



BURNOUT EN EL PROFESORADO: UN ESTUDIO COMPARATIVO ENTRE PROFESORES DE PRIMARIA Y SECUNDARIA

Enrique Merino Tejedor
Universidad de Valladolid

RESUMEN

En este trabajo se presentan los resultados obtenidos en un estudio reciente donde se comparan los estados de burnout en una muestra de profesores de primaria y de secundaria. La hipótesis de trabajo bajo la cual se hace la investigación es que los profesores de educación secundaria obtendrán puntuaciones más altas que sus colegas de primaria en el estado de burnout, ya que los escenarios de trabajo en la educación secundaria son más complejos y con mayor problemática asociada. La muestra de este estudio estaba constituida por 311 sujetos, de ellos 106 eran profesores de educación primaria y 205 de educación secundaria. Se presentan los datos estadísticos obtenidos para el instrumento utilizado, el Cuestionario Breve de Burnout adaptado para profesores, los índices de fiabilidad obtenidos oscilan entre .75 y .89 para las subescalas del cuestionario. Los resultados obtenidos confirmaron la hipótesis de partida ya que los profesores de educación secundaria puntuaron más alto que los de primaria en dos de las tres dimensiones contempladas, además en esas dimensiones las diferencias fueron estadísticamente significativas.

PALABRAS CLAVE: burnout, consecuencias de burnout, profesores, educación.

SUMMARY

The purpose of the present article is to present the results obtained in a fresh investigation carried out with elementary and secondary education teachers. Main research hypothesis proposes that secondary education teachers will score higher than their colleagues of elementary schools, mainly due to the more complex context and requirements of secondary education settings. The sample of this investigation consisted of 311 subjects, 106 were elementary school teachers and 205 were teachers of secondary education. The instrument used in this investigation was the Brief Burnout Questionnaire adapted for teachers. Statistics for the reliability of the instrument are presented, alpha coefficient reached values ranging from .75 and .89 for the components of the questionnaire. Results confirmed the hypothesis, since secondary education teachers scored higher than elementary school teachers in two of the dimensions of the instrument, and these differences were statistically significant.

KEY WORDS: burnout, burnout consequences, teachers, education.



BURNOUT EN EL PROFESORADO: UN ESTUDIO COMPARATIVO ENTRE PROFESORES DE PRIMARIA Y SECUNDARIA

INTRODUCCIÓN

El burnout ha sido concebido tradicionalmente como un síndrome asociado a los escenarios laborales en los que existe una interacción cara a cara con los clientes a los que se ofrece el servicio, además es un síndrome marcado por agotamiento emocional, despersonalización o cinismo hacia los clientes y una sensación de falta de realización profesional (Farber, 1991).

En países como Estados Unidos se ha estimado que entre un 5% y un 20% del profesorado ha sufrido burnout en algún momento de su carrera profesional (Farber, 1991). En comparación con otras profesiones, los profesores muestran altos niveles de agotamiento y cinismo, las dimensiones centrales del síndrome de burnout (Maslach, Jackson y Leiter, 1996; Schaufeli y Enzmann, 1998). Otros estudios internacionales, como el llevado a cabo en Finlandia (Kalimo y Hakanen, 2000), muestran que los educadores tienen los niveles más altos de burnout en comparación con otros trabajadores.

El burnout es un proceso que implica varias etapas desde la aparición de los primeros estresores hasta llegar a un sentimiento de incompetencia total. Los modelos existentes describen una progresión unidireccional en tres fases: la aparición del estrés, el surgimiento de experiencias inducidas por el estrés y, finalmente, la aparición de reacciones hacia esas experiencias. Friedman (1996) sugiere dos huellas distintas en la aparición del burnout: (a) un camino cognitivo que implica un sentimiento de falta de ejecución personal y profesional (b) un camino emocional que evoluciona hacia un sentimiento inicial de sobrecarga, seguido de un sentimiento de agotamiento emocional creando la sensación de que el trabajo resulta demasiado pesado. En el escenario cognitivo unas altas expectativas hacia la autorrealización degeneran en un sentimiento de baja ejecución personal, seguido de un sentimiento de deterioro en el desempeño profesional.

Se ha propuesto como foco de atención para el estudio del estrés la discrepancia entre lo esperado y lo observado en la realidad, también conocido como "discrepancia en la autoeficacia profesional".

En los últimos tiempos, la literatura sobre el burnout entre los profesores se ha centrado ampliamente sobre la etiología, sugiriéndose raíces a nivel individual, a nivel del centro escolar y a nivel social (Farber, 2000). Algunos autores han definido el perfil del profesor con tendencia a padecer burnout: aquellos profesores menores de 40 años, ejerciendo su actividad en centros de secundaria, personas que son idealistas y apasionadas con su trabajo y tienden a ser influidos más por sucesos externos que por sentimientos o claves internas. En cuanto a los estresores destacan: excesiva burocracia, clases numerosas, y estudiantes apáticos y disruptivos. En nuestro país algunos estudios hacen referencia a variables laborales y motivaciones y variables sociodemográficas a la hora de explicar la etiología del síndrome (Vicente y Guerrero, 2005).

En cuanto a los factores asociados a los propios colegios destacan: colegios urbanos grandes con clases masificadas, dirigidas con carencias de personal y equipamiento, colegios altamente burocráticos sin equipos de gestión, y colegios con falta de apoyo social entre los profesores y carecen de apoyo administrativo a los esfuerzos que realizan los profesores (Farber, 2000).

Según el modelo de Recursos y Demandas Laborales (Job Demands-Resources), independientemente de la ocupación, se distinguen dos amplias categorías en las características del trabajo: las demandas laborales y los recursos laborales (Bakker, Demerouti, De Boer y Schaufeli, 2003; Demerouti, Bakker, Nachreiner y Schaufeli, 2001). Las demandas laborales se refieren a los aspectos del trabajo físicos, psicológicos, sociales y organizacionales que requieren un esfuerzo sostenido de tipo físico o psicológico (cognitivo o emocional) y están relacionados por tanto con ciertos costes fisiológicos o psicológicos. En el escenario educativo, algunos estudios han considerado los tres tipos siguientes de demandas laborales: conductas disruptivas por parte de los alumnos, sobrecarga laboral y un ambiente físico laboral pobre (Hakanen, Bakker y Schaufeli, 2006).

Estudios recientes han confirmado la existencia de los procesos subyacentes simultáneos en el trabajo de los profesores (Hakanen et al., 2006). El primer proceso denominado "energético", donde las demandas laborales predicen los problemas de salud a través del burnout. El segundo proceso deno-



PSICOLOGÍA Y SOCIEDAD: SIGLO XXI, COMPETENCIAS RELACIONALES

minado “motivacional”, en el cual los recursos del trabajo son predictores importantes del compromiso con la organización a través del compromiso laboral. Los profesores capaces de desplegar un abanico de recursos laborales como por ejemplo control sobre el trabajo, apoyo por parte de los supervisores e innovación pueden llegar a ser más vigorosos y ofrecer una mayor dedicación a la organización, comprometiéndose en mayor medida con su trabajo. Por otro lado, la ausencia importante de recursos laborales a la hora de cubrir las demandas laborales puede ir asociada al estado de burnout, que, a la larga puede menoscabar el compromiso laboral y desembocar incluso en un menor compromiso con la organización. De este modo, los procesos energéticos y motivaciones pueden estar interrelacionados, dado que los recursos y las demandas laborales suelen estar relacionados (Halbesleben y Buckley, 2004; Schaufeli y Bakker, 2004).

Dentro de este contexto, en el presente estudio se plantea la hipótesis de que los profesores que ejercen su función en la educación secundaria obtendrán puntuaciones más altas que sus colegas de educación primaria, en medidas del estado de burnout obtenidas con el Cuestionario Breve de Burnout adaptado para profesores.

MÉTODO

Participantes

La muestra de este estudio estaba constituida por 311 sujetos, de ellos 106 eran profesores de educación primaria y 205 de educación secundaria. El 66% de los profesores de educación primaria eran mujeres, mientras que en educación secundaria el porcentaje de mujeres era algo inferior, concretamente el 57%.

En cuanto a la edad, los profesores de educación primaria tenían una media de 40 años (d.t. = 10), y los profesores de educación secundaria tenían una media de edad ligeramente superior, concretamente de 43 años (d.t. = 9).

Todos los sujetos que participaron en el estudio se encontraban en situación activa y manifestaron trabajar una media de 32 horas semanales.

Instrumento

El instrumento utilizado fue el *Cuestionario Breve de Burnout –CBB–* (Moreno-Jiménez, Bustos, Matallana, y Miralles, 1997), adaptado para una muestra de profesores. Este cuestionario consta de 21 ítems organizados en tres dimensiones: antecedentes del burnout, factores del síndrome y consecuencias del burnout. La primera dimensión, *antecedentes o factores del burnout*, consta de tres aspectos que la teoría ha considerado relacionadas con el síndrome: características de la tarea, tedio y organización (ej. ítem: *Mi trabajo actual carece de interés*). La segunda dimensión integra los tres *factores del síndrome* recogidos en el modelo presentado por Maslach y Jackson (1981b): cansancio o agotamiento emocional, realización personal en el trabajo y despersonalización (ej. ítem: *Cuando estoy en mi trabajo me siento de malhumor*). Finalmente, el tercer bloque, integra los ítems relativos a las *consecuencias del burnout*, y tiene en cuenta las consecuencias físicas, las consecuencias sobre el clima familiar y el rendimiento laboral (ej. ítem: *El trabajo está afectando a mis relaciones familiares y personales*). Este cuestionario se valora mediante respuestas tipo Likert que van desde 1 (En ninguna ocasión) a 5 (En la mayoría de las ocasiones).

Este instrumento ha sido utilizado en otras investigaciones mostrando una alta validez convergente con otros instrumentos que evalúan estrés laboral (Merino, Carbonero, Moreno-Jiménez, y Morante, M.E., 2006).

Procedimiento

Los datos utilizados en esta investigación se recogieron durante un curso escolar. Se solicitó la

**BURNOUT EN EL PROFESORADO: UN ESTUDIO COMPARATIVO ENTRE PROFESORES DE PRIMARIA Y SECUNDARIA**

colaboración voluntaria de los profesores a través de los directores de los centros. Una vez confirmada la colaboración, a los profesores se les explicó personalmente el procedimiento para rellenar los cuestionarios. Cada participante se podía llevar los instrumentos para contestarlos en su casa.

Para realizar los análisis estadísticos se utilizó el paquete estadístico SPSS 14.0 para Windows, obteniendo datos correspondientes a la fiabilidad de las tres dimensiones del cuestionario mediante el coeficiente alfa de Cronbach, así como de las correlaciones bivariadas entre ellas mediante el coeficiente de correlación de Pearson, con prueba de significación bilateral. Por último se realizó un análisis t de student para comprobar la existencia de diferencias significativas, así como un análisis de regresión con dos pasos en el proceso.

RESULTADOS

Los primeros resultados obtenidos que se van a comentar son los correspondientes a los estadísticos descriptivos y los índices de consistencia del instrumento utilizado en la investigación. Según se refleja en la Tabla 1, los índices de consistencia interna obtenidos con el cuestionario fueron bastante altos, siendo el valor más bajo de $\alpha=.75$ en el caso de las consecuencias de burnout con el grupo de profesores de educación primaria; mientras que el valor más alto fue $\alpha=.89$ en la escala de antecedentes de burnout, en este caso con los profesores de educación secundaria. Estos datos de fiabilidad están en consonancia con otras investigaciones realizadas previamente (Merino et al., 2006).

En cuanto a las puntuaciones obtenidas en el estado de burnout, los profesores de educación secundaria puntuaron más alto que sus colegas de primaria en antecedentes de burnout ($M=18.93$, $d.t.=4.78$) y en síndrome de burnout ($M=23.16$; $d.t.=4.95$), la prueba t de student arrojó diferencias estadísticamente significativas en estas diferencias ($t=-3.95$, $p<.01$ y $t=-3.64$, $p<.01$, respectivamente). Mientras tanto, en la tercera dimensión del cuestionario, consecuencias de burnout, la puntuación obtenida por los profesores de educación primaria fue ligeramente más alta que la obtenida por los de secundaria ($M=8.29$; $d.t.=2.48$), aunque, en este caso, las diferencias no fueron significativas.

Tabla 1. Estadísticos descriptivos e índices de fiabilidad

	Primaria		Secundaria		Prueba t
	M (d.t)	alfa	M (d.t.)	alfa	
1 Sexo	-				
2 Edad	40 (10)	-	43 (9)	-	-2.47*
3 Horas semanales	32 (6)	-	32 (9)	-	.027
4 CBB1	18.93 (4.78)	.81	21.39 (5.23)	.89	-3.95**
5 CBB2	23.16 (4.95)	.88	25.61 (5.81)	.83	-3.64**
6 CBB3	8.29 (2.48)	.75	7.81 (2.33)	.81	1.65

* $p<.05$; ** $p<.01$

En cuanto al análisis correspondiente a las correlaciones entre las variables, en la Tabla 2 se puede observar cómo las correlaciones entre las tres dimensiones del Cuestionario Breve de Burnout adaptado para profesores son positivas y estadísticamente significativas, lo cual confirma la fuerte relación



PSICOLOGÍA Y SOCIEDAD: SIGLO XXI, COMPETENCIAS RELACIONALES

existente entre las tres variables a la hora de valorar el estado de burnout. Concretamente, la correlación entre los factores de burnout y el síndrome de burnout alcanza un valor de $r=.75$, $p<.01$; mientras que la correlación entre los factores de burnout y las consecuencias de burnout también es positiva y significativa ($r=.47$, $p<.01$). Además, las dimensiones síndrome de burnout y consecuencias de burnout también muestran una correlación significativa entre ellas ($r=.52$, $p<.01$).

Tabla 2. Correlaciones entre las variables

	1	2	3	4	5	6
1 Sexo	-					
2 Edad	.20**	-				
3 Horas semanales	.08	.09	-			
4 CBB1	.19**	.15**	.02	-		
5 CBB2	.24**	.20**	.05	.75**	-	
6 CBB3	-.01	-.03	.13*	.47**	.52**	-
* $p <.05$; ** $p <.01$						

Finalmente, en la Tabla 3 se reflejan los resultados correspondientes al análisis de regresión llevado a cabo, donde se reflejan las diferencias obtenidas en las tres dimensiones contempladas en el cuestionario, entre los profesores de educación primaria y los de educación secundaria. Como se puede apreciar, una vez neutralizadas las variables sexo, edad, y horas semanales de trabajo, las diferencias entre ambos colectivos de profesores son significativas en la variable factores de burnout (.21, $p<.01$) y en el síndrome de burnout (.19, $p<.01$). Mientras tanto, en la tercera dimensión del cuestionario, consecuencias de burnout, las diferencias encontradas no llegan a ser estadísticamente significativas (-.08).

Tabla 3. Diferencias entre profesores de primaria y secundaria en las dimensiones de burnout

	Factores de burnout	Síndrome de burnout	Consecuencias de burnout
Paso 1 (ΔR^2)	.05**	.09**	.02
Sexo	.16**	.20**	.00
Edad	.09	.13*	-.04
Horas semanales	.00	.03	.13*
Paso 2 (ΔR^2)	.04**	.03**	.01
Primaria vs. secundaria	.21**	.19**	-.08
* $P <.05$; ** $p <.01$			

**BURNOUT EN EL PROFESORADO: UN ESTUDIO COMPARATIVO ENTRE PROFESORES DE PRIMARIA Y SECUNDARIA**

DISCUSIÓN

En primer lugar, merece la pena destacar que el instrumento utilizado en esta investigación, el Cuestionario Breve de Burnout, presenta índices estadísticos aceptables y consistentes para su utilización en la práctica e investigación del estrés dentro del profesorado, confirmando los resultados obtenidos en investigaciones previas (Merino et al., 2006).

Por otro lado, tal como se planteaba en la hipótesis de la investigación, parece que los profesores de educación secundaria puntúan más alto que los de primaria en su estado de burnout, concretamente en dos de las tres dimensiones consideradas, antecedentes o factores de burnout y síndrome de burnout. En la tercera variable, consecuencias de burnout las diferencias no son significativas, lo cual puede indicar que los profesores de educación secundaria efectivamente tienen la experiencia y la sensación de tener más sensación de agotamiento dentro del trabajo, pero en cuanto a nivel de consecuencias estarían en una situación que sus colegas de educación primaria. Hay que tener en cuenta que esta tercera dimensión, consecuencias del síndrome es la que más peligro conlleva para el individuo.

Entre las posibles explicaciones que podemos encontrar para explicar esta situación destacamos algunas como por ejemplo que los profesores de educación secundaria tienen que hacer frente a una gran diversidad de estudiantes dentro del aula, dado que las diferencias en las competencias curriculares y en los intereses académicos y profesionales se agudizan en educación secundaria con respecto a los estudiantes que cursan estudios de primaria. Por otro lado, los profesores que desarrollan sus funciones en secundaria tienen que soportar un mayor conflicto de rol en relación con su experiencia previa, dado que antes se limitaban a impartir su clase y ahora tienen que desempeñar funciones más amplias y complejas como ser tutores, manejar el clima de la clase o motivar a los alumnos, entre otros aspectos.

Finalmente, en la educación secundaria existe un mayor número de problemas de disciplina y conflictos entre los estudiantes y entre éstos y los profesores, constatándose, además, que en muchos casos los estudiantes de educación secundaria han perdido su interés por los estudios y su única motivación es salir cuanto antes del sistema educativo para incorporarse al mundo laboral.

Evidentemente, éstas no son más que explicaciones tentativas, hace falta continuar investigando en esta línea y otras complementarias para encontrar posibles causas que expliquen estas diferencias y arrojen luz con el ánimo de llevar a cabo intervenciones preventivas en este campo. Un posible modelo explicativo puede ser modelo de Recursos y Demandas Laborales (Job Demands-Resources), comentado en la intrucción de este trabajo (Bakker, Demerouti, De Boer y Schaufeli, 2003; Demerouti, Bakker, Nachreiner y Schaufeli, 2001).

REFERENCIAS

- Bakker, A.B., Demerouti, E., De Boer, E. y Schaufeli, W.B. (2003). Job demands and job resources as predictors of absence duration and frequency. *Journal of Vocational Behavior*, 62, 341-356.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: a social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Demerouti, E., Bakker, A.B., Nachreiner, F. y Schaufeli, W.B. (2001). The Job Demands – Resources Model of burnout. *Journal of Applied Psychology*, 86, 499-512.
- Farber, B.A. (1991). *Crisis in education: Stress and burnout in the American teacher*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Farber, B.A. (2000). Treatment strategies for different types of teacher burnout. *Journal of Clinical Psychology/In Session: Psychotherapy in Practice*, 56 (5), 675-689.
- Friedman, I.A. (1996). Multiple pathways to burnout: Cognitive and emotional scenarios in teacher burnout. *Anxiety, Stress and Coping*, 9, 245-259.



PSICOLOGÍA Y SOCIEDAD: SIGLO XXI, COMPETENCIAS RELACIONALES

- Friedman, I.A. (2000). Burnout in teachers: Shattered dreams of impeccable professional performance. *Journal of Clinical Psychology/In Session: Psychotherapy in Practice*, 56 (5), 595-606.
- Hakanen, J.J., Bakker, A.B. y Schaufeli, W.B. (2006). Burnout and work engagement among teachers. *Journal of School Psychology*, 43, 495-513.
- Halbesleben, J.R.B. y Buckley, M.R. (2004). Burnout in organizational life. *Journal of Management*, 30, 859-879.
- Kalimo, R. y Hakanen, J. (2000). Työuupumus (Work and Health in Finland: Burnout). En S. Virtanen (Ed.), *Työ ja terveys Suomessa v. 2000* (pp. 119-126). Helsinki: Työterveyslaitos.
- Maslach, C., Jackson, S.E. y Leiter, M.P. (1996). *Maslach burnout inventory manual* (3rd ed.). Palo Alto: Consulting Psychologists Press.
- Merino, E., Carbonero, M.A., Moreno-Jiménez, B. y Morante, M.E. (2006). La Escala de Irritación como instrumento de evaluación del estrés laboral. *Psicothema*, 18 (3), 419-424.
- Moreno-Jiménez, B., Bustos, R., Matallana, A. y Miralles, T. (1997). La evaluación del burnout. Problemas y alternativas. El CBB como evaluación de los elementos del proceso. *Revista de psicología del trabajo y las organizaciones*, 13, 185-207.
- Portnoi, L., Guichard, J. y Lallemand, N. (2004). The effect of career interventions designed to increase self-knowledge on the self-concepts of adolescents. *Journal of Vocational Behavior*, 65, 484-497.
- Schaufeli, W. y Bakker, A. B. (2004). Job demands, job resources, and their relationship with burnout and engagement. *Journal of Organizational Behavior*, 25, 293-315.
- Schaufeli, W. y Enzmann, D. (1998). *The burnout companion to study and practice: A critical analysis*. London: Taylor & Francis.
- Vicente, F. y Guerrero, E. (2005). Salud mental profesional: programas de intervención psicopedagógica. En J. N. García (Coord.), *Intervención Psicopedagógica en los Trastornos del Desarrollo* (pp. 504-518). Madrid: Pirámide.

Fecha de recepción: 28 febrero 2009

Fecha de admisión: 19 marzo 2009

