

FORMATO DE PRESENTACIÓN DEL PÓSTER A LA CONVOCATORIA

CONTENIDO DEL PÓSTER

Universidad	Corporación Universitaria Minuto de Dios – UNIMINUTO-
Programa Académico	Psicología
Nombre del Semillero	Estrés Laboral Crónico
Nombre del Grupo de Investigación (si aplica)	
Línea de Investigación (si aplica)	Salud Mental
Nombre del Tutor del Semillero	Cristian Fernán Muñoz Muñoz
Email Tutor	cmunozmunoz@uniminuto.edu.co
Título del Proyecto	Programa de intervención Cognitivo Conductual del síndrome de Burnout en docentes de primaria y secundaria.
Autores del Proyecto	Jhon Andrey Correa Cortez y Juan Fernando Matajudíos
Ponente (1)	Juan Fernando Matajudíos
Documento de Identidad	9874629
Email	jmatajudios@uniminuto.edu.co
Ponente (2)	Jhon Andrey Correa Cortez
Documento de Identidad	9866284
Email	jcorreacort@uniminuto.edu.co
Teléfonos de Contacto	3053434627 - 3172558633
Nivel de formación de los estudiantes ponentes (Semestre)	Estudiantes de pregrado
MODALIDAD	PÓSTER
Área de la investigación (seleccionar una- Marque con una x)	• Propuesta de Investigación
	• Ciencias Naturales
	• Ingenierías y Tecnologías
	• Ciencias Médicas y de la Salud.
	• Ciencias Agrícolas
	• Ciencias Sociales X
	• Humanidades
• Artes, arquitectura y diseño	

Programa de intervención Cognitivo Conductual del síndrome de Burnout en docentes de primaria y secundaria.

Autor (es): Jhon Andrey Correa Cortez y Juan Fernando Matajudíos

Resumen: El síndrome de Burnout es una de las causas de mayor afectación en docentes y empleados en todo el mundo. El cual produce problemas somáticos y psicológicos, que dañan significativamente la ejecución del profesional y afectan las relaciones con los alumnos y la calidad de la enseñanza. La profesión docente es una de las profesiones de servicio con más efectos en el impacto de las rápidas transformaciones del contexto económico, tecnológico, político, social y cultural. El síndrome de Burnout impacta de forma directa en las capacidades físicas, mentales, relacionales y emocionales, inherentes al desempeño docente, por ello se propondrá el diseño de un programa de intervención psicológico desde el modelo cognitivo conductual que facilite el afrontamiento del síndrome disminuyendo los efectos y consecuencias que se presentan en el docente que padece Burnout mediante la formación en herramientas psicológicas de afrontamiento.

Palabras claves: Síndrome de Burnout, educación, salud mental, docentes, enfoque cognitivo conductual.

Problema de Investigación:

El síndrome de Burnout no es un problema nuevo, pero se considera uno de los daños laborales de carácter psicosocial más importantes de la sociedad actual (Salanova y Llorens, 2008). Situaciones crónicas de tensión son realidades cotidianas en el ambiente laboral y el burnout. Aparece como un emergente psicosocial, que daña la organización laboral, la salud y el bienestar humano, constituyendo además un riesgo psicosocial para otros procesos mórbidos. Trasciende pues, el ámbito de las ciencias del comportamiento en particular, para convertirse en un problema de la Salud Pública. Internacionalmente, el burnout se ha estudiado ampliamente en la labor de la enseñanza, a veces por interés en los docentes y otras por constituir un escenario idóneo para la investigación (Boyle y Borg, 1995; Kyriacou, 2003; Rodríguez Guzmán, 2007; Travers y Cooper, 1997). Esto se refleja en los 16 perfiles de morbilidad en dicho sector. Bardo en 1979 describió el proceso por el cual una profesora abandonó su profesión: “fenómeno familiar para el adulto que trabaje en la escuela pública. Los síntomas incluyen ausentismo, falta de compromiso, anormal deseo de vacaciones, baja autoestima, incapacidad para tomarse la escuela en serio, se separa cada vez más de sus alumnos” (p.252). Frente a esta realidad se encuentra en Colombia pocos estudios en docentes de primaria y secundaria (Muñoz y Piernagorda, 2012; Muñoz y Correa, 2014) lo cual permite inferir que se necesitan de mayor información para la intervención del síndrome. Cabe mencionar, que no se encuentran en Colombia literatura sobre investigaciones de intervención en maestros de primaria y secundaria. Desde esta perspectiva cabe plantearse la pregunta:

¿Cuál es el impacto de un programa cognitivo conductual en la disminución del síndrome de burnout en docentes de educación primaria y secundaria en una institución pública de la ciudad de Pereira?

Referente Teórico:

Conceptualizando el síndrome se hace necesario mencionar su *origen anglosajón, cuya traducción es "estar quemado"*. El psicólogo estadounidense Freudenberger (1974) describió el burnout como “*la sensación de fracaso y una existencia agotada que resulta de una sobrecarga por exigencias de energías, recursos personales y fuerza espiritual del trabajador*”. Posteriormente, Maslach (1976) lo definió como el “*síndrome de agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal que puede ocurrir entre individuos cuyo trabajo implica atención o ayuda a personas*”. Así mismo, Pines y Aronson

(1988) lo conceptualizan como "*el estado de agotamiento mental, físico y emocional, producido por la involucración crónica en el trabajo en situaciones con demandas emocionales*". De esta manera, puede identificarse al burnout como un agotamiento tanto físico como emocional, relacionado con una notable sobrecarga laboral.

El Burnout se entiende como el síndrome caracterizado por el agotamiento emocional, la despersonalización y la falta de realización profesional (Maslach y Peiro, 1986). En el caso particular del docente de primaria y secundaria experimenta que las obligaciones laborales del aula de clase y de la institución sobrepasan las energías personales, sintiéndose agotado emocionalmente, de tal forma, que el encuentro con el otro se presenta deshumanizado. Así mismo, la proyección profesional se visualiza estancada sin un posible desarrollo, en stand by. Por otro lado, el agotamiento emocional resultado de la falta de estrategias para afrontar las situaciones estresantes hacen que el docente experimente las relaciones emocionales como carentes de sentido (Noyola, V. y Padilla, L., 2009; Muñoz, C. y Correa, C., 2014).

Para Lazarus y Folkman (1984) el estrés se expresa como una respuesta emocional, fisiológica y conductual, potencialmente patógena, cuya calidad e intensidad depende de la evaluación que realiza el individuo de las demandas derivadas de las condiciones exteriores de trabajo y los recursos habituales que posee para afrontarlas. Dichas condiciones exteriores constituyen el conjunto de factores objetivos y subjetivos presentes en el ambiente laboral, no inherentes al trabajador, que influyen o determinan en su actividad laboral y resultados. Cuando el individuo evalúa que las demandas derivadas de estas condiciones superan dichos recursos, moviliza un conjunto de esfuerzos cognitivos y conductuales, para afrontarlas.

El estrés laboral es un asunto de gran importancia que ha aumentado en cada área, disciplina de la sociedad actual, las investigaciones han demostrado la existencia de varios factores como los avances tecnológicos, desequilibrios entre los entornos laborales y personales, económicos, socioculturales, entre otros que prolongadamente van afectando la salud del individuo dependiendo de cómo es evaluada la situación para el mismo; decía Lazarus & Folkman (1986, pag. 164) la situación es evaluada como factor estresante por la percepción o valoración (negativa, positiva, neutra) tomada por el individuo, este consciente o inconsciente busca recursos que le permitan mediar las situaciones estresantes denominadas como estrategias de afrontamiento.

Entonces las estrategias de afrontamiento son agrupaciones de recursos y esfuerzos cognitivos, conductuales necesarios para la creación de estrategias que permitan resolver los problemas, según Lazarus & Folkman (1984, p. 141) los esfuerzos cognitivos y conductuales cambiaban constantemente con el manejo específico de demandas internas o externas evaluadas como desbordantes o excedentes de los recursos propios, es decir por medio de la interacción con su entorno van creando estrategias posibles y cambiantes para minorar o aumentar dichas condiciones "cada individuo tiene estilos peculiares de afrontamiento influidos por la sociocultural, religión, motivación (tomar el problema como solución de alcanzar el bienestar personal), condiciones del problema, entre otros" (Lazarus & Folkman 1984).

Hernández (2002) plantea los moldes mentales como solución al sujeto para mejor adaptación y solución frente al estrés, este autor evalúa lo afectivo, cognitivo, real conductual; estas estrategias adaptativas son precisas y presentes en todas las situaciones cotidianas, similar a de Lazarus con la diferencia de que debe ser precisa para un buen resultado y no solo es aplicable en situaciones estresantes. Harvey (1996), Fernández Abascal (1997), Gutiérrez y Pelechano (2000) entre otros autores ven procesos e estrategias de afrontamiento similares con inclusión emocional en términos de estilo de afrontamiento e estrategias de afrontamiento las cuales se complementan la facilidad e incapacidad para la solución de determinada o diversas situaciones personal, situación, interpersonal.

El esquema según Lazarus pertenece a un modelo transicional para el entendimiento ambiente y persona en proceso estresor (situación) y su reacción. El individuo evalúa en dos fases *las primarias* centrada a la situación estresante presente y futura con factores negativos amenazante, desafiante, pérdida, factores positivos y neutros. Evaluación *secundaria* puede ser la causa de la primaria con respuesta negativo, positivo y neutro centrado en lo emocional. Se tiene en cuenta que hay diversas estrategias de

afrontamiento para la circunstancia o creación de la situación que determinan el mejorar o aportar al surgimiento de estrés crónico- síndrome de Burnout (Forsythe y Compas, 1987) diciendo así que el buen manejo de las estrategias de afrontamiento son método preventivos para llegar a un trastorno emocional derivado de la última fase del estrés llamado síndrome de Burnout. En el presente proyecto se busca a nivel investigativo teniendo en cuenta variables, entornos de un método cuantificable la identificación de estrategias que permitan instruir o apoyo a los docente afrontar cada una de las repercusiones del síndrome en cuando a las condiciones laborales y familiares, mejorando así las calidad educativa, personales, motivacionales, decisiones que permitan la prevención y buen manejo de entornos laborales, entre otros. Se tendrá en cuenta los tipos de afrontamiento, acciones y pensamiento utilizadas para manejar la situación desbordante; Lazarus y Folkman (1985) describen ocho estrategias centradas:

Solución al problema: Confrontación, Planificación

Regulación emocional: Distanciamiento, Auto control, Aceptación de responsabilidad, Escape o Evitación, Reevaluación positiva

Neutras: Búsqueda de apoyo social

Según Otero López (2011, pág. 393) el afrontamiento se determina eficaz cuando el individuo permite aceptar, minimizar e ignorar las demandas sobre pasantes de sus recursos e inaceptable para él mismo.

Objetivos:

Objetivo general

Disminuir el índice de prevalencia del síndrome de Burnout en docentes de primaria y secundaria de una institución educativa pública del municipio de Pereira mediante la aplicación de un programa psicológico.

Objetivos Específicos

*Identificar el nivel prevalencia del síndrome de Burnout en los docentes de primaria y secundaria de dicha institución.

*Desarrollar un programa de intervención para el síndrome de burnout, mediante el cual se desarrollo en estrategias cognitivo conductual de afrontamiento.

*Analizar los resultados obtenidos de la implementación del programa en el desarrollo de estrategias de afrontamiento.

Metodología:

La investigación se realizará desde un enfoque cualitativo. El método utilizado es la investigación-acción participante que permite profundizar en el estudio de una situación social relacionada con el reconocimiento de las situaciones estresantes (Escudero, 1999; Elliott, 2000). Para tal fin se tienen presentes tres fases: diagnóstica, intervención, y evaluación. Para tal fin se utilizarán autoinformes docentes, diario de campo y la observación de las secciones de clase mediante audio y video.

Resultados esperados:

A través del desarrollo del proyecto de investigación se pretende alcanzar los siguientes resultados:

- Identificación de la prevalencia de Burnout en docentes de primaria y secundaria de una institución educativa pública de la ciudad de Pereira
- Desarrollar un programa de intervención del síndrome de Burnout en docentes.

- Obtener el material suficiente para el análisis y publicación de un artículo científico.

Impactos:

Con el desarrollo del proyecto investigativo se pretende tener un impacto significativo en diversos espacios.

- A nivel formativo, motivar y formar estudiantes y futuros profesionales con una visión investigativa, que puedan intervenir la realidad de manera más efectiva mediante procedimientos y procesos investigativos.
- A nivel académico, realizar la visualización de resultados de investigación y aportar a la construcción del estado del arte del estudio del Burnout en el país. Elaborar una guía de intervención del síndrome de estrés laboral en docentes.
- A nivel institucional, mejorar el afrontamiento de los docentes en referencia al síndrome de Burnout, mejorar la salud mental de los docentes y a nivel personal profundización sobre el síndrome de Burnout y la forma de crear estrategias.

Bibliografía:

- Miravalles, J. (s.f.). Cuestionario de Maslach Burnout Inventory. Zaragoza
- Fernández, M. (2002). Desgaste Psíquico (Burnout) en profesores de educación primaria de Lima metropolitana. *Persona*, 5, 27-66.
- Fernández Montalvo, J. & Piñol, E. (2000). Horario laboral y salud: Consecuencias psicológicas de los turnos de trabajo. *Psicopatología y Psicología Clínica*, 5, 207-222.
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff burn-out. *Journal of Social. Issues*, 30, 159-165.
- Gil Monte, P. R. (2005). El Síndrome de quemarse por el trabajo ("burnout"). Una enfermedad laboral en la sociedad del bienestar. Madrid: Pirámide.
- Muñoz, C. y Piernagorda, D. (2011). Relación existente entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de Burnout en 17 docentes de básica primaria y secundaria de una institución de Cartago, Valle.
- Muñoz, C. (2012). Relación existente entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de Burnout. *XVº Congreso Colombiano de Psicología*. Colombia.
- Muñoz, C. y Correa, C. (2012). Burnout docente y estrategias de afrontamiento en docentes de primaria y secundaria. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 5, 39-55.
- Muñoz, C. y Correa, C. (2013). Burnout y estrategias de afrontamiento en docentes. XIV Congreso Virtual Interpsiquis
- Muñoz Muñoz, C.F. y Correa Otálvaro, C.M. (2014). El papel del docente reflexivo como estrategia del síndrome de Burnout en relación con las prácticas educativas. *Hallazgos*, 11(22), 385-401
- Noyola, V. y Padilla, L. (2009). Desgaste profesional (Síndrome de Burnout) en profesores de escuelas primarias públicas del municipio de Aguascalientes. *X Congreso del Comie*. Veracruz, México.
- Hermida, T., Murcia, L. (2012) Prevalencia de Burnout en docentes de colegio bilingüe de Bogotá. Universidad del Rosario. Trabajo de grado.
- Maslach, C: Burnout. (1976). *Comportamiento Humano*, 5:16-22.
- Maslach, C. y Jackson, S. (1986). *Maslach Burnout Inventory*. Palo Alto: Consulting Psychologists Press.
- Maslach, C. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology* [En red]. Disponible en: http://www.findarticles.com/cf_O/mo961/2001.Annual/73232715/p1/article.jhtml?term_Maslach.
- Moriana, E. y Herruzo, J. (2003). Estrés y Burnout en profesores. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 3, 597-621.



Programa de intervención cognitivo conductual del síndrome de Burnout en docentes de primaria y secundaria.



Juan Fernando Matajudíos
Jhon Andrey Correa Cortez

Palabras Claves: Síndrome de Burnout, educación, salud mental, Docentes,

Objetivo general

Disminuir el índice de prevalencia del síndrome de Burnout en docentes de primaria y secundaria de una institución educativa pública del municipio de Pereira mediante la aplicación de un programa psicológico.

Objetivos Específicos

- *Identificar el nivel prevalencia del síndrome de Burnout en los docentes de primaria y secundaria de dicha institución.
- *Desarrollar un programa de intervención para el síndrome de burnout, mediante el cual se desarrollo en estrategias cognitivo conductual de afrontamiento.
- *Analizar los resultados obtenidos de la implementación del programa en el desarrollo de estrategias de afrontamiento.

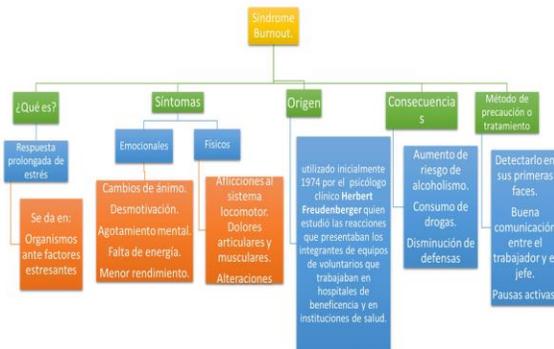
METODOLOGÍA

La investigación se realizará desde un enfoque cualitativo. El método utilizado es la investigación-acción participante que permite profundizar en el estudio de una situación social relacionada con el reconocimiento de las situaciones estresantes (Escudero, 1999; Elliott, 2000). Para tal fin se tienen presentes tres fases: diagnóstica, intervención, y evaluación. Para tal fin se utilizaran autoinformes docentes, diario de campo y la observación de las secciones de clase mediante audio y video.

25 % docente lo sufren (Muñoz, 2012).
Despersonalización, Baja realización profesional, agotamiento emocional (Maslach, 1988).
Perdida de satisfacción laboral, deseos y abandono laboral, ausentismo, realización de esfuerzos mínimos, incremento de errores, alteraciones con alumnos, Afecciones psicológicas; frustración, irritabilidad, ansiedad, baja autoestima, desmotivación, sentimiento de inferioridad, daño memoria, atención y concentración, comportamientos paranoides, depresión.

Causas:

- Desilusión gradual el trabajo, (kyriacou y sutcliffe 1978)
- Menos control de la vida, (Antonovsky, 1987)
- Ilusión del control y disonancia cognitiva, (Festinger, 1957)
- La estética sobre la ética, (Bauman, 1999)
- Agudización de la discrecionalidad laboral, (Gonzales, 2015)
- Presión para volver al maestro un actor político, (Gonzales, 2015)



Planteamiento del problema

¿Cuál es impacto de un programa cognitivo conductual en la disminución del síndrome de burnout en docentes de educación primaria y secundaria en una institución pública de la ciudad de Pereira?

Resultados Esperados

A través del desarrollo del proyecto de investigación se pretende alcanzar los siguientes resultados:

- Identificación de la prevalencia de Burnout en docentes de primaria y secundaria de una institución educativa pública de la ciudad de Pereira
- Desarrollar un programa de intervención del síndrome de Burnout en docentes.
- Obtener el material suficiente para el análisis y publicación de un artículo científico.

Referencias

- Fernández Montalvo, J. & Piñol, E. (2000). Horario laboral y salud: Consecuencias psicológicas de los turnos de trabajo. *Psicopatología y Psicología Clínica*, 5, 207-222.
- Fernández, M. (2002). Desgaste Psíquico (Burnout) en profesores de educación primaria de Lima metropolitana. *Persona*, 5, 27-66.
- Muñoz Muñoz, C.F. y Correa Otálvaro, C.M. (2014). El papel del docente reflexivo como estrategia del síndrome de Burnout en relación con las prácticas educativas. *Hallazgos*, 11(22), 385-401.
- Noyola, V. y Padilla, L. (2009). Desgaste profesional (Síndrome de Burnout) en profesores de escuelas primarias públicas del municipio de Aguascalientes. *X Congreso del Comie*. Veracruz, México