

Psicología y Educación: Presente y Futuro

Coordinador: Juan Luis Castejón Costa
ACIPE- Asociación Científica de Psicología y Educación

© CIPE2016. Juan Luís Castejón Costa

Ediciones : ACIPE- Asociación Científica de Psicología y Educación

ISBN: 978-84-608-8714-0

Todos los derechos reservados. De conformidad con lo dispuesto en la legislación vigente, podrán ser castigados con penas de multa y privación de libertad quienes reproduzcan o plagien, en todo o en parte, una obra literaria, artística o cien

Prevalencia del síndrome de burnout en los docentes según la etapa educativa y la experiencia docente

Esteras, J., Chorot, P. y Sandín, B.

Departamento de Psicología de la Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos, Universidad Nacional de Educación a Distancia, Madrid, España

E-mail: esterasjesus@gmail.com

Resumen

Se confirma que el síndrome de burnout constituye un serio riesgo no solo para la salud de los docentes, sino también por los efectos en la educación de los niños y jóvenes. El presente estudio tiene como objetivo examinar en profesionales de la educación la prevalencia del síndrome de burnout según la etapa educativa y la experiencia docente. La muestra la componen 171 docentes de Educación Infantil, Primaria, Secundaria y Bachillerato. Los resultados confirman que no existe asociación entre la presencia de burnout con la variable etapa educativa, aunque sí se evidencia una clara tendencia de índices de burnout incrementados en Educación Primaria y ESO-bachillerato y niveles atenuados en Educación Infantil. El efecto del factor años de experiencia docente resultó ser estadísticamente no significativo tanto para cada una de las dimensiones del burnout, como para la prevalencia del síndrome de burnout.

Palabras clave: Burnout en docentes; niveles educativos; experiencia docente.

Prevalence of burnout syndrome among teachers according to educational stage and the teaching experience

Esteras, J., Chorot, P. and Sandín, B.

Department of Personality, Assessment and Psychological Treatment, National Distance Education University (UNED), Madrid, Spain

E-mail: esterasjesus@gmail.com

Abstract

This can cause teachers to suffer from the burnout syndrome which is a serious risk not only for teachers themselves, but also for the effects on children and young people education. The aim of this study is to analyse the prevalence of burnout syndrome according to educational stage and the teaching experience. The sample includes 171 Childhood, Primary, Secondary and A levels teachers. The results confirm that there is no association between the presence of burnout and the educational stage variable, however there is a clear trend of elevated burnout rate in primary school, ESO and A levels and diminished levels in Childhood education. The effect of experience years resulted to be not statistically significant, not only for each one of the burnout dimensions, but also for the burnout syndrome prevalence.

Key words: Burnout among teachers, educational levels, teaching experience.

1. Introducción

Los profesionales de la educación forman parte de un grupo de riesgo al burnout. Los docentes se han considerado desde un principio como un colectivo de riesgo a padecer el síndrome (Kyriacou y Sutcliffe, 1977). Los docentes están expuestos continuamente a desencadenantes de estrés propios de un entorno académico, donde se evidencia el distanciamiento existente entre las expectativas personales del docente y la realidad docente de las aulas.

El rol del profesional docente está sufriendo una transformación como consecuencia de los propios cambios metodológicos y de los principios teóricos que configuran y describen la labor del docente. Estos continuos cambios sociales han obligado a los docentes a asumir una función más reflexiva de su práctica docente, caracterizada por una labor de investigación y experimentación en coordinación con otros profesores para avanzar en la eficacia y eficiencia de su labor profesional como docentes. La labor docente se fundamenta en una reflexión de la práctica docente, en el trabajo en equipo y en la formación continua.

Los nuevos desafíos sociales irrumpen en el colectivo docente exigiendo de éste un cambio drástico de su práctica docente para atender las expectativas cambiantes de la sociedad, y las demandas excesivas se han convertido en el desencadenante del síndrome de burnout en los docentes.

Podemos identificar diversos factores de riesgo asociados con el entorno laboral como los estresores relacionados con las demandas laborales. Así mismo, la etapa educativa donde se imparte parece ser determinante en el desarrollo del síndrome de burnout. Así se han encontrado niveles mayores de burnout en el profesorado de Educación Secundaria Obligatoria en comparación con el resto de docentes (Beer y Beer, 1992). Otros autores también confirman dichas conclusiones pero matizan que las dimensiones que más evidencian esas diferencias aparecen de manera más reveladoras en los niveles de despersonalización y la realización personal. Pero también se han evidenciado trabajos recientes que confirman la ausencia de relación significativa entre el burnout y la etapa educativa.

En relación a la antigüedad profesional diversos trabajos han observado diferencias significativas en realización personal, donde los docentes que presentan una experiencia profesional de 21 a 30 años mostraban niveles más altos de realización personal Manassero et al. (1995). Mientras que otros autores no han hallado relación significativa entre el burnout y variables como los niveles de enseñanza, el tipo de centro o los años de experiencia docente.

La literatura existente sobre el tema arroja datos contradictorios que sugieren seguir profundizando en su estudio.

2. Método

2.1. Participantes

La muestra estuvo constituida por un total de 171 docentes. De ellos un 72.5% eran mujeres ($n=124$) y un 27.5% eran varones ($n=47$). El rango de edad del total de la muestra estaba comprendido entre 22 y 64 años, y una edad media de 39.23 años ($DT=11.12$).

2.2. Medidas

Inventario de burnout de Maslach (Maslach Burnout Inventory): MBI

El inventario de burnout de Maslach (Maslach y Jackson, 1981a, 1986) es el instrumento de medida que más se ha utilizado en estudios sobre el síndrome de burnout y representa el instrumento de evaluación del burnout más importante y aceptado por toda la comunidad científica.

El inventario consta de 22 ítems en forma de afirmaciones sobre los sentimientos, pensamientos y actitudes personales que se experimentan en el trabajo. Se valoran con una escala de tipo Likert, que indica la frecuencia con la que se experimenta cada sentimiento descrito en el ítem. Dicha escala de frecuencia presenta siete grados que varían entre de 0 (“Nunca”) y 6 (“Todos los días”).

Cuestionarios de variables sociodemográficas

Es un cuestionario ad-hoc de elaboración propia que identifica variables sociodemográficas.

2.3. Procedimiento

Por una parte se ha utilizado un diseño transversal descriptivo para analizar la incidencia y los valores en que se manifiesta cada una de las variables estudiadas, así como hacer descripciones comparativas entre subgrupos de sujetos.

El procedimiento comprendió diferentes fases de ejecución que a continuación pasamos a detallar: 1. *Comunicación a los directores de los centros educativos*; 2. *Segunda comunicación a los directores de los centros que han accedido a participar*; 3. *Entrega de los protocolos a los profesores*; 4. *Regida de los protocolos*

3. Resultados

Diferencias en puntuaciones de las dimensiones de burnout en los docentes según etapas educativas

En este apartado examinamos en el grupo de docentes hasta qué punto las posibles diferencias de las puntuaciones en las dimensiones del burnout podrían verse asociadas a la variable etapa educativa (infantil, primaria, y ESO y bachillerato).

En la Tabla 1 se muestran los estadísticos descriptivos (medias y desviaciones típicas) para cada dimensión del MBI en función de la etapa educativa. Así mismo, se muestran los estadísticos del análisis de varianza según la variable etapas educativas y dimensiones del MBI. Aplicamos tres análisis de varianza univariados (ANOVAs) de un factor (etapas educativas), para cada una de las dimensiones del burnout (CE, DP y RP). Los resultados de dichos análisis indican que no existen puntuaciones significativamente diferentes en ninguna de las tres dimensiones de burnout en función de las etapas educativas que imparten los docentes (véase la Tabla 1). No obstante se aprecian ciertas diferencias en las puntuaciones de las dimensiones de burnout entre docentes que imparten docencia en la etapa de educación infantil y los docentes de primaria y ESO-bachillerato, estas diferencias no llegan a ser significativas estadísticamente; pero se observa que los docentes de infantil muestran una tendencia a puntuar más bajo en cansancio emocional y despersonalización y más alto en realización personal en comparación con sus colegas de primaria y ESO-bachillerato.

Tabla 1
Medias, desviaciones típicas (DT) y estadísticos del análisis de varianza referidos a las puntuaciones en burnout según etapas educativas de los docentes

	Infantil n = 34	Primaria n = 93	ESO y bachillerato n = 44		
	Media (DT)	Media (DT)	Media (DT)	F (2, 167)	η^2_p
CE	15.6 (10.9)	19.0 (11.3)	19.7 (9.7)	1.48	.017
DP	3.6(4.6)	5.3 (5.9)	4.8(4.1)	1.28	.015
RP	37.4(8.6)	35.6 (8.6)	36.0 (9.5)	.37	.004

Nota:CE = cansancio emocional, DP = despersonalización y RP = realización personal.

*p< .05.

Diferencias en puntuaciones de burnout en los docentes según los años de experiencia

Se estudia si hay diferencias en las puntuaciones de las dimensiones de burnout de los participantes según tengan más o menos años de experiencia docente, es decir, se comprueba si están relacionadas las puntuaciones de burnout con los años de experiencia docente. Para ello aplicamos tres ANOVAs de un factor (tres niveles de años de docencia), uno para cada una de las dimensiones de burnout.

Los resultados, tal como se refleja en la Tabla 2, muestran ausencia de diferencias significativas entre los años de experiencia docente y las tres dimensiones del MBI. No obstante parecen apreciarse ciertas diferencias en las medias en la dimensión cansancio emocional, entre docentes con menos de 10 años y docentes entre 11 y 20 años de experiencia docente, en el sentido de que los docentes con menos de diez años de experiencia educativa presentan una media en cansancio emocional menor (17.3) que los profesionales que tienen una experiencia educativa de 11 a 20 años (21.1); este grupo de docentes es el que parece presentar las mayores puntuaciones mayores en cansancio emocional.

En la Tabla 2 mostramos los estadísticos descriptivos (medias y desviaciones típicas) para cada escala del MBI en función de la experiencia docente. Así mismo, se muestran los estadísticos de los análisis de varianza según los años de experiencia docente y las puntuaciones en las dimensiones del MBI.

Tabla 2

Medias, desviaciones típicas (DT) y estadísticos del análisis de varianza referidos a las dimensiones de burnout según los años de experiencia

	0-10 años n = 86	11-20 años n = 37	21-40 años n = 48	Total n = 171		
	Media (DT)	Media (DT)	Media (DT)		F (2,167)	η^2_p
CE	17.3 (10.3)	21.1 (11.4)	18.7 (11.3)	18.5 (10.9)	1.59	.019
DP	4.6(5.4)	5.0 (4.7)	5.3 (5.5)	4.8 (5.3)	.17	.002
RP	36.8(8.2)	35.9(10.3)	34.8 (8.8)	36.1 (8.8)	.81	.010

Nota:CE = cansancio emocional, DP = despersonalización y RP = realización personal.

*p< .05.

Prevalencia del síndrome burnout en los docentes según la etapa educativa

Hemos examinado la posible asociación entre la ocurrencia del síndrome de burnout y las etapas educativas que imparten los docentes aplicando diseños estadísticos de tablas de contingencia de 3 x 2 (i.e., infantil vs. primaria vs. ESO/bachillerato x síndrome vs. no síndrome). No encontramos asociación significativa entre ambas variables (etapas educativas y síndrome de burnout), ($\chi^2(2) = 2.47$, n.s). Los resultados confirman que no existe asociación entre la presencia de burnout con la variable etapa educativa, es decir que las frecuencias de los participantes con síndrome de burnout se distribuyen al azar entre los docentes en las diferentes etapas educativas. Sin embargo se advierte ciertas diferencias en la variable síndrome de burnout entre docentes que ejercen la docencia en la etapa de educación infantil y los docentes de primaria y ESO-bachillerato, sin llegar a ser estas diferencias estadísticamente significativas; pero se observa que los docentes de educación infantil presentan una tendencia más baja a padecer síndrome de burnout que los docentes de primaria y ESO-bachillerato. Se advierte que en la etapa de Educación Infantil el porcentaje de participantes que presenta el síndrome de burnout es de un 14,7%, mientras que en etapas superiores los porcentajes superan el 27%, es decir, casi el doble de porcentaje. Así mismo, sólo han aparecido en nuestro estudio diferencias importantes en cuanto a prevalencia del síndrome de burnout entre Educación Infantil (14.7%) y el resto de etapas, puesto que la prevalencia del síndrome de burnout en la Etapa de Educación Primaria y en la ESO-bachillerato son similares (28 % y 27.3% respectivamente). (véase la Tabla 3 y la Figura 1).

Tabla 3

Frecuencia, porcentaje y estadístico de las tablas de contingencia (chi-cuadrado) del síndrome de burnout según las etapas educativas

	Infantil (n = 34)	Primaria (n = 93)	ESO-bachill. (n = 44)	
Síndrome burnout				$\chi^2(2)$
No síndrome	29 (85.3%)	67 (72.0%)	32 (72.7%)	
Síndrome	5 (14.7%)	26 (28.0%)	12 (27.3%)	2.47
Total	34 (100%)	93 (100%)	44 (100%)	

*p<0,05

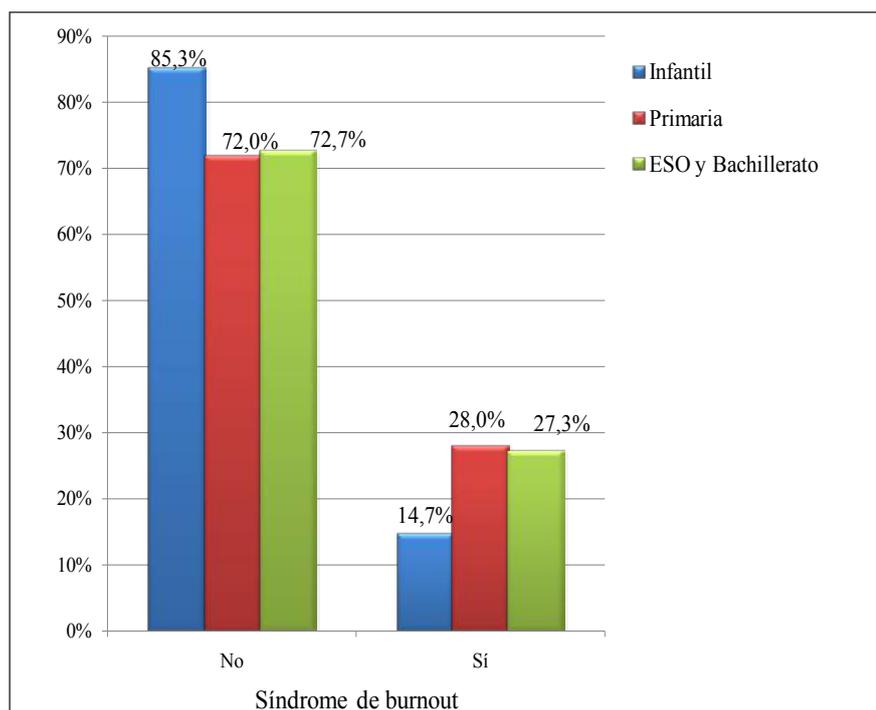


Figura 1. Porcentajes de participantes con síndrome burnout según nivel educativo.

Prevalencia del síndrome de burnout en los docentes según experiencia docente

Hemos estudiado la asociación entre la presencia del síndrome de burnout y la experiencia docente aplicando diseños estadísticos de tablas de contingencia de 3 x 2 (i.e., 0-10 años vs. 11-20 años vs. 21-40 años x síndrome vs. no síndrome). Los resultados nos confirman la asociación significativa entre ambas variables (etapas educativas y síndrome de burnout), ($\chi^2(2) = 3.95$, n.s). Los resultados confirman la falta de asociación entre la presencia de burnout con la variable experiencia docente. No obstante hemos observado ciertas diferencias en la variable síndrome de burnout entre los docentes que presentan una experiencia de menos de 11 años en comparación con el resto de docentes, sin llegar a ser estas diferencias estadísticamente significativas; pero se evidencia que los docentes con una experiencia menor de 11 años muestran una tendencia más baja a padecer síndrome de burnout que los docentes con experiencia mayor (véase la Tabla 4 y la Figura 2).

Tabla 4

Frecuencia, porcentaje y estadístico de las tablas de contingencia (chi-cuadrado) del síndrome de burnout según los años de experiencia

	0-10 años (n = 86)	11-20 años (n = 37)	21-40 años (n = 48)	
Síndrome burnout				$\chi^2(2)$
No síndrome	70 (81.4%)	25 (67,6%)	33 (68,8%)	
Síndrome	16 (18.6%)	12 (32.4%)	15 (31.3%)	3.95
Total	171(100%)	37(100%)	211(100%)	

*p< .05

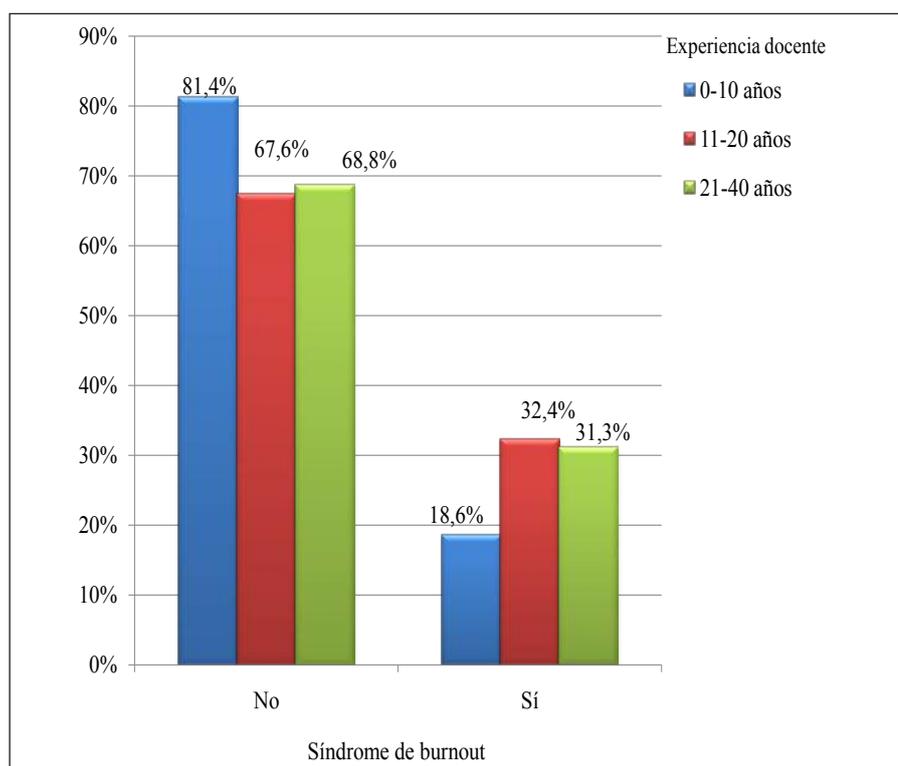


Figura 2. Frecuencia y porcentaje de docentes según síndrome de burnout y experiencia.

4. Discusión

Esperábamos encontrar mayores puntuaciones en las dimensiones de burnout y mayor prevalencia del síndrome de burnout en los docentes de Educación Secundaria que en los de niveles inferiores. Se obtienen resultados similares en las puntuaciones de las dimensiones de burnout, i. e., no existen puntuaciones significativamente diferentes en ninguna de las tres dimensiones de burnout en función de las etapas educativas que imparten los docentes. Aunque sí observamos que en la etapa de Educación Infantil las medias en cansancio emocional y despersonalización son sensiblemente inferiores a las del resto de etapas educativas (Educación Primaria y ESO-bachillerato). Así mismo, se comprueba que no está relacionada la presencia del síndrome de burnout con la variable etapa educativa. Aunque se advierte que en la etapa de Educación Infantil el porcentaje de participantes que presenta el síndrome de burnout es muy inferior en comparación con etapas superiores. Del mismo modo, solo han aparecido en nuestro estudio diferencias importantes en cuanto a prevalencia del síndrome de burnout entre Educación Infantil y el resto de etapas, puesto que la prevalencia del síndrome de burnout en la Etapa de Educación Primaria y en la ESO-bachillerato es similar. Nuestros resultados en cuanto a tendencia, son en general consistentes con la extensa evidencia de la literatura que



refiere que los índices de burnout aumentan según avanzan las etapas educativas (Beer y Beer, 1992). Aunque cabría matizar ciertos resultados encontrados en nuestra investigación que evidencian una clara tendencia de índices de burnout incrementados en Educación Primaria y ESO-bachillerato y niveles atenuados en Educación Infantil. Estos datos pueden ser explicados por la satisfacción con el alumnado que presentan los docentes de manera diferenciada en cada una de las etapas educativas. Otros autores apuntan también a problemas de conducta de los alumnos como variable asociada al burnout (Beer y Beer, 1992). Estas actitudes y comportamientos de los alumnos suscitan en el docente un nivel de satisfacción relacionado con el tipo de alumnado, e influye decisivamente en el educador, pues una de las mayores satisfacciones laborales que el docente tiene es la generada por la propia relación con sus alumnos. En este sentido, son muchos los autores que defienden que cuando la persona no encuentra en el trabajo un cierto nivel de satisfacción, esta circunstancia predispone en buena medida a la aparición del síndrome de burnout (Lee y Ashforth, 1993). Pero no podemos pensar que únicamente los problemas de disciplina son factores decisivos para el burnout, sino que actitudes pasivas o falta de interés de los alumnos hacia el aprendizaje, influyen igualmente en el desarrollo del síndrome de burnout. Lamentablemente esa circunstancia cada vez más se está evidenciando en las aulas, no sólo en alumnos de Educación Secundaria, sino que ahora también se está generalizando a alumnos de Educación Primaria. Muestra de ello la encontramos en recientes trabajos de investigación que evidencian falta de diferencias significativas en puntuaciones de burnout en función de las etapas educativas, aunque se encuentra una tendencia que no llega a ser significativas (Salas, 2010). Estas conclusiones parecen coincidir con las sugeridas en nuestro trabajo de investigación; no encontrándose diferencias significativas en relación con el burnout y las etapas educativas.

Cabría interpretar a la luz de estas consideraciones y resultados que la relación que se presupone debía de haber entre el burnout y la variable etapa educativa, no radica tanto en impartir docencia en una etapa o en otra, sino en variables más determinantes que inciden directamente en la afectividad de los docentes. Por ello, en nuestro trabajo se ha observado una relación débil entre el burnout y la variable etapa educativa, pero en cambio las variables relacionadas con la satisfacción con el tipo de alumnos, la satisfacción con la labor docente y el estrés laboral resultaron efectivas para predecir los niveles de burnout. En consecuencia podemos interpretar que la etapa educativa donde se imparte docencia no parece ser tan determinante en el desarrollo del síndrome de burnout, al menos en estos momentos sociales en los que vivimos, sino que las variables determinantes estarían relacionadas con satisfacción laboral y estrés laboral que pueden o no estar asociadas con las etapas educativas en momentos sociales diferentes. Es decir que ciertos comportamientos y/o actitudes de alumnos que antes eran más propio de etapas de la adolescencia y resultaban ser factores determinantes para el desarrollo del síndrome de burnout, ahora, cada vez más, se están generalizando estas actitudes de pasividad y desinterés de los alumnos hacia el aprendizaje a etapas más tempranas de Educación Primaria, y en consecuencia, sus efectos sobre el burnout se están manifestando; esto explicaría el por qué están apareciendo en los estudios recientes ausencia de diferencias significativas entre el burnout y las etapas educativas.

Las puntuaciones en cada una las dimensiones de burnout y la prevalencia del síndrome de burnout debían variar en función de los años de experiencia docente. Según nuestros resultados, el efecto del factor años de experiencia docente resultó ser estadísticamente no significativo tanto para cada una de las dimensiones del burnout, como para la prevalencia del síndrome de burnout. No obstante parecen apreciarse ciertas diferencias en las medias en la dimensión cansancio emocional, entre docentes con menos de 10 años y docentes entre 11 y 20 años de experiencia docente, en el sentido de que los docentes con menos de 10 años de experiencia educativa presentan una media más baja en cansancio emocional que los docentes que tienen una experiencia educativa de 11 a 20 años; siendo este último grupo el que muestra mayores puntuaciones en cansancio emocional.

Tales resultados parecen ser congruentes con la literatura científica sobre las diferencias en burnout en función de los años de experiencia, en el sentido de que se observa cierta tendencia pero no llega a demostrarse de manera



significativa. Así encontramos otros trabajos que no evidencian relación alguna entre burnout y años de experiencia. A pesar de todo ello la literatura existente sobre el tema es contradictoria, ya que se han aportado unos resultados que muestran una relación lineal entre el burnout y los años de experiencia (Seltzer y Numerof, 1988), mientras que otros encuentran una relación curvilínea y Hock (1988) no encontró relación alguna.

5. Conclusiones

Partiendo del análisis de los datos se evidencia que no aparecen puntuaciones significativamente diferentes en ninguna de las tres dimensiones de burnout, en función de las etapas educativas, ni en relación a los años de experiencia. Situación similar ocurre con la presencia o ausencia del síndrome de burnout en función con dichas variables. En consecuencia, podemos concluir que estos factores apenas influyen sobre las dimensiones de burnout, ni sobre la prevalencia del síndrome de burnout. En referencia a las etapas educativas los resultados sugieren que la relación que presuponíamos debía existir con el burnout no era directa sino asociada a unas condiciones que en épocas anteriores aparecían en una etapa educativa determinada (Educación Secundaria), pero ahora se están generalizando a etapas más tempranas, lo que provoca la desaparición de diferencias significativas entre estas variables.

En referencia a la ausencia de relación significativa entre el burnout y los años de experiencia, nuestros resultados evidencian resultados contradictorios que por otra parte ya se han mostrado en la literatura existente sobre el tema. La falta de estabilidad y las contradicciones encontradas en la literatura existente demuestran dudas razonables sobre la existencia de relación entre burnout y los años de experiencia, confirmándose en nuestro trabajo dicha ausencia de relación significativa.

Referencias

- Beer, J. y Beer, J. (1992). Burnout and stress, depression, and self-esteem of teachers. *Psychological Reports*, 71, 1331-1336.
- Hock, R.R. (1988). Professional burnout among public school teachers. *Public Personnel Management*, 17, 167-189.
- Lee, R.T. y Ashforth, B.E. (1993). A further examination of managerial burnout. Toward an integrate model. *Journal of Organizational Behavior*, 14, 3-20.
- Manassero, M.A., Fornés, J., Fernández, M.C., Vázquez, A. y Ferrer, V.A. (1995). "Burnout" en la enseñanza: análisis de su incidencia y factores determinantes. *Revista de Educación*, 308, 241-266.
- Salas, J.J. (2010). *Bienestar psicológico y síndrome de burnout en docentes de la UGEL N° 7*. (Tesis). Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Facultad de Psicología. Lima (Perú).
- Seltzer, J. y Numerof, R.E. (1988). Supervisory Leadership and Subordinate Burnout. *Academy of Management Journal*, 31, 439-446.