SÍNDROME DE BURNOUT. UNA VISIÓN CRÍTICA EN EL ROL DOCENTE

AUTORA: MERLYS ESTHER ARCAYA VALERA

RESUMEN

El rol docente encierra diversos factores que dan vida al proceso de enseñanza y aprendizaje tales como la planificación, organización y evaluación no solo de contenidos o temas de estudio, sino también de métodos, técnicas, estrategias e instrumentos de evaluación; además de que también representa una relación permanente con el estudiante dentro y fuera del aula de clases, y por ende con el entorno que le rodea y el resto del personal que hace vida en la institución, por lo que se espera que el docente sea una persona responsable, eficiente en su trabajo, entusiasta, dotada de diversos valores, capacidades y comprometido con los nuevos desafíos que demanda el sistema, sin embargo, la realidad refleja que el docente se está viendo afectado por diferentes aspectos, como la falta de beneficios laborales, la desvalorización de su trabajo, la formación de un clima escolar hostil y desagradable. todo esto se resume en un fenómeno conocido como el síndrome de Burnout el cual es una respuesta al estrés laboral que ocasiona cansancio, apatía, desanimo, agotamiento, irritabilidad, entre otros a partir de lo referido, se plantea esta investigación, la cual tiene como objetivo realizar un estudio bibliográfico sobre los diversos efectos que ocasiona el síndrome de Burnout en los docentes, por lo que se emplearon técnicas como la investigación bibliográfica, y la posterior recopilación, organización y análisis de los documentos encontrados. Para finalmente establecer una comparación de las teorías encontradas relacionadas con el tema objeto de estudio.

Palabras clave: síndrome de Burnout, rol docente

ABSTRACT

The teaching role contains various factors that give life to the teaching and learning process such as planning, organization and evaluation not only of content or study topics, but also of methods, techniques, strategies and evaluation instruments; In addition to the fact that it also represents a permanent relationship with the student inside and outside the classroom, and therefore with the environment that surrounds him and the rest of the staff that lives in the institution, for which reason the teacher is expected to be a responsible person, efficient in his work, enthusiastic, endowed with diverse values, capacities and committed to the new challenges that the system demands, however, the reality reflects that the teacher is being affected by different aspects, such as the lack of labor benefits , the devaluation of their work, the formation of a hostile and unpleasant school climate. All this is summarized in a phenomenon known as Burnout syndrome, which is a response to work stress that causes fatigue, apathy, discouragement, exhaustion, irritability, among others. Based on the above, this research is proposed, which has as The objective was to carry out a bibliographic study on the various effects that Burnout syndrome causes in teachers, for which techniques such as bibliographic research were used, and the subsequent compilation, organization and analysis of the documents found. To finally establish a comparison of the theories found related to the subject under study.

Keywords: Burnout syndrome, teaching role

INTRODUCCIÓN

La educación es concebida como un proceso continuo y permanente en la que el ser humano busca por sí mismo y con ayuda de otros, llegar al conocimiento, usando diferentes métodos y estrategias para lograr los fines propuestos, en aras de su crecimiento intelectual, moral y social; es bien sabido, que la educación puede ser formal y no formal, la primera establecida en las instituciones educativas y la segunda en relación a la familia, el hogar y las relaciones interpersonales con la sociedad.

Al respecto, Savater (1997) considera que el proceso educativo puede ser informal (a través de los padres o de cualquier otro adulto dispuesto a dar lecciones) o formal es decir efectuado por una persona o grupo de personas socialmente destinadas para ello. En ese orden de ideas, al hablar de instituciones dedicadas a la educación, se pone de manifiesto la interacción de diferentes personas que hacen vida en ellas, tales como docentes, estudiantes, personal obrero, directivo, administrativo, cada uno de ellos con diferentes funciones que cumplir.

Es de resaltar que, cada actor que hace vida en las instituciones cumple o debería cumplir con unos requerimientos específicos para que el proceso sea realmente efectivo, no obstante, el docente es quien mantiene mayor compatibilidad con el estudiante, ya que este es quien ejerce mayor influencia en su proceso de formación Atendiendo a lo expresado, se espera del docente que sea una persona creativa, entusiasta, dotada de diversas competencias pedagógicas; por su parte, se espera del estudiante un ser disciplinado, colaborador, dispuesto a aprender y a cumplir con sus responsabilidades.

Sin embargo, la realidad refleja otro asunto, muy distante de lo que debería ser, ya que se ve en las aulas de clase docentes desanimados que se ausentan del aula, o llegan tarde, no son creativos en las planificaciones, ofrecen siempre las mismas estrategias o que bien están agobiados por los afanes del día a día, por lo que muestran cansancio físico y mental, irritabilidad, apatía, entre otros.

Aunado a ello, se encuentran con estudiantes desobligados, que no acatan las normas, que no les gusta participar en las actividades; todo eso se vuelve un círculo vicioso en que el docente se desanima acerca de su labor y manifiestan ciertos síntomas, que se traducen en el fenómeno conocido como síndrome de Burnout que en palabras de Gil

(1999) es "una respuesta al estrés laboral crónico integrado por actitudes y sentimientos negativos hacia las personas con las que se trabaja y hacia el propio rol profesional, así como por la vivencia de encontrarse agotado".

Es así que generalmente se percibe que el personal docente se muestra agotado, con muy poca disposición de participar en las actividades y en algunos casos hasta evaluando la posibilidad de abandonar sus puestos de trabajo para ocuparse en otros espacios. Razón por la cual se plantea esta investigación con el objeto de llevar a cabo una revisión documental y posterior comparación critico reflexiva sobre los diferentes efectos que causa el síndrome de burnout en los docentes.

Rol docente: la función docente es aquella de carácter profesional que implica la realización directa de los procesos sistemáticos de enseñanza-aprendizaje, lo cual incluye el diagnostico, la planificación, la ejecución y la evaluación de los mismos procesos, sus resultados, y de otras actividades dentro del marco del proyecto educativo institucional en los establecimientos educativos. La función docente, además de la asignación académica , comprende también las actividades de actualización y perfeccionamiento pedagógico; las actividades de planeación y evaluación institucional; otras actividades formativas, culturales y deportivas, contempladas en el proyecto educativo institucional y las actividades de dirección, planeación, coordinación, evaluación, administración y programación relacionadas directamente con el proceso educativo. (Ministerio de Educación Nacional de Colombia 2002 art.4 decreto 1278)

Se puede entender que, el rol que cumple un docente está basado principalmente en el hecho de facilitar u orientar el aprendizaje, lo cual incluye la planeación, organización y evaluación de todo el proceso, y además de eso, el acompañamiento que debe hacer a sus estudiantes a fin de reforzar los valores que traen del hogar, con el objeto de formar seres útiles a la sociedad.

Estilos de enseñanza

Weber (1976) citado por Ruiz (2008) sostiene que en la excelente revisión que hace de los estilos de enseñanza señala que éste constituye el "rasgo esencial, común y característico referido a la

manifestación peculiar del comportamiento y la actuación pedagógica de un educador o de un grupo de educadores que pertenecen a la misma filosofía. El autor plantea algunos estilos de enseñanza, entre los cuales se puede mencionar el siguiente:

-El Dominador: que es fundamentalmente una persona autoritaria que recurre normalmente a mandato y disposiciones exigentes, imponiendo las órdenes a la fuerza y que no acepta ni considera las decisiones autónomas de los alumnos.

-El Integrador: es capaz de crear un clima social amistoso donde predomina el reconocimiento y el elogio, y no, la violencia; un ambiente donde la crítica es constructiva y objetiva, y se toman en cuenta las iniciativas personales de los alumnos.

De acuerdo a lo planteado por el autor citado, se puede notar que existen diferentes estilos de enseñanza, eso lógicamente va relacionado con las características personales del docente, que de acuerdo a ello, se comporta de cierta manera, y planifica el proceso de enseñanza-aprendizaje según sus competencias, aunque eso no signifique que luego deba adaptarlo a las necesidades del estudiante.

Lo cierto es que, cada docente desarrolla uno o varios estilos de enseñanza, con el objeto de lograr un aprendizaje significativo, sabiendo que la forma en que se relacione con su grupo, va a determinar el clima en el aula de clases.

Síndrome de Burnout

Pines y Aronson (1981), definen el Burnout como el cansancio emocional, despersonalización y la falta de realización personal. En ese sentido se puede percibir que el síndrome de burnout ocasiona múltiples efectos sobre aquel que lo padece tales como cansancio físico y emocional, depresión, hostigamiento, apatía. Desanimo, y muchos otros que desencadenan grandes consecuencias.

Por otro lado Cialzeta (2013), describe, que el síndrome de Burnout "es un tipo de estrés laboral e institucional generado específicamente en aquellas profesiones caracterizadas por una relación constante y directa con otras personas, más concretamente en aquellas profesiones que suponen una relación interpersonal intensa con los beneficios del propio trabajo".

Partiendo de lo planteado por el autor antes citado, es bien sabido que el docente necesariamente debe relacionarse con otras personas y no solo eso sino también, guiar, orientar a los estudiantes buscando adaptarse en lo posible a las necesidades particulares de cada uno o a las exigencias del entorno en el cual se desempeña, lo cual hace que se produzca en él un estrés laboral y con ellos los múltiples efectos que de eso se genere.

De ese modo, Ramírez y Zurita (2010), indican que determinadas profesiones, entre las cuales se encuentra la docencia, son consideradas como "altamente estresante" y cuentan con ello numerosas bajas profesionales, donde puede verse afectados por el Síndrome de Burnout, en la cuales presenta como una respuesta frente al estrés emocional e interpersonal crónico en el lugar de trabajo.

Para Gil (2003), el Síndrome Burnout, puede estudiarse bajo dos perspectivas: clínica, bajo una concepción estática, donde el sujeto llega a ese estado como consecuencia del estrés laboral y una perspectiva psicosocial que lo define como un proceso, es decir, una serie de etapas que se generan por interacción de las características personales y el entorno laboral . En este sentido, la presente investigación se ha realizado con el objeto de investigar y seleccionar diversas fuentes bibliográficas sobre el padecimiento del síndrome de Burnout en los docentes.

Las dimensiones del Burnout

Maslach (1997), desde un modelo multidimensional divide el síndrome en tres dimensiones:

-El cansancio emocional (dimensión de estrés básico), determinado también con el nombre agotamiento emocional, manifestado en una sensación creciente en el centro de trabajo, porque no tiene fuente de estímulos o impulsos. Estos describen los sentimientos de una persona extenuada por la sobrecarga de trabajo, donde muchos de ellos suelen decir estoy agotado por mi trabajo.

-Despersonalización (dimensión interpersonal), es el aislamiento de la persona ante un cansancio emocional, sus actitudes son cambiantes, demostrando frialdad, impersonal, con deshumanización, sus comportamientos siempre serán negativos, busca culpables ante su fracaso tornándose en una forma

de autodefensa. Todo esto hará disminuir su compromiso laboral.

-Falta de Realización personal (dimensión de autoevaluación), es la incompetencia del sujeto cuando se encuentra frente a las demandas de trabajo que sobrepasa de su capacidad, de allí que se encuentra en una situación de descontento insatisfacción al no encontrarse realizado como persona. En esta dimensión la persona demuestra un sentimiento de impotencia frente a un trabajo de las cuales no logra cumplir porque no da más, que sin duda afectará la productividad y el éxito. Esto genera un problema ante la sociedad con la pérdida de oportunidades para desarrollarse profesionalmente.

El síndrome de Burnout en los docentes

El síndrome de Burnout es una respuesta al estrés laboral; es una experiencia compuesta por cogniciones, emociones y actitudes negativas hacia el trabajo y las personas con que se relaciona por su labor. Esta enfermedad se ha detectado como riesgo para profesiones relacionadas al trabajo con individuos, como lo es la educación, salud y recursos humanos. Se reconoce el magisterio como una labor propensa a desarrollar este fenómeno, ya que implica realizar diversas actividades dentro y fuera del aula, que van desde relacionarse con compañeros y alumnos hasta elaborar planeaciones curriculares, evaluaciones y participar en actividades de organización.

Si se combinan los factores mencionados anteriormente y se le suman las malas condiciones laborales, sobre carga de alumnos en el aula y problemas de aprendizaje, todos estos componentes generan un excedente laboral, una de las principales causas del síndrome de burnout que se manifiesta con problemas físicos, psicológicos y sociales para el docente con cansancio crónico (con desgaste profesional). Rodríguez y otros (2017)

MATERIALES Y MÉTODOS

Tipo de investigación;

Se desarrolló una investigación documental que según:

Guerrero Dávila (2015) "es una de las técnicas de la investigación cualitativa que se encarga de recolectar, recopilar y seleccionar información de las lecturas de documentos, revistas, libros, grabaciones, filmaciones, periódicos, artículos resultados de investigaciones, memorias de eventos, entre otros; en ella la

observación está presente en el análisis de datos, su identificación, selección y articulación con el objeto de estudio."

En este caso particular se hizo necesaria la revisión bibliográfica de diferentes trabajos de grado y artículos científicos relacionados con los efectos que causa el síndrome de Burnout en los docentes

Método

- Arqueo de fuentes: se seleccionó todo el material posible sobre el síndrome de burnout en los docentes

- Revisión: se descartó el material poco útil a efectos de la realización de este trabajo

- Cotejo: en este aspecto se comparó y se organizó el material a utilizar para la toma de citas textuales y referencias bibliográficas

- Interpretación: se procedió al análisis del material cotejado para establecer las opiniones del investigador pertinentes al tema

- Conclusiones: se establece la conclusión relacionada a las teorías presentadas.

A continuación se presentará un cuadro de análisis, en el que se realizó una comparación de algunos trabajos relacionados con el tema de este estudio.

ANÁLISIS

Denominación	Autor/Fecha	Objetivo/propósito	Tradición investigativa	Aportes a la nueva investigación
"Gestión educativa y síndrome de burnout en docentes de la institución educativa nuestra Señora del Sagrado Corazón de Jesús"	Santoyo (2019)	Determinar la relación entre la gestión educativa y el síndrome Burnout en docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Sagrado Corazón de Jesús del distrito de Independencia, 2018	Diseño correlacional y propositiva	Aportar nuevas estrategias para disminuir el síndrome de burnout desde la gestión educativa de la institución.
"Modelo de gestión educativa docente para prevenir el síndrome de burnout en condiciones de teletrabajo"	Pazos (2021)	Implementar el modelo más adecuado a las necesidades profesionales y sociales del contexto.	Investigación no experimental, transversal, descriptiva	Valorar la necesidad de prevenir la aparición el síndrome de burnout en los docentes en otras modalidades de estudio
"Síndrome de burnout en docentes de secundaria de instituciones educativas públicas y privadas del distrito de San Juan de Miraflores"	Velazco (2021)	Determinar las diferencias en los niveles de síndrome de burnout entre los docentes de las instituciones educativas públicas y privadas del nivel de secundaria del distrito San Juan de Miraflores	Estudio descriptivo comparativo	Comparar los efectos que puede ocasionar el síndrome de burnout en los docentes desde diferentes escenarios

REFLEXIONES FINALES

- Sin lugar a dudas la profesión docente es una de las más vulnerables a padecer el síndrome de Burnout ya que implica una relación permanente con otras personas de diversos caracteres lo cual puede desencadenar en estrés laboral.

- El síndrome de Burnout puede ocasionar depresión, abandono de los puestos de trabajo, hostilidad, fallas en la comunicación, relaciones interpersonales deficientes, cansancio físico y mental, y en los casos más graves el suicidio.

- Un docente ideal debe ser una persona sana, entusiasta, creativa, capaz de ofrecer

diversidad de estrategias a sus estudiantes de acuerdo a sus necesidades, y además debe procurar un clima agradable dentro y fuera del aula de clases.

- Desde la gestión educativa se deben crear planes y programas que atiendan las necesidades del docente y puedan disminuir los riesgos de padecer el síndrome de Burnout.

- Evidentemente las investigaciones consultadas concluyen que el síndrome de Burnout debe ser erradicado de la labor docente a fin de lograr que el espacio de aprendizaje promueva un proceso de enseñanza significativo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Cialzeta, JR. (2013). El sufrimiento mental en el trabajo: Burnout en médicos de un hospital de alta complejidad. Tesis para optar al grado de maestro. Universidad Nacional de Córdova.

Gil, P. (1999) Perspectivas teóricas y modelos interpretativos para el síndrome de quemarse por el trabajo. Anales de Psicología. 15, 261.268

Gil, P. (2003). Burnout síndrome ¿síndrome de quemarse por el trabajo, desgaste profesional, estrés laboral o enfermedad de Tomas? Revista de psicología del trabajo y las organizaciones.

Guerrero Dávila, G. (2015). Metodología de la investigación, México D.F. grupo editorial Patria. Disponible en https://ezproxy.unisimon.edu.co.2258/es/creader/unisimon/40363?page=20

Maslach, C. (1997). Manual de inventario de Burnout de Maslach. Madrid: Tea

Ministerio de Educación Nacional de Colombia. Artículo 4, decreto 126788 (2002)

Pazos, Leonor Felicita. (2021). Modelo de gestión educativa para prevenir el síndrome de burnout en condiciones de teletrabajo. (ORCID:0000-0002-9198-7052)

Pines, A.; Aaronson, E. & Kafry, D. (1981). Burnout: from tedium to personal growth. En C. Chermiss (Ed.) Staff burnout: job stress in the human services. New York: Fre Press

Ramírez, M. y Zurita R (2010). Variables organizacionales y psicosociales asociadas al síndrome

de burnout en trabajadores del ámbito educacional. . Disponible en https://polis.reves.org/677

Rodríguez Ramírez, José Andrés; Guevara Araiza, Albertico; Viramontes Araya, Efrén, (2017). Síndrome de burnout en docentes. Revista de investigación educativa, vol. 8, número 14, México.

Ruiz Quiroga P. (2010). El papel del maestro en el aula. Revista digital para profesionales de la enseñanza.

Santoyo Díaz, Lidia. (2019). Gestión educativa y síndrome de Burnout en docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Sagrado Corazón de Jesús del distrito de Independencia. Tesis para optar al grado de Doctor en Administración de la Educación. Chimbote-Perú.

Savater, F (1997). El valor de educar. Barcelona, Ariel

Velazco Astete, Katherine. (2021). Síndrome de Burnout en docentes de secundaria de instituciones educativas públicas y privadas del Distrito San Juan de Miraflores. Tesis para optar al título de Licenciada en Psicología. Lima-Perú.