

L'EXERCICI DE LA DOCÈNCIA DE LA PSICOLOGIA I EL BURNOUT**Eva Manzano Vila^a****Jordi Pujol Bret^a****Mariano Prior Martín****Sílvia Font-Mayolas^b****M. Eugènia Gras Pérez^b**

a. Estudiants de la Llicenciatura de Psicologia. Universitat de Girona

b. Professores del Departament de Psicologia. Universitat de Girona

Adreça de Contacte:

Sílvia Font-Mayolas

Departament de Psicologia. Universitat de Girona

silvia.font@udg.edu**Resum**

En l'actualitat el burnout o síndrome de cremar-se per la feina és considerat un risc emergent als països occidentals essent el col·lectiu docent un dels més afectats. L'espai europeu d'educació superior proposa un nou rol pel professor que haurà de ser compaginat amb la gestió, la recerca i la transferència de coneixement. En la present recerca s'analitza el nivell de burnout en una mostra formada per 42 docents (mitjana d'edat: 37,21 anys; D.T.: 8,98; 70,8% dones) del departament de Psicologia de la Universitat de Girona. El burnout s'ha avaluat amb el Maslach Burnout Inventory (MBI) així com amb un qüestionari d'elaboració pròpia que recull variables sociodemogràfiques, característiques del tipus de treball i de l'ús del temps lliure, el locus de control i el burnout percebut. Els resultats obtinguts indiquen valors mitjans en les puntuacions de les dimensions Cansament Emocional i Despersonalització, i valors elevats en Realització Personal. El 20,5% dels docents es percep cremat per la feina.

Resumen

En la actualidad el burnout o síndrome de quemarse por el trabajo está considerado un riesgo emergente en los países occidentales, siendo el colectivo docente uno de los más afectados. El espacio europeo de educación superior propone un nuevo rol para el profesor universitario que tendrá que ser compaginado con la gestión, la investigación y la transferencia de conocimiento. En la presente investigación se analiza el nivel de burnout en una muestra formada por 42 docentes (media de edad: 37,21 años; DT: 8,98; 70,8% mujeres) del departamento de Psicología de la Universidad de Girona. El burnout se ha evaluado con el Maslach Burnout Inventory (MBI) y a través de un cuestionario de elaboración propia que recoge variables sociodemográficas, características del tipo de trabajo y del uso del tiempo libre, el locus de control y el burnout percibido. Los resultados obtenidos indican valores medios en las puntuaciones de las dimensiones Cansancio Emocional y Despersonalización, y valores elevados en Realización Personal. El 20,5% de los docentes se percibe quemado por el trabajo.

Abstract

Nowadays, burnout is considered an increasing psycho-social risk in occidental countries and especially among teachers. The European Higher Education Area goals require new roles from university teachers additional to management, research and knowledge transference. This research analyzes the level of burnout on a sample conformed by 42 teachers (average of age: 37.21 years old; S.D.: 8.98; 70.8% women) of the Department of

Psychology of the University of Girona. The burnout has been evaluated by the Maslach Burnout Inventory (MBI). Also, socio-demographic variables, features of the work place and the free time, the locus of control and the perception of burnout have been gathered by means of an *ad hoc* questionnaire. Results indicate medium levels on the subscales of emotional exhaustion and depersonalization, and a high level of personal accomplishment. About 20.5% of the participants perceived themselves as burnt by work.

Introducció

La Declaració de Bolonya i el Comunicat de Praga llancen el repte de la creació d'un espai europeu d'educació superior que pren cos principalment en el document *Tuning Educational Structures in Europe* (González i Wagenaar, 2003). Aquest projecte posa l'èmfasi no tant en allò que es dona als estudiants (*inputs*) com en els resultats (*outputs*). Per tant l'avaluació es desplaça del coneixement com a referència dominant a les competències, capacitats i processos. Aquest fet amplia la varietat d'enfocaments en l'avaluació (portfolis, tutories, coavaluació, autoavaluació, etc.) (Font-Mayolas i Gómez, 2008; Poblete, 2007; Villar, 2007). A més també implica l'ús de diferents situacions d'aprenentatge (treball cooperatiu, anàlisi de problemes, minicases, etc.) (Farré i Baños, 2006; Font-Mayolas, Salamó, Gómez i Cebrián, 2008; Miralles i Guillamón, 2007).

Un dels assumptes a que s'ha dedicat atenció fa referència al càlcul del treball o càrrega acadèmica de l'estudiant en funció del tipus de disciplina, de l'organització de l'ensenyament, dels mètodes d'avaluació, etc. (González i Wagenar, 2003). Així es considera que cada crèdit ECTS (*European Credit System Transfer*) equival a unes 25 hores de treball de l'alumne i que cal una estimació acurada de les hores necessàries per assolir les competències que constin al programa (Bezanilla, 2007; Lavigne, 2007).

Però, al docent, quantes hores de treball li suposa un crèdit ECTS al seu pla docent? El nou context educatiu suposa per al professor canvis i noves exigències que afecten tant a l'organització de l'ensenyament com a l'orientació que se li dona (Gairín, 2003). És a dir, "*el professor haurà d'idear les activitats d'aprenentatge que haurà de seguir l'estudiant per poder assolir les seves competències, haurà de seguir i avaluar la realització d'aquestes activitats i haurà d'estar al costat de cada estudiant per ajudar-lo en el seu procés d'aprenentatge*" (Vicerectorat de Docència i Política Acadèmica, 2007, p. 6). En un procés d'adaptació sovint a cost zero i tenint en compte que el professor universitari també ha de dedicar-se a la recerca, a la gestió i a la transferència de coneixement, serà possible assumir aquest nou paper de guia en l'aprenentatge? Percebrà el professorat universitari que té prous recursos com per donar resposta a tota aquesta demanda?

En l'actualitat, el burnout o síndrome de cremar-se per la feina, és considerat un risc psicosocial emergent als països occidentals. Aquest es pot definir com la resposta a l'estrès laboral crònic que comporta la vivència de trobar-se emocionalment esgotat, el desenvolupament d'actituds i sentiments negatius envers les persones amb les que es treballa (despersonalització) i l'aparició de processos de devaluació del propi rol professional (Gil-Monte i Peiró, 1997; Maslach i Jackson, 1981a).

Si bé el burnout no consta entre els trastorns recollits al manual de classificació diagnòstica DSM-IV-TR (*American Psychiatric Association*, 2002), es coneix que el seu patiment implica alteracions a diversos nivells: psicosomàtic (mal de cap, fatiga, úlcera), conductual (absentisme laboral, abús de drogues) i emocional (distanciament afectiu, impaciència, irritabilitat) (Guerrero i Vicente, 2001; Quiroz i Saco, 2003).

La síndrome de cremar-se per la feina es manifesta especialment en professionals de la sanitat, de l'ensenyament i dels serveis socials, és a dir, en professions que impliquen moltes hores de contacte continu i directe amb els usuaris i que sovint parteixen de l'expectativa de que la dedicació rebrà en compensació sentiments de gratitud i apreciació (Maslach i Jackson, 1981a).

En el cas dels docents el malestar psicològic se sol explicar per factors com: l'excés de treball, la burocratització de les tasques docents, els salaris baixos, la manca de reconeixement per part dels superiors i de la societat i la massificació de l'alumnat principalment (Seva, 1986).

El present treball té com a objectiu avaluar la prevalença de la síndrome de cremar-se per la feina així com algunes característiques d'aquest trastorn en una mostra de professors del departament de Psicologia de la Universitat de Girona.

Metodologia

Participants

La població d'estudi van ser els professors del Departament de Psicologia de la Universitat de Girona en l'any acadèmic 2007/08. El percentatge de participació fou del 52,17%. La mostra està formada per 24 docents d'edats compreses entre els 25 i els 54 anys. La mitjana d'edat és de 37,21 anys (D.T. = 8,98) amb un 29,2% d'homes i un 70,8% de dones.

Instrument

S'ha elaborat un instrument que consta de dues parts. La primera part recull les següents variables:

a) Demogràfiques

- Edat i sexe.
- Convivència: El subjecte ha d'escollir l'ítem que respon a la seva situació actual entre les següents opcions: "viu sol", "viu amb la parella", "viu amb pares i/o germans" i "altres".
- Nivell d'estudis: El participant ha d'escollir entre les següents alternatives: "diplomatura", "llicenciatura", "doctorat" i "altres".

b) Activitat docent

- Plaça fixa: s'avalua de forma dicotòmica (sí o no).
- Nombre d'alumnes a classe: s'avalua amb les opcions: "menys de 10", "entre 11 i 30", "entre 31 i 60", "entre 61 i 120" i "més de 120".
- Experiència docent en la feina actual: s'avalua mitjançant les alternatives "menys de 10 anys" i "10 o més anys".

c) Activitat no docent

- Nombre d'hores dedicades a tasques domèstiques: s'avalua amb les opcions "cap hora", "menys de 10 hores" i "10 hores o més".
- Nombres d'hores dedicades al lleure: es recull amb les mateixes alternatives que la pregunta anterior.

d) Locus de control

Es pregunta per la freqüència d'aparició dels dos següents pensaments: "Crec que no puc fer res per a controlar el que passa a la meua vida" i "Sento que sóc el responsable de tot el que em passa". S'avaluen amb una escala Likert del 0 ("no ho penso mai") a 6 ("ho penso tots els dies").

e) Burnout percebut

Es fa ús de l'enunciat "Indiqui si en el moment actual se sent cremat per la feina" i la resposta es recull de forma dicotòmica (sí/no) en la línia de treballs previs (Grau, Flichtentrei, Suñer, Font-Mayolas, Prats i Braga, 2007; Pick i Leiter, 1991; Rohland, Kruse i Rohrer, 2004).

La segona part del qüestionari està formada per les preguntes de:

f) Inventari de Burnout de Maslach (MBI) (Maslach i Jackson, 1981b)

Aquest instrument consta de 22 ítems amb respostes amb una escala Likert de set opcions de 0 ("mai") a 6 ("tots els dies"). S'avaluen les tres següents dimensions: Cansament Emocional (9 ítems), Despersonalització (5 ítems) i Realització Personal (8 ítems). La fiabilitat de la traducció a l'espanyol de l'MBI és d'una alfa de Cronbach de 0,87 per la dimensió de Cansament Emocional, de 0,72 per Realització Emocional i de 0,57 per Despersonalització (Gil-Monte i Peiró, 1999).

Procediment

Es va contactar amb el Deganat de la Facultat d'Educació i Psicologia i es va obtenir el consentiment per a la realització de l'estudi. A continuació es va enviar un correu electrònic als professors a fi de sol·licitar la seva col·laboració. A través de correu intern es van fer arribar els qüestionaris acompanyats d'un sobre en blanc. D'aquesta forma el docent omplia la prova d'avaluació, la introduïa al sobre blanc i ho desava dins una capsula a consergeria garantint l'anonimat i voluntarietat de la participació.

L'anàlisi de les dades s'ha dut a terme mitjançant el paquet estadístic SPSS 15.0.

Resultats

A la taula 1 es presenta la distribució dels participants segons les variables demogràfiques, l'activitat docent i no docent, el locus de control i la percepció de burnout. S'observa com la majoria dels docents viuen en parella i aproximadament la meitat tenen el grau de doctor. Pel que fa a l'activitat docent, més de la meitat disposen de plaça fixa de treball, tenen de 61-120 alumnes per classe i fa menys de 10 anys que exerciten aquesta feina. En quant a l'activitat no docent, més de la meitat dediquen d'1 a 10 hores setmanals a tasques domèstiques i al lleure. En relació al locus de control, quasi 6 de cada 10 participants no pensen mai o molt poques vegades a l'any que no puguin fer res per controlar el que passa a la seva vida, i més de 3 de cada 10 senten com a mínim una vegada a la setmana que són els responsables de tot el que els passa. El 20,5% dels docents se senten cremats per la feina.

Taula 1. Distribució dels participants en funció de les variables demogràfiques, l'activitat docent i no docent i el locus de control.

| Variables | Percentatges |
|---|--------------|
| Convivència | |
| En parella | 75% |
| Sense parella | 25% |
| Nivell d'estudis | |
| Doctor | 54,2% |
| No Doctor | 45,8% |
| Plaça de treball | |
| Fixa | 66,7% |
| No Fixa | 33,1% |
| Nombre d'alumnes per classe | |
| 10 o < | - |
| 11-30 | 16,7% |
| 31-60 | 25% |
| 61-120 | 58,3% |
| + 120 | - |
| Experiència docent en la feina actual | |
| >10 anys | 60,8% |
| 10 anys o + | 39,2% |
| Hores setmanals dedicades a tasques domèstiques | |
| Cap hora | - |
| 1-10 hores | 66,7 |
| + 10 hores | 33,3 |
| Hores setmanals dedicades al lleure | |
| Cap hora | 12,5% |
| 1-10 hores | 75% |
| + 10 hores | 12,5% |
| Locus de control | |
| Crec que no puc fer res per controlar el que passa a la meua vida | |
| Mai | 41,7% |
| Poques vegades a l'any o menys | 16,7% |
| Una vegada al mes o menys | 20,8% |
| Unes poques vegades al mes | 16,7% |
| Una vegada a la setmana | 4,2% |
| Poques vegades a la setmana | - |
| Tots els dies | - |

| | |
|---|-------|
| Sento que sóc el responsable de tot el que em passa | |
| Mai | 18,2% |
| Poques vegades a l'any o menys | 9,1% |
| Una vegada al mes o menys | 4,5% |
| Unes poques vegades al mes | 9,1% |
| Una vegada a la setmana | 9,1% |
| Poques vegades a la setmana | 27,3% |
| Tots els dies | 22,7% |
| Percepció de burnout | |
| Sí | 20,8% |
| No | 79,2% |

Pel que fa al burnout avaluat mitjançant el qüestionari MBI, en la dimensió *Cansament Emocional* s'obté una puntuació mitjana de 19,43 (D.T. = 8,69) que es troba en la franja mitja (17-21) de burnout segons el barem per a professionals docents. En la dimensió *Despersonalització* s'observa una puntuació mitjana de 4,09 (D.T. = 4,35) que de nou se situa a un nivell mig (3-5) en relació a les puntuacions obtingudes en la validació de l'MBI. En quant a la *Realització Personal*, la puntuació mitjana és de 36,04 (D.T.= 8,24) que correspon al límit inferior de la franja mitja del barem (36-41).

A la taula 2 es presenten els coeficients de correlació entre les puntuacions en cadascuna de les dimensions del burnout i l'edat sense que es detectin relacions significatives.

Taula 2. Coeficients de correlació de Pearson entre les puntuacions a l'MBI i l'edat.

| Variables | Correlació de Pearson | P |
|-----------------------------|-----------------------|------|
| Cansament Emocional i Edat | -0,34 | 0,11 |
| Despersonalització i Edat | -0,29 | 0,19 |
| Realització Personal i Edat | -0,04 | 0,84 |

A la taula 3 es mostren els índex descriptius de les tres dimensions del burnout segons el sexe. No s'observa relació estadísticament significativa entre el sexe i les puntuacions en burnout.

Taula 3. Índex descriptius de les tres dimensions del burnout segons el sexe.

| Variables | | Mitjanes | D.T. | F | P |
|----------------------|------|----------|-------|--------|------|
| Cansament emocional | Home | 19,5 | 12,79 | 0,0001 | 0,98 |
| | Dona | 19,41 | 7,26 | | |
| Despersonalització | Home | 5 | 4 | 0,35 | 0,56 |
| | Dona | 3,75 | 4,55 | | |
| Realització Personal | Home | 35,17 | 11,81 | 0,09 | 0,77 |
| | Dona | 36,35 | 7,03 | | |

Els índex descriptius de les dimensions del burnout en funció del tipus de convivència es presenten a la taula 4. S'observa com en les dimensions Cansament Emocional i Despersonalització les persones que viuen en parella presenten puntuacions significativament inferiors a les persones que viuen soles.

Taula 4. Índex descriptius de les tres dimensions del burnout en funció del tipus de convivència.

| Variables | | Mitjanes | D.T. | F | P |
|----------------------|---------------|----------|-------|------|------|
| Cansament Emocional | Sense parella | 26,6 | 10,62 | 5,17 | 0,03 |
| | Amb Parella | 17,44 | 7,2 | | |
| Despersonalització | Sense parella | 8 | 4 | 6,62 | 0,02 |
| | Amb Parella | 2,94 | 3,83 | | |
| Realització Personal | Sense parella | 32,4 | 7,7 | 1,27 | 0,27 |
| | Amb Parella | 37,06 | 8,3 | | |

A la taula 5 es mostren els índex descriptius de les tres dimensions del burnout segons el nivell d'estudis del participant. S'observa que els doctors tenen puntuacions significativament més baixes en l'escala de Realització Personal respecte als no doctors.

Taula 5. Índex descriptius de les tres dimensions del burnout segons el nivell d'estudis.

| Variables | | Mitjanes | D.T. | F | P |
|----------------------|-----------|----------|------|------|------|
| Cansament Emocional | No doctor | 22,5 | 9,1 | 2,34 | 0,14 |
| | Doctor | 17,08 | 7,9 | | |
| Despersonalització | No doctor | 4,8 | 4,92 | 0,47 | 0,5 |
| | Doctor | 3,5 | 3,94 | | |
| Realització Personal | No doctor | 40,1 | 6,79 | 5,09 | 0,04 |
| | Doctor | 32,92 | 8,1 | | |

Els índex descriptius de les tres dimensions del burnout en funció de disposar de *plaça de treball fixa* es poden veure a la taula 6. No es detecten diferències estadísticament significatives en les puntuacions a l'MBI en funció de si es disposa o no de plaça fixa de treball.

Taula 6. Índex descriptius de les tres dimensions del burnout segons si es disposa de plaça fixa de treball.

| Variables | | Mitjanes | D.T. | F | P |
|----------------------|----|----------|------|------|------|
| Cansament emocional | Sí | 20,47 | 9,33 | 0,6 | 0,45 |
| | No | 17,5 | 7,5 | | |
| Despersonalització | Sí | 3,6 | 4,36 | 0,59 | 0,45 |
| | No | 5,14 | 4,49 | | |
| Realització Personal | Sí | 38 | 8,04 | 2,61 | 0,12 |
| | No | 32,38 | 7,76 | | |

A la taula 7 es presenten els índex descriptius de les tres dimensions del burnout en funció del nombre d'alumnes mitjà per classe. Tampoc es detecta relació estadísticament significativa entre el volum d'alumnes a classe i les puntuacions en burnout.

Taula 7. Índex descriptius de les tres dimensions del burnout segons el nombre d'alumnes per classe.

| Variables | | Mitjanes | D.T. | F | P |
|----------------------|--------|----------|-------|------|------|
| Cansament Emocional | 11-30 | 22 | 7,39 | 0,29 | 0,75 |
| | 31-60 | 20,4 | 9,76 | | |
| | 61-120 | 18,36 | 9,06 | | |
| Despersonalització | 11-30 | 5,5 | 4,8 | 0,85 | 0,44 |
| | 31-60 | 5,6 | 6,11 | | |
| | 61-120 | 3,08 | 3,5 | | |
| Realització Personal | 11-30 | 33,5 | 12,04 | 0,45 | 0,64 |
| | 31-60 | 38,8 | 4,38 | | |
| | 61-120 | 36,04 | 8,24 | | |

Els índex descriptius de les tres dimensions del burnout en funció de *l'experiència docent en la feina actual* es mostren a la taula 8. Els docents amb menys de 10 anys d'experiència laboral en l'actual feina obtenen puntuacions significativament més elevades en l'escala de Cansament Emocional que aquells que porten 10 o més anys.

Taula 8. Índex descriptius de les tres dimensions del burnout en funció de l'experiència docent en la feina actual.

| Variables | | Mitjanes | D.T. | F | P |
|----------------------|---------------|----------|------|------|------|
| Cansament Emocional | Fins a 9 anys | 22,61 | 8,6 | 4,42 | 0,05 |
| | 10 o més anys | 15,11 | 7,64 | | |
| Despersonalització | Fins a 9 anys | 5,31 | 4,85 | 1,97 | 0,18 |
| | 10 o més anys | 2,63 | 2,97 | | |
| Realització Personal | Fins a 9 anys | 36,31 | 8,84 | 0,31 | 0,58 |
| | 10 o més anys | 34,33 | 6,95 | | |

A la taula 9 es presenten els índex descriptius de les tres dimensions del burnout en funció del nombre d'hores setmanals dedicades a tasques domèstiques. S'observa que els participants que dediquen més de 10 hores setmanals a tasques de la llar presenten menor puntuació en cansament emocional i en despersonalització que aquells que hi dediquen 10 hores o menys. Si bé la diferència en el cas de la despersonalització és estadísticament significativa, en el cas del cansament emocional només tendeix a la significació.

Taula 9. Índex descriptius de les tres dimensions del burnout en funció del nombre d'hores setmanals dedicades a tasques domèstiques.

| Variables | | Mitjanes | D.T. | F | P |
|----------------------|-----------|----------|------|------|------|
| Cansament Emocional | 1-10 | 21,73 | 8,66 | 3,34 | 0,08 |
| | Més de 10 | 15,13 | 7,38 | | |
| Despersonalització | 1-10 | 5,79 | 4,56 | 7,7 | 0,01 |
| | Més de 10 | 1,13 | 1,55 | | |
| Realització Personal | 1-10 | 36,27 | 9,34 | 0,03 | 0,86 |
| | Més de 10 | 35,63 | 6,21 | | |

Els índex descriptius de les puntuacions a les tres dimensions del burnout segons el nombre d'hores dedicades al lleure es mostren a la taula 10 sense que es detecti relació significativa.

Taula 10. Índex descriptius de les tres dimensions del burnout segons el nombre d'hores setmanals dedicades al lleure.

| Variables | | Mitjanes | D.T. | F | P |
|----------------------|-------------|----------|-------|------|------|
| Cansament Emocional | Cap hora | 19 | 5,29 | 0,53 | 0,6 |
| | 1-10 hores | 20,35 | 9,12 | | |
| | 11-20 hores | 14,67 | 9,71 | | |
| Despersonalització | Cap hora | 0 | 0 | 2,15 | 0,14 |
| | 1-10 hores | 5,13 | 4,62 | | |
| | 11-20 hores | 2,67 | 1,53 | | |
| Realització Personal | Cap hora | 39 | 10,15 | 0,5 | 0,62 |
| | 1-10 hores | 35 | 7,91 | | |
| | 11-20 hores | 39 | 10,39 | | |

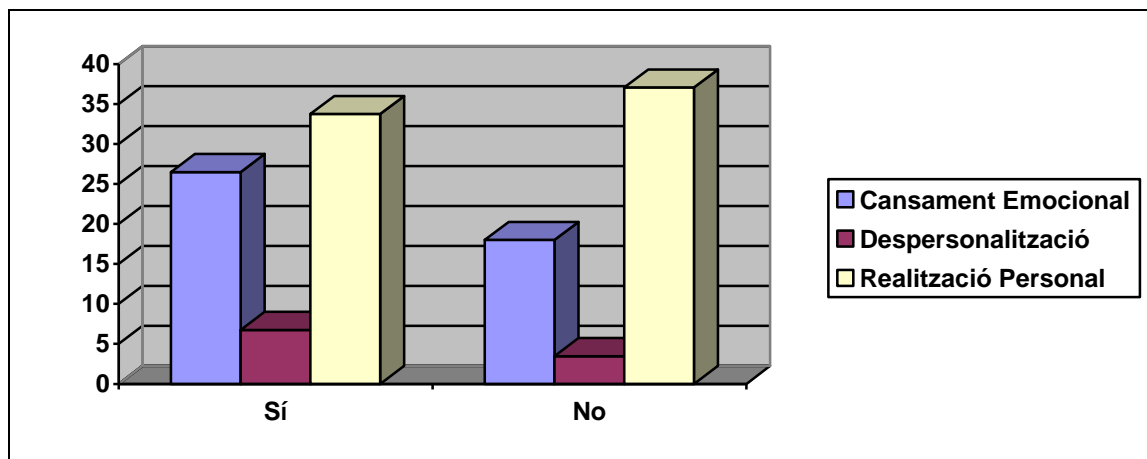
A la taula 11 es mostren els coeficients de correlació entre les puntuacions en els ítems de locus de control i les puntuacions a les dimensions de l'MBI. No es detecta relació estadísticament significativa entre els nivells de burnout i els ítems "Crec que no puc fer res per controlar la meua vida" i "Sento que sóc el responsable de tot el que em passa".

Taula 11. Coeficients de correlació de Pearson entre les puntuacions a l'MBI i el locus de control.

| | Crec que no puc fer res per controlar el que passa a la meua vida | | Sento que sóc el responsable de tot el que passa | |
|----------------------|---|------|--|------|
| | Correlació de Pearson | P | Correlació de Pearson | P |
| Cansament Emocional | 0,24 | 0,27 | -0,01 | 0,96 |
| Despersonalització | 0,31 | 0,16 | 0,16 | 0,49 |
| Realització Personal | -0,1 | 0,64 | 0,12 | 0,60 |

Els resultats quant a les puntuacions en les dimensions del MBI i la percepció de burnout es mostren a la figura 1. Les persones que es descriuen com a cremades tendeixen a puntuar de forma més elevada en la dimensió Cansament Emocional si bé les diferències no són estadísticament significatives ($t = -1,83$; $P < 0,08$). No es detecta relació entre la percepció de burnout i les puntuacions en les dimensions Despersonalització ($t = -1,35$; $P < 0,19$) i Realització Personal ($t = 0,45$; $P < 0,68$).

Figura 1. Dimensions de l'MBI i percepció de burnout.



Conclusions

La mostra de personal docent del Departament de Psicologia de la Universitat de Girona presenta puntuacions mitjanes en burnout pel que fa a les dimensions Cansament Emocional i Despersonalització en comparació a altres mostres de personal docent (Gil-Monte i Peiró, 1999). En la dimensió Realització Personal, les puntuacions es troben en el llindar inferior del que es consideren puntuacions mitjanes, és a dir, els docents de la mostra tendeixen a avaluar-se negativament en relació a l'habilitat per afrontar la tasca i per relacionar-se professionalment amb les persones que atenen (Maslach i Jackson, 1996).

No s'observa relació entre les puntuacions en burnout i l'edat i dels docents. Aquests resultats es troben en la línia de treballs previs amb personal d'infermeria i professors no universitaris (Boada, de Diego i Agulló, 2004; García-Izquierdo, 1991). Tampoc no es detecta vincle entre el sexe i les puntuacions en burnout a diferència de recerques anteriors amb treballadors d'hospital en les quals els homes han presentat majors nivells de burnout (Pera i Serra-Prat, 2002) o bé les dones han informat de sentir-se més cremades per la feina que els homes (Grau i cols., 2007).

Els docents que conviuen en parella presenten menor puntuació en les dimensions Cansament Emocional i Despersonalització que aquells que viuen sols. Aquests resultats es troben en la línia dels treballs de Moreno, Oliver i Aragonés (1992) amb professors de batxillerat i apunten que les persones amb parella redueixen la possibilitat de patir estrés pel suport i estabilitat que n'obtenen. També es troben en consonància amb els resultats del treball de Grau i cols. (2007) on s'observà que el personal sanitari solter i divorciat es percep més cremat que el personal amb parella.

Els professors que han assolit el grau de doctor presenten menor percepció de Realització Professional que aquelles persones que no tenen aquesta titulació. Ens preguntem si una vegada assolida aquesta fita en formació, es pot fer difícil de trobar noves vies que fomentin la percepció de desenvolupament personal i per tant s'evidencia la necessitat per part de la institució universitària de fomentar aquests camins de progrés. En aquesta línia el Pla Estratègic 2008-2013 de la Universitat de Girona proposa "potenciar el desenvolupament professional del personal de la UdG mitjançant (...) la introducció de la carrera acadèmica del PDI" (Universitat de Girona, 2008).

No es detecten diferències en les puntuacions en burnout en funció de si es disposa de plaça fixa de treball o no. En canvi, estudis previs amb personal d'hospital detecten majors puntuacions en cansament emocional i despersonalització entre els treballadors amb contracte fix, fet que es podria explicar per la possible manca d'expectatives laborals en comparació al personal amb contracte eventual (Pera i Serra-Prat, 2002).

Els docents amb menys de 10 anys d'experiència laboral presenten major puntuació en Cansament Emocional que els professors amb major experiència. Tot i així, recerques anteriors amb personal d'infermeria i professorat no universitari no detecten que l'antiguitat laboral sigui una variable predictora del burnout (Boada, de Diego i Agulló, 2004; García-Izquierdo, 1991; Pera i Serra-Prat, 2002). Potser en l'àmbit universitari l'adquisició d'experiència en les tasques docents comporta un major nivell de fatiga i la sensació de no poder donar més.

Els professors que esmercen més temps en les tasques de la llar presenten menor puntuació en la dimensió Despersonalització que aquells que hi dediquen menys temps. És a dir, sembla que dedicar més hores a activitats domèstiques i les circumstàncies associades a aquesta situació, i per tant possiblement menys a l'activitat professional, protegeix del desenvolupament de sentiments i actituds de cinisme, en general i cap a les persones destinatàries del treball.

Pel que fa al locus de control, es detecta que un 41,7% dels enquestats manifesten haver pensat una vegada o més en el darrer més que no poden fer res per controlar el que passa a la seva vida. Malgrat estudis previs amb mostres de bombers indiquen que les persones amb locus de control intern es cremen menys que els individus amb locus de control extern (Regehr, Hill i Clancy, 2000), en el present treball no s'observa relació entre ambdues variables.

El 20,8% dels docents respon sentir-se cremat i entre ells s'observa la tendència a puntuar de forma més elevada en la dimensió Cansament Emocional. Aquesta dada és inferior al 36,3% detectat en una mostra de professionals de la salut (medicina, infermeria i psicologia) (Grau i cols., 2007). Tot i així resulta preocupant que un de cada cinc professors de la mostra es consideri cremat. Tenint en compte que el percentatge de participació fou de 52,17% ens preguntem si entre les persones que no van respondre el qüestionari els nivells de burnout podrien ser encara més elevats. En futurs estudis caldria focalitzar en l'assoliment d'una major participació així com en la comparació del nivell de burnout dels professors de Psicologia, amb coneixements de la pròpia disciplina sobre les característiques i tècniques d'intervenció d'aquest trastorn, envers docents universitaris d'altres estudis.

Així doncs, a l'igual com resulten rellevants les estratègies per a promoure la salut en els estudiants universitaris (Villar, 2008), potser cal ampliar la visió a tots els agents implicats en el procés d'ensenyament-aprenentatge. Montero i Quaresma (2008), en un estudi sobre la salut del professorat universitari, esmenten que el burnout en els docents universitaris requereix un abordatge multidisciplinar que actuï sobre l'individu i sobre el context psicosocial. Així tant caldria fomentar la vida sana, la millora de l'autoestima, el suport social, el treball en grup, la pràctica de ioga i l'entrenament en solució de problemes entre d'altres com apostar per part de les institucions pel millor disseny de tasques i per l'afavoriment de la carrera professional principalment. En la mateixa línia, en una revisió dels factors que poden contribuir a elevar la qualitat dels estudis universitaris, Rosales (2008) conclou que cal l'impuls d'un major suport institucional a la dedicació docent del professor, activitat que fins ara ha estat molt relegada respecte a la seva dedicació investigadora.

Referències bibliogràfiques

- American Psychiatric Association (2002). *Manual diagnòstic y estadístico de los trastornos mentales-IV-TR*. Barcelona: Masson.
- Bezanilla, M. J. (2007, setembre). *Estimación de la carga de trabajo del alumno: perspectiva docente y discente*. Comunicació presentada a les *III Jornadas Universitarias de Innovación y Calidad "Buenas prácticas académicas para la innovación del proceso de aprendizaje en el espacio europeo de educación superior"*, Bilbao, Espanya.
- Boada, J., de Diego, R. & Agulló, E. (2004). El burnout y las manifestaciones psicosomáticas como consecuentes del clima organizacional y de la motivación laboral. *Psicothema*, 16 (1), 125-131.
- Font-Mayolas, S. & Gómez, A. B. (2008, juny). *Estudi de la relació entre qualificació i autoavaluació: anàlisi dels criteris de valoració de l'estudiant*. Comunicació presentada al Congrés Internacional de Docència Universitària UNIVEST, Girona, Espanya.
- Font-Mayolas, S., Salamó, A., Gómez, A. B. & Cebrián, N. (2008, juliol). *La incorporació de minicasos a la docència*. Comunicació presentada al Congrés Internacional de Docència Universitària CIDUI, Lleida, Espanya.
- Gairín, J. (2003). El profesor universitario en el siglo XXI. A, C. Monereo i J. I. Pozo (Eds.), *La universidad ante la nueva cultura educativa* (pp. 119-139). Madrid: Síntesis.
- García-Izquierdo, M. (1991). Burnout en profesionales de enfermería de centros hospitalarios. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 7 (18), 3-12.
- Gil-Monte, P. R. & Peiró, J. M. (1999). Validez factorial del Maslach Burnout Inventory en una muestra multiocupacional. *Psicothema*, 11 (3), 679-689.

- Gil-Monte, P. R. & Peiró, J. M. (1997). *Desgaste psíquico en el trabajo: el síndrome de quemarse*. Madrid: Síntesis.
- González, J. & Wagenaar, R. (2003) (Ed.). *Tuning Educational Structures in Europe*. Recuperat el 26 de maig de 2008, de: http://www.relint.deusto.es/TUNINGProject/spanish/doc_fase1/Tuning%20Educational.pdf
- Grau, A., Flichtentrei, D., Suñer, R., Font-Mayolas, S., Prats, M. & Braga, F. (2007). El burnout percibido o sensación de estar quemado en profesionales sanitarios: prevalencia y factores asociados. *Informació Psicològica*, 91, 64-79.
- Guerrero, E. & Vicente, F. (2001). *Síndrome de "burnout" o desgaste profesional y afrontamiento del estrés en el profesorado*. Junta de Andalucía. Recuperat el 26 de maig de 2008, de: http://www.juntadeandalucia.es/educacion/portal/com/bin/salud/contenidos/RiesgosProfesionales/RiesgosComunes/burnout/1160561555449_burn_out_en_el_mbito_docente.pdf
- Lavigne, R. (2007, setembre). Crèdits ECTS: vinculando los resultados de aprendizaje con el cálculo de la carga de trabajo del estudiante en el espacio europeo de educación superior. Ponència presentada a les *III Jornadas Universitarias de Innovación y Calidad "Buenas prácticas académicas para la innovación del proceso de aprendizaje en el espacio europeo de educación superior"*, Bilbao, Espanya.
- Maslach, C. & Jackson, S. E. (1996). *Maslach Burnout Inventory-Educators Survey (MBI-ES)*. A, C. Maslach, S. E. Jackson i M.P. Leiter (Eds.). Palo Alto: Consulting Psychologist Press.
- Maslach, C. & Jackson, S. E. (1981a). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2, 99-113.
- Maslach, C. & Jackson, S. E. (1981b). *MBI: Maslach Burnout Inventory*. Palo Alto: Universitat de Califòrnia.
- Miralles, F. & Guillamón, C. (2007, juliol). PBL, desarrollo de competencias y aprendizaje autónomo: satisfacción de los estudiantes y mejora continua. Comunicació presentada al *Simposio Internacional El desarrollo de la autonomía en el aprendizaje de la Red Estatal de Docencia Universitaria RED-U*, Barcelona, Espanya.
- Montero, M. L. & Quaresma, J. V. (2008). Profesorado universitario y salud ¿qué relaciones? A, C. Rosales i M. E. González (Coord.). *Promoción de la salud en la universidad* (pp. 163-192). Santiago de Compostela: Tórculo Ediciones.
- Moreno, B., Oliver, C. & Aragonés, A. (1992). *Configuración específica de estrés asistencial en profesores de BUP*. Memoria de investigación. CIDE.
- Pera, G. & Serra-Prat, M. (2002). Prevalencia del síndrome de quemado y estudio de los factores asociados en los trabajadores de un hospital comarcal. *Gaceta Sanitaria*, 16 (6), 480-486.
- Pick, D. & Leiter, M. P. (1991). Nurse's perceptions of burnout: a comparison of self-reports and standardized measures. *The Canadian Journal of Nursing Research*, 23, 33-48.
- Poblete, M. (2007). Evaluación de competencias en la educación superior. *III Jornadas Universitarias de Innovación y Calidad "Buenas Prácticas Académicas para la Innovación del proceso de Aprendizaje en el Espacio Europeo de Educación Superior 2007"*. Deusto: Universidad de Deusto.
- Quiroz, R. & Saco, S. (2003). Factores asociados al síndrome de burnout en médicos y enfermeras del Hospital Nacional Sur Este de Essaud del Cusco. *Revista Semestral de la Facultad de Medicina Humana*, 12 (23), 11-22.
- Regehr, C., Hill, J. & Glancy, G. D. (2000). Individual predictors of traumatic reactions in firefighters. *The Journal of nervous and mental disease*, 188 (6), 333-339.
- Rohland, B. M., Kruse, G. R. & Rohrer, J. E. (2004). Validation of a single-item measure of burnout against the Maslach Burnout Inventory among physicians. *Stress and Health*, 20, 75-79.
- Rosales, C. (2008). Factores que pueden contribuir a elevar la calidad de los estudios universitarios. A, C. Rosales i M. E. González (Coord.). *Promoción de la salud en la universidad* (pp. 395-420). Santiago de Compostela: Tórculo Ediciones.
- Universitat de Girona (2008). *Pla Estratégic 2008-2013 Universitat de Girona*. Recuperat el 13 de juny de 2008, de: <http://www.udg.edu/Default.aspx?alias=www.udg.edu/plaestrategic>
- Vicerectorat de Docència i Política Acadèmica (2007). *Gate 2010. La Universitat de Girona a l'Espai Europeu d'Educació Superior*. Girona: Universitat de Girona.
- Villar, E. (2007) (Ed.). *Pràcticum de Psicologia: fonaments, reflexions i propostes*. Girona: Servei de Publicacions Universitat de Girona i Documenta Universitària.

Villar, E. (2008). Motivación y estrategias de promoción de la salud de los estudiantes universitarios. A, C. Rosales i M. E. González (Coord.). *Promoción de la salud en la universidad* (pp. 225-265). Santiago de Compostela: Tórculo Ediciones.