

Bienestar Psicológico y Síndrome de Burnout en Docentes de las Instituciones Educativas de Jornada Escolar Completa de Dos Distritos de la Provincia de Cajamarca - 2017

Psychological well-being and Burnout Syndrome in Teachers of the Educational Institutions of the Full School Day of Two Districts of the Province of Cajamarca - 2017

Karina J. León Alva¹, Ricardo J. Monzón Portilla²

RESUMEN

El objetivo de esta investigación fue determinar las relaciones de las seis dimensiones del bienestar psicológico con el síndrome de Burnout en un grupo de 42 docentes de instituciones educativas de Jornada Escolar Completa de la ciudad de Cajamarca. Para ello, se empleó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff y el Inventario de Burnout de Maslach. Como resultado principal se encontró que no hubo correlación significativa entre el Burnout y el Bienestar psicológico en el grupo de estudio, contrastando drásticamente a los antecedentes; además, se halló que no existe correlación significativa entre el Burnout y las dimensiones autonomía, relaciones positivas, dominio del entorno, propósito de vida y crecimiento personal del Bienestar psicológico, por lo que dichas correlaciones se pueden explicar con factores no considerados en el estudio. De otro lado, se encontró que la dimensión de autoaceptación del Bienestar Psicológico y el Burnout correlacionan de manera moderada, directa y significativa ($r=,362$: sig. 0,18); siendo opuesto a lo planteado por la teoría, lo que implica que los docentes estarían concibiendo a la autoaceptación como indicador de resignación.

Palabras Clave: Bienestar psicológico, síndrome de Burnout, docentes.

-
- 1 Licenciada en psicología, especialidad en Psicología Organizacional, actualmente laborando en el área de recursos humanos, y candidata al grado de Magíster en Psicología Clínica por la EPG-UPAGU. Email: karinaleonalva1@gmail.com
 - 2 Licenciado en psicología, especialidad en Psicología Organizacional y Clínica, actualmente Docente en la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrello, y candidato al grado de Magíster en Psicología Clínica por la EPG-UPAGU. Email: Ricardo.monzon2021@gmail.com

Recibido: 12 de agosto 2019

Aceptado: 10 setiembre 2019



ABSTRACT

The goal of this research was to determine the relationships of the six dimensions of psychological well-being with Burnout syndrome in a group of 42 teachers from educational institutions of the Full school day of the Cajamarca city. To do this, the Ryff Psychological Well-Being Scale and the Maslach Burnout Inventory were used. As a main result it was found that there was no significant correlation between Burnout and psychological well-being in the study group, contrasting drastically to the background; also, it was found that there is no significant correlation between Burnout and the dimensions autonomy, positive relationships, environmental mastery, purpose in life and personal growth of psychological well-being, so these correlations can be explained with factors not considered in the study. From another side, it was found that the self-acceptance dimension of Psychological Well-Being and Burnout correlated moderately, directly and significantly ($r = .362$; sig 0.18); being opposed to what is stated by the theory, which implies that teachers would be conceiving of self-acceptance as an indicator of resignation.

Key Words: Psychological well-being, Burnout syndrome, teachers.

Introducción

Los docentes han experimentado una fuerte presión social ante la exigencia de mejorar la calidad educativa en el Perú. Esta presión tiene su mayor expresión cuando se responsabiliza al educador de las dificultades asociadas a la educación. Esto ha llevado que los docentes enfrenten problemas como: pérdida de autoridad hacia los alumnos, escaso compromiso de los padres, falta de recursos didácticos y desprestigio de la profesión; generando una discrepancia entre lo que debería ser el profesor y lo que brinda.

El trabajo del docente es considerado desde casi tres décadas como una de las profesiones de alto riesgo para el desarrollo del síndrome del burnout (Organización Internacional del Trabajo [OIT], 2016). Los datos estadísticos sobre las consecuencias del burnout en docentes indican un aumento de problemas psiquiátricos en comparación con otras profesiones, así como mayor ausencia laboral (García, 1991); añadido a ello, se conoce que el 77% de este ausentismo es por enfermedad mental (Chakravorty, 1989). Veenman (1984) menciona que el 90% de los profesores principiantes presentan patologías psiquiátricas durante el primer año de enseñanza; y la OIT (2013) considera que el estrés y síndrome de burnout son los principales riesgos ocupacionales de la profesión docente.

Considerando estos antecedentes, no podemos ser ajenos a la idea de que las exigencias que la sociedad pone al docente se han transformado en un factor importante para el desarrollo del burnout en los mismos; pues, la demanda social y los escenarios en donde se tiene que desarrollar el trabajo docente están generando desgaste personal que afectará de manera significativa la calidad de vida y bienestar psicológico, un grave problema que impactará en el aprendizaje de los estudiantes.

Todo ello genera un malestar emocional y estrés crónico, provocando conflicto psicológico y estrés laboral; y esto se acrecienta cuando el docente recibe la responsabilidad de eliminar problemas diversos de su institución educativa, como la violencia, droga, alcohol, etc. En otras palabras, las exigencias laborales

y sociales exceden los recursos materiales y humanos del docente, por lo que se observan situaciones desfavorables para los educadores que, sin duda, afecta el propio futuro de su profesión (Rivero, 2005).

Por lo expuesto anteriormente, en el presente estudio se pretende identificar la manera en que se da la relación entre el bienestar psicológico con el desarrollo de síndrome de Burnout en los docentes de Jornada Escolar Completa, en donde estos educadores han asumido mayor carga horaria sin recibir un incentivo adicional.

Materiales y métodos

La investigación fue de tipo básica, pues su intención fue obtener conocimiento de un sector de la realidad sin fines prácticos (Alzugaray, Cruzado, Sinner y Salas, 2007). El nivel de investigación fue correlacional con un diseño no experimental transversal (Ato, Lopez y Benavente, 2013), pues se analizó la relación entre las variables, recogiendo los datos de forma transversal sin manipularlas.

La población estuvo constituida por 67 docentes de las siguientes Instituciones Educativas: “San Juan Bautista” del distrito de Llacanora, “Cristo Rey”, “San Ramón” y “Miguel Carducci” del distrito de Cajamarca, los que forman parte del programa piloto de Jornada Escolar Completa. Como criterios de inclusión solo se consideró a sujetos que hayan firmado la carta del consentimiento informado, además que haya culminado al 100% las pruebas, de modo que se excluyeron 25 docentes; dejando la muestra en 42 participantes.

Para la recolección de datos se usaron dos instrumentos para medir cada una de las variables, así el Maslach Burnout Inventory (MBI) para el síndrome de burnout, que consistió de 22 ítems, la cual tuvo dos formatos de respuesta: frecuencia e intensidad; posee tres subescalas: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal, donde las puntuaciones de esta última dimensión son inversamente proporcional al burnout. Como segundo instrumento se usó la escala de Bienestar Psicológico de Ryff, la versión de 39 ítems, donde se miden seis dimensiones: autoaceptación,

relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito de vida y crecimiento personal; todas las subescalas muestran adecuadas propiedades psicométricas. Los estadísticos usados fueron las medidas de tendencia central y estadísticos por frecuencias; así mismo, se usó la prueba de normalidad de Shapiro-Wilk en la que se halló que las variables eran paramétricas y otras no paramétricas por lo que se usó el estadístico de Pearson para los estadísticos de correlación.

Resultados y discusión:

Los docentes son una población que tiende a reportar niveles altos de estrés por diversos factores desfavorables propios de la profesión; de este modo, los docentes de jornada escolar completa poseen factores estresantes mayores que afectan su salud mental; así el objetivo del estudio fue determinar la relación que existe entre el bienestar psicológico y el síndrome de burnout en docentes de las I.E. de jornada escolar completa de la ciudad de Cajamarca en el año lectivo 2017.

El bienestar psicológico según Ryff (1989), hace referencia a la capacidad para desarrollar las propias habilidades y potencialidades, para encontrar el significado de la vida, para alcanzar metas, a pesar de dificultades que puedan presentarse; traducido esto al docente, se podría mencionar que es la capacidad del

desarrollo de las habilidades y potencialidades del docente como persona y como profesional. Por otro lado, el síndrome de Burnout de acuerdo con Maslach y Jackson (1981), es la respuesta prolongada a estresores crónicos a nivel personal y relacional en el trabajo, y que se caracteriza por agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal en el trabajo. En el caso del docente, se puede mencionar que es un estado de fatiga intensa dentro del proceso enseñanza-aprendizaje del docente en su institución educativa.

Distribución de la muestra: Respecto a la distribución de la muestra se puede observar que la mayoría de docentes tienen una edad que comprende entre los 41 y 50 años de edad (40,5%), seguido de los que tienen 31 y 40 años (33,3%); donde el 59,5% son hombres y el 40,5% son mujeres. Además, la mayor parte de los docentes evaluados tienen una condición de Contratado (71,4%), y en menor medida están los nombrados (28,6%).

Relación entre las variables: En la tabla 1 se puede observar que no se halló una correlación significativa entre el Bienestar Psicológico y el Síndrome de Burnout, de este modo, aunque muestra una tendencia a ser directa y de magnitud media baja (0,233); se concluye que no existe evidencia suficiente para probar la hipótesis de investigación.

Tabla 1. *Índice de correlación entre el Bienestar psicológico y el Burnout.*

Bienestar Psicológico	Correlación de Pearson	Burnout
		0,233
	Sig. (bilateral)	0,138
	N	42

Ello supone que el agotamiento emocional, la despersonalización y baja realización personal en el trabajo que experimenta el docente no tienen relación con su bienestar psicológico; este resultado contrasta con los hallazgos de Salas (2010) y de Gaxiola (2013), quienes en

sus estudios hallaron que sí existe una correlación significativa y negativa, entre ambas variables, concluyendo que el bienestar psicológico amortigua la presencia de desgaste profesional.

En la tabla 2, se puede observar las diversas correlaciones entre las dimensiones del bienestar psicológico y el síndrome del Burnout, en ellas se puede observar que existe una correlación significativa, directa y de magnitud mediana entre la dimensión autoaceptación y el Burnout

(0,362), lo que supone que a ambos conceptos crecen en la misma dirección. Respecto a las demás correlaciones, se observa que no existe una correlación significativa entre las dimensiones del bienestar psicológico y el burnout.

Tabla 2. *Índices de correlación entre las dimensiones del Bienestar Psicológico y el Burnout.*

		Burnout	
Dimensiones del Bienestar psicológico	Autonomía	Correlación de Pearson	0,173
		Sig. (bilateral)	0,274
		N	42
	Relaciones Positivas	Correlación de Pearson	-0,222
		Sig. (bilateral)	0,157
		N	42
	Dominio del Entorno	Correlación de Pearson	0,187
		Sig. (bilateral)	0,236
		N	42
	Autoaceptación	Correlación de Pearson	,362*
		Sig. (bilateral)	0,018
		N	42
	Propósito de vida	Correlación de Pearson	0,107
		Sig. (bilateral)	0,501
		N	42
	Crecimiento Personal	Correlación de Pearson	0,073
		Sig. (bilateral)	0,648
		N	42

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

La correlación observada entre la autoaceptación del bienestar psicológico y el síndrome de burnout (tabla 2), no solo contradice a los estudios de Salas (2010), Gaxiola (2013), y Robles, Tapia, Correche y Penna, (2008), sino que también contradice a la teoría en el sentido de que la autoaceptación, conforme lo señala Ryff (1989) incluye una evaluación interna y autoconocimiento de una persona y cómo éstas se ponen en práctica en diferentes contextos para alcanzar objetivos, aspectos relacionados justamente a un cambio interno y externo, ambos vinculados al manejo y disminución de

los niveles del síndrome de burnout (Maslach, 2009). Sin embargo, esta asociación no se halló en la presente investigación, pudiendo este resultado atribuirse a la posibilidad de que los docentes interpretaran la autoaceptación como un estado de resignación frente a los factores estresores; o al carácter subjetivo del bienestar psicológico que puede estar influenciado por distintos factores externos.

Asimismo, no se halló correlación significativa entre el burnout y las dimensiones relaciones positivas, dominio del entorno, autonomía

y crecimiento personal del bienestar psicológico; la primera relación se explicaría en base a que el burnout es un problema de contexto (Maslach, 2009) y los docentes podrían estar percibiendo un contexto laboral positivo; en la segunda relación, se puede entender que los participantes cuentan con capacidad de crear contextos adecuados a sus necesidades personales; en la tercera relación, se explicaría porque en las instituciones educativas se permite a los docentes usar su propia sabiduría o experiencia para tomar decisiones; en cuanto a la correlación con el crecimiento personal, se explicaría debido a que el docente está dispuesto a asumir nuevas experiencias y a explorar su potencial esperando tener una mejora de sí mismo.

Finalmente, es necesario señalar que los resultados aquí expuestos son de aplicación única a los sujetos pertenecientes a la población en estudio, por lo que no es posible su generalización a poblaciones más extensas o con características distintas. Del mismo modo, el presente estudio no implica algo concluyente, por lo que sería conveniente realizar investigaciones que consideren otras variables para explicar mejor el bienestar psicológico y el síndrome de burnout en los docentes de I.E. de jornada escolar completa de la Ciudad de Cajamarca.

Conclusiones

1. No hubo correlación significativa entre el Burnout y el Bienestar psicológico en los docentes de I.E. de Jornada Escolar Completa. En consecuencia, la hipótesis de la presente investigación no ha sido confirmada, por lo que la variable bienestar psicológico no es explicada por la variable Burnout, contrastando algunos estudios que afirman que sí existe relación.
2. No hubo correlación significativa entre el Burnout y las dimensiones del Bienestar psicológico como son relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito de vida, en los docentes de I.E. de Jornada Escolar Completa; lo cual refiere a que el Burnout y dichas dimensiones se encuentran dispersas y se puede explicar con factores no considerados en el estudio.
3. Se halló una correlación significativa entre el Burnout y la dimensión de autoaceptación del Bienestar psicológico en los docentes de I.E. de Jornada Escolar Completa; sin embargo, a pesar de que existe relación, esta responde de manera no esperada teórica y empíricamente, por lo que probablemente se haya entendido a la autoaceptación como resignación por parte de los docentes.

REFERENCIAS

- Ato, M., López, J. y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059.
- Chakravorty, B. (1989). *Mental health among school teachers. Teaching and Stress*. Philadelphia, Estados Unidos: Open University Press
- García, M. (1991). Enfermedades del Profesorado. Análisis y Prevención. *Cuadernos de Pedagogía*, 192(15), 67-85.
- Gaxiola, E. (2014). Bienestar psicológico y desgaste profesional [DP] en amas de casa docentes universitarias. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 6(1), 78-88. Recuperado de: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2007078014702883>
- Maslach C. (2009). Comprendido el Burnout. *Cienc Trab.*, 11(32), 37-43.
- Maslach, C. y Jackson, S. (1981). *The Maslach Burnout Inventory*. Palo Alto, California: Consulting Psychologist Press.
- Organización Internacional del Trabajo [OIT]. (2013). *La prevención del estrés en el trabajo*. Ginebra, Suiza: Editorial de la OIT.
- Rivero, J. (2005). La educación peruana: crisis y posibilidades. *Pro-Posições*, 16 (2), 199-218. Recuperado de <https://www.fe.unicamp.br/pf-fe/publicacao/2317/47-artigos-riveroj.pdf>
- Robles, P., Tapia, M., Correche, M. y Penna, F. (2008). *Influencias del síndrome de burnout sobre el bienestar psicológico subjetivo. Un estudio exploratorio en docentes estatales de San Luis (tesis de maestría)*. Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, Argentina. Recuperado de: <https://www.academica.org/000-032/260.pdf>
- Ryff, C. (1989). Beyond Ponce de Leon and Life Satisfaction: New Directions in Quest of Successful Ageing. *International Journal of Behavioral Development*, 1, 41 – 45.
- Salas, J. (2010). *Bienestar Psicológico y Síndrome de Burnout en docentes de la UGEL N° 7 (tesis de maestría)*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú. Recuperado de: http://cybertesis.unmsm.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/cybertesis/616/Salas_dj.pdf
- Veenman, S. (1984). Perceived Problems of Beginning Teachers. *Review of Educational Research*, 54(2), 143-178.

Correspondencia

Autor: Karina J. León Alva

Dirección: Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo

Email: karinaleonalva1@gmail.com