

## Profesores, profesoras y A.T.S.

# El efecto de Burnout en poblaciones de riesgo

Miguel A. Carbonero Martín y  
M. Teresa Crespo Sierra  
Universidad de Valladolid

El término “*burnout*” hace referencia a la problemática de aquellos trabajadores, que manifiestan una serie de dificultades en su trabajo, y de síntomas que expresarían un desgaste profesional o la sensación de estar quemado.

La escuela donde tradicionalmente se aprendía y se respetaba al docente, se ha convertido en un espacio donde se manifiestan muchas insatisfacciones y donde se materializan múltiples contradicciones, que en muchos casos se canalizan en contra del propio docente.

Existen varias razones que hacen que este tema esté de actualidad:

1. El aumento de las expectativas educativas para los alumnos en general, y los alumnos con necesidades especiales en particular, generado en los padres y familiares a raíz de la integración y de la reforma del sistema educativo.
2. La mayor exigencia sobre el profesorado por parte del Ministerio por un lado en la mayor preparación técnica y por otro el mayor conocimiento psicológico de los sujetos a los que va dirigida la enseñanza así como una mayor exigencia de resultados.
3. La mayor sensibilidad por parte de los padres y la sociedad hacia los servicios sociales, con una disminución del criterio de autoridad en la sociedad y un aumento del nivel cultural.
4. La importancia que han ido cobrando los temas de salud mental y de prevención en las últimas décadas.
5. El aumento de la violencia y de las agresiones hacia el profesorado.
6. La falta de rendimiento adecuado del profesorado estresado a la vez que manifiesta necesidad de ayuda.

### Definición

“*Burnout*” se manifiesta como una dificultad para adaptarse a una situación laboral, caracterizada por una interacción negativa entre el profesional, el lugar de trabajo y el resto de los compañeros y los alumnos.

Esta dificultad adaptativa es fundamentalmente de tipo emocional y se caracteriza por una sensación de estrés permanente y agotamiento psicológico, con la sensación de incapacidad absoluta para adecuarse a las exigencias. Maslach y Jackson (1981).

El término hace referencia a un tipo de estrés laboral e institucional generado específicamente en aquellas profesiones caracterizadas por la relación constante y directa

con otras personas, más concretamente en aquellas profesiones que mantienen una relación de ayuda.

### **Características**

El síndrome del “*Burnout*” no aparece de forma brusca, sino en la fase final de un proceso continuo. El profesor tiende a aumentar su esfuerzo para compensar y la situación de estrés va incrementándose, apareciendo de esta forma, signos más evidentes: irritación, tensión, miedo al aula, etc.

Disminuye su habilidad para manejar situaciones en general, su capacidad de concentración, de análisis objetivo y de razonamiento. Todo ello no hace más que agravar la situación y aumentar asimismo la sensación de impotencia para responder a las exigencias de su trabajo. Genera un círculo vicioso del que le resulta cada vez más difícil salir. Aparecen la negación de emociones, se incrementa el aislamiento, el absentismo laboral, los deseos de cambiar de trabajo, las conductas violentas etc. El “*Burnout*” correspondería ya a la última fase en la que existe una clara inadecuación e incapacidad para abordar la situación laboral.

**Breuse** (1984) realiza una investigación sobre las dificultades encontradas por los profesores en los inicios de su trabajo profesional. El 50% de los profesores sufre una decepción y malestar debido a una enorme distancia entre la idea que hacían de su profesión y la realidad destacando que 1/3 de los profesores están enseñando materias distintas a las de su especialidad, el material escolar es insuficiente, la cantidad de tiempo que ocupan fuera del horario escolar, las relaciones difíciles con los padres, compañeros y alumnos.

**Gosselin** (1984) en “*Ensayo de identificación de las fuentes de tensión del enseñante en su trabajo profesional*” coincide con Breuse en las fuentes de tensión.

**Gordillo** (1988) en su trabajo sobre “*La satisfacción profesional del profesor: Consecuencias para la orientación educativa*” destaca las siguientes conclusiones: la satisfacción profesional de los profesores no es menor que la de otros profesionales; la mayor insatisfacción la genera la retribución económica, la imagen social y el estrés; los años de experiencia aumenta la satisfacción; al aumentar la ansiedad disminuye la satisfacción.

**Zubieta y Susinos** (1992) analizan la satisfacción del profesorado, haciendo un recorrido por distintas investigaciones realizadas en España en los últimos años.

Por su parte en un estudio sobre la satisfacción profesional de las enfermeras en Madrid realizado por **García Laborda** (1994) manifiesta que las enfermeras no se sienten satisfechas en relación a otros profesionales en dos aspectos: respecto al reconocimiento profesional y en cuanto a la posibilidad de promoción profesional. Concluye que los A.T.S. del medio rural están “desgastados”, y que los del medio urbano están “frustrados”.

Esta es una situación que puede ser aplicada perfectamente al colectivo docente que siente cómo el entorno, sobre todo en los entornos urbanos, le es cada día más hostil, con mayores exigencias y menor reconocimiento.

Si a esto unimos que cada vez los docentes se sienten menos seguros de su formación para la cantidad de funciones que se le asignan, con ambigüedad del rol profesional, y la relación con los alumnos y compañeros, hace que sea un colectivo que, al igual que las enfermeras, tienen problemas de satisfacción profesional.

Entre la causas cabe destacar: aburrimiento y estrés, crisis en el desarrollo de la carrera profesional y pobres condiciones económicas, sobrecarga de trabajo y falta de estimulación, pobre orientación profesional y aislamiento.

También se han reflejado aspectos más cognitivos como son: bajas expectativas de refuerzo y altas expectativas de castigo, en muchos casos se asume el paradigma de la indefensión aprendida como explicación del fenómeno de burnout.

La explicación de porqué son los profesionales asistenciales los más afectados por este tipo de síndromes está intrínsecamente unida con la etiología del burnout. Por un lado son los profesionales más humanistas y por otro lado los profesionales se encuentran un sistema deshumanizado y despersonalizado al cual deben adaptarse. La diferencia entre las expectativas y la realidad está contribuyendo en gran medida al estrés que experimentan estos profesionales.

Por otra parte estos profesionales tienen que emplear mucho tiempo en relación con gente en situaciones problemática y donde la relación está cargada de sentimientos de turbación, frustración, temor o desesperación.

Nos planteamos llevar a cabo en el entorno de Valladolid capital un estudio comparativo del efecto "Burnout" a través del inventario de Burnout de **Maslach**, en dos poblaciones de profesionales (154 profesores/ 152 A.T.S.) con los objetivos:

- Realizar una comparación en la población de docentes y A.T.S. sobre la incidencia del Burnout.
- Analizar el grado de desgaste emocional en las dos poblaciones.

## **Resultados**

En el análisis de los datos vamos a diferenciar aquellos que sin tener unas diferencias significativas nos parecen dignos de reseñar y por otra parte aquellos items que manifiestan diferencias significativas entre los dos grupos de la muestra.

Es destacable que casi la mitad de los sujetos manifiestan tener mucho agotamiento al terminar su jornada laboral.

La mayoría de los sujetos (83%) manifiestan tener un buen trato personal con los sujetos beneficiarios que se relacionan.

Es significativo que casi el 18% manifiesta que se siente cansada en su trabajo como consecuencia del trato interpersonal.

Al igual que en la variable anterior, se manifiesta que un porcentaje significativo (26,6%) muestra un desgaste personal en su trabajo.

Nos parece significativo que casi el 15% de la muestra manifieste un endurecimiento emocional respecto al desempeño de su trabajo.

Es significativo que casi el 20% de los sujetos manifiestan que su permanencia en el trabajo es excesiva.

Casi la totalidad de sujetos (90,8%) manifiestan que les importa mucho las personas que atienden profesionalmente.

Un porcentaje significativo (10,5%) manifiesta estar emocionalmente al límite de sus posibilidades.

Un 26,1% manifiestan no tratar adecuadamente los problemas emocionales en el trabajo. Lo que nos parece significativo, tanto para ellos como para sus beneficiarios.

A continuación, exponemos los resultados obtenidos después de realizar un análisis diferencial en función de la profesión de los sujetos:

- La relación de los A.T.S. es más impersonal que la de los profesores, con sus beneficiarios. Esto hace que la repercusión a nivel emocional sea mayor.
- Los A.T.S. se sienten significativamente menos estimulados después de haber trabajado íntimamente con quienes atienden.
- En ambos grupos, los problemas emocionales son tratados de forma inadecuada, si bien los A.T.S. manifiestan una despreocupación mayor.
- La culpabilidad genera incertidumbre y en este sentido los A.T.S. lo sufren en mayor grado que los profesores.
- El grado de cansancio emocional es significativamente mayor en los A.T.S. que en los profesores.
- Las relaciones personales son más frías y menos influyentes en los A.T.S. que en los profesores, respecto a sus beneficiarios.

## **CONCLUSIONES**

El presente trabajo viene a completar y actualizar estudios hechos por diversos autores en estos términos.

La población docente y de A.T.S. son colectivos que por su dedicación laboral a otras personas sufren un mayor riesgo de padecer situaciones de estrés y tensión laboral.

Hemos analizado una muestra de ambos colectivos, apoyados en el inventario de Maslach, y analizando las frecuencias a nivel general y las diferencias estadísticamente significativas en algunos ítems, como queda reseñado en los resultados. Resaltamos como más importantes los siguientes:

- 1.** En general, ambos colectivos manifiestan tener un buen trato personal en su trabajo, a la vez que manifiestan cansancio, desgaste personal y demasiada permanencia en el mismo.
- 2.** Se muestran endurecidos a nivel personal, con un inadecuado tratamiento de los problemas emocionales y una parte de ellos manifestando estar al límite de sus posibilidades personales.
- 3.** El grupo de A.T.S. manifiesta tener diferencias significativas respecto a los profesores en: Relaciones impersonales, se sienten menos estimulados en su trabajo, más cansados física y psíquicamente y con relaciones más frías e infrecuentes con sus beneficiarios.