescindible que las universidades diseñen e implementen estrategias concretas orientadas a prevenir la frustración de las necesidades psicológicas básicas.

Referencias

- Arrese Neyra, R. C. (2021). *El contexto laboral y el bienestar de los docentes universitarios: una mirada desde la Teoría de la autodeterminación* [Master's thesis, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Institucional PUCP. <https://tesis.pucp.edu.pe/server/api/core/bitstreams/f7a3d784-d487-437d-8e13-d9345184de47/content>
- Baatz, J., & Wirzberger, M. (2025). Resilience as a professional competence: A new way towards healthy teachers? *Social Psychology of Education*, 28(1), 56. <https://doi.org/10.1007/s11218-024-10010-8>
- Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N., Cuevas, R., & Lonsdale, C. (2014). Job pressure and ill-health in physical education teachers: The mediating role of psychological need thwarting. *Teaching and Teacher Education*, 37, 101-107. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2013.10.006>
- Carrera-Castillo, D. E., Chun-Molina, R., Tomala-Salavarría, I. A., & Riera-Pesántez, F. M. (2024). Factores psicosociales y su impacto en el desempeño docente: Un estudio sobre el estrés y la satisfacción laboral. *Polo del Conocimiento*, 9(12), 612-634. <https://doi.org/10.23857/pc.v9i12.8502>
- Cheon, S. H., Reeve, J., Yu, T. H., & Jang, H. R. (2014). The teacher benefits from giving autonomy support during physical education instruction. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 36(4), 331-346. <https://doi.org/10.1123/jsep.2013-0231>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Durán, A. G. (2022). La frustración en docentes de educación primaria como factor emocional detonante de conflictos en la escuela. *Revista CoPala*, 15(15). <https://doi.org/10.35600/25008870.2022.15.0246>
- Ebersold, S., Rahm, T., & Heise, E. (2019). Autonomy support and well-being in teachers: Differential mediations through basic psychological need satisfaction and

- frustration. *Social Psychology of Education*, 22, 921-942. <https://doi.org/10.1007/s11218-019-09499-1>
- George, D., & Mallery, P. (2019). *IBM SPSS Statistics 26 Step by Step: A Simple Guide and Reference*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429056765>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6a ed.). McGraw-Hill.
- Hervás, G., & Vázquez, C. (2013). Construction and validation of a measure of integrative well-being in seven languages: The Pemberton Happiness Index. *Health and Quality of Life Outcomes*, 11(1), 1-13.
- Karabchuk, T., Shomotova, A., & Chmel, K. (2021). Paradox of research productivity of higher education institutions in Arab Gulf countries: The case of the UAE. *Higher Education Quarterly*, 76, 759-785. <https://doi.org/10.1111/hequ.12347>
- Klusmann, U., Richter, D., & Lüdtke, O. (2016). Teachers' emotional exhaustion is negatively related to students' achievement: Evidence from a large-scale assessment study. *Journal of Educational Psychology*, 108(8), 1193-1203. <https://doi.org/10.1037/edu0000125>
- Longo, Y., Gunz, A., Curtis, G. J., & Farsides, T. (2016). Measuring need satisfaction and frustration in educational and work contexts: The Need Satisfaction and Frustration Scale (NSFS). *Journal of Happiness Studies*, 17(1), 295-317. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9595-3>
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: Recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15(2), 103-111. <https://doi.org/10.1002/wps.20311>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Press. <https://doi.org/10.1521/978.14625/28806>

- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2022). Self-Determination Theory. In F. Maggino (Ed.), *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research*. Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-69909-7_2630-2
- Skaalvik, E. M., & Skaalvik, S. (2017). Still motivated to teach? A study of school context variables, stress and job satisfaction among teachers in senior high school. *Social Psychology of Education*, 20, 15-37. <https://doi.org/10.1007/s11218-016-9363-9>
- Slemp, G. R., Kern, M. L., Patrick, K. J., & Ryan, R. M. (2018). Leader autonomy support in the workplace: A meta-analytic review. *Motivation and Emotion*, 42, 706-724. <https://doi.org/10.1007/s11031-018-9698-y>
- Slemp, G. R., Field, J. G., Ryan, R. M., Forner, V. W., Van den Broeck, A., & Lewis, K. J. (2024). Interpersonal supports for basic psychological needs and their relations with motivation, well-being, and performance: A meta-analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 127(5), 1012-1037. <https://doi.org/10.1037/pspi0000459>
- Talbot, K., & Mercer, S. (2018). Exploring University ESL/EFL Teachers' Emotional Well-Being and Emotional Regulation in the United States, Japan and Austria. *Chinese Journal of Applied Linguistics*, 41, 410-432. <https://doi.org/10.1515/cjal-2018-0031>
- Trépanier, S.-G., Forest, J., Fernet, C., & Austin, S. (2015). On the psychological and motivational processes linking job characteristics to employee functioning: Insights from self-determination theory. *Work & Stress*, 29(3), 286-305. <https://doi.org/10.1080/02678373.2015.1074957>
- Trigueros, R., Aguilar-Parra, J. M., López-Liria, R., & Rocamora, P. (2019). The Dark Side of the Self-Determination Theory and Its Influence on the Emotional and Cognitive Processes of Students in Physical Education. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(22), 4444. <https://doi.org/10.3390/ijerph16224444>
- Van den Broeck, A., Ferris, D. L., Chang, C.-H., & Rosen, C. C. (2016). A review of self-determination theory's basic psychological needs at work. *Journal of Management*, 42(5), 1195-1229. <https://doi.org/10.1177/0149206316632058>

- Vansteenkiste, M., & Ryan, R. M. (2013). On psychological growth and vulnerability: Basic psychological need satisfaction and need frustration as a unifying principle. *Journal of Psychotherapy Integration*, 23(3), 263-280. <https://doi.org/10.1037/a0032359>
- Vansteenkiste, M., Ryan, R. M., & Soenens, B. (2020). Basic psychological need theory: Advancements, critical themes, and future directions. *Motivation and Emotion*, 44(1), 1-31. <https://doi.org/10.1007/s11031-019-09818-1>
- World Medical Association. (2013). World Medical Association Declaration of Helsinki: Ethical principles for medical research involving human subjects. *Journal of the American Medical Association*, 310(20), 2191-2194. <https://doi.org/10.1001/jama.2013.281053>