

MIRIAM MORÁN RODRIGO
NORMA GARCÉS GARCÉS
ZILA ESTEVES FAJARDO

ESTRÉS LABORAL Y SÍNDROME BURNOUT

EN LOS PROFESORES

ESTRÉS LABORAL Y SÍNDROME BURNOUT
EN LOS PROFESORES
PRIMERA EDICIÓN

ESTRÉS LABORAL Y SÍNDROME BURNOUT EN LOS PROFESORES

Autores

MIRIAM MORÁN RODRIGO
NORMA GARCÉS GARCÉS
ZILA ESTEVES FAJARDO

Primera edición, mayo 2017



Libro sometido a revisión de pares académicos.

Edición
Diagramación
Diseño
Publicación

Maquetación.

Grupo Compás

Cámara Ecuatoriana del Libro - ISBN-E: 978-9942-750-90-7

Guayaquil - Ecuador

PRÓLOGO

El análisis sobre el estrés laboral y las manifestaciones del síndrome de burnout en los profesores de educación general básica permitió identificar los niveles de estrés, así como también los componentes del síndrome de burnout que experimentaron los profesores.

Según el estudio realizado por FETE-UGT, el 37'5% del colectivo docente se considera bastante estresado por la interacción con los/as alumnos/as, que un 7'4% del profesorado asegura que alguna vez ha sido agredido por algún escolar y que un 2% admite que el alumnado le ha agredido físicamente al menos una vez al mes. Asimismo, el nivel de estrés generado por la interacción profesor-familias se eleva a un 19'3 %, indicándose que un 24% del profesorado ha recibido en alguna ocasión por parte de las familias insultos. Es por ello que dicho estudio constata que más del 50% del profesorado tiene altos niveles de estrés.

Podemos denominar estrés a aquella excesiva activación psicológica y física que padecen los docentes como consecuencia de la interacción de los estímulos ambientales (clima del aula, relación con las familias del alumnado, relaciones con los compañeros del equipo educativo y centro, etc.,) y la respuesta idiosincrásica del individuo (teniendo en cuenta sus expectativas, locus de control, autoconcepto, forma de afrontar conflictos, etc.,) que puede desencadenar en problemas de salud y laborales (manifestaciones conductuales, actitudinales, psicológicas y fisiológicas).

El diseño se enmarcó en la perspectiva cualitativa y se lo realizó utilizando el método empírico fundamentalmente como es la observación donde se obtuvo información en el lugar de los hechos, así como también técnicas complementarias como la entrevista, test del árbol, test de frases incompletas de Rotter, cuestionario de burnout de Maslach, inventarios de estrés para maestros. Con la información obtenida se llegó a determinar que los profesores presentaron

resistencia, ansiedad, melancolía, frustración, rigidez, tirantez como indicadores del estrés laboral , así también se identificó desmotivación ,negativismo, pasividad, desconcentración, trabajo de poca calidad, baja productividad como indicadores de los componentes del síndrome de burnout.

ÍNDICE GENERAL

Estrés laboral.....	9
Estrés	14
Tipos de estrés.....	15
Modelos de estrés	17
Modelo de facetas ampliado de Beehr y Newman (1978).....	17
Modelo Cibernético del estrés laboral de Edwards	18
Teoría de la Activación Cognitiva del Estrés de Meurs	18
Síndrome Burnout.....	20
Etiología.....	24
Teoría Socio-cognitiva del Yo.....	24
Modelo de Competencia Social de Harrison (1983)	24
Teoría del Intercambio Social.....	25
Teoría Organizacional.....	25
Teoría Estructural.....	26
Teoría Sistémica.....	28
Teoría Cognitivo – Conductual	29
Teoría del Constructivismo.....	32
CAPÍTULO II	40
Metodologías y aplicaciones	40
Planteamiento problemático actual	41
Definición de categorías.....	44
Estrés laboral.....	45
Dimensión Cognitiva:	45
Dimensión Afectiva:.....	45
Dimensión Fisiológica:	46
Cansancio:	46
Cansancio físico:	47
Cansancio emocional:	47
Dimensión de Agotamiento:.....	48
Despersonalización:.....	48
En la Baja realización personal:.....	49
Método, técnicas e instrumentos.....	50
Métodos Empíricos.....	50

Procedimientos empleados	56
CAPÍTULO III	58
Casos para interpretar	58
Análisis y resultado por prueba	58
3.2. Discusión de los resultados	109
CONCLUSIONES.....	112
RECOMENDACIONES.....	112
BIBLIOGRAFÍA.....	115
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	118

INTRODUCCIÓN

En los años setenta, como consecuencia de los estudios sobre estrés, apareció el concepto burnout en los primeros trabajos de Freudenberger¹ (1974). Aunque antes de finalizar esta década son muchas las referencias sobre este tema en diversas profesiones asistenciales, entre ellas la de los profesores Keavney y Sinclair, (1978) Kyriacouy Sutcliffe, (1977), no será hasta los años ochenta cuando se produzca un aumento considerable de las investigaciones sobre burnout.

El concepto de estrés ha sido uno de los constructos más polémicos dentro de la Psicología, tanto en su definición como en sus modelos teóricos explicativos Sandín, (2003). Sin embargo, el término delimitado y aceptado por la comunidad científica casi en su totalidad desde la conceptualización establecida por Maslach, (1982, 1999) en la que define el burnout como una respuesta de estrés crónico formada por tres factores fundamentales: cansancio emocional, despersonalización y baja realización personal.

Uno de las primeras manifestaciones que comenzaron a señalar la importancia del estrés y burnout en el ejercicio de la profesión docente fueron los datos que las diferentes administraciones de educación tenían sobre las bajas laborales de los profesores y su evolución a través de los años. Estos resultados señalaban un aumento anual de las bajas de tipo psiquiátrico que no se encontraban en otras profesiones y que tenían como consecuencias un incremento del absentismo laboral, un enorme

¹ Herbert J. Freudenberger es un psicólogo estadounidense nacido en Fráncfort en 1927 y murió en Nueva York en 1999. Fue uno de los primeros en describir los síntomas de agotamiento profesional. y llevar a cabo un amplio estudio sobre el *burnout*.



gasto en sustituciones y un bajo rendimiento en el trabajo García-Calleja, (1991)

Es importante describir los niveles del estrés y el síndrome Burnout así como la necesidad de preocuparse más en la calidad de vida que se ofrecen a los profesores de educación básica, ya que si bien es importante contar con excelentes estrategias, recursos tecnológicos, actualizaciones curriculares que puedan utilizar los profesores en el inter-aprendizaje, resultando poco eficiente su labor en los casos en que su estado de ánimo, la predisposición, el deseo de aprender para enseñar está quemado, es decir, experimenta la sensación de que ya no puede más o siente que su trabajo no tiene fin.

El escenario donde se realizó la investigación fue en la Asociación de Profesores de Educación Primaria (APEP) de la ciudad de Guayaquil, donde se pudo detectar que los profesores experimentaban todas las dimensiones del estrés laboral así como el síndrome de burnout ya que se logró identificar la mayoría de los criterios considerados como indicadores para la determinación de que se encontraban en un proceso de estar quemado por el trabajo. Así mismo se pudo detectar que junto a la experiencia de estrés laboral, los profesores se encontraban vivenciando situaciones compatibles con las dimensiones del síndrome de burnout.

Oliver (1993) mantiene que el síndrome no es cuestionable en el caso de la docencia ya que en estas profesiones se producen problemas somáticos y psicológicos que dañan significativamente la ejecución profesional y porque afecta a las relaciones mantenidas con los alumnos y en definitiva a la calidad de la enseñanza.

Se han declarado varias perspectivas del fenómeno Síndrome de burnout, sin embargo no se cuenta con una definición admitida en forma consensuada sobre el síndrome de desgaste profesional; no obstante, hay una anuencia generalizada que considera la presencia del referido síndrome en el sujeto como una respuesta al estrés laboral crónico.

Entre los autores más reseñados en el ámbito internacional que dan su propia definición de burnout están: Edelwich y Brodsky (1980), Cherniss (1980), Pines y Cols. (1981), Golembiewski y Cols. (1983), entre otros; pero la definición más reconocida es la que Maslach y Jackson dieron en 1981. Estos autores lo definen como un síndrome que consta básicamente de tres dimensiones que son: el agotamiento emocional, la despersonalización y la baja autoestima profesional.

El agotamiento emocional expresado como cansancio físico y/o psicológico que se manifiesta como la sensación de falta de recursos emocionales, y el sentimiento que embarga al trabajador de que nada puede ofrecer a otras personas a nivel afectivo.

La despersonalización conocida como actitudes inhumanas, aisladas, negativas, frías, cínicas y duras, que da la persona a los beneficiarios de su propio trabajo.

La baja autoestima conocida también como falta de realización personal en el trabajo, sentimiento de inadecuación personal o falta de logros personales, se refiere a la existencia de un sentimiento de ausencia de logros propios de las personas en las labores habituales, se presenta un rechazo de sí mismo. Tal como lo expuesto en los resultados de estudios realizados en Universidad de Los Andes por Viloría Marín, Hermes; Paredes Santiago, Maritza, en el año (2002).

Es importante señalar que el sector de la educación parece ser especialmente vulnerable a este problema, es por ello que el malestar del profesorado amenaza no sólo sus posibilidades de autorrealización sino también su equilibrio físico y psíquico, con importantes consecuencias en la calidad de la enseñanza.

El concepto de burnout hace referencia a la presión a la que se ven sometidos los profesores al intentar responder a la diversidad de demandas, teniendo que exigirse cada vez más a sí mismos: la implantación de los nuevos planes de estudio, su reestructuración en créditos, el dictado de las materias el mayor peso que han adquirido los créditos prácticos, la evaluación permanente de la actividad de los profesores por parte de los estudiantes, la evaluación nacional de la calidad de la investigación, entre otros. En el caso de los profesores, el deterioro guarda relación con la formación de los estudiantes y, por tanto, su influencia en las futuras generaciones es evidente; además el rendimiento de la institución y el prestigio de la misma, se verán claramente disminuidos. Es importante resaltar que la mayoría de los trabajos relacionados con Burnout en profesorado se han desarrollado en el entorno de la enseñanza primaria.



CAPÍTULO I

Teorías importantes

Poco se conoce sobre las reacciones y manifestaciones del Síndrome de Burnout (estar quemado profesionalmente) en el contexto ecuatoriano, por lo que se han realizado varios estudios, entre ellos se señalan los resultados encontrados por las autoras venezolanas Hermes Viloria Marín y Maritza Paredes Santiago (2002) con el tema: estudio del síndrome de burnout o desgaste profesional en los profesores de la universidad de los Andes. En el que se obtuvo resultados alarmantes respecto de este fenómeno con un nivel medio de Burnout, caracterizado este por niveles medios de Despersonalización, Agotamiento Emocional y de Autoestima Profesional.²

La incidencia del Síndrome de Burnout evaluado mediante el MBI (Maslach y Jackson, 1981) en una muestra de profesores de la Universidad de los Andes. Los resultados indican un nivel medio de Burnout, caracterizado por niveles medios de despersonalización, agotamiento emocional y de autoestima profesional. Se estudió el efecto de algunas variables sobre las tres dimensiones del Burnout. Las variables sociológicas y profesionales relacionadas con estas subescalas fueron: edad, sexo, y la categoría en el escalafón. Otras variables como: Estado Civil, tener o no Hijos, Cónyuge con o sin trabajo no están relacionadas con el grado de Burnout. En cuanto a factores del perfil docente como los Años de Docencia y el Grado Académico, tampoco están relacionados con el grado de Burnout.

El estudio presentado por las autoras Hermes Viloria Marín y Maritza Paredes Santiago se basa en la incidencia del Síndrome de Burnout evaluado mediante el MBI, y dieron como resultado un

² Hermes Viloria Marín y Maritza Paredes Santiago (2002) con el tema: estudio del síndrome de burnout o desgaste profesional en los profesores de la universidad de los Andes.

nivel medio de Burnout, caracterizado este por niveles medios de Despersonalización, Agotamiento Emocional y de Autoestima Profesional, se diferencia del presente trabajo que se centra en el estrés laboral y el síndrome de Burnout en los profesores de educación básica.

En el entorno laboral, el tema del estrés ha estado muy vinculado, hace aproximadamente 35 años, considerando de gran importancia, relevancia lo citado, registrado y analizado, del denominado síndrome de Burnout, haciendo referencia al tema que se ha planteado, se encontró un artículo presentado por Juan Antonio Moriana Elvira y Javier Herruzo Cabrera (2004) de la Universidad de Córdoba, España con el tema: Estrés y burnout en profesores donde los autores obtuvieron los siguientes resultados: tras la revisión pormenorizada de la literatura científica sobre el tema, se detectan diversas limitaciones en la metodología utilizada para el estudio de las causas, así como la inadecuación de criterios metodológicos aplicada a las intervenciones realizadas con profesores.³ Destacan los datos que señalan mayores índices de absentismo y bajas laborales, que implican un alto coste para la Administración Educativa. Por ello se propone una reflexión sobre estos aspectos y la conveniencia de adoptar diseños experimentales y sistemas de detección precoz y prevención.

Entre los principales hallazgos e investigaciones realizadas sobre el estrés y burnout en profesores. En primer lugar se consideraron los estudios centrados en aislar las diferentes causas de tipo sociodemográfico, organizativas y de personalidad. A continuación se presentan los modelos teóricos que intentan explicar este fenómeno, otras variables relacionadas y las consecuencias personales, familiares y organizacionales

³ Juan Antonio Moriana Elvira y Javier Herruzo Cabrera (2004) de la Universidad de Córdoba, España con el tema: Estrés y burnout en profesores.



asociadas. Finalmente se presentaron los principales instrumentos de evaluación y las últimas tendencias en prevención e intervención. Tras la revisión pormenorizada de la literatura científica sobre el tema, se detectaron diversas limitaciones en la metodología utilizada para el estudio de las causas, así como la inadecuación de criterios metodológicos aplicada a las intervenciones realizadas con profesores. Destacándose los datos que señalaron mayores índices de absentismo y bajas laborales, que implican un alto coste para la Administración Educativa. Por ello se propone una reflexión sobre estos aspectos y la conveniencia de adoptar diseños experimentales y sistemas de detección precoz y prevención.

El artículo presentado por Juan Antonio Moriana Elvira y Javier Herruzo Cabrera (2004) se basó en revisar los principales hallazgos e investigaciones realizadas sobre el estrés y burnout en profesores, analizan los estudios centrados en aislar las diferentes causas de tipo sociodemográfico, organizativas y de personalidad, se diferencia del estudio presentado porque se utilizará un instrumento tipo likert para identificar las causas del estrés y las fases burnout.

Poco se conoce sobre las reacciones y manifestaciones del síndrome de Burnout estar (quemado profesionalmente) en este medio.

Gil Monte y Peiró (1999) consideraba necesario realizar estudios transocupacionales que muestren cómo se desarrolla el síndrome de quemarse en las diferentes profesiones esto facilitó un mejor conocimiento del síndrome, de su desarrollo y de las vías de intervención.⁴

⁴ Gil Monte y Peiró (1999), Estrés laboral

Carlin y Garcés de Los Fayos (2010) realizaron un repaso teórico e histórico por este concepto tanto desde la perspectiva organizacional/clínica, la originaria del síndrome, como desde la perspectiva deportiva, donde son ya treinta los años que se viene investigando y trabajando con el burnout Flippin, (1981).⁵

Siguiendo a Garcés de Los Fayos, Ortín y Carlin (2010), las agruparon en cuatro vertientes diferentes, la primera tiene que ver con la identificación de variables predictoras del burnout. La segunda línea de investigación ha sido sobre las consecuencias del burnout. Desde la más preocupante, el abandono Garcés de Los Fayos y Cantón, (1995) hasta otras no menos importantes como problemas físicos (enfermedades y lesiones), insatisfacción con el estilo de vida que mantiene, insatisfacción con su rol. En tercer lugar, ha habido un importante desarrollo teórico centrado en la elaboración de modelos que ayudarán a comprender de una manera más clara el desarrollo del síndrome. Finalmente, se ha desarrollado una línea de investigación orientada a la recolección de datos epidemiológicos que nos permiten tener una visión de la incidencia del síndrome de burnout.

Estrés laboral

Cano Vindel Antonio, (2002) dice: “En la Psicología, estrés suele hacer referencia a ciertos acontecimientos en los cuales se encuentran con situaciones que implican demandas fuertes para el individuo, que pueden agotar sus recursos de afrontamiento.”⁶

La definición del término estrés ha sido muy controvertida desde el momento en que se importó para la psicología por parte

⁵ Carlin y Garcés de Los Fayos (2010). El síndrome de burnout: Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo.

⁶ Cano Vindel Antonio, (2002) Sociedad Española para el estudio de la ansiedad y el estrés http://pendientedemigracion.ucm.es/info/seas/estres_lab/

del fisiólogo canadiense Selye (1956). El estrés ha sido entendido como:

- Reacción o respuesta del individuo (cambios fisiológicos, reacciones emocionales, cambios conductuales, etc.)
- Estímulo (capaz de provocar una reacción de estrés)
- Interacción entre las características del estímulo y los recursos del individuo.

En el año 2014, este último planteamiento, ha sido aceptado como el más completo. Así pues, se considera que el estrés se genera como consecuencia de una perturbación entre las condiciones que se dan en su entorno o sea factores internos o externos más los medios que puede obtener el individuo. Estudios realizados en el año, (2013) indican que el estrés profesional o estrés en su ocupación es un tipo de estrés natural de los grupos definidos, en las que aumenta la presión en el escenario profesional provocando así cansancio físico o mental del asalariado, manifestándose en diferentes reacciones que no sólo amenaza a su lozanía, sino también a su habitud más cercana.

Un folleto informativo de estrés profesional en el año (2013), ha delimitado que el estrés profesional se presenta cuando las demandas de su medio aumentan el alcance del trabajador para actuar o sostenerlas bajo cuidado, las que pueden surgir de diferentes maneras. Unos de sus indicadores más continuos van desde ser colérico a la debilidad, asociándose con la fatiga física e intelectual.⁷

Un patrón de estrés ocupacional sería el síndrome de Burnout o estar quemado profesionalmente, dándose este en los lugares

⁷ Estrés laboral, <http://www.estreslaboral.info/>

de atención al servicio social, actividades persuasivos. Por lo general, estos cargos, en varias ocasiones reciben una sobrecarga ocupacional, sea esta por una argumentación permanente de exigencias, reclamos del cliente, difundiendo un marco de estrés constante y retentivo en el trabajador. Por último el empleado pierde su accionar positivamente y da lugar a una dinámica intelectual negativa, para divisar que su nuevo día de trabajo es inacabable.

El estrés es una percepción que afloró para revelar características de las empatías entre el sujeto y su habitat, entendiéndose que a través de los factores externos interiorizados, afecta la salud y el confort del individuo.

Cabe resaltar que Walter Cannon (1932) y Hans Selye (1956) lo determina como una proyección del sujeto ante la exigencia manifestada en su proceder de disputa o escape.⁸

Con la Teoría de los Eventos Vitales, de Holmes y Rahe (1967) señalo datos que permitieron reconocer un cumulo de situaciones que se presentan por lo general en la existencia de los sujetos, originando alteraciones de gran magnitud. Hace poco se ha identificado que los angustiosos factores motivantes no se localiza en estas situaciones , se insertan acciones conservadas en el tiempo, originando acomodaciones permanentes , como los conflictos interpersonales, así como también el contrapeso de funciones o afecciones crónicas; provocando un impacto desfavorable en su salud Pearlin, (1989) Cockerham, (2001); Fernández-Montalvo y Piñol, (2000), y manifiesta que el estrés corriente, originado por hechos comunes , ha provocado pequeñas adecuaciones en la actitud del sujeto Santed, Sandín, Chorot, y Olmedo, (2000). Han direccionado sus estudios en

⁸ Selye H. (1956) The stress of life New York: McGraw – Hill.

analizar las interrelaciones entre ellas más su efecto en la salud Sandín, (2003).

No obstante, el signo angustioso de un entorno no va a depender bruscamente de la alteración que se genere en la vida, sino de la relación entre varias cosas del referido cambio, la condición agobiante constantemente es advertida, evidenciada con una lógica particular, formando una práctica personal, el cual puede interpretarse a nivel del “modelo Cognitivo Transaccional” Lazarus&Folkman, (1984). Este patrón, incluye que, la valoración cognitiva y el confrontar son fases conciliadoras entre un incentivo y su respuesta. La valoración cognitiva se orienta con destino a los requerimientos de su entorno superando los medios corrientes de la persona para confrontarla. Conforme la valoración de la situación desafiante, confusa, beneficio, se activan un grupo de habilidades para confrontar y siendo estas útiles o no, del cual va depender esta fase su naturaleza y magnitud de las reacciones sensibles y funcionales que lo conducen. Estableciendo así el soporte teórico sobre el estrés de la investigación realizada.

El estrés interviene y se desarrolla como guía y ordenador de su ocupación, con un modo de ser perceptivo, psicofisiológico por su naturaleza y social por su determinación Grau, (2005), que puede haber consecuencias validas, nocivas –eustrés –distrés- en su vitalidad y confort que puede ser regulado por diferentes elementos anímicos y comunitario.

Al poner la atención en el polo negativo del continuo salud-enfermedad, el interés se coloca en el distrés, en las respuestas fisiológicas y emocionales negativas que pueden derivarse de una evaluación de las demandas como desbordantes o amenazantes de los recursos habituales para el afrontamiento, y que implican movilizar diferentes estrategias. Al principio las fases de confronta

miento eran los componentes conciliadores esenciales para discernir la función del estrés en la salud, después se ha identificado la trascendencia de las emociones Lazarus, (1993), en particular el enojo, intranquilidad como respuesta principal ante una amenaza Spielberger & Moscoso, (1996) y desde una mirada individual los procedimientos auto reguladores de la identidad acontecen los mecanismos degenerando de estos aspectos afectivo negativos Grau, (2005).⁹

Uno de los aportes que resultó de mayor significación y claridad para la realización de la investigación fue el propuesto por Beehr y Newman (1978) conocido con el nombre de Modelo de facetas ampliado en el que se reconoce la vinculación epistemológica con las categorías propuestas por Lev Vigotsky en el enfoque histórico cultural como son las categorías vivencia y la situación social de desarrollo en la que se consideran la posición interna del individuo y los procesos intrapsíquicos e interpsíquicos

Según el modelo la presencia de estresores cuya lectura corresponde a las condiciones externas y la presencia de respuesta de estrés en correspondencia con las condiciones internas lo cual estaríamos hablando de dos requisitos imprescindible idóneos para explicar la realidad del accionar laboral. La existencia de terceros advertirían la probable extensión de diferentes alteraciones en el proceso. Por tanto se reconoce que la faceta personal se compone de características relativamente estables de la persona (por ejemplo, la personalidad, sus rasgos o características socio-demográficas). Éstas podrían interactuar con distintos estresores para producir una variabilidad más amplia en la respuesta de estrés.

⁹ Lazarus, R y Folkman, S. "Estrés y procesos cognitivos". Ed. Martínez Roca. Barcelona 1986.

La variable consecuencias organizativas contiene los comportamientos de los empleados, en situaciones de estrés, que tienen implicaciones directas en la eficacia de la organización (por ejemplo, el absentismo, la rotación o cambios en los niveles de rendimiento).

Por último, la faceta duración reconoce la importancia del tiempo en el propio proceso de estrés laboral, que es probablemente un factor poco reconocido en el estudio del proceso.

Posteriormente, se desarrolló un modelo extendido en el que se rompe la faceta ambiental en dos partes, estresores laborales y otras características de la situación. Estas otras características de la situación podrían moderar la relación entre los estresores y el resto de las variables del proceso.

Además, en esta nueva versión del modelo, cambiaría el papel de las características personales para mostrar de forma explícita su papel moderador en la relación estresores.

Estrés

En el entorno laboral el tema del estrés ha estado muy vinculado, hace aproximadamente 35 años, cediendo incluso parte de su protagonismo, de quien se ha discutido, publicado y explorado del denominado síndrome de burnout (SB).¹⁰

El estrés profesional se manifiesta en el momento que las demandas de su medio sobrepasa la disposición del sujeto para confrontarlas, las mismas que se expresan en múltiples aspectos. Varias de sus manifestaciones más usuales van desde

¹⁰ Darío Benjamín Vásquez Mejía, Estrés. <http://www.monografias.com/trabajos45/estres-laboral/estres-laboral.shtml>

enfurecerse, enojarse, al desánimo, melancolía, tristezas y estas se unen al cansancio físico intelectual.

Tipos de estrés

Cada persona puede responder de diferente manera al estrés en base a eso, se clasifica según el grado de intensidad y tiempo de efecto (Davis 1987):

Con base en el tiempo:

Estrés temporal: es el más común de todos los tipos de estrés tiene su fundamento se caracteriza por "pequeñas dosis" (periodos de tiempo cortos) aunque puede llegar a extenuar es resultado de factores que impresionan al ser humano de manera ocasional algunos ejemplos de ellos serían el estrés que sufren los estudiantes ante una evaluación o entrega de algún trabajo, el que sufre algunos pacientes antes de ser operados, el que experimenta los padres de familia ante el nacimiento repentino de uno de sus hijos. Se caracteriza por estados de humor cambiantes, leves padecimientos médicos, dolores musculares y de cabeza y sobre todo que ante la falta del estresor desaparece sin mayor consecuencia.

Estrés permanente: este tipo de estrés es aquel en el cual individuo su diario vivir se realiza bajo condiciones sumamente estresante con grandes y continuas preocupaciones este puede llegar a afectar su desempeño en su diario vivir originándole padecimientos médicos bastantes severos mucho se ha investigado acerca de la relación entre el cáncer y este tipo de estrés.

Con base en la intensidad:

Estrés ligero: cuyos efectos no ocasionan mayores problemas a las personas tanto fisiológicas como psicológicas y del cual se puede salir de una manera más fácil.

Estrés grave: es aquel cuyos efectos pueden llegar a ocasionarle a la persona serios desbalances fisiológicos, psicológicos y del cual no es tan fácil salir debido a la fuerza que tienen los estresares en él.

Estrés según las consecuencias que se forman en el sujeto:

Eutrés: Es el estrés provechoso, no genera inestabilidad de modo funcional; a nivel psíquico el sujeto esta para confrontar situaciones e inclusive lograr sensaciones confortables es decir se puede acceder a disfrutar de modo más agradable cada instante de su vida. ¹¹

El estrés aumenta la energía, lozanía proporcionando resoluciones que accederán a guiar actividades como persona, concediendo un grado de entendimiento capaz de percibir la vida como una práctica exclusiva y útil. Modelos de este tipo de estrés serían: una excursión llena de acontecimientos, tener un nuevo noviazgo, terminar una carrera profesional, el propósito de un adjetivo por el cual se ha trabajado por un periodo largo, satisfacción familiar.

Distrés: Es cuando nos referimos a un estrés perjudicial o nocivo. Este modelo de estrés hace que el sujeto aumente una presión en su trabajo sobrepasando las actividades o funciones que este debe realizar. ¹²

Por lo general este tipo de estrés se une constantemente a desordenes orgánicos incrementando sus funciones, como

¹¹ Eutrés, 2011, estres0.com/tipos-estres

¹² Distres, 2011, estres0.com/tipos-estres

encogimiento muscular, manifestaciones de afecciones, dolor, malestar desencadenando apresuradamente debilitación en ellos. Inclusive un abuso de estrés positivo es capaz de provocar distrés, por ejemplo el recuento de la persona amada, ser premiado por su buen desempeño laboral, el prepararse para su matrimonio, provocan susto y angustia.

Modelos de estrés

A continuación vamos a tratar de desarrollar por orden de relevancia –atendiendo al número de publicaciones donde se ha comprobado empíricamente el modelo–, las distintas teorías explicativas del estrés laboral.

Modelo de facetas ampliado de Beehr y Newman (1978)

El autor manifiesta que este tipo de modelo da lugar a que la aparición de los estresores y respuestas de estrés son los dos requisitos indispensables, idóneos para analizar las condiciones en que se da el estrés profesional. La presencia de otros aspectos, indicarían el posible resultado de otras variables en el proceso. La faceta personal se dispone de características relativamente constantes de la persona (por ejemplo, la personalidad, sus rasgos o características socio-demográficas). Éstas podrían interactuar con diferentes estresores para originar una variabilidad más extensa en la respuesta de estrés. La variable consecuencias organizativas contiene las conductas de los empleados, en situaciones de estrés, que tienen alcances directos en la eficacia de la organización (por ejemplo, el absentismo, la rotación o cambios en los niveles de rendimiento). Por último, la faceta duración reconoce la importancia del tiempo en el propio proceso de estrés laboral, que es posiblemente un factor poco reconocido en el estudio del proceso. Consecutivamente, se desarrolló un modelo extendido en el que se fragmenta la faceta ambiental en dos partes, estresores laborales y otras características de la

situación. Estas otras características de la situación podrían contener la relación entre los estresores y el resto de las variables del proceso. Además, en esta nueva versión del modelo, cambiaría el papel de las particularidades personales para manifestar de forma clara su papel moderador en la relación estresores y respuesta de estrés.

Modelo Cibernético del estrés laboral de Edwards

Con este modelo se trata de dar un aporte referente sobre la auto-regulación y el estrés laboral. Según este modelo, el estrés en las administraciones se definiría no en relación de las diversas características del sujeto o del medio sino en relación entre ambos dos. En este sentido, el estrés organizacional se precisa como los niveles de discrepancia entre la percepción del estado actual en el que se encuentra la persona y el estado deseado, en la medida en que el sujeto cree importante esta discrepancia. Las concepciones del estado tanto actual como deseado se puntualizarían de manera amplia, abarcando tanto la representación subjetiva de las condiciones laborales actuales como las metas, valores y objetivos específicos que la persona desea lograr.¹³

Teoría de la Activación Cognitiva del Estrés de Meurs

Hace poco apareció esta teoría analizando al estrés ocupacional que intenta fusionar los modelos ya establecidos en la actualidad agrupando adelantos analizados en la investigación del estrés distantes al medio organizacional. El tipo primario establece que es indispensable reconocer cuatro niveles diferentes de estrés. Por un lado, el estrés como impulso, los estresores, que atrapan ese papel en la magnitud en que la persona distingue el estímulo y lo valoriza como advertencia. Dicha valoración necesitaría de las costumbres anteriores y las

¹³ Dialnet-FuentesDeEstresSindromeDeBurnoutYActitudesDisfunci-1494.pdf

perspectivas del efecto que tenga el individuo. En segundo orden, la práctica de estrés, es decir, la representación interior cognitiva y sentimental de considerarse estresado. Consecutivamente la manifestación de estrés, comprendida desde este ejemplo como el aumento de arousal cerebral o como desarrollo de aceleración por estrés. “Por ello, la valoración de las manifestaciones de estrés se verifica mediante observaciones psicofisiológicas, neuroendocrinos, psicoimmunológicos, comporta mentales y de bioquímica cerebral”. Y por último, la retroalimentación de la respuesta de estrés, donde el sujeto presta atención a los cambios limítrofes causados por las manifestaciones del estrés, es decir, la adecuada costumbre de la respuesta de estrés.¹⁴

De estas teorías el Modelo Cibernético del estrés laboral de Edwards se basa en que el estrés en las estructuras lograría ser consideradas no en requisitos de las diferentes particularidades del sujeto o de su entorno sino en términos de trato entre uno y otro ; la Teoría de la Activación Cognitiva del Estrés de Meursnace últimamente como creencia aclarativa del estrés profesional procura constituir los patrones existentes hasta el plazo acumulando progresos ejecutados en el estudio del estrés extraños al situación estructural.

A diferencia de las teorías presentadas anteriormente, el presente estudio se centra en el Modelo de facetas ampliado de Beehr y Newman del año 1978 porque las características personales podrían también dar lugar directamente a distintos tipos de respuesta de estrés. Asimismo, “el afrontamiento y la adaptación” aparecen en este modelo para indicar las medidas adoptadas para corregir los problemas derivados de los

¹⁴ Dialnet-FuentesDeEstresSindromeDeBurnoutYActitudesDisfunci-1494.pdf

estresores, en las respuestas de estrés y los efectos a nivel organizacional.

Síndrome Burnout

El Burnout ha sido explicado como una etapa de cansancio físico, afectivo e intelectual provocado por el involucramiento de circunstancias afectivamente recurrente, durante un periodo extenso, tomado de Pines and Aronson, (1989)¹⁵

La implacable competitividad e indecisión que dirige el medio profesional, las demandas de su entorno, las variaciones relevantes en las perspectiva de la vida y los hábitos, condicionan un ritmo acelerado, que ocasiona malestar cansancio emocional, desorden en su habitual alimentación, actividad física y reposo, con achaques físicos, psicológicos y componentes de riesgo que ponen en amenaza a la salud de las personas de nuestro tiempos.

Zamora Granados Angélica (2013) .Considera que el individuo como ente difícil, que tiene la capacidad de acostumbrarse a circunstancias desagradables, pero al sentirse sobrepasado los procesos de adecuación, se genera un desborde que provoca alteraciones alteraciones orgánicas y psicológicas; el sujeto que supera sus actividades profesionales, cansancio físico y emocional empieza a tener posturas autodestructivas.¹⁶

Aquellos que laboran en carreras que se encuentran en relación con el dolor humano (así como personal de primeros auxilios, enfermeros, terapistas, médicos, socorrista.) son así mismo indefensos al desgaste por afinidades y al Burnout, ya que las relaciones interpersonales por afinidad es de gran importancia en la vida laboral con habitantes que de una u otra forma padecen de algún trauma o sufrimiento.

¹⁵ Pines, A., & Aronson, E (1989). Career burnout: Causes and cures. New York: Free Press

¹⁶ Angélica Zamora Granados (2013) www.geosalud.com/Salud_Mental/burnout.htm

El burnout se concibe como una experiencia individual y crónica de estrés relacionada con el contexto social Maslach, (1999). El modelo incluye tres componentes :la experiencia de estrés, la evaluación de los otros y la evaluación de uno mismo. Es un síndrome psicológico formado por el cansancio emocional (componente de estrés que implica una incapacidad para obtener de uno mismo los suficientes recursos emocionales necesarios para afrontar el trabajo), la despersonalización (componente asociado a la evaluación de los demás en la que afloran sentimientos negativos de distanciamiento y cinismo con respecto a los clientes) y una baja realización personal (componente relacionado con la evaluación negativa de uno mismo y con sentimientos de insatisfacción sobre el resultado de su trabajo).¹⁷

De forma que lo primero que aparece en el sujeto es el cansancio emocional dando paso posteriormente a la despersonalización y a la baja realización personal, proceso que replica Dorman (2003) en una reciente investigación sobre 246 profesores de centros privados. Este modelo establece una serie de dimensiones que se relacionan entre sí y que influyen directamente en la aparición del burnout. Dentro de éstas, los factores más importantes son la conducta del profesor, su percepción sobre el alumnado, la conducta de éste y sus resultados. No obstante, estas autoras plantean que el aspecto fundamental de la vivencia negativa que supone el fenómeno del burnout está directamente relacionada con la percepción que tiene el profesor de todos los factores anteriormente descritos y que su solución o la mejor forma de actuar ante la proliferación del burnout en los profesores solo la podemos encontrar en la prevención que pueda ejercer la administración educativa y la adecuación de leyes y reformas educativas coherentes y realistas

¹⁷ Maslach, C. & Jackson, S.E. (1981). Maslach Burnout Inventory (Research Edition). Palo Alto: Consulting Psychologist Press.

a la situación actual, dotando de infraestructura personal y material, suficiente y adecuada a los centros, que les permita adaptarse y asumir los cambios sociales que se vayan produciendo.

Síntomas:

- “Cansancio emocional”, debilitamiento, confusión de recursos emocionales, el individuo se manifiesta menos sentimental con los de su entorno y más duro consigo mismo.
- “Despersonalización o deshumanización”, se basa en el aumento de actitudes negativas, de indiferencia y descaro para con las personas.
- “Falta de realización personal”, con inclinación a valorar el propio trabajo de modo negativo, siente deficiencia profesional y pérdida de autoestima personal.
- Manifestaciones físicas de estrés, como fatiga y molestias frecuentes.

De esta forma, Byrne (1999), Kyriacou y Sutcliffe (1978) y Rudow (1999) destacan factores y variables personales como las más determinantes frente al modelo de Leithwood et al. (1999), que dan más importancia a las características organizacionales. Finalmente, el modelo que actualmente cuenta con más partidarios es, sin duda, el multidimensional de Maslach y Leiter (1999), que contempla la interacción de varios tipos de factores, sin destacar de forma particular a unos más que a otros, sino que será esta interacción la que delimite cuáles son las variables más importantes en un caso en concreto, lo que a efectos de la investigación se reconocerán como categorías para el estudio.¹⁸

¹⁸ 13. Maslach, C. & Jackson, S.E. (1981). Maslach Burnout Inventory (Research Edition). Palo Alto: Consulting Psychologist Press

Rivera Alejandro Néstor (2006) Considera que la vocación profesional puede ser percibida de dos formas diferentes: ofrece regocijo si se desarrolla profesionalmente, pero asimismo puede dar lugar a la decepción y abandono si la propia labor es advertida como insignificante. Por lo cual en este caso, el estrés crónico, habitual estaría dando paso a sintomatología como: pasotismo, desvelo, migrañas, problemas matrimoniales, familiares, baja autoestima, miradas al reloj, descuido en su trabajo, entre otros. Cuando estos indicadores o signos se unen, hay que reconsiderar el modo de trabajar, incluida la prolongación de su jornada y el vínculo con sus coetáneos, jefes u autoridades.¹⁹

Las continuas presiones por la que varios trabajadores están expuestos, y cuyos rostros más evidentes son el deterioro de las condiciones profesionales, baja salarial, los cambios exigencias gubernamentales, modelo, sistema burocrático a seguir más la carencia de probabilidades de satisfacción a través de vivencias de ausencia y estrés duradero van socavando las defensas y desgastando las relaciones interpersonales.

Guerrero (1998) expone que con frecuencia, los cambios, la calidad y las mejoras que se piden al sistema educativo se realizan en medio de una falta lamentable de recursos personales y materiales para llevarlos a cabo; añadiendo que en esta situación es fácil asegurar que el burnout haga acto de presencia.

Existe una diversidad de modelos en curso que expresan el desarrollo del síndrome de burnout pese que a ninguno de estos ha sido aceptable y apropiado. Son varios los autores que se pronuncian a explicar desde su punto de vista una global entre ellos podríamos citar a: Leiter y Maslach (1988), Gil Monte, Peiró y Valcarcel (1995), Golembiewski, Sun, Lin y Boudreau (1995),

¹⁹ <http://www.nemeton.com.br/nemeton/artigos/BURNOUTyTrabajoenSalud.doc>

Farber (1991), Pines y Aronson (1988), Cherniss (1982, 1980), Manzano (1998), entre otros.²⁰

Etiología

Gil-Monte y Peiró (1997). Ellos consideran a los modelos etiológicos en cuatro tipos de líneas de investigación: Teoría Socio cognitiva del Yo, Teoría del Intercambio Social, Teoría Organizacional y Teoría Estructural:²¹

Teoría Socio-cognitiva del Yo

En esta teoría las causas más significantes son 1) El conocimiento actúa en el modo de percibir la realidad, pero a la vez estos conocimientos se alteran por secuelas y efectos observados. 2) El deseo de lograr objetivos y resultados emocionales de sus actos están delimitados por la autodeterminación del individuo.

Modelo de Competencia Social de Harrison (1983)

El creador de este modelo se basa en la capacidad y autenticidad para definir, distinguir la "competencia percibida" como función del Síndrome de Burnout. Tiene en cuenta que la mayoría de los profesionales comienzan a laborar a nivel de servicios social se manejan con una motivación elevada para asistir generosamente a los demás, pero cuando está en el momento del trabajo se presentará situaciones que serán de provecho o de muralla que definirán la utilidad del asalariado. El aumento de la eficacia percibida y de los sentimientos de competencia social son factores de ayuda que junto con una alta motivación, dan resultados beneficiosos al individuo. Pero en el

²⁰ 13. Maslach, C. & Jackson, S.E. (1981). Maslach Burnout Inventory (Research Edition). Palo Alto: Consulting Psychologist Press.

²¹ Gil-Monte, P., y PEIRO, J. M. (1997): Desgaste psíquico en el trabajo: el síndrome de quemarse. Madrid, Síntesis.

momento, que hay elementos de obstáculos que impiden obtener los fines en el entorno laboral, la sensación de eficiencia disminuirá. Si estas situaciones se llegaran a prolongar por mucho tiempo podría manifestarse el SB.²²

Teoría del Intercambio Social

Modelo de Conservación de Recursos de Hobfoll y Freedy (1993)

La filosofía de “Conservación de Recursos” es una creencia motivacional constituida con la imagen en el momento que la motivación esencial del profesional se ve amenazada u obstaculizada da lugar al estrés, el mismo que puede producir el Burnout. Conforme a esta teoría, para reducir los niveles de Burnout se deben ampliar los medios de los trabajadores y, así, excluir la vulnerabilidad para abandonarlos. Se procura renovar de modo positivo los conocimientos, impresiones con la finalidad de mermar los niveles de estrés advertidos y, más aún los resultados, del Burnout. Por consiguiente, las habilidades que sugieren estos autores son de confortamientos para instruir el proceso del Burnout son las de modo "activo".²³

Teoría Organizacional

Modelos de Cox, Kuk y Leiter (1993)

El autor plantea, desde un panorama “transaccional del estrés laboral”, y el Burnout está conformado individualmente y se da en las profesiones humanísticas, y que el Cansancio Emocional es la prolongación fundamental de denominado síndrome. La “despersonalización” estimada como una estrategia de confortamiento ante el cansancio, y la “baja realización personal”

²² Gil-Monte, P., y PEIRÓ, J. M. (1997): *Desgaste psíquico en el trabajo: el síndrome de quemarse*. Madrid, Síntesis.

²³ Gil-Monte, P., y PEIRÓ, J. M. (1997): *Desgaste psíquico en el trabajo: el síndrome de quemarse*. Madrid, Síntesis.

es la consecuencia de la valoración cognitiva del estrés al que se enfrenta el profesional. Por ende en este señalamiento también participan las diversas definiciones que la persona da a su labor o algunas posibilidades malogradas en su entorno laboral. ²⁴

Teoría Estructural

Modelo de Gil-Monte y Peiró (1997)

El autor considera que el Burnout se presenta teniendo en cuenta una serie de variantes de modo organizacional, particular y habilidades de confortamiento. Propone que este síndrome es una respuesta al estrés laboral advertido (enfrentamiento y confusión de su cometido), y surge como resultado de un desarrollo de doble valoración en el momento que el confortamiento al estado amenazador es inadmisibles. Este resultado envuelve variantes conciliadoras entre el estrés advertido y sus consecuencias, como es el caso de, la falta de vitalidad, disminución en el gozo por su trabajo, desinterés, obviar). ²⁵

De estas teorías el Modelo de Competencia Social de Harrison (1983) describe que la mayoría de las profesionales que inician su labor en actividades de ayuda a los demás se conducen con un elevado nivel de motivación; el Modelo de Conservación de Recursos de Hobfoll y Freedy (1993) se apoya en la doctrina de que en el momento que la motivación esencial del asalariado se ve amenazada o negada está siendo encaminado al estrés y que, puede crearse el Burnout; el Prototipo de Gil-Monte y Peiró (1997) considera al Burnout tomando en cuenta variantes de tipo estructural, individual y habilidades para enfrentarlos. ²⁶

²⁴ Cox, S. & Heames, R. (2000). *¿Cómo enfrentar el malestar docente?* Barcelona: Octaedro

²⁵ Gil-Monte, P., y PEIRÓ, J. M. (1997): *Desgaste psíquico en el trabajo: el síndrome de quemarse.* Madrid, Síntesis.

²⁶ Gil-Monte, P., y PEIRÓ, J. M. (1997): *Desgaste psíquico en el trabajo: el síndrome de quemarse.* Madrid, Síntesis.

A diferencia de los modelos anteriores, la autora baso el presente estudio con el Modelos de Cox, Kuk y Leiter (1993) porque este se define en el “Modelo Procesual de Leiter” aparece a partir del modelo continuo de Leiter y Maslach (1988) propone que el brote del Burnout se atribuye a la sucesión que nace por una inseguridad entre requerimientos estructurales y demandas particulares. Aquello induce a una Fatiga Emocional en el profesional, para luego sentir Trastornos Disociativos (Despersonalización) como táctica de confortamiento. El desarrollo termina con la disminución de la Realización Individual como consecuencia de la nulidad al hacer frente a los estímulos profesionales, es decir que las habilidades de confortamiento no van de acuerdo con el deber demandante, ocupacional y cooperación.²⁷

De modo que se puede advertir, son tres las dimensiones que interpretan el proceso del síndrome. Es así, el cansancio emocional es el estado esencial en este ejemplo y se refiere al agotamiento, fatiga pérdida avanzada de energía, y otras. Los trastornos disociativos experimentado por el profesional se describe a un estilo de confortamiento que protege al asalariado del desengaño y cansancio. Ello expresa gestos y sentimientos descarados, falsos, referentes a sus clientes, que se expresan por exasperabilidad y contestaciones vagas direccionadas a personas que dan su asistencia. Para concluir el problema de la realización individual en su trabajo son apreciaciones adversas hacia sí mismo y el trabajo. Es el desgaste de la autovaloración unidos a representaciones inadecuadas, de carencia y temor en sus capacidades.

²⁷ Cox, S. & Heames, R. (2000). ¿Cómo enfrentar el malestar docente? Barcelona:Octaedro

Teoría Sistémica

Benidorm (2000) La teoría de sistemas, también conocida como teoría general de sistemas es un concepto parcialmente moderno gestionado por el biólogo austriaco Ludwing Von Bertalanffy a mediados del siglo XX. Se fundamenta en un intento por aclarar, agrupar y normalizar todos los sistemas que aparecen en la realidad.

Bertalanffy (1976) “describió una jerarquía de sistema en la que diferencia nueve niveles de organización. El cual se consideró en este estudio el nivel humano, que es la categoría del ser humano individual consideradamente como un sistema. En este nivel florece la autoconciencia como propiedad emergente transcendental. Su representación además de ser mucho más engorroso que la de los animales superiores tiene una cualidad de autorreflexión, el hombre no solo sabe, sino que está consciente de lo que sabe. Ello lleva al sistema hombre, no solo a necesitar mantener su organización vital si no a investigar el sentido de su vida.”

El otro nivel sería de las organizaciones sociales en esta categoría surgen las poblaciones de organismos de tercer orden de Maturana y Varela (1996). Debemos preocuparnos aquí del contenido y significado de los mensajes de la naturaleza y dimensiones de los sistemas de valores, pautas culturales, reglas formales e informales de las instituciones. Estos sistemas actúan como verdaderos organismos vivos que buscan conservar su propia homeostasis más allá de los subsistemas.

Es este nexo entre estresor (que puede ser muy profundo o poco profundo) y sujeto (que puede ser más frágil o más fuerte en un momento vital señalado) es la que determina que se

produzca o no la reacción de estrés y que se prolongue para dar lugar al burnout.

Desde esta mirada la autora considera al estrés o burnout de los profesores como la activación de una serie de sistemas “extras” para afrontar ciertos requerimientos internos y externos que desbordan a los recursos frecuentes. Esta activación extra se manifiesta en diferentes apariencias del organismo.

Una vez resuelto el requerimiento, el organismo puede originar la desactivación de estos sistemas pasando al estado habitual nuevamente.

Es decir, un sistema se halla en ilación estresada con su entorno cuando para poder adaptarse a cambios internos y externos el mismo, activa sus recursos extras de forma tal que en ese momento, el sistema presenta un descenso en su flexibilidad.

Teoría Cognitivo – Conductual

Edwin Muñoz Tobo (2011) “Por el siglo XX en la Psicología Experimental estuvieron predominantes tanto el conductismo y el cognitivismo.”

Es así el conductismo se desarrolla en EEUU bajo la tutela de Watson (1878-1858). “El conductismo va a tener como objeto de estudio la conducta humana, es decir los actos psíquicos observables empírica y objetivamente. No se va a preocupar de los estados internos del sujeto ni los estados de conciencia.”²⁸

En síntesis los conductistas se apoyaron en la aseveración de que el proceder de las personas logran reducirlo a una cantidad de manifestaciones ante unos factores establecidos.

²⁸ Michael Trujillo, 2011, <http://www.monografias.com/trabajos82/modelo-cognitivo-conductual/modelo-cognitivo-conductual2.shtml>

Por ello cuando una persona desea modificar una respuesta establecida ante unos determinados estímulos tendré que aumentar algo al estímulo para poder enmendar la respuesta.

Apareciendo una nueva doctrina para perfeccionar a los conductistas denominándolo así como “Cognoscivistas”. Estos científicos a través de sus análisis realizan modificaciones a los modelos anteriores.

En contra parte con la psicología cognitiva tenemos que se ocupa del análisis cognitivo es decir del conocimiento y demás fases intelectuales comprometidas con el saber. Se determina a sí misma como sucesora de “la ciencia fundada por Wundt, Leipzig (1879)” y está guiada al análisis del intelecto y su desarrollo.

El propósito es investigar los mecanismos de realización del saber desde la captación, la evocación, y enseñanza, incluso también la creación de concepciones, deducciones lógicas.

Los procesos intelectuales son utilizados por los cognotivista el cual le permite interpretar el comportamiento tomando en cuenta la interrelación entre los factores y sus manifestaciones.

Los mismos que dan realce a la influencia en el que el desarrollo de la información tiene del comportamiento, confirmando que el sujeto relaciona la información actual.

La psicología cognitiva tiene una doble argumentación. La primera argumentación es estudiar como los sujetos comprenden la sociedad en el que subsisten a sí mismo se confronta los problemas de como los sujetos cogen la información sensorial entrante enmendando, abreviando, realizando, resumiendo, .mejorándose, y por ultimo utilizarla.

La segunda argumentación de la psicología cognitiva es como el conocimiento guía al comportamiento.

El paradigma cognitivo pretende que los sentimientos y comportamientos del individuo permanezcan mediados por su representación de los hechos. Aquello significa que es la forma como analiza el sujeto una realidad y no lo que el sujeto pueda estar sintiendo, Ellis (1962); Beck (1964), por ello el modo en que se advierte el sujeto está relacionado a la manera en analizar y razonar una realidad. La realidad por sí misma no finaliza abiertamente cómo se siente; su argumentación esta inconclusa por la representación de su situación.²⁹

El tipo cognitivo conductual se origina de los procesos y simultaneidad del planteamiento conductual, propuesto oficialmente en 1913 con la publicación de James Watson que llevaba por título “La psicología desde el punto de vista de un conductista. Aquellas investigaciones, que guían el procedimiento de la psicología conductista desde el condicionamiento clásico hasta el condicionamiento operante” sostuvieron una posición de aproximación con los ejemplos cognitivos, a las que se les incorporo la acción cognitiva o del conocimiento como elemento de análisis, fundamentada como determinante del proceder de la persona.³⁰ Guerra & Plaza (2001). Los contenidos esenciales del ejemplo cognitivo conductual son” percepción, memoria e inteligencia”.

Científicos como Labrador, Cruzado y Muñoz (1993); Guerra y Plaza (2001). “Enfatiza la explicación del comportamiento mediante el estudio de las estructuras internas mentales como la representación, memoria, fases de procesamiento de información (percepción, sensación, memoria); es decir hace hincapié en los

²⁹ Beck J (1995) Cognitive Therapy: Basics and Beyond p.14

³⁰ James Watson 1913, “La psicología desde el punto de vista de un conductista”

procesos o estrategias cognitivas que median entre el estímulo y la respuesta.”³¹

El ejemplo cognitivo conductual se ocupa de variables cognitivas, motriz, orgánicas y de su entorno.

En conclusión podemos indicar que el modelo cognitivo conductual se manifiesta en los indicadores del estrés y burnout de los profesores en sus pensamientos, emociones, y conductas, el cual nos ayuda a comprender la manera en que estos procesos influyen en el funcionamiento de su comportamiento.

Así también permite examinar los conocimientos tanto interno como externo y las influencias de estos sobre el bienestar de las personas en este caso la de los profesores.

Teoría del Constructivismo

La filosofía del Constructivismo es una categoría repartidas por distintas inclinaciones del análisis psicológico y pedagógico. De las encontramos las teorías de Jean Piaget (1952) Lev Vygotsky/ (1978) David Ausubel (1963) Jerome Bruner (1960), y aun cuando ninguno de ellos se califican como constructivista sus ideas y propuestas notoriamente ilustran las ideas de esta corriente.

“El constructivismo, como epistemología (Teoría del Conocimiento), es una teoría que propone que el ambiente de aprendizaje debe sostener a múltiples perspectivas o interpretaciones de realidad, construcción de conocimientos, actividades basadas en experiencias ricas en contexto.”³² Jonassen (1991).

³¹ Labrador, Cruzado y Muñoz (1993); Guerra y Plaza (2001). Modelo conductual.

³² Jonassen (1991). El constructivismo, como epistemología (Teoría del Conocimiento)

“Es una epistemología, es decir una teoría que intenta explicar cuál es la naturaleza del conocimiento humano”.³³ Méndez (2002).

Las personas construyen significados según van aprendiendo, resultado del ambiente y de sus intereses internos como interacción de ambos componentes.

“Se sustenta en la premisa de que cada persona construye su propia perspectiva del mundo que le rodea a través de sus propias experiencias y esquemas mentales desarrollados. El constructivismo se enfoca en la preparación del que aprende para resolver problemas en condiciones ambiguas.”³⁴ Schuman (1986).

“El constructivismo es una postura psicológica y filosófica que argumenta que los individuos forman y construyen gran parte de lo que aprenden y comprenden.”³⁵ Bruning, Schraw y Ronning (1995).

Los individuos son participantes activos y deben de construir el conocimiento. Geary (1995).

“Así tenemos que para Piaget la construcción del conocimiento se produce cuando el sujeto interactúa con el objeto del conocimiento. El conocimiento proviene de lo ya aprendido y no directamente de las interacciones con el medio. No es un espejo del mundo exterior si no que se desarrolla por medio de la abstracción cognoscitiva.”

Específicamente puede decirse que el constructivismo es el modelo que sostiene que una persona, tanto en los aspectos cognitivos, sociales y afectivos del comportamiento no es un único

³³ Méndez (2002). Epistemología

³⁴ Schuman (1986). El constructivismo

³⁵ Bruning, Schraw y Ronning (1995). El constructivismo

producto del ambiente ni un simple resultado de sus intereses internos, sino una construcción propia que se va elaborando día a día como resultado de la interacción de estos dos componentes.

El individuo obtiene conocimientos a través de sus acciones y este puede distinguir, depurar, darle sentido a la información que consigue.

Para el constructivismo saber es actuar sobre una realidad circundante y el individuo conoce si modifica la realidad a través de sus acciones.

Con esto decimos que el individuo va construyendo de manera natural sus conocimientos a través de la interacción con la realidad circundante.

En el proceso cognitivo de los sujetos se dan algunos desequilibrios y problemas, esto quiere decir que en el aspecto del aprendizaje debe sufrir algún desequilibrio que le provoque una apertura de la mente para incorporar nuevos saberes.

Los desaciertos son necesarios para poder mejorar y a su vez son los provocadores del desequilibrio y a medida que avanza el sujeto en su aprendizaje se va equilibrando lentamente.

Como resultado de lo explicado hasta el momento este trabajo investigativo se apoyó en el enfoque socio histórico – cultural de la teoría de Vigotsky ofreciéndose como una alternativa teórica en el campo educativo, debido a su gran potencialidad para el desarrollo de explicaciones e discrepancias educativas.

Según varios estudiosos de la obra de Vigotsky como Carretero y García

,(1985);Riviere,(1985,1990);Palacios,(1987);Wersch,(19899),(199

3); Vilà(1990); Blanck,(1993); Cole(1993); y otros la médula de la teoría propone tres temas primordiales.

a.-) Las funciones psicológicas superiores tienen su principio y se desarrollan en el contenido de las relaciones socioculturalmente organizadas.

b.-) Las funciones psicológicas superiores no pueden ser estudiadas como entidades estancadas sino a través de la aplicación de un análisis genético.

c.-) Las funciones psicológicas superiores solo pueden entenderse a través de la actividad instrumental mediada.³⁶

A continuación se presentan doctrinas básicas que nos ayudan a fundamentar la teoría de Vigotsky con la teoría organizacional del Burnout de COX KUK y LEITER (1993) y la teoría de estrés de BEEHR Y NEWMAN (1978).

Según Vigotsky (1979) que la naturaleza de la conducta humana reside en su carácter mediatizado por herramientas y signos.³⁷

Cada uno de estos instrumentos orienta de una manera distinta la actividad del sujeto. Así, tenemos que el uso de las herramientas produce innovaciones en los objetos, al estar orientados hacia el exterior, sin embargo la utilización de los signos actúa sobre la persona originando una alteración, y ello porque es un instrumento orientado hacia el interior.

El carácter instrumental determina a la mediación de los procesos mentales superiores.

³⁶ Carretero y García (1985); Riviere,(1985,1990); Palacios,(1987); Wersch,(1989),(1993); Vilà(1990); Blanck,(1993); Cole(1993), teorías de Vigostky

³⁷ <http://conocermasinvestigando.blogspot.com/2012/02/teoria-de-vigostky.html>

Los sujetos modifican enérgicamente los estímulos con los que se afrontan, utilizados como instrumentos para controlar las condiciones ambientales y regular su propia conducta. La esencia de la conducta humana reside en su carácter influido por herramientas y signos.

Los instrumentos están ubicados hacia afuera hacia la modificación de la realidad física y social. En cambio los signos están encaminados hacia el interior del individuo, hacia la autorregulación de su propio comportamiento.

La interiorización de los instrumentos culturales se transforma en signos para el individuo cuando este se los adapta y puede usarlo para fusionar y sacar significados.

Continuando con la línea Vigotskiana podríamos afirmar que la guía del desarrollo y cambio del comportamiento avanzaría del exterior del individuo hacia su interior.

Desde este panorama toda función intelectual sigue la línea de la doble formación es decir primero es externa y luego interna por ende se forman primero las relaciones interpersonales del individuo y luego tiene una estructura interna.

El desarrollo de internalización estipula a la transformación de las acciones externas, de carácter social en acciones internas de carácter psicológico. No es un proceso de reproducción de la realidad en un plano interno del sujeto. Cualquier proceso Psicológico Superior pasa necesariamente por una etapa de formación externa en su desarrollo, porque es la iniciación de una competencia social.

La fase de internalización no es puramente en el traspaso de una acción externa a un plano interno ya existente en su entendimiento, sino el proceso a través del cual se forma dicho

plano interno. De esta forma los procesos interpersonales se transforman en intrapersonales.

Una vez extraídas opiniones fundamentales de los tres ejes temáticos de la teoría de Vigotsky, cabe señalar que la zona de desarrollo próximo es de gran importancia en esta fundamentación de acuerdo a esta concepción desarrollada en (1979) la define como la distancia que existe a través de perspectivas de resolución del quehacer del sujeto pueda conseguir actuando indistintamente y la escala que pueda obtener con la colaboración, la guía u orientación de un compañero más eficiente o de una persona experta en la tarea”.

Por lo expuesto hasta el momento se puede recalcar que el enfoque socio -histórico –cultural considera que el proceso de desarrollo cognitivo del sujeto no es independiente u autónomo de los procesos socioculturales.

Por lo tanto, no es posible estudiar los procesos de desarrollo cognitivo al margen del contexto histórico cultural en el que está inmerso el niño.

Así mismo, los estudiantes debe ser entendido como un ser social producto y protagonista de las múltiples interacciones sociales en lo que se involucra a lo largo de su vida escolar y extraescolar ;y al mismo tiempo los profesores deben ser entendidos por un lado como un agente cultural que enseña en un contexto y con unos medios socioculturalmente determinados y , por el otro como un mediador esencial entre el saber socio cultural y los procesos de apropiación de los alumnos , siendo todo ello enmarcado dentro de la comunicación , ya que permite regular la actividad propia y la de los demás.

A partir de las opiniones expuestas; los profesores como agentes transmisores y mediadores de la cultura socialmente construida pueden reflexionar, y re significar sus prácticas pedagógicas cotidianas.



CAPÍTULO II

Metodologías y aplicaciones

La necesidad de estudiar el síndrome de quemarse por el trabajo o síndrome de Burnout, viene unida a la necesidad de estudiar los procesos de estrés laboral, así como la necesidad de preocuparse más en la calidad de vida de los docentes.

A escala mundial y en el Ecuador se han dado una serie de cambios educativos y también una presión en el trabajo; profesores, amigos han sentido que su trabajo no tiene fin, a pesar de que hace todo para cumplir, el trabajo nunca se termina; es decir lo que anteriormente era satisfactorio ahora no lo es.

Reflejándose en ellos un estrés crónico, el mismo que se manifiesta con cansancio emocional, mental falta de realización, agotamiento físico debido a la exposición prolongada a situaciones estresantes. La competitividad en el ámbito laboral, junto a la inseguridad y exigencias cada vez mayores, van socavando voluntades e intereses, generando angustia, ansiedad, y desánimo que repercuten en los ritmos vitales. Todo ello se traduce en diferentes afecciones que incrementan la sanción de impotencia y agotamiento emocional.

Es de imperiosa necesidad reconocer e identificar las características del Burnout para tomar los correctivos necesarios que ayuden al profesor a manejarse en un proceso de inter - aprendizaje productivo y necesario en la educación.

En esta investigación se utilizará un instrumento tipo escala Likert para identificar las causas del estrés y las fases del Burnout que se podrían estar presentando en el magisterio.

Desde una perspectiva práctica diríamos que los docentes y autoridades concedores de la sintomatología del Burnout podrían prevenir y afrontar en forma positiva y acertada en beneficio de las dos partes (educando y educador) y así no se extendería como una epidemia por todos los centros de trabajo. El desconocimiento y su negación fomentan que se padezcan y por ello es fundamental dar a conocer medidas preventivas, sus tipos y los recursos legales de los que se dispondría para hacerle frente.

Planteamiento problemático actual

Los Profesores durante el proceso de inter aprendizaje van presentando diferentes reacciones psicológicas donde se evidencia el desgano, la fatiga, actitudes de cinismo, irritación que no beneficia en nada un aprendizaje positivo y significativo de los estudiantes.

En la Asociación de Profesores de Educación Primaria (APEP) se están presentando un serie de síntomas como: cansancio, fatiga, indiferencia, desinterés, conformismo, lo que sugiere que los profesores presentan manifestaciones asociadas con el estrés.

El interés por el estrés se ha convertido en algo muy común en la actualidad, ya que se ha incrementado notablemente y ha adquirido características que lo han hecho colocarse como un problema de salud.

En el Ecuador específicamente en la ciudad de Quito, se realizó una investigación dirigida a los profesores de la Universidad Equinoccial, donde se detectó que el síndrome de burnout en los docentes es media-alta teniendo en cuenta las valoraciones de las dimensiones: Demandas cognitivas y complejidad de la tarea; Características de la tarea; Organización

temporal del trabajo; Ritmo de trabajo y Consecuencias para la salud. El 26,06% de los docentes presentó agotamiento emocional, 4,59% despersonalización y un 39,5% se sintieron realizados personalmente. Mientras que el 23,8% de los docentes participantes sufren niveles preocupantes de burnout que van entre los niveles de “extremo y bastante”.

La encuesta realizada por la UNESCO de Condiciones de Trabajo y Salud Docente, en diciembre de 2004 dio como resultado un alto porcentaje de los docentes ha sufrido enfermedades diagnosticadas por el médico, entre una tercera parte de los encuestados y hasta cerca de la mitad ha tenido las siguientes enfermedades: estrés, un 47.62%; gastritis, un 40.14%; disfonía o afonía, un 37.41%; los resfríos frecuentes a un 34.01% y várices en las piernas en el caso de las damas, en un 32.65%

Los síntomas más frecuentes o malestares percibidos en forma persistente en el año 2004 por los profesores son: dolor de la espalda, 50%; angustia, 35.37%; insomnio 33.33% y dificultad para concentrarse en 30.61%.

Es de observar que las molestias identificadas por los profesores tienen más bien un carácter psicológico, antes que fisiológico, por tanto, parecería que los problemas que más aquejan a los docentes tienen una mayor relación existencial, posiblemente se originan en preocupaciones de carácter económico, familiar, social y profesional, antes que en malestares de carácter orgánico o derivados de enfermedades.

Según Eduardo Fabara CENAISE: Centro Nacional de Investigaciones Sociales y Educativas Quito, Ecuador, escuelas con promedio de 481 alumnos 147 profesores 6 directores, los síntomas de enfermedad más frecuentes: dolor de espalda,

incertidumbre, desvelo y la dificultad de concentrarse. El registro de ausentismo no es muy elevado.³⁸

Mayra Sánchez Cortés (2012) afirma en estudio realizado sobre estrés laboral que en la actualidad gran parte de la población padece de estrés como resultado de la influencia que la tecnología ha tenido sobre el medio en que se labora, en que se vive, cambios ambientales y sociales, que son difíciles de superar y acostumbrarse a esta vida.

Para los profesores encuestados en el estudio antes mencionado, los mayores obstáculos que tienen para su desempeño profesional son las condiciones sociales y económicas de las familias y de los estudiantes y la falta de asesoría y de asistencia pedagógica frente a los problemas de aprendizaje que tienen que afrontar con los alumnos. Así opinan las dos terceras partes de los encuestados.

Con lo antes expuesto, resulta importante destacar que los estudios en los que se basan los autores para definir sus modelos son correlacionales, siendo los instrumentos de evaluación más utilizados el MBI (cuestionario de Burnout de Maslach) y la entrevista a la vez que se destacan las distintas delimitaciones conceptuales sobre términos como estrés, fatiga o burnout lo que ha llevado a que persista la dificultad en arribar a un consenso unificado sobre el contenido estos conceptos.

Esta investigación va enfocada al ámbito laboral en cuestión de la investigación de campo ya que es un área la cual tiene un alto nivel de personas estresadas y así poder darles información de cómo combatirlo y poder lograr un mejor desempeño.

³⁸ Eduardo Fabara CENAISE: Centro Nacional de Investigaciones Sociales y Educativas Quito, Ecuador

De no solucionarse el problema en forma real y profunda en el futuro en la Asociación de Profesores de Educación Primaria (APEP) tendrá que soportar dificultades tales como: bajo rendimiento por parte de los profesores, conflictos laborales, un ambiente laboral desagradable, atrasos, ausentismos, desmotivación, preocupaciones, dificultad para la toma de decisiones, incapacidad para concentrarse, olvidos frecuentes, bloqueos mentales, hipersensibilidad a la crítica, entre otros problemas.

Por otra parte si la Asociación de Profesores de Educación Primaria (APEP) no siente la necesidad de contar con un especialista para que analice las condiciones de trabajo, identificando los aspectos estresantes y producir los cambios correspondientes, los profesores probablemente sufrirían consecuencias graves en su salud psicológica y física como: incremento de su ritmo cardíaco, la presión arterial, la sudoración, aceleración del ritmo respiratorio, la tensión y dolor muscular, así como también el incremento de los niveles de azúcar en su flujo sanguíneo, malestar en el sistema digestivo, aumento del colesterol ,nerviosismo ,náuseas, mareos, desganos, ansiedad, migrañas, dificultad para respirar entre otros. ³⁹Ante tales manifestaciones resultó de particular interés indagar respecto a:

¿Cuáles son las características del estrés laboral y las manifestaciones del síndrome de burnout en los profesores de educación general básica miembros de la asociación de profesores

Definición de categorías

Algunas de las propuestas relacionadas con la categorización de las definiciones de estrés y síndrome de

³⁹Reinaldo, 2011, <http://www.monografias.com/trabajos14/estres/estres.shtml#PROBLEM>

Burnout son consistentes con las consideraciones que se detallan a continuación:

Estrés laboral

En referencia al estrés laboral se consideró la significación que contempló en cada una de las dimensiones la manifestación de indicadores como criterios para la identificación de su manifestación.⁴⁰

El estrés entonces está representado en varias dimensiones como son:

Dimensión Cognitiva:

Es de gran importancia ya que se relaciona o pertenece al conocimiento. Éste, a su vez, es el cúmulo de información que se dispone gracias a un proceso de aprendizaje o a la experiencia. La corriente de la psicología encargada de la cognición es la psicología cognitiva, que analiza los procedimientos de la mente que tienen que ver con el conocimiento. Su finalidad es el estudio de los mecanismos que están involucrados en la creación de conocimiento, desde los más simples hasta los más complejos.

Dimensión Afectiva:

En esta dimensión se enmarcan La expresión afectiva concede describir todo aquello que es particular o correspondiente al sentimiento. Para entender mejor la conceptualización analizaremos qué es el afecto o sentimiento. El afecto es una de las muchas manifestaciones de cariños, amor. Compromete sus sentimientos hacia algo o alguien, es decir, se puede sentir afecto por un sujeto, compañero, amiga, por un familiar, por un atractivo turístico que nos trae gratos recuerdos, por un vestido que nos ha obsequiado nuestro padrino cuando

⁴⁰ www.estreslaboral.info/

éramos pequeños y todavía lo guardábamos, entre otras opciones.

41

Dimensión Fisiológica:

Esta categoría nos permite identificar los procesos y el funcionamiento de los organismos. La fisiología se interesa por cómo funcionan los seres vivos tanto a nivel molecular y celular como a nivel de los órganos que los forman y de todo el organismo en su conjunto. Es decir que esta disciplina permite reunir los principios de las ciencias exactas e ir otorgándoles sentido a las interrelaciones e interacciones de los elementos básicos que componen un ser vivo, con su entorno, explicando además el porqué de las diferentes situaciones en las que se puedan encontrar estos elementos.

El Burnout está representado en varias dimensiones como son:

Cansancio:

Este tipo de categoría nos permite conocer la reacción natural del organismo, una forma de solicitar descanso cuando ha habido un desgaste ya sea mental, físico o emocional. La fatiga o agotamiento casi siempre es breve y se puede aplicar a causas concretas y muy diversas como falta de sueño, un día labores fuerte y estresante, un paseo fatigoso, un problema desesperante o la práctica exagerada de entrenamiento. Lo que dificultad y da lugar a la fatiga, cansancio, debilitamiento y el agotamiento estos también pueden estar dando lugar a ocultar enfermedades, sobre

⁴¹ www.definicionabc.com > Social

todo si las incomodidades son inacabables y van más allá de una desánimo habitual. Si el agotamiento perdura por periodos, es aconsejable asistir al especialista de su confianza para acceder a una revisión. Y es que, el agotamiento perenne es un indicador de muchas enfermedades. En ciertos casos, síntomas como el decaimiento, la falta de vigor y la fatiga continua podrían deberse al síndrome de fatiga crónica (SFC, síndrome de cansancio crónico).⁴²

Cansancio físico:

Esta categoría se refiere a la disminución gradual de la intensidad física que se mantiene durante semanas o meses, contrariedad o desánimo para realizar las acciones del día a día. Por ende también la debilidad física general, dolor muscular, pérdida del hambre, demacración, debilitamiento de las defensas, baja productividad física. Se caracteriza por el esfuerzo que comporta realizar cualquier actividad, especialmente por las mañanas, y alteraciones del sueño, dolores de cabeza, dolores musculares, problemas digestivos, falta de apetito o por el contrario, comer de forma compulsiva.⁴³

Cansancio emocional:

En esta categoría se incluyen síntomas como depresión, desaliento, carencia de optimismo, exasperación, vulnerabilidad sentimental, pérdida del hambre, estreñimiento, arremetida de llanto, en casos extremos, melancolía profunda, pensamientos obsesivos respecto a la muerte y el suicidio, entre otros.⁴⁴ Por tanto, conlleva preocupación constante, desánimo, ataques de llanto, pesimismo e irritabilidad. Tales manifestaciones llevan al

⁴² Oramas, A., Amador, F. & del Castillo, N. (2012). Dilemas éticos en el estudio de Burnout en docentes. Rosario. Argentina. Recuperado el 15 de Marzo de 2012, de <http://www.cuadernossociales.com.ar/index.php/los-cuadernos/numeros-publicados/cuadernossociales-11>

⁴³ www.onmeda.es/sintomas/agotamiento.html

⁴⁴ www.biomanantial.com

planteamiento de interrogantes como ¿Cuáles son las causas del cansancio emocional?, pregunta que ha encontrado como respuesta más habitual al estrés.

Si se considera al estrés como un mecanismo adaptativo que prepara a la persona para afrontar diferentes situaciones que percibe como amenazantes o difíciles. Tiene que ver con una de las respuestas más instintivas, luchar o huir.

Dimensión de Agotamiento:

Aquí se designa tanto a la acción como al efecto del verbo agotar, que proviene etimológicamente del latín “eguttāre” y alude a que algo ya ha perdido su contenido, se ha vaciado. El agotamiento extremo es el estado de sentirse muy fatigado, al punto de que es posible que no desees moverte o incluso seas incapaz de moverte. El agotamiento puede ser causado por muchos factores, como la exposición prolongada al calor (insolación), la enfermedad, la falta de sueño o el ejercicio físico intenso. Los signos y síntomas de fatiga extrema pueden variar dependiendo de la causa, aunque ciertos síntomas pueden producirse independientemente de la causa. La vivencia de la fatiga forma parte de los procesos intrapsíquicos que se articulan en la situación social de desarrollo de quien experimenta la presencia de estresores.

Despersonalización:

En lo que se refiere a esta categoría podemos indicar que es la Pérdida de la identidad que suele ir acompañada de un sentimiento de extrañeza hacia sí mismo, incomprensión de la realidad, confusión mental y desorientación en el tiempo y el espacio. Puede deberse a enfermedades orgánicas del sistema nervioso central o a procesos psicóticos. La despersonalización es un cuadro frecuente en la práctica psiquiátrica y neurológica sin embargo una gran proporción de individuos normales puede

experimentarla en situaciones ordinarias de agotamiento físico o emocional, estrés o privación de sueño. La despersonalización ha sido definida como una alteración de la conciencia del yo, de índole tal que el individuo despersonalizado se siente a sí mismo como extraño y distante, mero observador de sus procesos mentales y su ámbito corporal; es frecuente enfatizar en las definiciones usuales la sensación de irrealidad que el paciente experimenta y la comparación que hace de sus experiencias usando la expresión “como si”, por la dificultad inherente a la descripción de ellas, y que además denota la claridad que el sujeto despersonalizado mantiene sobre la naturaleza anormal de su estado.

En la Baja realización personal:

Se expresan la pérdida de ideales, el alejamiento de las actividades familiares, sociales así como las recreativas. En tal sentido, tienen que ver con la forma en la que nos percibimos a nosotros mismos en relación con nuestro propio proyecto de vida.

Es así que la baja realización personal se caracteriza porque nos centramos en aquellos aspectos de nuestro proyecto de vida, que por alguna razón, no se han llevado a cabo, desconociendo aquellos que sí.

Evidentemente, esta valoración no equitativa de logros y fracasos genera sentimientos de frustración y malestar.

Queda entonces la sensación de estar desperdiciando la vida y que no se tiene un rumbo definido. Generando una evaluación negativa de lo que se hace y de la importancia que tiene para la propia vida y las de los demás. Permanentemente se cuestionan las decisiones que se han tomado acerca de la propia profesión, el trabajo dejando sensaciones de insatisfacción.

Método, técnicas e instrumentos

Métodos Empíricos

Se utilizó el método empírico fundamental como es la observación donde se obtuvo información fehaciente en el lugar de los hechos y entre las técnicas complementarias se utilizó la técnica de la entrevista semiestructurada, (Ver anexo N.-E.), cuestionario de maslach y burnout, inventario de estrés para maestros. Además se realizó la técnica de estudio de casos de los profesores que accedan a la muestra poblacional.

Es importante también señalar que en esta investigación cualitativa estuvo presente la interacción entre la inducción y deducción que permitió efectuar la técnica de la observación y registro de los hechos, el análisis y clasificación de los hechos y la derivación inductiva de una generalización a partir de los hechos.

Frases incompletas de Rotter

El RISB (RotterIncompleteSentencesBlank), o Formulario de Frases Incompletas de Rotter, es un test proyectivo que evalúa el ajuste o desajuste del individuo.⁴⁵

El Test RISB consta de 40 frases escritas en cada una de sus tres formas (bachillerato, universidad y adulto).

La instrucción de la prueba es la que sigue:

⁴⁵ El RISB (Rotter Incomplete Sentences Blank) http://www.tests-gratis.com/tests_proyectivos/risb-formulario-de-frases-incompletas-de-rotter.htm

"Complete estas frases de manera que expresen sus verdaderos sentimientos"

Las primeras frases de la prueba son estas:

- 1- Me gusta
- 2- La época más feliz
- 3- Quisiera saber
- 4- Al regresar a mi casa

Las respuestas que da el sujeto para completar estas frases incompletas se califican, sobre una escala de siete puntos, en estas categorías:

-Respuestas omitidas:
No se puntúan, pero a partir de 20 omisiones el test no se considera válido.

-Conflicto o respuestas no saludables:

Reflejan inadaptación. Se trata de reacciones de hostilidad, pesimismo, desesperación, deseos de suicidio, etc. Por ejemplo, "Odio.... a todo el mundo"

-Respuesta positiva:

Reflejan una estructura mental sana. Se trata de observaciones humorísticas, respuestas optimistas y reacciones de aceptación. Por ejemplo, "Lo mejor...me pasará a mí"

-Respuesta Neutral:

Se trata de respuestas estereotipadas, clichés, títulos de canciones, etc.

Por ejemplo, "La mayoría de las chicas...les gusta ir a la moda".

Sólo se puntúan las respuestas positivas y las no saludables.

Los problemas de adaptación se dan en personas con puntajes superiores a 150

Inventario del estrés

Symonds (1931) sostiene que la entrevista es un método para reunir datos durante una consulta privada o reunión; en la que, una persona se dirige al entrevistador y ofrece cierto tipo de información (cuenta su historia, da su versión de los hechos, responde a preguntas y otros. Según Symonds, el método de la entrevista tiene diversos aspectos comunes con la técnica del cuestionario, y además, puede comportar la aplicación de técnicas de observación y de estimación (rating).⁴⁶

Resulta necesario recordara que la entrevista permite identificar una situación social, y por ende, las relaciones sociales entre el entrevistador y el entrevistado determinan el contenido y el transcurrir mismo de la entrevista. Como bien advierte Nahoum (1985) la concepción ingenua que ve la entrevista como la interacción de dos personas entre las que se desarrollan procesos psicológicos independientes del contexto social o material de la entrevista, es una concepción simplista, sea cual sea la complejidad del lenguaje o los hechos analizados. En este sentido, toda entrevista es psicológica debido a que es conducida psicológicamente. Al decir que toda entrevista es conducida psicológicamente nos referimos a que la interacción se puede guiar con ciertas reglas de índole psicológica y teniendo en cuenta factores psicológicos de la situación, a pesar de que habrán niveles de profundidad y especialización en cuanto a lo psicológico.

⁴⁶ Symonds (1931), Inventario del estrés

No obstante, podemos considerar la entrevista psicológica en un sentido más específico. En palabras de Nahoum (1985) la entrevista psicológica es una "técnica de estudio y observación del comportamiento humano con miras a la solución de problemas que atañen a la psicología, la sociología o la medicina mental". Sin embargo, y a pesar de las posibles interrelaciones entre las disciplinas psicosociales, al hablar de entrevista psicológica nos queremos referir específicamente a la labor realizada por los psicólogos prácticos, cuyo propósito es atender problemas enmarcados en la disciplina psicológica como tal, por ejemplo, la selección y orientación profesional o el examen de la personalidad, entre muchos otros.

Guía de observación

Es un instrumento de registro que evalúa desempeños, en ella se establecen categorías con rangos más amplios que en la lista de cotejo. Permite al investigador mirar las actividades desarrolladas por el docente de manera más integral. Para ello, es necesario presenciar el evento o actividad y registrar los detalles observados. ⁴⁷

Ventajas:

Es una evaluación justa e instantánea

Se observan los procesos actitudinales de cambio

Es muy confiable por que los demás estudiantes pueden colaborar para la evaluación.

Se coevalúa y autoevaluación.

⁴⁷ www.uji.es/bin/serveis/use/formacio/millora/pautae.pdf

Se puede emplear durante una semana un mes, un semestre etc.

Puede complementarse con otro instrumento tal como la lista de cotejo y la prueba objetiva.

Refleja los desempeños conceptuales y de habilidades durante la sesión el desarrollo y el final.

Permite al investigador obtener directamente los datos de la realidad empírica sin intermediarios ni distorsiones de la información.

Los hechos son percibidos directamente, sin ninguna clase de intermediación es decir, tal y como se dan naturalmente

El test de Malash

Producto del trabajo de Maslach, Schaufeli y Leiter (2001), hoy en día se ha obtenido un concepto más refinado del BO, contando con una buena aceptación dentro de la comunidad académica y científica. Este concepto se deriva del análisis factorial de los resultados que obtuvieron Maslach y Jackson, por medio de la amplia aplicación en distintas muestras del instrumento denominado como el MaslachBurnoutInventory o MBI como se le abreviará en este trabajo Maslach, (2003); Arthur, (199); Cordes y Dougherty, (1993); Gil-Monte y Peiró, (1999). Así se lo define como un síndrome psicológico que se debe a un estresor interpersonal, que aparecería en el contexto laboral y que se le describe como un constructo trifactorial. ⁴⁸

⁴⁸ Maslach, C. & Jackson, S.E. (1981). Maslach Burnout Inventory (Research Edition). Palo Alto: Consulting Psychologist Press.

Dichos factores son el “Agotamiento Emocional”, conductas de “Despersonalización o Cinismo” hacia las personas que el profesional atiende y una sensación de ineffectividad o falta de “Realización Personal” Maslach y otros, (2001). Estos se detallan a continuación:

Agotamiento Emocional: El Agotamiento Emocional se le describe como la fatiga o falta de energía y la sensación de que los recursos emocionales se han agotado. Puede darse en conjunto con sentimientos de frustración y tensión, en la medida que ya no se tiene motivación para seguir lidiando con el trabajo Cordes y Dougherty, (1993).

Según Maslach y Leiter (1997) las personas se sentirían desgastadas e incapaces de recuperarse. Cuando despiertan en las mañanas carecen de la energía para enfrentarse a nuevos proyectos, sintiéndose como si no hubieran dormido en absoluto. Este cuadro sería la primera reacción a las demandas estresantes del trabajo.

Despersonalización

La dimensión de Despersonalización o Cinismo da cuenta del desarrollo de actitudes negativas e insensibilidad hacia las personas que se atiende y a los colegas en el trabajo. Esto deriva en conflictos interpersonales y aislamiento. El estilo del trato despersonalizado a las personas se basa en generalizaciones, etiquetas y descalificaciones, como un intento de evitar cualquier acercamiento que sea desgastante Cordes y Dougherty, (1993); Maslach, Schaufeli y Leiter, (2001).

Realización Personal

La dimensión de falta de Realización Personal alude a la sensación de que no se están obteniendo logros de su trabajo, autocalificándose negativamente. Esto alude a las dificultades en el desempeño Cordes y Dougherty, (1993); Maslach, Schaufeli y Leiter, (2001).

Procedimientos empleados

Para viabilizar la metodología utilizada en primera instancia se consideró el consentimiento y autorización de la presidenta de la asociación de profesores primarios así como también la de los 10 profesores en estudio. Se aplicó técnicas e instrumentos como fueron los cuestionarios de estrés y burnout, con la técnica de la entrevista sistémica a profundidad, en las preguntas se determinaron los indicadores del estrés. En la técnica de la observación se elaboró una guía directa estructurada con sus categorías e indicadores. Con lo que se pudo obtener información necesaria para cumplir los objetivos planteados para posteriormente ingresar la información de análisis y triangular los resultados con el fin de elaborar las conclusiones y recomendaciones.



CAPÍTULO III

Casos para interpretar

Análisis y resultado por prueba

A continuación se detallan los resultados de los instrumentos aplicados en cada uno de los casos que participaron en la investigación.

CASO 1

En este caso se observaron algunas características relevantes como la edad de la profesora y brevemente su estructura familiar.

Se trata de una profesora de 45 años de edad de los cuales 14 años ha dedicado a la docencia, siendo la totalidad de sus años de experiencia en la atención a la educación de los niños de segundo año de educación básica.

Como red de apoyo familiar cuenta con dos hijos uno de 21 años y la menor de 6 años, un padre con la edad de 75 años que padece de cáncer con quienes convive.

Inventario de estrés para maestros

Con la aplicación de este instrumento se logró identificar que la profesora experimenta en un nivel excesivo de estrés sobre todo en el manejo de alumnado considerado como “difícil” debido a que no siguen las orientaciones de la maestra, interrumpen el trabajo en el salón de clases y gritan con frecuencia, además de que el grupo es numeroso, lo que se añade a la falta de reconocimiento de su trabajo, el ruido excesivo, salario inadecuado, mucho trabajo por hacer, cambios al sistema

educativo, lo que ha dificultado mantener la disciplina en el salón de clase.

Es importante señalar que se registraron indicadores de resistencia, rigidez y tirantez en relación a los cambios en el sistema educativo así como la inclusión de actividades administrativas experimentadas como trabajo burocrático, así como en la relación con los compañeros profesores.

Resultó destacable el señalamiento de niveles de excesivo estrés en 12 de los 20 ítems que componen el instrumento. (Ver anexo F)

Test de frases incompletas de Rotter.

En este caso se observó que la profesora hace referencia a una época feliz y de apoyo en su niñez en dos ocasiones cuando ella señaló que La época más feliz fue su infancia, además de declarar que “Cuando era niña tuve mucho apoyo” sugiriéndonos que la infancia que desarrollo fue agradable teniendo como guía a su madre encontrándose el indicador de melancolía así como frustración al señalar que desea “colaboración” lo que alude a que es importante para ella, no obstante no la tiene; ambos indicadores forman como parte de la dimensión afectiva del estrés laboral.

Lo mismo que ha permitido plantearse metas que alcanzar y cumplir pues la respuesta 3,23 y 35 dice “Quisiera cumplir mis metas, “Mi cabeza está llena de planes”, “Yo quiero cumplir metas”.

En este caso se registró mantener preocupación por lo que piensen las personas de ella cuando señaló:

“Lamento que se mal interprete lo que hago, me duele la indiferencia, soy muy emotiva”.

Se identificaron vivencias de ansiedad y sensibilidad a la presión a la que se ve expuesta en sus labores cotidianas cuando la profesora refirió:

“Necesito tranquilidad, algunas veces me angustia el caos, mi mayor ansiedad, el desorden”.

Al respecto manifestó sentirse preocupada cuando indicó que:

“Su mayor temor es faltarles a sus hijos a consecuencia de su salud”.

En relación a los indicadores señalados si bien es cierto no se trató de una profesora con amplia evidencia de experiencia de problemas psicológicos importantes, sí proyectó un desorden emocional en el desarrollo de sus actividades cuando este no se daban en un ámbito de tranquilidad así como también preocupación a nivel familiar por su salud y el no llegar a cumplir sus metas.

Test del árbol.

Observaciones Generales:

Al momento de la aplicación de la prueba la profesora se mostró tranquila y con gran disposición para realizar la actividad.

Como resultados se obtuvo indicadores relacionados con sentimiento de inferioridad, una voluntad débil como se muestra en el trazo del suelo descendente, lo que alude a la frustración, melancolía presenta autoafirmación requerida por compensación del sentido de impotencia, tendencia a la brutalidad, violencia demostrándolo en el tronco de base ancha; sensibilidad, tiene iniciativa ya que las curvas de la copa van más a la derecha , y

por último se detectó que la ubicación de las ramas en forma ascendentes describen entusiasmo, rabia y violencia compatibles con rigidez y tirantez.

En síntesis, la información que se obtuvo en este caso evidenció manifestaciones agresivas, impulsivas lo que reveló insatisfacción, descontento, así como frustración, rigidez y tirantez.

Test de Maslach

El Test permitió la exploración de los tres aspectos o dimensiones que integran el Síndrome de Burnout.

En el caso 1, la profesora obtuvo como resultado lo siguiente:

- Agotamiento emocional: obtuvo un puntaje superior al promedio, ya que con 37 puntos quedó representada la vivencia de estar exhausta emocionalmente debido a las demandas del trabajo.
- Despersonalización: ella obtuvo un puntaje de cero (0) indicando de esta manera que no existe actitudes de frialdad y distanciamiento para con actividades diarias.
- Reducida realización personal y/o profesional: obtuvo un puntaje de 35 sobre 48 demostrando de esta manera la presencia de niveles inferiores al promedio en relación a sentimientos de auto eficacia y realización personal en el trabajo.

En conclusión ella presentó indicadores relevantes para experimentar el Síndrome de Burnout., es decir con estos resultados se observó inclinación a que se presente el síndrome , si no realiza ejercicios correctivos que ayuden a mejorar su estado emocional que es el que se encuentra más afectado.

Ficha de observación

En la ficha de observación se evidenció que la comunicación verbal, que utiliza la profesora es de intensidad fuerte y despectiva revelando en ella un estado emocional indiferente y negativo en lo que respecta al volumen de voz, vocalización y vocabulario; guardando relación con la conducta no verbal; en la que se registró la postura corporal con miradas directas, rígidas, gestos, movimientos con los dedos que revelaban nerviosismo. En lo que respecta a la interrelación con el alumnado se mostró poca afectiva, con distanciamiento revelando una indiferencia para con sus alumnos.

En cuanto al método de la profesora, resultó poco innovador, la gestión del tiempo fue insuficiente siendo muy corto para las actividades que debe desarrollar, con recursos monótonos y repetitivos como parte de las estrategias de enseñanza ocasionando desmotivación, baja productividad y un trabajo de poca calidad.

En la información que se obtuvo en este caso se identificó la presencia de indiferencia, nerviosismo en el movimiento excesivo de los dedos, y trabajo de poca calidad lo que compagina con indicadores del síndrome de burnout así como la experiencia de estrés laboral.

Entrevista

La profesora manifestó que trabaja con un número excesivo de estudiantes que llega a 42 y que de ellos el 40% de los alumnos son de difícil comportamiento, así como también declara tener problemas de concentración por su salud, evidenciando desconcentración, cuando refiere que tiene un problema de concentración:

“en este momento a veces por las situaciones de salud...”

Ya que probablemente tenga cáncer en el útero.

En varias ocasiones; se siente presionada por los cambios del sistema educativo del Ecuador que constituyen estresores en su gestión laboral. Cuando refiere: en la respuesta 11 “Que la presión en el trabajo le provoca estrés”.

Síntesis de los resultados

La profesora a través de los resultados de las técnicas e instrumentos aplicados, proyectó frustración, tirantez, melancolía, desmotivación, ansiedad, pasividad, negativismo, trabajo de poca calidad ,baja productividad , una gran necesidad de alcanzar metas y sentirse realizada profesionalmente evidenciando su baja realización personal, así como la de mejorar su cansancio emocional, agravando la situación cuando se le presentan alumnos conflictivos, cambios en su labor educativa, dando lugar a que en ella se provoque un excesivo estrés y por consiguiente este provoca la disposición para la experiencia del síndrome de burnout.

CASO 2

En este caso se observaron algunas características relevantes como la edad del Profesor y brevemente su estructura familiar.

Se trata de un profesor de 40 años de edad con 12 años de experiencia en la docencia, laborando en dos jornadas y años básicos diferentes. Como red de apoyo familiar cuenta con un hijo uno de 8 años de su segundo compromiso y él es el sustento del hogar ya que su esposa no trabaja.

Inventario de estrés para maestros

Con la aplicación de este instrumento se logró identificar que el profesor experimenta un nivel excesivo de estrés sobre todo por tener que realizar mucho trabajo, un salario inadecuado, y los periodos de recesos cortos.

Así como también de mucho estrés en sus perspectivas de promoción profesional, la falta de reconocimiento en su buen trabajo, el bullicio, comportamiento descortés de los estudiantes, conflictos con sus colegas,

En este caso se observó una tendencia a niveles de estrés que se orientaban a niveles entre moderado con 8 ítems y mucho estrés con 6 ítems. (Ver anexo F)

Por tanto se identificó indicadores de estrés laboral:

Frustración en el señalamiento de falta de tiempo para atender a los alumnos individualmente, así como mantener la disciplina en clase.

También se reconoció indicadores de resistencia, y rigidez en relación a los cambios en el sistema educativo así como la inclusión de actividades administrativas experimentadas como trabajo burocrático, así como tirantez en la relación con los compañeros profesores.

Test de frases incompletas de Rotter

En este caso se observó que el profesor hizo referencia a que tuvo una feliz juventud cuando señaló:

“La época más feliz fue mi juventud”

Sugiriendo que su juventud se desarrolló en un ambiente agradable lo que refirió melancolía. De igual manera se encontró frustración en la referencia de que pese a que en su juventud tuvo una época agradable, manifestó descontento al no haber podido culminar su carrera profesional al manifestar que lamentaba:

” No haber terminado sus estudios”

“Quisiera estar más tiempo con mi familia”

“Fracasé en mi primera relación emocional”

Se identificaron vivencias de melancolía a nivel familiar cuando el profesor refirió:

“Sufro cuando no veo a mis hijos”

Se evidenció también un cansancio físico cuando señaló:

“que le molesta la cantidad de trabajo”

Así como también reflejó negativismo, desmotivación cuando manifestó:

“Su mayor temor es sufrir”

“El futuro me es esquivo”

Con lo antes señalado se identificó vivencias de sufrimiento debido a la pérdida del padre.

El indicador de ansiedad, nerviosismo y tirantez se vio reflejado en la expresión:

“No puedo mantener el equilibrio emocional”

“Mis nervios me traicionan”

“Yo en secreto desconfiado”

Con la aplicación de esta técnica también se identificó preocupación en el docente al señalar; “Mi cabeza divaga” evidenciando desconcentración en su trabajo, situación que corresponde a uno de los indicadores del Síndrome de burnout.

En relación a los indicadores señalados si bien es cierto se trató de un profesor que reflejó frustración, ansiedad, desmotivación, negativismo, nerviosismo, desconcentración, cansancio físico demostrando un ligero problemas psicológico desencadenado síntomas que alteran la calidad de vida del profesor tanto a nivel físico como psicológico así como también ha provocado conflictos entre las personas que interactúan con él

Test del árbol.

Observaciones Generales:

Al momento de la aplicación de la prueba el profesor se mostró inquieto, apresurado pero con gran disposición para realizar la actividad.

Como resultados se obtuvo información relacionada con sentimiento de impaciencia , prisa e imaginación como lo demostró en el trazo del dibujo evidenciando indicadores de nerviosismo y ansiedad; en lo que se refiere al tamaño mostró sentimientos de inferioridad evidenciando frustración; el suelo proyecta ser reservado y con dificultad de adaptarse, lo que alude a una tirantez entre las personas que lo rodean; las raíces proyectaron pesadumbre , tradicionalismo lo que alude melancolía y rigidez ;el tronco demostró que tiene un buen razonamiento, capacidad de abstracción y terquedad , y por último se detectó que la copa describe su amabilidad, compresión ,depresión, falta de energía, indeciso compatibles con , melancolía y el cansancio físico.

En síntesis, la información que se obtuvo en este caso evidenció manifestaciones de frustración, melancolía, tirantez, rigidez, ansiedad, así como también pasividad en la toma de decisiones que nos ayudan a darnos cuenta que él presenta síntomas de estrés así como también la falta de realización personal que es una de las dimensiones del Burnout.

Test de Maslach

El Test permitió la exploración de los tres aspectos o dimensiones que integran el Síndrome de Burnout.

En el caso 2, el profesor obtuvo como resultado lo siguiente:

- Agotamiento emocional: obtuvo un puntaje superior al promedio, ya que con 36 puntos quedó representado la vivencia de estar exhausto emocionalmente debido a las demandas del trabajo.
- Despersonalización: el obtuvo un puntaje de veintidós (22) indicando de esta manera que existe actitudes de frialdad y distanciamiento en un nivel mediano para con sus actividades diarias.
- Reducida realización personal y/o profesional: obtuvo un puntaje de 24 sobre 48 demostrando de esta manera la presencia de niveles inferiores al promedio en relación a sentimientos de auto eficacia y realización personal en el trabajo.

En conclusión él presentó indicadores relevantes en la experiencia del Síndrome de Burnout, es decir con estos resultados se observó inclinación a que se presente el síndrome, si no realiza ejercicios correctivos que ayuden a mejorar su estado emocional, despersonalización, realización personal que se encuentra afectadas .

Ficha de observación

En la ficha de observación se evidenció que la comunicación verbal, utilizada por el profesor es de intensidad fuerte, cortante utilizando palabras ofensivas revelando en él un estado emocional negativo, de tirantez en lo que respecta al volumen de voz, vocalización y vocabulario; guardando relación con la conducta no verbal; en la que se registró la postura corporal con miradas, gestos directos movimientos rígidos cuando cruza los brazos como un mecanismo de defensa. En lo que respecta a la interrelación con el alumnado se mostró que es distante, no hay empatía revelando una indiferencia, negativismo para con sus alumnos.

En cuanto al método el profesor, resultó tradicional evidenciándose resistencia a los cambios del sistema educativo, la gestión del tiempo fue suficiente para las actividades que debe desarrollar, con recursos monótonos y repetitivos como parte de las estrategias de enseñanza donde el alumno es el receptor, evidenciando desmotivación, trabajo rutinario y baja calidad

En la información que se obtuvo en este caso se identificó la presencia de rigidez, negativismo, resistencia lo que da lugar a un trabajo de poca calidad lo que compagina con indicadores del síndrome de burnout así como la experiencia de estrés laboral.

Entrevista

El profesor manifestó que pese a trabajar con un grupo de estudiantes moderados en su comportamiento, últimamente se irritaba y se enfadaba en su trabajo evidenciando ansiedad, tirantez y negativismo, así como también declaró tener problemas de desconcentración provocados por problemas

familiares al referir a que tiene un problema de concentración cuando expresó:

“Los problemas en la familia actualmente me ocasionan que me olvide de las cosas importantes del trabajo”

En varias ocasiones se sobresaltaba fácilmente cuando refirió:

“No se me toma en cuenta mi posición sobre las cosas del trabajo” evidenciando negativismo, así como también señaló que presentaba síntomas de ansiedad al señalar que:

“A veces cuando sobre todo cuando existen estudiantes que no puedo controlar”

Síntesis de los resultados

El profesor a través de los resultados de las técnicas e instrumentos aplicados, proyectó frustración, tirantez, ansiedad, negativismo, desconcentración, resistencia, rigidez, nerviosismo, melancólico, desmotivación indicadores relacionados al estrés; las demasiadas horas de trabajo ,sus problemas familiares y bajo sueldo así como también una gran necesidad de sentirse realizado profesionalmente, mejorar su cansancio físico y emocional evidenciando su baja realización personal, han dado lugar a que en él se provoque un excesivo estrés y sea la puerta abierta para que el burnout esté presente.

CASO 3

En este caso se observaron algunas características relevantes como la edad de la Profesora y brevemente su estructura familiar.

Se trata de una profesora de 49 años de edad con 29 años de experiencia en la docencia, laborando en dos jornadas diferentes. Como red de apoyo familiar cuenta con dos hijos uno de 19 y 17 siendo su estado civil de casada.

Inventario de estrés para maestros

Con la aplicación de este instrumento se logró identificar que la profesora ha venido experimentando un nivel de mucho estrés sobre todo al tener que manejar un alumnado difícil, pobre disposición al trabajo por parte de los alumnos, mucho trabajo, falta de tiempo para atender a los alumnos, presiones de sus superiores.

En este caso se observó una tendencia a niveles de estrés que se orientaban a niveles entre moderado con 12 ítems y mucho estrés con 5 ítems de un total de 20 ítems. (Ver anexo N.- F)

Por tanto se identificó indicadores de estrés laboral:

Desmotivación en el señalamiento de alumnado difícil, pobre disposición al trabajo por parte de los alumnos.

Frustración en la falta de tiempo para atender a los alumnos individualmente.

Rigidez en el tener que cumplir con las presiones de los superiores.

También se reconoció indicadores de trabajo de poca calidad, baja productividad en relación a tener que realizar mucho trabajo provocado por los cambios en el sistema educativo.

Test de frases incompletas de Rotter

En este caso se observó que la profesora hizo referencia a que tuvo una adolescencia feliz cuando ella indicó en sus respuestas 2 “La época más feliz fue la del Colegio” sugiriendo que su pubertad se desarrolló en un ambiente agradable evidenciando melancolía.

La profesora a través de su respuesta también indicó que:

Lamento” no cambiarme de trabajo”

No puedo” cambiarme de trabajo”

El futuro “cambiarme de trabajo

Necesito “aumento de sueldo”

Deseo “cambiarme de trabajo”

Evidenciando el indicador de la frustración y melancolía.

Se identificó que la profesora que está pasando por un cansancio físico cuando ella refirió:

“Las personas están cansadas”

“Mi cabeza me duele”

Se identificaron vivencias de tirantez cuando la profesora refirió:

Lo siento...” cuando me enojo”

Así como también proyecta ansiedad, cuando ella manifiesta:

“Mi mayor ansiedad no poderse cambiar de trabajo”

En relación a los indicadores señalados si bien es cierto se trató de una profesora que a través de sus experiencias no demostró problemas psicológicos importantes, sin embargo proyectó un cansancio emocional, físico, ansiedad, melancolía,

frustración a nivel laboral y, económico, indicadores compatibles con el síndrome de burnout.

Test del árbol.

Observaciones Generales:

Al momento de la aplicación de la prueba la profesora mostró tranquila, y con gran disposición para realizar la actividad.

Como resultados se obtuvo indicadores relacionados con el trazo, sentimiento de bondad imaginación, en el tamaño del dibujo nos demostró orgullo, deseo de superación, sentimientos de inferioridad evidenciando indicadores de frustración; el suelo proyecta inseguridad, falta de apoyo lo que alude a tener ansiedad ; las raíces proyectaron pesadumbre , tradicionalismo en lo que fue reconocida la melancolía y la rigidez al querer cumplir con todo lo que ya está establecido; El tronco demostró en ella tener una fijación así como también explosividad, demostrando con el rasgo de la copa que es fantasía, entusiasmo, amabilidad, imaginación.

En síntesis, la información que se obtuvo en este caso evidenció manifestaciones de frustración, melancolía, tirantez, rigidez, ansiedad, lo que dio lugar a que ella presente síntomas de estrés así como también experimentar síntomas del síndrome de Burnout.

Test de Maslach

El Test permitió la exploración de los tres aspectos o dimensiones que integran el Síndrome de Burnout.

En el caso 3, la profesora obtuvo como resultado lo siguiente:

- Agotamiento emocional: obtuvo un puntaje superior al promedio, ya que con 34 puntos quedó representado la vivencia de estar exhausto emocionalmente debido a las demandas del trabajo.
- Despersonalización: el obtuvo un puntaje de ocho (8) indicando de esta manera que no existe actitudes de frialdad y distanciamiento para con sus actividades diarias.
- Reducida realización personal y/o profesional: obtuvo un puntaje de 43 sobre 48 demostrando de esta manera que se encontraba en un nivel aceptable al promedio en relación a sentimientos de auto eficacia y realización personal en el trabajo.

En conclusión ella no presentó indicadores relevantes para experimentar el Síndrome de Burnout, pero sí de mejorar su cansancio emocional.

Ficha de observación

En la ficha de observación se evidenció que la comunicación verbal, que utilizaba la profesora es de intensidad fuerte, revelando en ella un estado emocional negativo de tirantez; la conducta no verbal, la postura corporal miradas directas rígidas, , gestos, movimientos son muy expresivos ,balanceándose de vez en cuando evidenciando angustia, ansiedad, tirantez ; la interrelación con el alumnado se muestra en ocasiones afectiva , y en otros momentos distanciamiento revelando una indiferencia para con sus alumnos ; Método de la profesora, es entusiasta al inicio de la clase pero se vuelve condicionalmente ya que el grupo de estudiantes lo obliga a manejarse de esa forma evidenciando frustración en el desarrollo de la clase, la gestión del tiempo no es

suficiente es corto para las actividades que debe desarrollar y con un grupo conflictivo de estudiantes evidenciando desmotivación , en lo que se refiere a las estrategias de enseñanza la maestra utiliza un recurso repetitivo evidenciando , baja productividad ,trabajo de poca calidad.

En la información que se obtuvo en este caso se identificó la presencia de negativismo, tirantez, ansiedad, rigidez, lo que permite señalar que el estrés está presente provocando un trabajo de baja productividad y dando lugar a que el burnout haga su presencia.

Entrevista

La profesora manifestó que el exceso de trabajo ha dado lugar a perder el interés por muchas cosas personales y familiares evidenciándose una desmotivación, pasotismo así también, se reconoció la experiencia de irritabilidad de manera frecuente debido al manejo de una comunidad conflictiva y de un nivel cultural bajo lo que alude a identificar tirantez, pérdida de la concentración cuando ha realizado mucho trabajo evidenciando desconcentración y cansancio físico ,de igual manera refirió que en varias ocasiones se sobresalta fácilmente porque la circunstancias la obligan lo que alude a tirantez ,presenta ansiedad con los niños agresivos y frustración con aquellos que no trabajan en clase que no aprenden para su formación ,se siente estresada cuando esta debe elaborar muchos informes de su trabajo así como también el sueldo bajo que no compensa todo su esfuerzo y el comportamiento agresivos de los niños constituyéndose estresores en su gestión laboral.

La profesora a través de los resultados de las técnicas e instrumentos aplicados, proyectó frustración, ansiedad, tirantez,

rigidez, negativismo, desconcentración, trabajo de poca calidad, melancolía, desmotivación, una gran necesidad de cambiarse de trabajo para mejorar su sueldo, denotando en ella un cansancio emocional, físico provocado por mucho de trabajo, agravando la situación ya que maneja un grupo conflictivo en su comunidad dando lugar a que en ella se provoque mucho estrés y sea la puerta abierta para que el burnout esté presente.

CASO 4

En este caso se observaron algunas características relevantes como la edad de la profesora y brevemente su estructura familiar.

Se trata de una profesora de 48 años de edad de los cuales 10 años ha dedicado a la docencia, siendo sus años de experiencia en la atención a la educación de los niños de diferentes años de educación básica, dedicando el resto del tiempo a la costura.

Como red de apoyo familiar cuenta con dos hijos uno de 20 años y la menor de 17 años, divorciada siendo ella el sustento del hogar.

Inventario de estrés para maestros

Con la aplicación de este instrumento se logró identificar que la profesora presenta mucho estrés sobre todo en la responsabilidad con los estudiantes, bullicio de los alumnos, pobre disposición para el trabajo por parte de los alumnos, y la falta de tiempo para atender a los alumnos individualmente.

Es importante señalar que se registraron indicadores de tirantez, desmotivación y frustración en relación a los ítems señalados.

Resultó destacable el señalamiento del registro de ligeros niveles estrés. (Ver anexo F)

Test de frases incompletas de Rotter

En este caso se observó que la profesora hizo referencia a una época feliz en la adolescencia, además de declarar que:

Quando era niña “mi padre era muy duro”

Sugiriendo que la infancia se desarrolló con experiencias de tensión, así también declaró que:

Fracase “en la relación con mi esposo”;

Lo que me duele “Es la falta de cariño “;

Yo quiero” tener alguien a mi lado”;

Sufro “en silencio”

Encontrándose en sus respuestas indicadores de melancolía así como frustración al señalar que:

Desea “ser feliz”;

El matrimonio” un fracaso”.

Se identificaron vivencias de cansancio físico y negativismo en sus labores cotidianas cuando la profesora refirió:

Al acostarme “me siento tan cansada”

La única molestia “es tener dolor de cabeza”

La joven” hija es despreocupada”

Mi mayor temor “es que les pase algo a mis hijos”

Son muy “difíciles las cosas”

Así como también la profesora proyectó indicadores de nerviosismo y desmotivación cuando ella declara lo siguiente:

Mis nervios” se apoderan de mi”

El futuro” incierto”

En relación a los indicadores señalados si bien es cierto no se trató de una profesora que presente problemas psicológicos importantes, pero sí proyectó indicadores de frustración, melancolía, desmotivación, negativismo y nerviosismo provocando en ella desorden emocional en el desarrollo de sus actividades.

Test del árbol.

Observaciones Generales:

Al momento de la aplicación de la prueba la profesora se mostró tranquila y con gran disposición para realizar la actividad.

Como resultados se obtuvo indicadores relacionados con sentimiento de inseguridad, incertidumbre, imaginación y bondad así lo demuestra en el trazo del dibujo; en lo que se refiere al tamaño proyecta orgullo, vanidad, deseo de superioridad frente a un sentimiento de inferioridad, rabia lo que alude a la frustración; el suelo demuestra pasividad ;la raíces nos señalan pesadumbre, instintividad, tradicionalismo compatibles con la melancolía, rigidez, el tronco muestra menor movilidad psicológica, impotencia, tendencia a la brutalidad ,violencia, explosividad, demostrando indicador de tirantez; la copa muestra fantasía, entusiasmo , vanidad, ocultamiento, falsedad; las ramas en cambio señalan contradicción ,terquedad, desorientación, inadaptación; el fruto nos demuestra que tiene deseo de triunfar , mostrar sus capacidades.

En síntesis, la información que se obtuvo en este caso evidenció manifestaciones de querer triunfar en la vida, así como frustración, melancolía, pasividad, rigidez y tirantez.

Test de Maslach

El Test permitió la exploración de los tres aspectos o dimensiones que integran el Síndrome de Burnout.

En el caso 4, la profesora obtuvo como resultado lo siguiente:

- Agotamiento emocional: obtuvo un puntaje de 20 puntos al promedio, demostrando un nivel medio bajo en su estado emocional.
- Despersonalización: ella obtuvo un puntaje de cinco (5) indicando de esta manera que no existe actitudes de frialdad y distanciamiento para con actividades diarias.
- Reducida realización personal y/o profesional: obtuvo un puntaje de 35 sobre 48 demostrando de esta manera la presencia de niveles inferiores al promedio en relación a sentimientos de auto eficacia y realización personal en el trabajo.

En conclusión ella no presentó indicadores relevantes para experimentar el Síndrome de Burnout, pero sí de mejorar la dimensión en su realización personal.

Ficha de observación

En la ficha de observación se evidenció que la comunicación verbal, que utiliza la maestra es de intensidad fuerte y molesta revelando en ella un estado emocional tirantez y

negativo en lo que respecta al volumen de voz, vocalización y vocabulario; guardando relación con la conducta no verbal; en la que se registró la postura corporal con miradas serias, rígidas, que revelaban rigidez. En lo que respecta a la interrelación con el alumnado se mostró muy distanciamiento revelando una indiferencia para con sus alumnos.

En cuanto al método de la docente, es heurístico o investigativo que resultó poco innovador ya que el alumno solo debe trabajar demostrando pasotismo e indiferencia para con ellos, utilizando recursos monótonos y repetitivos como parte de las estrategias de enseñanza ocasionando desmotivación, baja productividad y un trabajo de poca calidad.

En la información que se obtuvo en este caso se identificó la presencia de pasotismo e indiferencia, desmotivación, rigidez, tirantez negativismo y trabajo de poca calidad lo que compagina con indicadores del síndrome de burnout así como la experiencia de estrés laboral.

Entrevista

La profesora manifestó que por tener que dedicarle más tiempo a su trabajo ha dado lugar a perder interés en cosas familiares evidenciándose una desmotivación, pasotismo así también, se reconoció la experiencia de irritabilidad de manera frecuente debido a que los estudiantes son numerosos y tienen mal comportamiento, lo que alude a identificar tirantez, pérdida de la concentración cuando tiene muchas cosas por hacer evidenciando desconcentración y cansancio físico, de igual manera refirió que en varias ocasiones se sobresalta fácilmente por el incumplimiento y despreocupación de los estudiantes lo que alude desmotivación, presenta frustración porque los alumnos son despreocupados, así también demuestra melancolía por los

problemas de salud que presenta su hija. se siente estresada cuando esta debe elaborar muchos informes de su trabajo, tener muchas calificaciones que pasar, y presión de las autoridades.

La profesora a través de los resultados de las técnicas e instrumentos aplicados, proyectó frustración, ansiedad, tirantez, rigidez, desmotivación, melancolía, negativismo, desconcentración, cansancio físico, pasotismo, indiferencia, nerviosismo, una gran necesidad de tiempo para culminar con sus tareas, denotando en ella que se provoque estrés y sea la puerta abierta para que el burnout esté presente.

CASO 5

En este caso se observaron algunas características relevantes como la edad de la profesora y brevemente su estructura familiar.

Se trata de una profesora de 48 años de edad de los cuales 28 años ha dedicado a la docencia, siendo la totalidad de sus años de experiencia en la atención a la educación de los niños de diferentes años de educación básica.

Como red de apoyo familiar cuenta con dos hijos una de 15 años y un menor de 3 años, y su madre, casada trabaja una sola jornada.

Inventario de estrés para maestros

Con la aplicación de este instrumento se logró identificar que la profesora experimenta en un nivel de mucho estrés sobre todo en el bullicio de los alumnos, y un estrés moderado en alumnado difícil, responsabilidad con los estudiantes, mucho trabajo por hacer, comportamiento descortés o irrespetuoso de los alumnos, tener alumnado numeroso estudiantes extras.

Es importante señalar que se registraron indicadores de resistencia, desmotivación, en relación al comportamiento de los estudiantes, y tener mucho trabajo por hacer.

Resultó destacable el señalamiento de niveles de estrés moderado por encima de la expresión de nivel ligero de estrés (Ver anexo F)

Test de frases incompletas de Rotter

En este caso se observó que la profesora hizo referencia a que ella le gusta estar con su familia cuando señaló:

Identificándose vivencias de melancolía a nivel familiar

De igual manera se encontró frustración en la referencia de que:

Necesito” más dinero urgente”

Se identificaron vivencias de desmotivación a nivel educativo cuando refirió:

En los cursos inferiores “no me gusta trabajar”

Se evidenció también nerviosismo cuando señaló:

Mis nervios “los estoy dominando poco apoco”

En relación a los indicadores señalados si bien es cierto se trató de una profesora que reflejó frustración, desmotivación, nerviosismo, melancolía demostrando que no presenta problemas psicológicos pero sí los indicadores están provocando preocupación en sus actividades diarias que no la dejan desarrollar normalmente.

Test del árbol.

Observaciones Generales:

Al momento de la aplicación de la prueba la profesora mostró tranquila, y con gran disposición para realizar la actividad.

Como resultados se obtuvo indicadores relacionados con el trazo, detener imaginación y sentimiento de bondad, en el tamaño del dibujo nos demostró orgullo, deseo de superación, sentimientos de inferioridad evidenciando indicadores de frustración; el suelo proyectó inseguridad personal, falta de apoyo o estabilidad lo que alude a tener ansiedad que es uno de los indicadores del estrés; las raíces proyectaron pesadumbre, tradicionalismo lo que nos hace referencia a la melancolía y rigidez; El tronco demostró en ella tener una fuerza autoafirmación adquirida por compensación del sentido de impotencia tendencia a la brutalidad, violencia, menor movilidad psicológica, lo que da lugar a la tirantez; la copa nos proyectó fantasía entusiasmo, iniciativa, impresionabilidad, agitación lo que da lugar esta última a manifestar ansiedad; los frutos indican una fijación en la adolescencia e infancia así como también el deseo de mostrar capacidad.

En síntesis, la información que se obtuvo en este caso evidenció manifestaciones de frustración, melancolía, tirantez, rigidez, ansiedad, lo que dio lugar a que ella presente síntomas de estrés así como también experimentar síntomas del síndrome de Burnout.

Test de Maslach

El Test permitió la exploración de los tres aspectos o dimensiones que integran el Síndrome de Burnout.

En este caso, la profesora obtuvo como resultado lo siguiente:

- Agotamiento emocional: obtuvo un puntaje de 14 demostrando que presenta un nivel bajo de esta dimensión.
- Despersonalización: el obtuvo un puntaje de cero (0) indicando de esta manera que no existe actitudes de frialdad y distanciamiento para con sus actividades diarias.
- Reducida realización personal y/o profesional: obtuvo un puntaje de 48 sobre 48 demostrando de esta manera que ella se encuentra en un nivel alto al promedio en relación a sentimientos de auto eficacia y realización personal en el trabajo.

En conclusión ella no presentó indicadores relevantes para experimentar el Síndrome de Burnout.

Ficha de observación

En la ficha de observación se evidenció que la comunicación verbal, mantuvo una expresión con altibajos en el tono de voz, realizando esfuerzo para mantener una intensidad fuerte, lo que reveló en ella cansancio físico; la conducta no verbal, está llena de muchos movimientos en la gesticulación con las manos denotando nerviosismo. En la interrelación con el alumnado se mostró en ocasiones afectiva, y en otros momentos la relación fue de distanciamiento como queriendo descansar de los alumnos lo que aludía a cansancio físico.

En lo que concierne al método de la profesora, empleó estrategias motivadas al inicio de la clase pero se volvía rutinario además del uso de condicionamientos, en respuesta los estudiantes eran indisciplinados denotando desmotivación y rigidez.

En lo que se refiere a las estrategias de enseñanza la maestra utilizó un recurso repetitivo evidenciando una baja productividad y un trabajo de poca calidad.

En la información que se obtuvo en este caso se identificó la presencia de cansancio físico, nerviosismo, desmotivación ansiedad, rigidez, lo que permitió señalar que el estrés ha estado presente dando lugar a un trabajo de baja productividad y a que el burnout se haya presentado.

Entrevista

La profesora manifestó que el exceso de trabajo ha dado lugar a perder el interés por muchas cosas personales íntimas de relación con su pareja lo que aludía una desmotivación, pasotismo, cansancio físico así también, se reconoció la experiencia de que la irritabilidad se presentaba en ocasiones debido a la actitud de la autoridad lo que dio lugar a identificar tirantez; la pérdida de la concentración cuando tiene mucho muchas actividades de trabajo que hacer al mismo tiempo.

La profesora a través de los resultados de las técnicas e instrumentos aplicados, proyectó frustración, resistencia, tirantez, rigidez, ansiedad, desconcentración, desmotivación, melancolía, nerviosismo, cansancio físico, trabajo de poca calidad, baja productividad, dando lugar a que en ella se provoque estrés y sea la puerta abierta para manifestaciones del síndrome de burnout.

CASO 6

En este caso se observaron algunas características relevantes como la edad de la profesora y brevemente su estructura familiar.

Se trata de una profesora de 41 años de edad de los cuales 8 años ha dedicado a la docencia, siendo sus años de experiencia en la atención a la educación de los niños de primer año de educación básica.

Como red de apoyo familiar cuenta con dos hijos una de 17 años y un menor de 14 años, divorciada siendo ella el sustento del hogar, también es importante indicar que la profesora mantiene un diagnóstico médico de epilepsia.

Inventario de estrés para maestros

Con la aplicación de este instrumento se logró identificar que la profesora experimentaba un nivel de mucho estrés, sobre todo en la responsabilidad con los estudiantes, el bullicio de los alumnos, tener un alumnado numeroso o estudiantes extra.

Es importante señalar que se registraron indicadores de, desmotivación, negativismo, resistencia, ansiedad.

Resultó destacable el señalamiento de niveles de ligero estrés con 8 ítems, de moderado estrés con 5 ítems y mucho estrés con 3 ítems cada uno de los 20 ítems que componen el instrumento. (Ver anexo F)

Test de frases incompletas de Rotter

En este caso se observó que la profesora hizo referencia a que la época más feliz fue en su juventud cuando señaló:

La época más feliz “universitaria”

Identificándose vivencias de melancolía a nivel personal cuando ella refirió:

Quisiera” ser feliz”

Mi mayor temor “perder a los que amo”

No puedo” evitar llorar”

Algunas veces “triste”

Yo en secreto “muy triste”

De igual manera se encontró frustración en la referencia de que:

Lamento” haber perdido mi hogar”

Se identificaron vivencias de nerviosismo cuando ella dice:

Mis nervios “sensibles”

Así también la profesora proyectó indicadores de ansiedad y cansancio físico cuando se manifiesta y refirió:

Mi mayor ansiedad “los problemas”

Necesito “tranquilidad”

La única molestia” la salud”

En relación a los indicadores señalados si bien es cierto se trató de una profesora que reflejó frustración, desmotivación, nerviosismo, melancolía demostrando que no presenta problemas

psicológicos pero sí los indicadores estarían provocando malestar en el desarrollo de sus actividades normalmente.

Test del árbol.

Observaciones Generales:

Al momento de la aplicación de la prueba la profesora se mostró como reservada tranquila, para realizar la actividad.

Como resultados se obtuvo indicadores relacionados con el trazo, de que calma ,flema , inseguridad, imaginación y bondad compatible con la pasividad; en el tamaño del dibujo nos demostró orgullo, deseo de superación, sentimientos de inferioridad evidenciando indicadores de frustración; el suelo proyectó reserva, dificultad de adaptarse lo que alude a tener resistencia que es uno de los indicadores del estrés; el tronco proyectó fijación, instintividad, menor movilidad psicológica, menos vivacidad identificando nuevamente su pasividad así como también la tirantez en la explosividad, impulsividad, carga y descarga instantánea de afectos; la copa nos proyectó fantasía, entusiasmo, vanidad, amabilidad, auto centralización ,narcisismo.

En síntesis, la información que se obtuvo en este caso evidenció manifestaciones de frustración, tirantez, resistencia, pasividad lo que dio lugar a que ella presente síntomas de estrés así como también experimentar síntomas del síndrome de Burnout.

Test de Maslach

El Test permitió la exploración de los tres aspectos o dimensiones que integran el Síndrome de Burnout.

En este caso, la profesora obtuvo como resultado lo siguiente:

- Agotamiento emocional: obtuvo un puntaje de 20 demostrando que presenta un nivel bajo en esta dimensión.
- Despersonalización: el obtuvo un puntaje de cero (0) indicando de esta manera que no existe actitudes de frialdad y distanciamiento para con sus actividades diarias.
- Reducida realización personal y/o profesional: obtuvo un puntaje de 43 sobre 48 demostrando de esta manera que ella se encuentra en un nivel alto al promedio en relación a sentimientos de auto eficacia y realización personal en el trabajo.

En conclusión ella no presentó indicadores relevantes para experimentar el Síndrome de Burnout.

Ficha de observación

En la ficha de observación se evidenció que la comunicación verbal, que utilizaba la profesora es de intensidad fuerte, despectiva revelando en ella tirantez, negativismo; la conducta no verbal, la postura corporal su mirada en especial es rígida ,fija expresando descontento y brazos cruzados denotando negativismo ; la interrelación con el alumnado es poca afectiva, indiferente, pasiva ; Método del docente, es poco motivador es explicativo los niños no interactúan, evidenciando un trabajo de poca productividad , en lo que se refiere a las estrategias de enseñanza la maestra utiliza como recurso de trabajo el libro y cuaderno evidenciando resistencia a cambios tecnológicos que existe en nuestro medio.

En la información que se obtuvo en este caso se identificó la presencia de tirantez, negativismo, resistencia, pasividad, poca productividad, lo que permite señalar que el estrés está presente y dando lugar a que el burnout haga su presencia.

Entrevista

La profesora manifestó que ha perdido interés en sus acciones que usualmente le interesaban porque según refirió se ha dado cuenta que no vale la pena continuar con algo que no te ayuda a ser mejor, evidenciándose pasotismo, desmotivación. Así también reconoció que a veces ha tenido problemas de concentración por su problema de salud lo que alude a identificar desconcentración, también admite que se sobresalta fácilmente ya que el problema de salud no le permite controlar. evidenciando tirantez; presenta sentimientos de frustración cuando no logra que los niños interioricen el tema, presentando melancolía a veces cuando está realizando alguna actividad en clase por sus problemas personal muy serio, se siente estresada cuando hay presión laboral, bulla, el cumplimiento de informes y demás documentos exigibles.

La profesora a través de los resultados de las técnicas e instrumentos aplicados, proyectó frustración, ansiedad, tirantez, rigidez, negativismo, desconcentración, pasividad, pasotismo, melancolía, nerviosismo, resistencia, desmotivación, trabajo de poca calidad, baja productividad, cansancio emocional, físico provocado por su salud dando lugar a que en ella se provoque estrés y sea la puerta abierta para que sean reconocidas manifestaciones del síndrome de burnout.

CASO 7

En este caso se observaron algunas características relevantes como la edad de la profesora y brevemente su estructura familiar.

Se trata de una profesora de 58 años de edad de los cuales 38 años ha dedicado a la docencia, siendo sus años de experiencia en la atención a la educación de los niños del diferente año de educación básica,

Como red de apoyo familiar cuenta con su madre y hermana es soltera.

Inventario de estrés para maestros

Con la aplicación de este instrumento se logró identificar que la profesora experimentaba en un nivel excesivo estrés sobre todo con alumnado difícil, bullicio, pobre disposición al trabajo por parte de los alumnos, mantener la disciplina en clase, evidenciando desmotivación, ansiedad, frustración y de mucho estrés en la falta de reconocimiento para el buen trabajo, periodos de recreo cortos, trabajo burocrático o administrativo ,llenar informes , reuniones) lo que alude a cansancio físico y resistencia para con los cambios a nivel educativo.

Resultó destacable el señalamiento de niveles de estrés moderado con 12 ítems y de mucho y excesivo estrés con 4 ítems de los 20 ítems que componen el instrumento. (Ver anexo F)

Test de frases incompletas de Rotter

En este caso se observó que la profesora hizo referencia a que la época más feliz fue en su infancia cuando señaló:

La época más feliz “infancia”

Identificándose vivencias de frustración a nivel profesional cuando ella refirió:

Quisiera” jubilarme”

Lamento “no poderme aún jubilar”

Fracasé “como deportista”

Algunas veces “triste”

Sufro” al no poder hacer las cosas que quiero”

Necesito “jubilarme”

Deseo” jubilarme”

De igual manera la profesora proyectó negativismo en la referencia de que:

Mi mayor temor” enfermarse”

El futuro” es incierto”

Son muy “aburridos”

La maestra además proyectó indicadores de cansancio físico cuando ella refirió:

Mi cabeza ”explota”

Lo que me duele ”la cabeza”

La única molestia” el corazón”

Cabe recalcar que ella manifiesta tener ansiedad por la conducta de los alumnos así como también demostró melancolía cuando dice:

Mi padre “murió”

Yo en secreto” lo recuerdo”

En relación a los indicadores señalados si bien es cierto se trató de una profesora que reflejó frustración, desmotivación,

melancolía demostrando que no presentaba problemas psicológicos pero sí los indicadores estarían provocando malestar en el desarrollo de sus actividades normalmente que la están llevando al estrés y que el burnout haga su presencia.

Test del árbol.

Observaciones Generales:

Al momento de la aplicación de la prueba la profesora se mostró ansiosa para realizar la actividad.

Como resultados se obtuvo indicadores relacionados con el trazo, el cual proyectó impaciencia, prisa, imaginación que son compatibles con el indicador de ansiedad en el tamaño del dibujo nos demostró orgullo, deseo de superación, sentimientos de inferioridad evidenciando indicadores de frustración, baja realización personal; el suelo proyectó inseguridad personal, fluctuación, falta de apoyo o estabilidad, inmadurez denotando nerviosismo que es uno de los indicadores del estrés; el tronco proyectó fijación, instintividad, menor movilidad psicológica, menos vivacidad identificando pasividad así como también la tirantez en la fuerza autoafirmación adquirida por compensación del sentido de impotencia en su tendencia a la brutalidad, violencia; la copa nos proyectó fantasía, entusiasmo, vanidad, amabilidad; los frutos demuestran deseo de mostrar capacidad lo que refirió frustración así también muestra una fijación por la adolescencia e infancia.

En síntesis, la información que se obtuvo en este caso evidenció manifestaciones de frustración, tirantez, pasividad, negativismo, ansiedad, lo que dio lugar a que ella presente síntomas de estrés así como también a que experimente síntomas del síndrome de Burnout.

Test de Maslach

El Test permitió la exploración de los tres aspectos o dimensiones que integran el Síndrome de Burnout.

En este caso, la profesora obtuvo como resultado lo siguiente:

- Agotamiento emocional: obtuvo un puntaje de 32 demostrando que presenta un nivel medio bajo en esta dimensión.
- Despersonalización: el obtuvo un puntaje de quince (15) indicando de esta manera que no existe actitudes de frialdad y distanciamiento para con sus actividades diarias.
- Reducida realización personal y/o profesional: obtuvo un puntaje de 22 sobre 48 demostrando de esta manera que ella se encuentra en un nivel bajo al promedio en relación a sentimientos de auto eficacia y realización personal en el trabajo.

En conclusión ella no presentó indicadores relevantes para experimentar el Síndrome de Burnout. Pero si de mejorar la tercera dimensión que es la de realización personal.

Ficha de observación

En la ficha de observación se evidenció que la comunicación verbal, que utilizaba la profesora es de intensidad fuerte, grita, despectiva revelando en ella tirantez, negativismo; la conducta no verbal, la postura corporal su mirada en especial es rígida , expresando agresividad lo que alude también al negativismo ; la interrelación con el alumnado poco llevadera se nota la falta de respeto denotando nuevamente su tirantez y rigidez; Método de la profesora, es poco motivador es explicativo los niños no interactúan, se notó cansancio evidenciando un

trabajo de poca productividad , en lo que se refiere a las estrategias de enseñanza la maestra utilizaba como recurso de trabajo el libro y cuaderno es tradicional evidenciando resistencia a cambios tecnológicos que existe en nuestro medio.

En la información que se obtuvo en este caso se identificó la presencia de tirantez, negativismo, resistencia, cansancio físico, poca productividad, lo que permite señalar que el estrés está presente y dando lugar a que el burnout haga su presencia.

Entrevista

La profesora manifestó que ha perdido interés en sus acciones que usualmente le interesaban por razones de trabajo y la falta de tiempo evidenciándose pasotismo, indiferencia, desmotivación así también reconoció que se irrita por la mala conducta de algunos alumnos lo que alude a identificar tirantez, ansiedad, también admite que se siente frustrada porque algunos alumnos no atienden las explicaciones que se les da, presenta melancolía a veces porque extraña su hogar, se siente estresada cuando hay presión en el trabajo, falta de tiempo, conducta de los alumnos .

La profesora a través de los resultados de las técnicas e instrumentos aplicados, proyectó, baja realización personal, cansancio físico, frustración, ansiedad, desmotivación, resistencia, tirantez, rigidez, negativismo, pasividad, pasotismo, melancolía, nerviosismo, trabajo de poca calidad, baja productividad, dando lugar a que en ella se provoque estrés y sea la puerta abierta para que el burnout esté presente.

CASO 8

En este caso se observaron algunas características relevantes como la edad de la profesora y brevemente su estructura familiar.

Se trata de una profesora de 44 años de edad de los cuales 18 años ha dedicado a la docencia, siendo sus años de experiencia en la atención a la educación de los niños de los diferentes años de educación básica,

Como red de apoyo familiar cuenta con su esposo y dos hijos una mujer de 17 y un varón de 16 años, trabaja en una sola jornada.

Inventario de estrés para maestros

Con la aplicación de este instrumento se logró identificar que la profesora experimentaba en un nivel de mucho estrés sobre todo la responsabilidad con los estudiantes, pobre disposición para el trabajo, mucho trabajo por hacer, conflictos en relación con los representantes de los estudiantes, proyectos mal estructurados o poco entendibles, falta de espacio para escuchar a los educandos particularmente, presiones de las autoridades, tener un estudiantado considerable o estudiantes por demás lo que es compatible con indicadores de frustración, desmotivación, tirantez, negativismo.

Resultó destacable el señalamiento de niveles de mucho estrés con 8 ítems y de moderado estrés con 5 ítems cada uno de los 20 ítems que componen el instrumento. (Ver anexo F)

Test de frases incompletas de Rotter

En este caso se observó que la profesora hizo referencia a que la época más feliz fue en su infancia cuando señaló:

La época más feliz “mi niñez”

Identificándose vivencias de frustración a nivel personal cuando ella refirió:

Quisiera” viajar”

Yo quiero” viajar”

De igual manera la profesora proyectó indicadores cansancio físico en la referencia de que:

Al regresar a mi casa “descansar”

Así también maestra proyectó indicadores de melancolía cuando ella refirió:

Lamento” no poder ayudar a los demás”

Sufro “por los niños con cáncer”

Cabe recalcar que ella manifiesta tener desmotivación a nivel personal cuando dice:

Necesito” motivación”

Deseo” voluntad”

En relación a los indicadores señalados si bien es cierto se trató de una profesora que reflejó frustración, desmotivación, melancolía demostrando que no presenta problemas psicológicos pero sí los indicadores estarían provocando malestar en el desarrollo de sus actividades normalmente que la están llevando al estrés y que el burnout haga su presencia.

Test del árbol.

Observaciones Generales:

Al momento de la aplicación de la prueba la profesora se mostró tranquila para realizar la actividad.

Como resultados se obtuvo indicadores relacionados con el trazo, el cual proyectó clamar, flema, inseguridad, compatibles con el indicador de la pasividad, así como también otras cualidades como son la imaginación y bondad; el tamaño del dibujo nos demostró orgullo, deseo de superación, sentimientos de inferioridad evidenciando indicadores de frustración, baja realización personal ; el suelo proyectó inseguridad personal, fluctuación, falta de apoyo o estabilidad, denotando desmotivación que es uno de los indicadores del burnout; las raíces reflejo pesadumbre, tradicionalismo que son compatibles con la melancolía y rigidez; el tronco demostró razonamiento ,claridad, capacidad de abstracción, explosividad, impresionabilidad, carga y descarga instantánea de afectos reflejándose el indicador de la tirantez ; la copa nos proyectó fantasía, entusiasmo, vanidad, amabilidad; las ramas demuestran ocultamiento ,impenetrabilidad, falsedad, indefinición.

En síntesis, la información que se obtuvo en este caso evidenció manifestaciones de frustración, tirantez, pasividad, baja realización personal, melancolía, lo que dio lugar a que ella presente síntomas de estrés así como también experimentar síntomas del síndrome de Burnout.

Test de Maslach

El Test permitió la exploración de los tres aspectos o dimensiones que integran el Síndrome de Burnout.

En este caso, la profesora obtuvo como resultado lo siguiente:

- Agotamiento emocional: obtuvo un puntaje de 13 demostrando que presenta un nivel bajo en esta dimensión.
- Despersonalización: el obtuvo un puntaje de siete (7) indicando de esta manera que no existe actitudes de frialdad y distanciamiento para con sus actividades diarias.
- Reducida realización personal y/o profesional: obtuvo un puntaje de 38 sobre 48 demostrando de esta manera que ella se encuentra en un nivel medio al promedio en relación a sentimientos de auto eficacia y realización personal en el trabajo.

En conclusión ella no presentó indicadores relevantes para experimentar el Síndrome de Burnout. Pero si de mejorar la tercera dimensión que es la de realización personal.

Ficha de observación

En la ficha de observación se evidenció que la comunicación verbal, que utilizaba la profesora es de intensidad fuerte al inicio pero va decayendo en el desarrollo su actividad revelando en ella cansancio físico; la conducta no verbal, la postura corporal su mirada en especial es rígida, fija expresando descontento denotando negativismo, tirantez; la interrelación con el alumnado es poco afectiva distante aplicando el reglamento, tradicionalista lo que alude al indicador de la rigidez.

En lo que respecta al método de la profesora fue expositivo, explicativo los niños no interactúan, evidenciando un trabajo de

poca productividad y desmotivación, en lo que se refiere a las estrategias de enseñanza la maestra utiliza como recurso de trabajo el libro y cuaderno evidenciando resistencia a cambios tecnológicos que existe en nuestro medio.

En la información que se obtuvo en este caso se identificó la presencia de tirantez, negativismo, cansancio físico, rigidez, desmotivación, poca productividad, lo que permite señalar que el estrés está presente y dando lugar a que el burnout haga su presencia.

Entrevista

La profesora manifestó que ha perdido interés por realizar manualidades por tantos papeles que hay realizar evidenciándose pasotismo, indiferencia, desmotivación así también reconoció que se irrita por contradicciones que existen en las reuniones de trabajo lo que alude a identificar tirantez, también admite que se siente estresada cuando hay mal comportamiento en los estudiantes, las tareas que no cumplen los estudiantes.

La profesora a través de los resultados de las técnicas e instrumentos aplicados, proyectó, frustración, desmotivación, tirantez, cansancio físico, negativismo, melancolía, rigidez, pasotismo, indiferencia, baja productividad en el trabajo dando lugar a que en ella se provoque estrés y sea la puerta abierta para que el burnout esté presente.

CASO 9

En este caso se observaron algunas características relevantes como la edad de la profesora y brevemente su estructura familiar.

Se trata de una profesora de 45 años de edad de los cuales 14 años ha dedicado a la docencia, siendo sus años de experiencia en la atención a la educación de los niños de los diferentes años de educación básica,

Como red de apoyo familiar cuenta con su esposo e hijos.

Inventario de estrés para maestros

Con la aplicación de este instrumento se logró identificar que la profesora experimenta en un nivel de excesivo estrés sobre todo en la introducción de cambios en el sistema de enseñanza, proyectos mal estructurados o poco entendible, falta de medios materiales , escasez de recursos tecnológicos para su labor , posturas y comportamientos de otros profesores o conflictos con compañeros, presiones de los superiores, lo que es compatible con indicadores de frustración, desmotivación, resistencia, negativismo.

Resultó destacable el señalamiento de niveles de moderado estrés con 12 ítems y de excesivo estrés 5 ítems de 20 que componen el instrumento. (Ver anexo F)

Test de frases incompletas de Rotter

En este caso se observó que la profesora hizo referencia a que la época más feliz fue en su juventud cuando señaló:

La época más feliz “juventud”

Identificándose vivencias de melancolía a nivel personal cuando ella refirió:

Quisiera” retroceder el tiempo”

Lamento” mucho que compañeras de trabajo se hallan jubilado”

Necesito “que me comprendan”

Algunas veces” me siento sola”

De igual manera la profesora proyectó indicadores de negativismo en la referencia de que:

Mi mayor temor “es morir y no pedir perdón a Dios”

La única molestias” es el egoísmo de los demás”

Así también maestra proyectó indicadores de pasotismo y nerviosismo cuando ella refirió:

En los cursos inferiores “cualquiera para mi es igual”

Mis nervios” no poder ganar”

Cabe recalcar que ella manifiesta tener ansiedad y frustración cuando dice:

Mi mayor ansiedad” es que mi esposo me lleve a un hotel”

En relación a los indicadores señalados si bien es cierto se trató de una profesora que reflejó frustración, ansiedad, melancolía, negativismo, y pasotismo demostrando que no presenta problemas psicológicos pero sí los indicadores estarían provocando malestar en el desarrollo de sus actividades normalmente que la están llevando al estrés y que el burnout haga su presencia.

Test del árbol.

Observaciones Generales:

Al momento de la aplicación de la prueba la profesora se mostró tranquila para realizar la actividad.

Como resultados se obtuvo indicadores relacionados con el trazo, el cual proyectó clamar, flema, inseguridad, exceso de sensibilidad, incertidumbre compatibles con el indicador de la pasividad; el tamaño del dibujo nos demostró orgullo, deseo de superación, sentimientos de inferioridad evidenciando indicadores de frustración, baja realización personal; el suelo proyectó reserva dificultad de adaptarse denotando resistencia que es uno de los indicadores del estrés; el tronco proyectó sentido de debilidad o delicadeza compatibles con el cansancio físico indicadores del burnout; la copa nos proyectó falta de solución, indecisión, indeterminación; las ramas de muestran entusiasmo, fantasía, violencia, rabia súbita denotando tirantez, así también se muestra que tiene un realismo estrecho, domesticidad, automatismo, torpeza mental que son compatibles con indicadores de baja productividad, y trabajo de poca calidad.

En síntesis, la información que se obtuvo en este caso evidenció manifestaciones de frustración, tirantez, pasividad, baja realización personal, resistencia, cansancio físico, trabajo de poca calidad, baja productividad lo que dio lugar a que ella presente síntomas de estrés así como también experimentar síntomas del síndrome de Burnout.

Test de Maslach

El Test permitió la exploración de los tres aspectos o dimensiones que integran el Síndrome de Burnout.

En este caso, la profesora obtuvo como resultado lo siguiente:

- Agotamiento emocional: obtuvo un puntaje de 26 demostrando que presenta un nivel bajo en esta dimensión.

- Despersonalización: el obtuvo un puntaje de once (11) indicando de esta manera que no existe actitudes de frialdad y distanciamiento para con sus actividades diarias.
- Reducida realización personal y/o profesional: obtuvo un puntaje de 39 sobre 48 demostrando de esta manera que ella se encuentra en un nivel medio al promedio en relación a sentimientos de auto eficacia y realización personal en el trabajo.

En conclusión ella no presentó indicadores relevantes para experimentar el Síndrome de Burnout. Pero si de mejorar la tercera dimensión que es la de realización personal.

Ficha de observación

En la ficha de observación se evidenció que la comunicación verbal, que utilizaba la profesora es de intensidad fuerte despectivo en el desarrollo su actividad revelando en ella negativismo; la conducta no verbal, la postura corporal su mirada en especial es cálida; la interrelación con el alumnado es afectiva pero distante con sus compañeros de trabajo lo que alude al indicador de la desmotivación.

En lo que respecta al método de la profesora fue tradicional, ya que realizó una clase expositiva en donde los niños no interactuaban, evidenciando un trabajo de poca productividad , en lo que se refiere a las estrategias de enseñanza la maestra utiliza como recurso de trabajo el libro y cuaderno evidenciando resistencia a cambios tecnológicos que existe en nuestro medio.

En la información que se obtuvo en este caso se identificó la presencia de tirantez, negativismo, rigidez, resistencia desmotivación, poca productividad, lo que permite señalar que el estrés está presente y dando lugar a que el burnout haga su presencia.

Entrevista

La profesora manifestó que ha perdido interés por las cosas que usualmente le interesaba, no hay la misma alegría, con ese positivismo, ya no es lo mismo antes, especialmente ya no es la misma directiva que había antes, evidenciándose pasotismo, indiferencia, desmotivación, melancolía así también reconoció que se irrita por las anomalías que hay en la institución lo que alude a identificar tirantez, también admite que se siente estresada por la autoridad ya que no tiene la capacidad ni el dominio absoluto, da lugar a enfrentarse a una con la otra siempre depende de terceros para ella tomar decisiones. La profesora a través de los resultados de las técnicas e instrumentos aplicados, proyectó, frustración, resistencia, desmotivación, tirantez, ansiedad, nerviosismo cansancio físico, negativismo, melancolía, rigidez, pasotismo, indiferencia, baja productividad, trabajo de poca calidad, en el trabajo dando lugar a que en ella se provoque estrés y sea la puerta abierta para que el burnout esté presente.

CASO 10

En este caso se observaron algunas características relevantes como la edad de la profesora y brevemente su estructura familiar.

Se trató de una profesora de 47 años de edad de los cuales 20 años ha dedicado a la docencia, siendo sus años de

experiencia en la atención a la educación de los niños de los diferentes años de educación básica y un año en función como directora. Como red de apoyo familiar cuenta con su esposo, mamá e hijos.

Inventario de estrés para maestros

Con la aplicación de este instrumento se logró identificar que la profesora experimenta en un nivel de mucho estrés sobre todo en las actitudes y comportamientos de otros maestros o conflictos con colegas, de moderado estrés con el alumnado difícil, introducción de cambios en el sistema de enseñanza, programas mal definidos y pocos detallados, falta de insumos, de equipos tecnológicos o de facilidades para su labor, actitudes groseras y ordinarias de los educandos, lo que es compatible con indicadores de frustración, desmotivación, resistencia, negativismo, tirantez

Resultó destacable el señalamiento de niveles de cero (0) estrés con 9 ítems y de ligero y moderado estrés con 5 ítems de 20 que componen el instrumento. (Ver anexo F)

Test de frases incompletas de Rotter

En este caso se observó que la profesora hizo referencia a que la época más feliz fue en su juventud cuando señaló:

La época más feliz “la adolescencia”

Identificándose vivencias de melancolía a nivel personal cuando ella refirió:

Quisiera” cambiar muchas cosas en mi vida”

Lamento” mucho no poder hacer nada”

Necesito “que me ayuden”

De igual manera la profesora proyectó indicadores de negativismo en la referencia de que:

Mi mayor temor “es no saber si estoy haciendo bien las cosas”

La única molestias” tener que hacer muchas cosas a la vez ”

Así también maestra proyectó indicadores de pasotismo y nerviosismo cuando ella refirió:

Mis nervios” lo disimulo con gritos”

Cabe recalcar que ella manifiesta tener ansiedad y frustración cuando dice:

Mi mayor ansiedad” es tener que realizar muchos trabajos”

En relación a los indicadores señalados si bien es cierto se trató de una profesora que reflejó frustración, ansiedad, melancolía, negativismo, y pasotismo demostrando que no presenta problemas psicológicos pero sí los indicadores estarían provocando malestar en el desarrollo de sus actividades normalmente que la están llevando al estrés y que el burnout haga su presencia.

Test del árbol.

Observaciones Generales:

Al momento de la aplicación de la prueba la profesora se mostró tranquila para realizar la actividad.

Como resultados se obtuvo indicadores relacionados con el trazo, el cual proyectó calma, flema, inseguridad, imaginación , bondad compatibles con el indicador de la pasividad; el tamaño del dibujo nos demostró orgullo, deseo de superación, sentimientos de inferioridad evidenciando indicadores de frustración, baja realización personal ; el suelo proyectó inseguridad personal, fluctuación, falta de apoyo o estabilidad, infantilidad, inmadurez denotando el indicador de la ansiedad ;las raíces proyectaron pesadumbre, instintividad, tradicionalismo,

que son compatibles con indicadores del estrés como es la melancolía, rigidez ; el tronco proyectó fijación, menor movilidad psicológica, lo que alude a tener pasividad, así también muestra fuerza autoafirmación adquirida por compensación del sentido de la impotencia ,tendencia a la brutalidad, ,explosividad, lo que alude al indicador dela tirantez y frustración ; la copa nos proyectó demostrar en el exterior un entusiasmo más grande de lo que se siente interiormente, que a su vez son compatibles con la desmotivación, melancolía , agotamiento ; flores y frutos demostraron una auto contemplación, gusto por lo efímero, fantasía, mundo infantil.

En síntesis, la información que se obtuvo en este caso evidenció manifestaciones de frustración, tirantez, pasividad, baja realización personal, agotamiento emocional, desmotivación, melancolía, ansiedad, lo que dio lugar a que ella presente síntomas de estrés así como también experimentar síntomas del síndrome de Burnout.

Test de Maslach

El Test permitió la exploración de los tres aspectos o dimensiones que integran el Síndrome de Burnout.

En este caso, la profesora obtuvo como resultado lo siguiente:

- Agotamiento emocional: obtuvo un puntaje de 11 demostrando que presenta un nivel bajo en esta dimensión.
- Despersonalización: el obtuvo un puntaje de ocho (8) indicando de esta manera que no existe actitudes de frialdad y distanciamiento para con sus actividades diarias.
- Reducida realización personal y/o profesional: obtuvo un puntaje de 44 sobre 48 demostrando de esta manera que en ella se

encontró un nivel alto al promedio en relación a sentimientos de auto eficacia y realización personal en el trabajo.

En conclusión ella no presentó indicadores relevantes para experimentar el Síndrome de Burnout.

Ficha de observación

En la ficha de observación se evidenció que la comunicación verbal, que utilizaba la profesora es de intensidad fuerte despectivo en el desarrollo su actividad revelando en ella negativismo; la conducta no verbal, la postura corporal su mirada denotó enojo y tensión lo que aludía al indicador de la tirantez; la interrelación con el alumnado poco afectiva, estricta lo que alude al indicador de la rigidez

En lo que respecta al método de la profesora fue tradicional ya que se notó una clase expositiva en donde los niños no interactuaban, evidenciando un trabajo de poca productividad, en lo que se refiere a las estrategias de enseñanza la maestra utilizó como recursos de trabajo el libro y el cuaderno sin acoger los recursos tecnológicos disponibles en la institución, evidenciando resistencia a cambios tecnológicos que existen en nuestro medio.

En la información que se obtuvo en este caso se identificó la presencia de tirantez, negativismo, rigidez, resistencia desmotivación, poca productividad, lo que permite señalar que el estrés está presente y dando lugar a que el burnout haga su presencia.

Entrevista

La profesora manifestó que ha perdido interés por las cosas que usualmente le interesaba , antes me gustaba salir a pasear ,bailar , jugar, el tiempo no me lo permite está copado , evidenciándose pasotismo, indiferencia, desmotivación,

melancolía así también reconoció que se irrita de repente , mientras no me molesten yo estoy tranquila ,refiere que se sobresalta fácilmente ya que está a la defensiva muchas veces lo que son compatibles con los indicadores de tirantez y negativismo también admite presentar ansiedad cuando tiene que presentar trabajos de un momento a otro , las horas de oficina que dedico al cargo de directora, así también manifiesta sentirse melancólica cuando realiza alguna actividad sobre el día del padre, llora.

A través de los resultados de las técnicas e instrumentos aplicados, proyectó, frustración, resistencia, desmotivación, tirantez, ansiedad, cansancio físico, negativismo, melancolía, rigidez, pasotismo, indiferencia, pasividad, baja productividad , trabajo de poca calidad, en el trabajo dando lugar a que en ella se provoque estrés y sea la puerta abierta para que el burnout esté presente.

3.2. Discusión de los resultados

En el grupo de profesores estudiados se destacó características donde se observó que el Estrés laboral esta predominando con mayor frecuencia de síntomas como resistencia, ansiedad, melancolía, frustración, rigidez, tirantez, nerviosismo. No así en el Síndrome de burnout presentó en los profesores agotamiento emocional y cansancio físico que es uno de los componentes que con mayor frecuencia se mostró en los indicadores de desmotivación, negativismo, pasividad; así también se detectó que los profesores presentan una baja realización personal, caso relevante se tuvo que pese a los condiciones de Estrés y del Síndrome de burnout no se encontraron sustancias psicotrópicas , pero si una baja productividad, y trabajo de poca calidad. No así en un estudio realizado en la universidad de los Andes, se aprecia que se

presentó el síndrome de burnout en un nivel medio específicamente en la despersonalización, agotamiento emocional y autoestima profesional.

En cambio en otro estudio realizado por Juan Antonio Moriana y Javier Herruzo Cabrera (2004) de la Universidad de Córdoba, España sobre el Estrés y Burnout tuvieron como resultados índices altos de absentismo y bajas laborales implicando un alto costo para la administración educativa.



CONCLUSIONES

Una vez analizado y realizado el estudio del objetivo que es identificar los niveles de estrés laboral en los profesores de educación básica se ha detectado que ellos presentan de mucho a excesivo estrés en aspectos como es la responsabilidad con los estudiantes, en los resultados de los exámenes, así como también El bullicio de los alumnos y de excesivo estrés en la Pobre disposición del trabajo por parte de los alumnos y Tener un alumnado numeroso o estudiantes extras.

En lo que se refiere a las dimensiones e indicadores del Síndrome de burnout si bien es cierto en uno de los instrumentos los resultados del burnout fueron bajos en los profesores pero en la triangulación de las evidencias e indicadores del burnout se encontró que de los 10 casos en estudio los 10 presentaron desmotivación, ansiedad, nueve presentaron negativismo, seis indiferencia, ocho baja productividad, ocho trabajo de poca calidad, cinco desconcentración, así como también en uno de los componentes que es el cansancio físico y emocional este está predominando, así como también la baja realización personal.

En el tercer objetivo que es la incidencia del estrés laboral y las manifestaciones de los componentes del burnout podemos indicar que los indicadores del estrés laboral están dando lugar a que dos de los tres componentes del Síndrome de Burnout hagan su presencia en los profesores de educación básica.

RECOMENDACIONES

Ante la necesidad de hacer un análisis más profundo se sugiere ampliar el objeto de estudio de la investigación de los profesores a un estudio comparativo entre quienes laboran en instituciones privadas o públicas.

Diseñar una propuesta que incluya la realización de evaluaciones periódicas por parte del ministerio de educación que permitan detectar precozmente síntomas de estrés laboral y Síndrome de burnout. Introducir en los programas de formación Profesional del Docente temas sobre el estrés laboral y burnout de tal modo que le permita identificar sus síntomas causas y consecuencias y poder desarrollar comportamientos de vigilancia para su disminución y prevención. Los resultados de estrés laboral y Síndrome de burnout sugieren la exploración de las redes de apoyo familiares.



BIBLIOGRAFÍA

1. Barraza, M. A. (2007). Síndrome de Burnout: Un estudio comparativo entre profesores y médicos de la ciudad de Durango, Investigación Educativa Duranguense.
2. Carlín, M. Y. & Garcés de los Fayos, R. E. J. (2010). El síndrome de burnout: Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo. Anales de Psicología,
3. Cherniss, C. (1980): Professional Burnout in Human Service Organizations.
New York, Praeger.
4. Cox, S. & Heames, R. (2000). ¿Cómo enfrentar el malestar docente?
Barcelona:Octaedro
5. Davidoff, L. L. (1984): Introducción a la Psicología. México, Mc Graw-Hill.
6. Diéguez, X., Sarmiento, D. & Calderón, P. (2006). Presencia del Síndrome de Burnout en los profesores de la Escuela internacional de Educación Física Deporte de Cuba.
7. Gil-Monte, P. R., Núñez-Román, E. M. & Selva-Santoyo, Y. (2006). Relación entre el Síndrome de Quemarse por el Trabajo (Burnout) y Síntomas Cardiovasculares: Un Estudio en Técnicos de

Prevención de Riesgos laborales. Interamerican Journal of Psychology,

8. Gil-Monte, P., y PEIRÓ, J. M. (1997): Desgaste psíquico en el trabajo: el síndrome de quemarse. Madrid, Síntesis.
9. Guerrero, B. E. (2003). Análisis pormenorizado de los grados de burnout y técnicas de afrontamiento del estrés docente en profesorado universitario. Anales de Psicología.
10. Kertesz, R. y Kerman, B. "El manejo del Stress" Ed. IPPEM, 1984
11. Lazarus, R y Folkman, S. "Estrés y procesos cognitivos". Ed. Martínez Roca. Barcelona 1986.
12. Llorens, S., García, M. & Salanova, M. (2005). Burnout como consecuencia de una crisis de eficacia: un estudio longitudinal en profesores de secundaria. Revista de Psicología de Trabajo y de las Organizaciones.
13. Maslach, C. & Jackson, S.E. (1981). Maslach Burnout Inventory (Research Edition). Palo Alto: Consulting Psychologist Press.
14. Mc Kay, M., Davis, M. y Fanning, P : "Técnicas Cognitivas para el tratamiento

- del Estrés". Ed Martínez Roca. Barcelona. 1990
- Mechanic, D. "Students under Stress" The University of Wisconsin Press, 1978
15. Moreno, B.J. (2000). La evaluación del estrés y el Burnout del profesorado: el CBP-R. Revista de Psicología del Trabajo y las Organizaciones.
16. Moreno-Jiménez, B., Arcenillas, Ma. V., Morante, M. E. & Garrosa, E. (2005). El desgaste profesional en profesores de educación primaria, personalidad y sintomatología asociada. Revista de Psicología del Trabajo y las Organizaciones.
17. Pines, A., & Aronson, E (1989). Career burnout: Causes and cures. New York: Free Press
18. Prochaska, J. Y Di Clemente, C. "The Transteoretical approach", Dow Jones-Irwin, 1984
19. Rath, L., Harmin, M. y Simon, S. "Values and Teaching" Charles E. Merrill Publishing Co. 1966.
20. Ribera, D.; Cartagena, E.; Reig, A.; Romá, M. T.; Sans, I., Y Caruana, A. (1993): Estrés laboral y salud en profesionales de enfermería. Secretariado de Publicaciones, Universidad de Alicante.
21. Selye H. (1956) The stress of life New York: McGraw – Hill.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

22. A Study of the Burnout Syndrome in Sportspeople: Prevalence and Relationship to the Body Image. (English). By: Pedrosa, Ignacio; García-Cueto, Eduardo. *Universitas Psychologica*. 2014, Vol. 13 Issue 1, p1-17. 17p. Language: Spanish. DOI: 10.11144/Javeriana.UPSY13-1.esbd.
23. Absentismo, Burnout y Síntomas de Estrés Docente: Diferencias de Sexo. By: Bermejo-Toro, Laura; Prieto-Ursúa, María. *International Journal of Educational Psychology*. 2014, Vol. 3 Issue 2, p175-201. 27p. DOI: 10.4471/ijep.2014.10.
24. Álvarez, G., y Fernández, L. (1991a): “El Síndrome de ‘Burnout’ o el desgaste profesional (I): revisión de estudios”, en *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, nº 21, pp. 257-265.
25. Assessing the Cost of Lost Working Days Associated With Job Stress: A Proposal for Spain. (English). By: Carlos Gamero-Burón. *Estudios de Economía Aplicada*. Apr2010, Vol. 28 Issue 1, p1-24. 24p. 6 Charts. Language: Spanish.
26. Burnout in athletes: Prevalence of the syndrome through two measures. (English) / Burnout em atletas: Prevalência da síndrome através de duas medidas. (Portuguese). By: De Francisco, C.; de los Fayos, E. J. Garcés; Arce, C. *Cuadernos de Psicología del Deporte*. 2014,

Vol. 14 Issue 1, p29-38. 10p. 5 Charts, 1 Graph. Language: Spanish.

27. Collaborative environment vs labor stress in the information age. (English). By:

Velázquez, Anahí Gallardo; de León Jiménez, Salvador. *Gestión y Estrategia*. ene-jun2010, Issue 37, p49-60. 12p. Language: Spanish.

28. Efficacy beliefs training: A proposal to reduce burnout and improve levels of

engagement among employees. (English). By: Raigosa Gallego, Dayhana; Marín Londoño, Beatriz. *International Journal of Psychological Research*. Jul2010, Vol. 3 Issue 2, p86-92. 7p. Language: Spanish.

29. Factorial Validity of Maslach Burnout Inventory Human Services (MBI-HSS)

in Chilean Professionals. (English). By: Olivares Faúndez, Víctor E.; Mena-Miranda, Luis; Jélvez Wilke, Carolina; Sepúlveda, Felipe Macía. *Universitas Psychologica*. 2014, Vol. 13 Issue 1, p1-27. 27p. Language: Spanish. DOI: 10.11144/Javeriana.UPSY13-1.vfmb.

30. Olabarría, B. (1995): "El síndrome de "Burnout" ("Quemado") o del cuidador

descuidado", en *Ansiedad y estrés*, vol. 1, n.º 2-3, pp. 189-194.

31. Psychological balance and academic burnout. (English). By: Pepe-Nakamura,

Antonieta; Míguez, Carla; Arce, Ramón. Revista de Investigación en Educación. abr2014, Vol. 12 Issue 1, p32-39. 8p. Language: Spanish.

32. Psychosocial factors at work, stress and morbidity around the world. (English).

By: Vieco Gómez, Germán F.; Llanos, Raimundo Abello. Psicología desde el Caribe. may-ago2014, Vol. 31 Issue 2, p354-385. 32p. Language: Spanish.

33. Reduced version of the athlete burnout questionnaire (abq): preliminary

psychometric properties. (english) / versão reduzida do athlete burnout questionnaire (abq): propriedades psicométricas preliminares. (portuguese). By: De Francisco Palacios, Cristina. Revista de Psicología del Deporte. 2015, Vol. 24 Issue 1, p177-183. 7p. Language: Spanish.

34. Resilience, Burnout and psychological distress in nursing students. (English).

By: Ríos-Risquez, Ma Isabel; Carrillo-García, César; Sabuco-Tebar, Emiliana de los Ángeles. Ansiedad y Estrés. 2014, Vol. 20 Issue 2/3, p115-126. 12p. Language: Spanish.

35. Stress management program applied to a mobbed worker: study of a case.

(English). By: González-Trijueque, David. Ciencias Psicológicas. Nov2014, Vol. 8 Issue 2, p151-162. 12p. Language: Spanish.

36. The Burnout Syndrome in the context of working stress. (English).

By: Marrau,

María Cristina. Fundamentos en Humanidades. 2009, Vol. 10 Issue 19, p167-177. 11p. Language: Spanish.



MIRIAM MARITZA MORÀN RODRIGO Universidad de Guayaquil – Facultad de Ciencias Psicológicas. Magister en Psicología Educativa Mención en Educación Especial. Universidad de Guayaquil Facultad de Ciencias Psicológicas Docente. Nivel Primario: 30 años trabajando en Institución Fiscal. Función Profesora de AULA. DIRECTORA por 5 años de Escuela Fiscal Básica Juan León Mera N.- 15: Nivel Secundario. 20 años con la función de Psicóloga en Departamento de Orientación y Bienestar Estudiantil. Directora del Departamento de Consejería Estudiantil. Docente de la Universidad de Guayaquil, Facultad de Filosofía. Directora de la Escuela Fiscal Básica Juan León Mera Nro. 15 Experiencia de 20 años con la función de psicóloga en departamento de Orientación y bienestar estudiantil. Experiencia de 30 años en Institución fiscal en el Ministerio de Educación. Consultora académica en la unidad de titulación.

NORMA GARCÉS GARCÉS Docente investigadora de la Universidad de Guayaquil, Facultad de filosofía, letras y Ciencias de la educación . Consultora Académica en la Unidad de Titulación Gestora académica en la Carrera de Administración educativa. Docente en el ministerio de Educación en el área de Educación inicial. Directora del Jardín de Infantes Bilingüe Mis pequeños intelectuales. Coordinadora pedagógica en los Centros infantiles del Buen Vivir (CIBV). Docente investigadora de la Universidad de Guayaquil.

ZILA ESTEVES FAJARDO Docente Titular Auxiliar con nombramiento, en la Universidad de Guayaquil. Asesora de Trabajos de titulación de la Carrera de Párvulos y Básica, Universidad de Guayaquil. Docente Ponente de Diversas Universidades como ITB, UNEMI, UTM, UNAE. Docente Investigador Seminario DIPA Universidad de Guayaquil.

