



Revista EDUCATECONCIENCIA.

Volumen 2, No. 2.

ISSN: 2007-6347

Julio-Diciembre 2013

Tepic, Nayarit. México

Pp. 56-68

DOI:<https://doi.org/10.58299/edu.v2i2.13>

0.58299/edu.v2i2.13

Recibido: 18 de noviembre de 2013

Publicado: 20 de diciembre de 2013

**Los Efectos Del Síndrome de Burnout y las Creencias Irracionales en el
Desempeño Docente**

Autores:

Guiana Fernández De Lara López

Universidad Autónoma de Nayarit. México

guiana02@hotmail.com

Los Efectos Del Síndrome de Burnout y las Creencias Irracionales en el Desempeño Docente

Guiana Fernández De Lara López

Universidad Autónoma de Nayarit. México

guiana02@hotmail.com

Resumen

Este estudio tiene como objetivo investigar los Efectos del Síndrome de Burnout y las Creencias Irracionales en el Desempeño de los Docentes que laboran en la Universidad Autónoma de Nayarit (UAN). Es una investigación de tipo cuantitativa correlacional no experimental. La muestra se obtuvo mediante una selección aleatoria, el cual de un total de 1866 docentes que laboran en la UAN, se evaluarán a 319 docentes seleccionados con diversas características socio demográficas (Edad, estado civil, sexo) y de situación laboral (medio tiempo, tiempo completo con y sin plaza o base). El Síndrome de burnout se analizará mediante el cuestionario de Maslach Burnout Inventory (MBI), para identificar las creencias irracionales en el docente se aplicará la Escala de Creencias Irracionales del Profesor (TIBS) traducida al castellano por (Calvete & Villa, 1997) y para conocer la valoración que el docente hace de su desempeño laboral se aplicará el cuestionario de Autorreporte del Desempeño Docente. El análisis de datos se realizará mediante el programa SPSS. Se espera conocer el efecto y la relación entre el Síndrome de Burnout y las Creencias Irracionales en el Desempeño Docente.

Palabras Clave: Síndrome de Burnout, Creencias Irracionales, Desempeño Docente.

Capítulo 1: Introducción

En la actualidad México se enfrenta a diversas crisis tanto económicas como socioculturales, lo que ha hecho que el ritmo de vida se convierta en un acelerado cotidiano que ha forzado a diversos ámbitos entre ellos el laboral a realizar constantes cambios enfrentándose así a nuevos retos y problemas.

Este es el caso de las Instituciones Educativas y como consecuencia del docente, el cual ha estado sujeto a convertir su labor en función de cómo ha ido entendiendo la sociedad el papel que debe desempeñar, por lo que su actuación es cada vez más difícil y compleja, encontrándose expuesto a diversas demandas laborales en las que si no logra adaptarse a estas nuevas condiciones y exigencias que le depara su medio para lograr cumplir los objetivos y hacer frente de forma apropiada a situaciones adversas que se le puedan presentar, el profesional se ve sobrepasado por dichos requerimientos, sin recursos suficientes, provocándole así consecuencias a nivel físico, psicológico y conductual.

Las Naciones Unidas reconocen que disfrutar en el mayor grado posible la salud es uno de los derechos fundamentales de todo ser humano (OMS, 2006) sin embargo, este derecho se ve vulnerado cuando aparecen factores o agentes psicosociales que de acuerdo a la Organización Internacional del Trabajo (OIT, 1984), son elementos externos que afectan las relaciones de la persona con su grupo y cuya presencia puede producir daño en el equilibrio psicológico del individuo. Dichos factores se pueden categorizar también como factores individuales (variables socio demográficas y de personalidad) y factores organizacionales (ambiente laboral y condiciones laborales) (Vargas, Cañadas, Emilia, San Luís, & Lozano, 2012).

En el país y en otros, son diversas las investigaciones que han estudiado los riesgos psicosociales relacionados con el trabajo docente y su repercusión sobre la salud (Aldrete, González, & Preciado, 2008; Arias & González, 2009; Cladellas, & Badia, 2010; Cladellas, & Casfello, 2011; Díaz, López, & Varela, 2010; Extremera, Duran, & Rey, 2010; Gil-Monte, 2007; Moreno, Aranda, Aldrete, Flores, & Pozo, 2006; Vargas, Cañadas, Emilia, San Luís, & Lozano, 2012). Específicamente dichos estudios se han centrado en el estrés, el cual sino se enfrenta de manera adecuada se convierte en crónico y puede dar origen como una forma específica de reacción a la aparición del Síndrome de Burnout, y junto a ellos puede aparecer toda una serie de sintomatología física o psicosomática, cognitiva y de comportamiento (Freudenberger, 1974).

Dicho padecimiento parece más frecuente e intenso en aquellas profesiones que se dedican al servicio humano entre los cuales destaca el docente. De este modo, los profesionales que desarrollan estas actividades de servicio hacia personas suelen estar expuestos permanentemente en su práctica a situaciones generadoras de estrés, lo que origina un deficiente ejercicio de su función como consecuencia de una merma en su salud y el consecuente gasto sanitario (Tifner, Martín, Albanesi de Nasetta, & Bortoli, 2006).

Sin embargo, aunque son numerosos los estudios que se han realizado en relación a esto, se han limitado a estudiar los riesgos o factores externos que afectan al docente y poco se ha hecho por investigar los factores internos que pueden estar causando y manteniendo dicho síndrome, así como las repercusiones personales y laborales que esto conlleva.

Por lo tanto, el objetivo básico de esta investigación se centra en conocer los efectos que pueden causar del síndrome de burnout y las creencias irracionales en el desempeño de los docentes.

Antecedentes y justificación

Un médico psiquiatra llamado Freudenberger en 1974, que trabajaba como asistente voluntario en la “Free Clinic” de Nueva York para toxicomaniacos al igual que otros voluntarios jóvenes e idealistas, observó que al cabo de un periodo más o menos largo entre uno y tres años la mayoría sufría una progresiva pérdida de energía, desmotivación, falta de todo interés por el trabajo hasta llegar al agotamiento junto con varios síntomas de ansiedad y de depresión, describió como estas personas se vuelven menos sensibles poco comprensivas y hasta agresivas en relación con los pacientes, con un trato distanciado y cínico, con tendencia a culpar al paciente de los propios problemas que padece (Moreno, González y Garrosa, 2001). Para describir este patrón conductual homogéneo Freudenberger eligió la palabra “bur-nout” (“estar quemado, consumido, apagado”).

Termino que después adoptaría Cristina Maslach en 1976 quien estudiaba las respuestas emocionales de los empleados de profesiones de ayuda a personas en ese entonces a abogados y lo describiría como el proceso gradual de pérdida de responsabilidad y desinterés cínico entre sus compañeros de trabajo (Maslach y Jackson, 1986).

Posteriormente esto se comenzó a observar en otras profesiones asistenciales, de ayuda o de contacto directo con mucha gente como la docencia.

Educación con calidad en la actualidad supone un gran reto y una tarea que entraña gran dificultad, incluso al hablar de calidad se tiene que estar consciente de los cambios sociales que afectan el sistema educativo y se debe considerar prioritariamente a uno de los personajes principales de este hecho que es el docente el cual se enfrenta cada vez más a nuevas demandas y exigencias en su actuación. En el nivel superior, el docente aparte de enfrentarse a estos desafíos tiene además una responsabilidad con sus estudiantes los cuales en esta etapa de su existencia necesitan visualizar que lo que aprenden en la escuela es de utilidad en su vida cotidiana y en sus aspiraciones y trabajo futuro como profesionales.

La labor del docente por lo tanto juega un papel tan importante que impacta en el desarrollo del estudiante en relación a capacidades y aptitudes, en la facilitación de la construcción de su conocimiento y en la motivación de la utilización de sus destrezas para que sean analíticos, críticos, reflexivos y emprendedores, al mismo tiempo influye en la motivación del estudiante de tal manera que tenga una actitud positiva para integrarse a un mundo cada vez más interdependiente y multicultural. Para ello, el docente debe buscar las estrategias más idóneas, que se adapten al contexto social, a la institución y más cercanamente a la realidad del salón de clases lo que a veces resulta difícil y estresante y para lograrlo, es necesario que el docente no solo esté preparado académicamente, sino que cuente con los recursos necesarios tanto organizacionales pero más importantes aun que tenga recursos personales para realizar su tarea, la realidad es que no todos cuentan con estos últimos.

Por lo anterior es de reconocer que la labor docente conforma un importante grupo social en quien recae la responsabilidad de promover no solo educación sino además estilos de vida saludable en la población a quien ofrece sus servicios. Por lo tanto, dicha problemática se puede considerar de forma global o con un efecto dómينو en donde la afectación no solo va para el docente sino también para la institución y los estudiantes, disminuyendo la calidad de la educación. Es por esto que si se logra atacar

dicho problema los beneficiados serán no solo los docentes sino también la institución y los estudiantes.

Sin embargo las pocas habilidades y cuidado a la salud (emocional) personal y la exposición al estrés crónico por parte del docente pueden limitar su trabajo causándole consecuencias personales y profesionales como falta de motivación, depresión, o irritabilidad y laborales como falta de compromiso, ausentismo o dicho de una forma más general un pobre desempeño.

Por las razones expuestas anteriormente, el presente trabajo ofrece un primer diagnóstico en donde a partir de este, los resultados permitirán en el corto plazo, hacer propuestas para diseñar e implementar un programa de prevención. Así mismo este trabajo ayudará a las Instituciones Educativas, tanto privadas como públicas, a la adecuada toma de decisiones sobre la capacitación permanente del profesorado y sobre la mejora de la propia organización.

Contexto

Actualmente en la Universidad Autónoma de Nayarit (UAN) laboran en horas clase 1866 docentes, se dice que horas clase debido a que existen trabajadores que tienen base o contrato docente pero realizan labores administrativas. Lo que es real es que representa un gran número de docentes impartiendo clases, los cuales no solo tienen la labor educativa sino además trabajo en academias, cursos de actualización, trabajos de investigación y en algunos casos labores administrativas, por lo que la carga de trabajo es bastante, ahora si se le suma al docente otras actividades extracurriculares como labores en otra institución, o familiares, aumenta aun más, por lo que el docente se encuentra ante demasiadas actividades las cuales si no se encuentra capacitado o cuenta con estrategias de afrontamiento adecuadas para este tipo de situaciones se ve vulnerable a padecer estrés, lo que provoca al tiempo de padecerlo el síndrome de burnout, este último puede impactar de tal forma al docente que le puede afectar en su salud física y psicológica, relaciones interpersonales y más consecuentemente en su desempeño laboral .

Definición de Términos o variables

En el estudio se tomaran como variables independientes el síndrome de burnout y las creencias irracionales y como variable dependiente el desempeño docente.

Síndrome de Burnout. De acuerdo a Maslach y Jackson (1986), es un proceso que se inicia con una sobrecarga emocional que conduce al agotamiento del sujeto, que comienza a mostrar conductas de distanciamiento y actitudes negativas respecto a las personas que atiende, así como dudas sobre su competencia y una baja realización profesional. Ubicaron tres dimensiones para caracterizar el burnout: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal.

El agotamiento emocional. Se define como cansancio o fatiga que puede manifestarse física, psíquicamente o como una combinación de ambos. Es la sensación de no poder dar a los demás más de sí mismo.

La despersonalización se entiende como el desarrollo de sentimientos, actitudes y respuestas negativas, distantes y frías hacia otras personas, especialmente hacia los beneficiarios del propio trabajo. Se acompaña de un incremento en la irritabilidad y una pérdida de motivación.

El bajo logro o realización personal o profesional es un sentimiento que surge cuando se verifica que las demandas que se le hacen exceden su capacidad para atenderlas de forma competente. Supone respuestas negativas hacia uno mismo y hacia su trabajo, evitación de las relaciones personales y profesionales, bajo rendimiento laboral, incapacidad para soportar la presión y una baja autoestima.

Creencias Irracionales. La irracionalidad es cualquier pensamiento, emoción o comportamiento que lleva a consecuencias auto-derrotistas o autodestructivas que interfieran de forma significativa con la supervivencia y felicidad del organismo (Ellis citado en Navas, 1981).

Desempeño Docente. Son como capacidades pedagógicas, emocionalidad, responsabilidad, cumplimiento de sus funciones laborales, relaciones interpersonales y resultados de su labor educativa (Valdés, 2000).

Objetivo General

El propósito de este estudio es conocer los efectos del síndrome de burnout y las creencias irracionales en el desempeño docente.

Objetivos Específicos

- ◆ Analizar el nivel de burnout en los docentes.
- ◆ Identificar las creencias irracionales que experimentan los docentes.
- ◆ Conocer la valoración que el docente realiza de su desempeño laboral.
- ◆ Analizar la relación entre el síndrome de burnout y el desempeño docente.
- ◆ Analizar la relación entre las creencias irracionales y el desempeño docente.

Capítulo 2: Revisión de Literatura

Marco Teórico

Definir el proceso del síndrome de burnout es algo complejo, sin embargo se puede partir de la definición de estrés, el cual se produce como consecuencia del desequilibrio entre las demandas de la situación (estresores externos e internos) y los recursos de la persona (Lazarus y Folkman, 1984). Este proceso es perfectamente reconocible en el ámbito laboral especialmente cuando se da en trabajadores cuya profesión se desarrolla de forma intensa y constante en contacto con otras personas.

En términos generales se ha expuesto que las profesiones asistenciales son las que más alto riesgo tienen de presentar burnout. Desde la perspectiva psicosocial, el estrés relacionado con el trabajo puede llevar a una persona a dar un trato mecanizado, deshumanizado a las personas con las cuales trabaja y percibir disminuida su habilidad para lograr éxito en el trabajo (Maslach y Jackson, 1981). Por lo tanto, la docencia también se encuentra vulnerable a este padecimiento.

Las investigaciones sobre este fenómeno se han centrado en diversas áreas entre ellas la de la salud, se puede encontrar por ejemplo el estudio sobre la prevalencia del síndrome de burnout en anesthesiólogos de Mexicali (Palmer-Morales, Gómez-Vera, Cabrera-Pivaral, Prince-Vélez y Searey-Bernal, 2005).

Y posteriormente se ha visto la necesidad de realizarlo también en otras áreas como es la docencia en donde se ha estudiado de diversas formas como los Factores psicosociales laborales y Síndrome de Burnout, diferencias entre hombres y mujeres docentes de secundaria, zona metropolitana de Guadalajara, México. (Aldrete, Preciado, Franco, Pérez y Aranda, 2008; Latorre y Sáez, 2009)

En resumen, el Burnout es considerado en la actualidad como uno de los daños laborales de carácter psicosocial más importante. Se asume como un proceso que surge

como consecuencia del estrés laboral crónico, un síndrome con connotaciones afectivas negativas que afecta a los trabajadores en distintos niveles (personal, social y laboral).

Preguntas de Investigación

1. ¿Cuál será el grado de síndrome burnout de los docentes?
2. ¿Cuáles serán las creencias irracionales que más experimentan los docentes en relación a las diversas áreas donde se desempeñan?
3. ¿Cuál será la valoración del docente respecto a su desempeño laboral?
4. ¿Cuál será el efecto del síndrome de burnout en el desempeño docente?
5. ¿Cuál será el efecto de las creencias irracionales en el desempeño docente?

Capítulo 3: Metodología

Participantes

En la Universidad Autónoma de Nayarit son un total de 1866 docentes que tienen horas clase, por lo que se considero necesario sacar una muestra para este estudio.

La muestra se obtuvo mediante una selección aleatoria para la cual se utilizo la ecuación

$$n = \frac{Z^2 pq N}{N e^2 + Z^2 pq} \text{ (Castañeda, 2002),}$$

Donde:

$$n = 319$$

$$Z^2 = (1.96)^2 \quad n = \frac{(1.96)^2 (0.50)(0.50)(1866)}{(1866)(0.05)^2 + (1.96)^2 (0.50)(0.50)} = 319$$

$$P = (0.50)$$

$$q = (0.50)$$

$$N = (1866)$$

$$e^2 = (0.05)^2$$

Por lo tanto de acuerdo a lo anterior el resultado total de los docentes que serán evaluados es de 319 los cuales serán seleccionados mediante un proceso indiscriminativo donde las características socio demográficas (Edad, estado civil, sexo) y de situación laboral (medio tiempo, tiempo completo con y sin plaza o base) serán variadas.

Se decidió sacar la muestra de esta forma debido a que se considera que independientemente de estas últimas características todos los docentes son importantes, además será una investigación muy enriquecida debido a que se podrán analizar las diferencias entre los docentes con sus distintas características socio demográficas.

Instrumentos

El Síndrome de burnout se analizara mediante el cuestionario de Maslach Burnout Inventory (MBI) (Maslach, C. y Jackson, S.E. 1981; 1986).

Para identificar las creencias irracionales en el docente se aplicara la Escala de Creencias Irracionales del Profesor (TIBS) de (Bernard, 1990) pero traducida al castellano por (Calvete & Villa, 1997).

Y finalmente para conocer la valoración que el docente hace de su desempeño laboral se aplicara el cuestionario de autorreporte del desempeño docente de (Fernández, A. 2002).

Diseño

Es una investigación de tipo cuantitativa no experimental, correlacional, ya que se observara el fenómeno en su ambiente natural para después analizarlo, y posteriormente se relacionaran las variables independientes (síndrome de burnout y creencias irracionales) con la variable dependiente (desempeño docente) para después describir dicha relación entre las variables.

Capítulo 4: Resultados

Se espera que los resultados arrojen información relevante la cual ayude a una mejor identificación de la problemática y así otorgar las recomendaciones que se consideren pertinentes. Se incluirán los resultados obtenidos por cada cuestionario, así

mismo las correlaciones entre las variables independientes (síndrome de burnout y creencias irracionales) con la variable dependiente (desempeño docente).

Capítulo 5: Discusión

Una vez que se obtengan dichos resultados se interpretaran, discutirán y relacionaran con otras investigaciones realizadas que refuercen dicha investigación o que en un determinado momento se diferencien en cuanto a los resultados, de igual forma los resultados se relacionaran con las preguntas de investigación planteadas en su inicio para verificar o contrastar lo cuestionado, de tal manera que el estudio se enriquezca.

Referencias

OMS. (2006). Carta de Bangkok. Para la promoción de la salud en un mundo globalizado, Red de Salud, 10, 48-51.

Organización Internacional del Trabajo. (1984). Factores psicosociales en el trabajo: naturaleza, incidencia y prevención. Informe del Comité Mixto OIT/OMS. Ginebra.

Vargas, C., Cañadas, G.R., Emilia, I., San Luís, C., & Lozano, L.M. (2012). Risk Factors Associated With Burnout Syndrome In Teachers.

Aldrete, M.G., González, J., & Preciado, M.L. (2008). Factores psicosociales laborales y el Síndrome de Burnout en docentes de enseñanza media básica (secundaria) de la zona metropolitana de Guadalajara, México. Rev Chil Salud Pública, 12(1), 18-25.

Arias Galicia, Fernando, & González Zermeño, Martha Elva. (2009). Estrés, agotamiento profesional (burnout) y salud en profesores de acuerdo a su tipo de contrato; Stres, Burnout and health in teachers according to their type of contract. Cienc. Trab, 11(33), 172-176.

Díaz Bambula, Fátima, López Sánchez, Anamaria, & Varela Arévalo, Maria Teresa. (2010). Factores asociados al síndrome de burnout en docentes de colegios de la ciudad de Cali, Colombia. Universitas Psychologica, 11(1), 217-227.

Moreno, M, Aranda, C, Aldrete, MG, Flores, E, & Pozo, E. (2006). Factores psicosociales y burnout en docentes del centro universitario deficiencias de la salud. Investigación en Salud, 7(3), 173-177.

Vargas, C., Cañadas, G.R., Emilia, I., San Luís, C., & Lozano, L.M. (2012). RISK FACTORS ASSOCIATED WITH BURNOUT SYNDROME IN TEACHERS.

Freudenberger, H. J. (1974). Staff burn-out. *Journal of Social Issues*, 30, 159-165.

Tifner, S., Martín, P., Albanesi de Nasetta, S., & Bortoli, M.A. (2006). Burnout en el colectivo docente. *Studium: Revista de humanidades*(12), 279-291.

Moreno, B., González, J. L. y Garrosa, E. (2001) Desgaste Profesional (Burnout), personalidad y salud percibida. En J. Buendía Y F. Ramos (Eds.), *Empleo, Estrés y Salud*. Madrid: Pirámide.

Maslach, C. Jackson, S. (1986). *The Maslach Burnout Inventory Manual*. Palo Alto, California: Consulting Psychologists Press.

Navas, R. J. J. (1981). *Terapa Racional Emotiva*. Bogota, Colombia: Revista Latinoamericana de Psicología, año/vol. 13, número 001.

Valdés, V. H. (2000) Indicadores de desempeño docente. Ponencia presentada por Cuba. Encuentro Iberoamericano sobre Evaluación del Desempeño Docente. Organización de Estados Iberoamericanos Para la Educación, la Ciencia y la Cultura, Ciudad de México, 23 al 25 de mayo.

Lazarus R S, Folkman, S. (1986), *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.

Maslach, C. Jackson, S. (1981). *MBI: Maslach Burnout Inventory. Manual*. Palo Alto, California: Consulting Psychologists Press.

Palmer-Morales, L. Y, Gómez-Vera, A., Cabrera Pivaral, C., Prince-Vélez, R. y Searey-Bernal, R. (2005). Prevalence of Burnout syndrome among anesthesiologists in Mexicali. *Gaceta Médica de México*, 141, 181-183.

Aldrete, M. G., Preciado, M., Franco, S., Pérez, J. y Aranda, C. (2008). Factores psicosociales laborales y Síndrome de Burnout, diferencias entre hombres y mujeres docentes de secundaria, zona metropolitana de Guadalajara, México. *Ciencia y Trabajo*, 10(30), 138-142.

Latorre, I. y Sáez, J. (2009). Análisis del Burnout en profesores no universitarios de la región de Murcia (España), en función del tipo de centro docente: Público versus concertado. *Anales de Psicología*, 25(1), 86-92.

Castañeda, J. (2002). *Metodología de la Investigación*. Mc Graw Hill.

Calvete E, Villa A. (1997). *Evaluación e intervención en el estrés docente: Proyecto Deusto 14-16*. Bilbao: Mensajero.

Fernández Arata, M. (2008). Burnout, Autoeficacia y Estrés en Maestros Peruanos: Tres Estudios Fácticos. *Ciencia & Trabajo*(30), 120-125.