



Martha Alicia Barba Fernández
Anáhuac Online
martha.barba@anahuac.mx



Marco Antonio Rigo Lemini
Posgrado de la Facultad de Educación/
Centro Anáhuac de Investigación y Servicios Educativos (CAISE)
mrigo@anahuac.mx

INTRODUCCIÓN

El síndrome de desgaste profesional, o burnout, consiste en un estado de cansancio emocional que lleva a la pérdida de motivación, así como al desarrollo de sentimientos de inadecuación y fracaso frente a las tareas ocupacionales, como respuesta al estrés crónico habitualmente asociado a factores como la rutina, despersonalización y baja realización personal[1]. Resulta preocupante que un alto porcentaje de docentes de los distintos niveles educativos parecen sufrir hoy en día este síndrome de modo más o menos permanente[2]. Es una problemática todavía poco investigada en el ámbito nacional, cuya prevención y afrontamiento devienen en compromisos que las instituciones escolares han de abordar de manera urgente, dadas las consecuencias perniciosas que acarrea sobre el sentido de pertenencia de los enseñantes, su productividad y, en definitiva, sobre las dinámicas de aprendizaje y motivación del alumnado[3]. Las metas fundamentales de este trabajo son identificar las necesidades de maestros y maestras con relación al síndrome de desgaste profesional, así como diseñar, desarrollar y evaluar sistemáticamente un curso-taller que permita prevenirlo y afrontarlo de manera oportuna, sensible y eficiente.

MATERIAL Y MÉTODO

Se llevó a cabo una investigación evaluativa con carácter exploratorio en un acercamiento esencialmente cualitativo. La estrategia metodológica fue la siguiente:



Figura 1. Fases metodológicas desplegadas.

RESULTADOS

Entre los principales resultados obtenidos, se destacan dos por su relevancia: a) Los factores laborales reportados como especialmente gravosos para los docentes involucrados en la investigación:

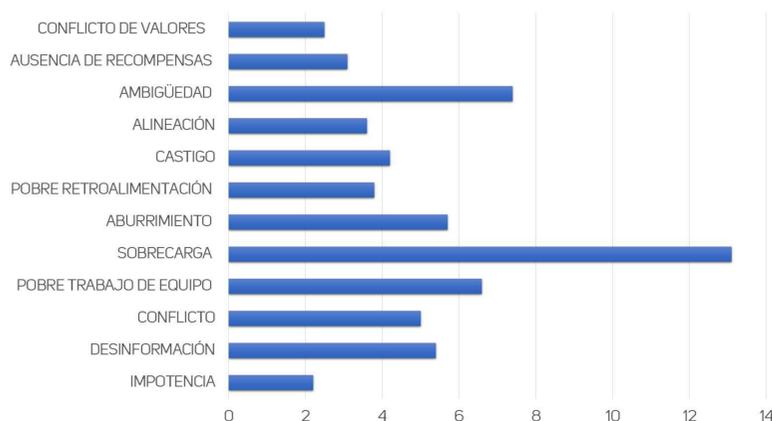


Figura 2. Situaciones perturbadoras en el entorno laboral del docente.

b) Las opiniones favorables y desfavorables emitidas por diversos especialistas en torno a la propuesta de curso-taller:

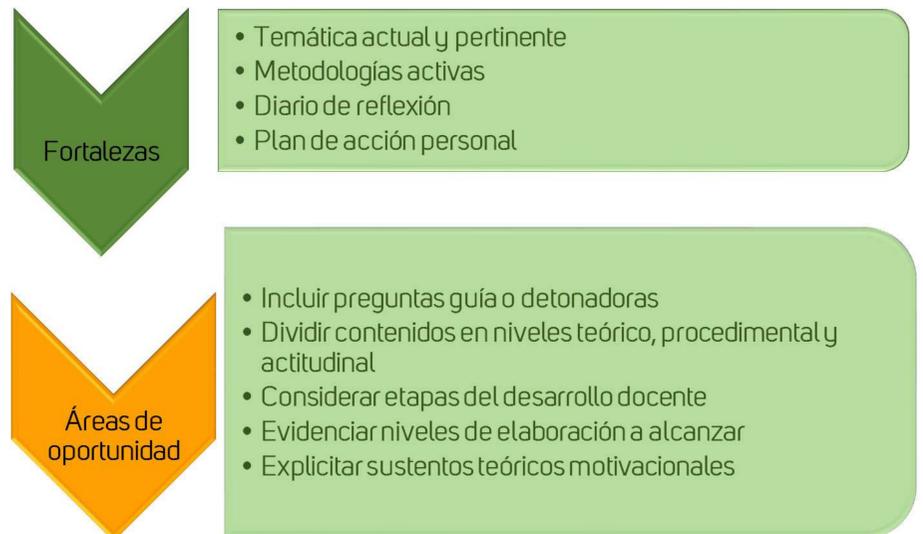


Figura 3. Principales fortalezas y áreas de oportunidad detectadas entre expertos con relación al curso-taller.

DISCUSIÓN

Es muy importante generar un espacio dentro de las instituciones escolares, donde los docentes tengan la oportunidad de identificar aquellos factores que promueven su bienestar emocional y la mejora de su calidad de vida, al tiempo que les posibilite el análisis de sus emociones y sentimientos con relación a la situación laboral cotidianamente vivida[4]. Los profesionales de la educación tenemos el deber de ocuparnos en el bienestar psicológico de todas las personas con las que compartimos nuestro espacio de trabajo. Dar a cada uno la posibilidad de ser el protagonista de su vida, de su aprendizaje y desarrollo. En última instancia, y en el caso de la valiosa figura del educador, brindarle las herramientas para que se constituya siempre, dentro y fuera de su ejercicio laboral, en la mejor versión de sí mismo[5].



REFERENCIAS

1. Maslach C, Jackson S. Maslach Burnout Inventory. New York: Consulting Psychologists Press; 1981.
2. Holmes E. El bienestar de los docentes: Guía para controlar el estrés y sentirse bien personal y profesionalmente. Madrid: Narcea; 2014.
3. Mansur R, Del Valle D, Ravelo X. La amenaza del burnout en docentes universitarios. Didac. Julio-diciembre 2018; 72: 4-10.
4. Thich NT, Weare K. Los educadores felices cambian al mundo. Barcelona: Kairós; 2019.
5. Marchesi A. Sobre el bienestar de los docentes. Competencias, emociones y valores. Madrid: Alianza Editorial; 2007.