

## **Maestros quemados: El síndrome de *Burnout* en los docentes de educación infantil y primaria**

### RESUMEN

Con este artículo se pretende difundir el contenido de un estudio<sup>1</sup>, sobre la incidencia del síndrome de *Burnout*, en los docentes de educación infantil y primaria. El síndrome de *Burnout* o desgaste profesional es un problema social y de salud pública. Algunos profesionales se ven forzados a implicarse durante muchas horas en los problemas y preocupaciones de las personas con las que realizan su actividad laboral. Este es el caso de los maestros y docentes en general, cuya relación profesional se centra en el niño o el adolescente y, concretamente, en sus problemas, dificultades e inquietudes. Todo ello en un determinado entorno: la escuela, con sus peculiaridades y complejidades, que pueden generar sentimientos ambiguos y respuestas contradictorias y/o frustrantes. La bibliografía sobre las fuentes del estrés y *Burnout* en los docentes está creciendo día a día. El análisis de la práctica educativa, de su problemática, de las fuentes de estrés, configura un amplio campo de acción para los investigadores, pero lo cierto es que son pocos los estudios que abordan esta problemática centrada en los niveles de educación infantil y primaria.

PALABRAS CLAVE: maestro, educación, estrés, quemados,

### INTRODUCCIÓN:

El ejercicio continuado de la función docente en determinadas condiciones y bajo los retos de la complejidad social, va creando un desgaste personal y una acumulación de sensaciones que pueden comportar el cansancio emocional, el estrés y, finalmente, el estado definido como agotado, "quemado", o síndrome de *Burnout*.

A pesar de que el ejercicio profesional de la educación en tales condiciones puede transformar en muy pocos años al principiante ilusionado en una persona frustrada y desconcertada, no pretendemos centrarnos únicamente en una visión problemática de la educación. Queremos explicar como los docentes están inmersos en una situación educativa que refleja la problemática de la sociedad actual, sus contradicciones y retos y como les puede afectar en su trabajo profesional, para gracias a la percepción de los aspectos a superar, contribuir de alguna manera prevenirlos y afrontarlos con mayor conocimiento de causa.

### ESTADO DE LA CUESTIÓN

La historia del síndrome de *Burnout* -vulgarmente conocido como "estar quemado"- es reciente, apenas cuenta con unas pocas décadas. Este síndrome fue descrito en 1974 por el psicólogo neoyorquino Herbert Freudenberger, que trabajaba con grupos de voluntariado que manifestaban un conjunto de síntomas físicos y psíquicos bien diferenciados: percepción de un estado de agotamiento, como consecuencia de trabajar intensamente, hasta el límite de no tomar en consideración las propias necesidades personales y "quemarse". Representa una perspectiva psicológica estrictamente individual, entendiendo que se trata de una respuesta a una interacción inadecuada entre

---

<sup>1</sup> Arís, N (2008); " El síndrome de Burnout en los docentes de educación Infantil y educación primaria en la Zona del Valles Occidental". Barcelona: <http://www.tdx.cat/TDX-1027108-171248>

profesionales excesivamente celosos de su trabajo y las necesidades y exigencias de los clientes. La psicóloga social Cristina Maslach, prosiguió investigando al comienzo de la década de los 80 (Maslach, 1982) y estudió las respuestas emocionales de los empleados de profesiones de ayuda a personas eligiendo el mismo término "*Burnout*". Tal concepto fue definido por esta autora, como un síndrome de cansancio emocional que lleva a una pérdida de motivación y progresa hacia sentimientos de inadecuación y fracaso. Considera que es el producto del estrés personal relacionado con una determinada condición laboral y característica de las profesiones de ayuda (maestros, educadores, enfermeras, etc.). La gran aportación de este nuevo enfoque supone abordar el problema del *Burnout* desde una perspectiva psicosocial. Pretende identificar las condiciones ambientales que originan e inciden en el *Burnout*, así como los factores que ayudan a mitigarlo, etc. Su principal aportación (Maslach, 1982; Maslach y Jackson, 1981; Mingote, 1998; Manassero y col. 1994, 1995; Gil-Monte y Peiró, 1997) está en suponer que se trata de un proceso en el que las actitudes y las conductas de los profesionales cambian de forma negativa en respuesta al estrés laboral.

La autora, desarrolló un instrumento de medida, el denominado *Maslach Burnout Inventory* (MBI)<sup>2</sup>, que ha resultado ser el más ampliamente utilizado para evaluar el *Burnout* en las personas y también empleado en un mayor volumen de investigaciones. En cierta manera se puede afirmar que a partir de su definición se normaliza el concepto de "quemarse por el trabajo".

Desde los primeros estudios realizados por Freudenberger y Maslach sobre el síndrome de *Burnout*, pasando por el primer congreso monográfico que se le dedicó en Filadelfia en 1981, hasta la actualidad, el tema ha experimentado una espectacular divulgación, tanto entre los profesionales que estudian las reacciones humanas, como entre el público en general. Son aún relativamente recientes las investigaciones y publicaciones realizadas en el ámbito educativo, objeto de nuestro estudio. Dichas investigaciones ponen de manifiesto que los profesores experimentan una creciente tensión en su labor diaria que hace del todo necesaria una cultura preventiva con un enfoque global, es decir, desde el punto de vista físico, emocional y psicosocial, (Esteve, 1987, 2001 y 2003; Manassero y col., 1999).

No obstante, hasta la fecha no existen verdaderas medidas preventivas eficaces de la salud laboral<sup>3</sup> que garanticen las posibilidades de detección, diagnóstico y posible tratamiento del síndrome de *Burnout*.

Actualmente el profesorado se encuentra en una situación compleja y delicada. Basta echar una breve ojeada a los medios de comunicación, (televisión, prensa, etc.) para observar como se le culpabiliza de los problemas de diversa índole, destacando los que se dan tanto dentro del contexto escolar, en lo que atañe a las relaciones profesorado-alumnado (conflicto escolar, falta de asimilación de los contenidos curriculares ente los estudiantes, etc.), así como los referentes a cuestiones de tipo social, (violencia, desprestigio, adicciones, malos hábitos, etc.). Todo ello propicia que el profesorado se sienta, personalmente y profesionalmente, abrumado y desconcertado, con fuertes contradicciones entre sus derechos y deberes.

El docente que manifiesta el síndrome de *Burnout* es, frecuentemente, impredecible en su conducta y las contradicciones son casi siempre la norma de su actividad. En este sentido, a la vez que se siente la necesidad imperiosa de culpar a alguien por lo que pasa, también precisa olvidar al máximo todo lo relacionado con su trabajo: la docencia.

El profesor en estado de *Burnout*, abrumado por las demandas y agotado por su trabajo, muestra un carácter irritable que puede resultar insoportable para las otras personas, tanto en el entorno laboral como cuando la jornada laboral ha terminado. Poco a poco, la persona se va sintiendo afectada, y va cambiando sus actitudes hacia el trabajo y hacia las personas con las que trabaja.

---

<sup>2</sup> Para referirnos al instrumento Maslach Burnout Inventory usaremos la expresión abreviada MBI.

<sup>3</sup> La ley de Prevención de Riesgos Laborales (bajo el amparo del Acta Única Europea publicada en 1995) establece los derechos de los trabajadores en cuanto a salud y las obligaciones de los empresarios y de la Administración pública para protegerla y sienta las bases para una nueva cultura basada en la prevención. Su aplicación en el ámbito de la docencia está, aún, en una fase muy poco desarrollada.

La conducta profesional del docente afectado por el síndrome de Burnout presenta las siguientes manifestaciones específicas:

- Se muestran desmotivados, han perdido la paciencia, el optimismo y el interés por sus alumnos.
- Esta pérdida de paciencia, anteriormente referida, puede conducir a actitudes autoritarias, intolerantes o rígidas que pueden ser fuente de problemas de variada índole.
- Buscan y necesitan vías y excusas para desmarcarse de la implicación en el trabajo y suelen adoptar actitudes contestatarias respecto a sus superiores.
- Los estudiantes y sus familias son percibidos de una manera cínica, como si atentasen contra su propia supervivencia o sus necesidades.

El proceso que rodea al *Burnout* es variable y difiere de unos individuos a otros, tanto en su inicio como en la forma en que se desarrolla, pero podemos examinar las causas que se sitúan en el origen del mismo. Como hemos constatado anteriormente, el *Burnout* no es algo que aparece repentinamente como respuesta específica a un determinante concreto, sino que más bien es un estado que emerge gradualmente en un proceso de respuesta a la experiencia laboral cotidiana y a ciertos acontecimientos.

El malestar docente y el agotamiento producido por la acumulación de exigencias sobre los profesores tienen un origen complejo y multidimensional que generan diferentes consecuencias, afectando tanto al sujeto en cuestión, como a la organización o institución donde realiza la actividad laboral, incidiendo directamente en la calidad de la enseñanza.

## METODOLOGIA

En el apartado anterior hemos realizado un recorrido sobre lo que significa el síndrome de *Burnout* y sus implicaciones para los docentes.

El trabajo de campo que presentamos responde al interés por conocer algunas de las percepciones y opiniones de los docentes en relación al estrés y, concretamente, al *Burnout*, la frecuencia con que se manifiesta, así como su vinculación con algunos aspectos de la formación inicial y permanente recibida. A tal efecto utilizaremos el inventario Maslach Burnout Inventory, (Maslach y Jackson, 1981 -traducción oficial al castellano de Seisdedos, 1997- )<sup>4</sup>, un instrumento de prestigio y solidez científica, reconocido por la sociedad Norteamericana de Psicología, que nos permitirá determinar el grado de estrés y *Burnout*, en función de la intensidad con la que los docentes manifiestan unas determinadas sensaciones. Optamos por utilizar un instrumento de amplia difusión<sup>5</sup> puesto que ello nos permitirá recoger información concreta sobre el nivel de *Burnout* percibido por los docentes en su acción cotidiana. Nos hemos inclinado por este instrumento en concreto puesto que ha sido utilizado en gran número de estudios con objetivos similares a los nuestros, (Travers y Cooper, 1997; Esteve 1988, 1994; Psisa 1993; Manassero, 1995; Marcelo, 1995; Calvete y Vila 2000) y ello nos permitirá establecer relaciones significativas entre los mismos.

Es un cuestionario que consta de veintidós ítems repartidos en tres escalas, cada una de las cuales se identifica con las tres dimensiones establecidas por los citados autores, como definitorias del síndrome de *Burnout*:

- Cansancio emocional, (CE), que consta de nueve ítems que valoran la vivencia de estar exhausto a nivel emocional debido a las demandas del trabajo.

---

<sup>4</sup> SEISDEDOS, N. (1997): Inventario Burnout de Maslach: síndrome del quemado por Estrés Laboral Asistencial. Madrid: TEA ediciones.

<sup>5</sup> De utilización directamente o como referencia, en numerosos estudios, ( Travers y Cooper,1997; Esteve 1988, 1994; Psisa 1993; Masanero, 1995; Marcelo,1995; Calvete y Vila 2000)

- Despersonalización, (DP), constituida por cinco ítems, que mide el grado de frialdad y distanciamiento relacional.
- Realización personal, (RP), con ocho ítems evalúa los sentimientos de eficacia, competencia y realización de objetivos personales.

Para complementar y contextualizar este estudio, elaboraremos un cuestionario que nos aporte datos personales y profesionales, asociados con las actitudes de los docentes hacia su profesión y formación permanente, para poder relacionarlos.

Se ha seleccionado una representación del conjunto de centros de educación infantil y primaria de la zona del Vallés Occidental, para poder establecer una muestra de docentes de forma aleatoria y estratificada, y así evitar sesgos de selección. Se ha optado por esta comarca por razones de proximidad, pero también de interés, ya que entendemos que por su configuración específica (evolución histórica, presencia industrial importante, fuerte crecimiento demográfico, etc.), que aporta contextos educativos y sociales variados y actuales, que nos proporcionarían información rica en experiencias y en la que se dan características que pueden propiciar la aparición de estrés y *Burnout*. Esta investigación no persigue la generalización a cualquier contexto sino que pretende ser útil en situaciones parecidas<sup>6</sup>. En cuanto al procedimiento de recogida de la información, para obtener una mayor respuesta y colaboración por parte de los docentes implicados, hemos optado por contactar personalmente con los directores de cada centro, explicarles todo el proyecto de investigación, y entregarles un protocolo con las instrucciones para poder responder a los cuestionarios. En aquellos casos en que las condiciones nos lo permitieron, intentamos exponer directamente al grupo de docentes nuestra propuesta, a fin de conseguir, una mayor implicación de aquellos docentes que se mostraban menos motivados.

Objetivos de la investigación:

- Determinar las características de los docentes que configuran la muestra estudiada.
- Efectuar la estimación de la proporción de individuos que caracterizan, según los estadios del MBI, el estado actual de manifestación e intensidad del síndrome de *Burnout*, en la muestra objeto de estudio.
- Determinar el estado e intensidad de las percepciones de dichos docentes.
- Relación bivalente entre las variables sociodemográficas y las subdimensiones del MBI.

En base a nuestros objetivos, hemos optado por utilizar diversas estrategias metodológicas puesto que el interés de la investigación no se reduce a un aspecto concreto y parcial, sino que existe una relación holística entre factores personales de los profesores y su tarea docente.

El diseño de esta investigación se enmarca en el paradigma empírico-analítico, en la que utilizamos la modalidad de encuesta para la recogida de la información, dentro del modelo descriptivo de investigación, para realizar, posteriormente, un análisis estadístico de las dimensiones consideradas en el estudio.

Hemos optado por un estudio transversal<sup>7</sup>, mediante encuesta<sup>8</sup>, puesto que es un procedimiento apropiado para describir y analizar la información obtenida de una sola vez, es económicamente asequible y nos ayuda a controlar factores de validez interna

---

<sup>6</sup> Validez ecológica. Pone el interés en los aspectos situacionales de una investigación concreta sin renunciar a la representatividad de los resultados, (Colas y Buendía, 1992:114-115)

<sup>7</sup> Estudio transversal: con la finalidad de conocer el estado de una situación o problema, se seleccionan diferentes individuos en un momento determinado, es decir en un solo punto del tiempo. La única diferencia entre los grupos de individuos es la edad. Los estudios transversales estudian el fenómeno en el presente (Arnau, 1996).

<sup>8</sup> Encuesta: conjunto de preguntas formuladas directamente a las personas. Los estudios de encuesta utilizan el cuestionario y la entrevista como instrumentos para recoger la información (Arnau, Del Rincón, Latorre, 1992).

como la historia<sup>9</sup> y la madurez<sup>10</sup>. El hecho de plantearnos no realizar una investigación experimental sino una investigación casi experimental con un diseño transversal, para de captar mejor la realidad educativa, nos indica que controlamos los factores de validez: historia, maduración, efectos relativos al pre-test y mortalidad.

La información obtenida nos permite describir la incidencia, frecuencia y distribución de las dimensiones objeto de estudio, así como observar la relación existente entre las variables establecidas. En cuanto a la respuesta conseguida, cabe decir que de los 150 cuestionarios repartidos, se recibieron debidamente contestados, un total de 91 cuestionarios, lo que representa un porcentaje de 60,67%, de los cuales se desestimaron dos por errores de cumplimentación. Finalmente obtuvimos una muestra real de ochenta y nueve sujetos, cifra que puede considerarse más que aceptable.

## RESULTADOS

El proceso de los datos se llevó a cabo en dos niveles, que en términos de complementariedad aportaron la información necesaria para el análisis descriptivo de los resultados así como el tratamiento estadístico inferencial de la información.

Finalmente, y después de todo el proceso seguido, estuvimos en disposición de iniciar la siguiente fase: la del estudio e interpretación de los resultados. Por último, se procedió a redactar el apartado de conclusiones obtenidas en nuestra investigación.

En el análisis descriptivo hemos obtenido el perfil sociodemográfico así como la descripción muestral del MBI. Como aspectos destacables de MBI, encontramos que si bien es cierto que en las subdimensiones de *despersonalización* y de *baja realización personal*, no se manifiesta una elevada incidencia, si que detectamos indicios que apuntan una incipiente presencia de las mismas en la realidad de los docentes objeto de estudio. Más contundentes son los resultados obtenidos en la subdimensión de *cansancio emocional*, puesto que se evidencia una alta significación de la misma, ya que el porcentaje de respuesta de 41,6%, de elevado en la percepción por parte de los docentes, comportando la evidente sensación de cansancio físico y emocional por su parte. Estamos ante la percepción del esfuerzo reiterado que apunta la posibilidad de seguir evolucionando, puesto que la media de la edad de éstos docentes, indica que deberán seguir aun muchos años en activo.

En cuanto a la intensidad del *Burnout* detectada por el *MBI*, aunque las puntuaciones medias obtenidas en las tres escalas corresponden, en general, a valoraciones moderadas de *Burnout* podemos concluir que los individuos de la muestra manifiestan un elevado grado de *cansancio emocional*. En menor intensidad también se manifiesta la *despersonalización* y la *baja realización personal*, pero se detectan puntuaciones en los sectores medios que actualmente no son relevantes, pero bien pudieran indicar que estamos ante una muestra de docentes no exentos de problemática y tensiones. Actualmente les afecta de manera moderada en su salud laboral, pero son un claro indicador que, en un futuro, podrían progresar hacia sensaciones estresantes y síndrome de *Burnout*.

En cuanto a la *formación permanente* la tendencia mayoritaria coincide en considerar que si bien la oferta y la posibilidad de acceso a la misma resultan bastante apropiadas, los aspectos más aplicativos y de habilidades didácticas no han sido del todo satisfactorios. Ello nos resulta un claro indicador de la necesidad de optimizar o reformular los planes formativos con respecto a su actual planteamiento.

Podemos apreciar que la muestra se caracteriza por una percepción positiva de su propia competencia personal, así como por un alto componente vocacional. También

---

<sup>9</sup> Historia: engloba cualquier acontecimiento externo a los sujetos y diferente de la variable independiente que influya a lo largo del experimento en la variable dependiente (Bases Metodológicas de la Investigación Educativa, p.p 128).

<sup>10</sup> Madurez: consiste en un cambio que se produce en los sujetos debido a su desarrollo biológico o psicológico al transcurrir el tiempo (Bases Metodológicas de la Investigación Educativa, p.p 128).



nos aporta la sensación, muy generalizada, de haber dado el máximo de sí mismos. En este sentido queremos resaltar que esto nos determina un indicador del esfuerzo que ya están realizando, y puesto que se trata de una muestra relativamente joven en términos de trayectoria profesional, (media de edad de 40,3 años), la cual deberá seguir muchos cursos en activo, mediando tal percepción en la manera de afrontar el futuro profesional y personal, pudiendo resultar un elemento clave en la incidencia del *Burnout*.

A lo largo del estudio hemos establecido que determinados aspectos de la realidad laboral de los docentes pueden originar fuertes presiones, que pueden desembocar en una experiencia agotadora y progresar hacia sensaciones estresantes y el Síndrome de *Burnout*.

Los resultados de nuestra investigación aportan un perfil de *Burnout* con niveles moderados o medios en la muestra de docentes analizados. A su vez, se detectan algunos aspectos que pueden resultar indicadores de aviso o alerta, puesto que hemos comprobado la existencia de un porcentaje elevado de docentes a los que podríamos considerar susceptibles a padecer *Burnout*. En función de la revisión teórica realizada, una de las posibles explicaciones de estos resultados la situamos en el hecho que la cumplimentación de los cuestionarios fue voluntaria, suponiendo una actividad añadida a las actividades cotidianas de los docentes, por lo que bien pudiera suceder que aquellos sujetos más afectados por el *Burnout* optaron por declinar cualquier actividad extra, - contestar el cuestionario-, y de esta manera hubieran participado aquellos sujetos con menos índice manifiesto de *Burnout*. Por eso creemos que en las subescalas del MBI de *Despersonalización* y *Realización personal* se obtienen niveles bajos o moderados. En cuanto a la subescala de *Desgaste emocional* las puntuaciones se situaban en un nivel medio. Se aprecia que los niveles elevados en *Desgaste emocional* comparten a su vez, una mayor *Despersonalización*, y resultan inversamente proporcionales, a los niveles de *Realización personal* -los docentes con más *Desgaste emocional* tienden a más *Despersonalización*, y a menos *Realización personal* -. Parece obvio que ante el aumento del cansancio tienda a bajar la propia valoración, pero ciertamente también observamos que en esta escala de *Realización personal* las puntuaciones son más elevadas en nuestra muestra que en el estudio original de Maslach y Jackson (1986). Posiblemente la explicación de ello se deba a que nuestro estudio se centra únicamente en docentes de educación infantil y primaria, mientras que en el estudio original abarcaba, además, otros niveles educativos con problemáticas específicas de influencia directa en la *Realización personal* del profesorado.

Si consideramos como población de riesgo a aquellos docentes que muestran niveles elevados en una dimensión y niveles moderados en las restantes nos encontramos ante un 39,3% de docentes con indicios del síndrome de *Burnout*.

En cuanto a los datos obtenidos en base a las diferencias por sexo, coincidimos con las autoras del MBI (Maslach y Jackson, 1986) que detectan una mayor *Despersonalización* por parte de los varones respecto a las mujeres. Los datos reflejados por nuestro estudio coinciden plenamente con dicha afirmación. Entendemos que los profesores, en este caso varones, que obtienen una puntuación elevada en la subescala de *Despersonalización*, estarían en coherencia con algunos estudios anteriores (Calvete y Villa, 1998), que argumentan que se trata de un rol defensivo y autoprotector basado en ese distanciamiento emocional.

Así mismo, son las mujeres las que muestran un mayor *Cansancio emocional*, lo que nos lleva a compartir, de nuevo, la explicación ofrecida por las autoras del MBI, que entienden esas diferencias como consecuencia de los roles sociales asociados a cada sexo, así como de las diferentes expectativas laborales derivadas de los mismos.

## CONSIDERACIONES Y CONCLUSIONES FINALES

Con toda la cautela posible, a la vista de los resultados obtenidos queremos insistir que tanto los propios docentes como las instituciones y la administración han de ser conscientes de la importancia de la salud de los profesores para una enseñanza de calidad.

Por ello, queremos referirnos a una idea de prevención orientada hacia la necesidad de desarrollar, en el marco de las propias escuelas, una nueva cultura de gestión compartida. Todo ello nos lleva a plantear la propuesta que detallamos a continuación.

La actividad docente se caracteriza por realizarse en un ambiente en el que las relaciones de poder, la diversidad de ideologías y metas, la negociación, la búsqueda de consenso son elementos que influyen y determinan la práctica pedagógica, el desarrollo de la profesionalidad docente, y la forma de concebir, diseñar y desarrollar las prácticas educativas en un contexto social y político específico. Sólo la asunción y compromiso personal, pueden proporcionar el sustrato para enfrentarse a lo imprevisto, a la búsqueda de respuestas que hay que afrontar y elaborar sobre la marcha.

El desarrollo colaborativo implica una redefinición de la cultura escolar integrando una visión compartida de los principios y las metas del quehacer educativo, así como de la concepción de las relaciones de la escuela con el entorno social, político y cultural. Desde esta concepción de la escuela, ésta se hace especialmente sensible a las realidades del medio, puesto que la colaboración conduce a procesos de apertura y participación, tanto por parte del alumnado como del resto de la comunidad educativa. Se trata de aportar una alternativa válida al individualismo profesional dominante, ya que en el momento en que el docente cierra la puerta de su clase afronta en solitario su profesión, y en la soledad del aula es donde se conciben muchas de las teorías y sensaciones que dan sentido a la frustración o a la satisfacción, a una auto imagen positiva o negativa.

La cooperación y colaboración vienen a expresar una cultura global y holística, frente al individualismo, competitividad y profesionalismo endémico. Se trata de un aprendizaje a nivel colectivo o grupal, basado en la educación y el autoconocimiento emocional.

De esta manera, los docentes podrán desarrollar una competencia profesional eficaz potenciando la capacidad de acción reflexiva, y de elaboración de conocimiento profesional en relación al contenido de su profesión, a partir de los contextos que condicionan su práctica y que van más allá del aula. Nos estamos refiriendo a una competencia profesional entendida más como competencia intelectual que como meramente técnica, donde las personas no se forman y desarrollan solamente para satisfacer los fines de la organización sino para ampliar su propia función. Dicha competencia profesional se nutre de las experiencias en las que deben afrontarse situaciones y conflictos relacionados con la práctica escolar. Una formación cultural amplia, poniendo el énfasis *en* y *desde* la práctica docente y para la práctica docente, el desarrollo prioritario de capacidades básicas de autoaprendizaje, la crítica constructiva desde un enfoque interactivo y contextualizado, y el refuerzo de la competencia emocional, son, a nuestro juicio, los principios que han de vertebrar la formación de los docentes para afrontar las exigencias de la sociedad de la información y del conocimiento en permanente y vertiginoso cambio.

A modo de conclusión queremos destacar que el modelo de gestión compartida implica una serie de dimensiones y aspectos que aportan una manera de trabajar que constituye en sí misma un factor de prevención del Burnout, de aumento del grado de satisfacción laboral y personal de los profesionales de la educación, así como de su salud física y mental.

Las conclusiones finales constituyen el último eslabón de toda investigación científica. En este apartado presentamos unas conclusiones que pretenden integrar los aspectos más destacables de toda la investigación.

- Los docentes están inmersos en una situación educativa que refleja la problemática de la sociedad actual, sus contradicciones y retos. Todo ello les puede afectar en su trabajo profesional y llegar a evolucionar hacia el síndrome de *Burnout*.
- En cuanto a la intensidad del *Burnout* detectada por el *MBI*, podemos concluir que los individuos de la muestra manifiestan un elevado grado de *cansancio emocional*.

- La prevención se orienta hacia la necesidad de desarrollar, en el marco de las propias escuelas, una nueva cultura de gestión compartida.
- El modelo de gestión compartida implica una serie de dimensiones y aspectos, que aportan una manera de trabajar que constituye en sí misma un factor de prevención síndrome de *Burnout*.
- Es preciso concebir la escuela como un espacio de implicación, de comunicación, de autonomía y de autoconocimiento personal del docente, de resolución de problemas y consolidación de la dinámica grupal.
- Las instituciones y la propia administración han de ser conscientes de la importancia de la salud de los profesores para una enseñanza de calidad.

*“...No podéis preparar a vuestros alumnos  
para que construyan el mundo de sus sueños,  
si vosotros ya no creéis en esos sueños;  
no podéis mostrar el camino, si os habéis sentado,  
cansados y desalentados en la encrucijada de los caminos.”.*

(Freinet)



## BIBLIOGRAFIA

- ABRAHAM, A (1984); *L'enseignant est une personne*. Paris, E.S.F. (Traducción al castellano (1986): *El enseñante también es una persona*. Barcelona: Gedigsa).
- ARÍS, N (2008); " *El síndrome de Burnout en los docentes de educación Infantil y educación primaria en la Zona del Valles Occidental*". Barcelona:  
<http://www.tdx.cat/TDX-1027108-171248>
- ALVAREZ, E. y FERNANDEZ, L. (1991a): *El síndrome de Burnout o el desgaste profesional (I)*. Revista Asociación española de neuropsiquiatría, nº 21, 257-265.
- ALVAREZ, E. y FERNANDEZ, L. (1991b): *El síndrome de Burnout o el desgaste profesional (II)*. Estudio empírico de los Profesionales Gallegos del área de salud mental. Revisión de estudios. Revista Asociación española de neuropsiquiatría, Vol. XI nº 39 pp. 257-265.
- BISQUERRA, R., (1987): *Introducción a la estadística aplicada a la investigación educativa*. Barcelona: Promociones Publicaciones Universitarias.
- BISQUERRA, R. (1989): *Métodos de investigación educativa. Guía práctica*. Barcelona: Ceac.
- BIDDLE, B., GOOD, T. y GOODSON, I. (2000): *La enseñanza y los profesores I. La profesión de enseñar*. Barcelona: Paidós.
- BOLÍVAR, A. (2000): *Los centros educativos como organizaciones que aprenden. Promesas y realidades*. Madrid: La Muralla.
- BRONFENBRENNER, V. (1979): *The Ecology of Human Development*. Harvard University Press. En versión castellana (1986): *Ecología del desarrollo humano*. Barcelona: Paidós.
- CALVETE, E. y VILA (2000): *Burnout y síntomas psicológicos: Modelos de medida y relaciones estructurales*, Ansiedad y estrés, 6: 1, pp. 117-130
- CHERMISS, C. (1992): *Long-tem consequences of Burnout: an exploratory study*. En Massanero, M. y col. (1994). *Burnout en los profesores: impacto sobre la calidad en la educación, la salud y consecuencias para el desarrollo profesional*. Memoria final de investigación. Madrid: MEC- CIDE.
- CIDE (2002): *El sistema educativo español*. Madrid: MEC.
- COMISION EUROPEA (2002): *Las cifras clave de la educación en Europa, edición 2002*.  
[http://www.urydice.org/Doc\\_intermediaires/indicators/en/frameset\\_key\\_data.htm](http://www.urydice.org/Doc_intermediaires/indicators/en/frameset_key_data.htm)
- DELORS, J. (1996): *La Educación encierra un Tesoro*. Madrid: Santillana-Unesco.
- ESTEVE J. M. (1987): *El malestar docente*. Barcelona: Laia.
- ESTEVE J. M. (2001): *Un examen a la cultura escolar*. Barcelona: Octaedro.
- ESTEVE J. M. (2003): *La tercera revolución educativa*. Barcelona: Paidós
- GIL-MONTE, P. y PEIRO, J.M. (1999): *Validez Factorial del MASLACH BURNOUT INVENTORY en una muestra multiocupacional*. Psicothema, 11(3), 679-689.
- GIL-MONTE, P. y PEIRO, J. M. (2000): "Un estudio comparativo sobre criterios normativos para el diagnóstico del síndrome de quemarse (Burnout)". Revista de Psicología del trabajo y de las organizaciones. Volumen 16, Nº 2-Pág. 135-149
- HARRISSON, W.D. (1980): "Role strain and Burnout in child – protective service workers". En Moreno, B. y col. (1992): *Configuración específica de estrés asistencial en profesores de BUP*. Memoria de investigación. Madrid: MEC- CIDE.
- LATORRE, D., DEL RINCON, A. y ARNAL, J. (1997): *Bases metodológicas de la investigación educativa*. Barcelona: Hurtado.
- MANASSERO, M. A., VAZQUEZ, A., FERRER, V. y FERNANDEZ, M. C. (1995): *Burnout en la enseñanza: análisis de su incidencia y factores determinantes*. Revista de Educación. Nº 308
- MANASSERO, M. A., VAZQUEZ, A., FERRER, V., FORNÉS, J. y FERNANDEZ, M. C. (1998): *Estrés y Burnout en la enseñanza: una aproximación comprensiva*. En J. Cerdan Victoria y Grañeras Pastrana (eds). *Las investigaciones sobre el profesorado (II) 1993-1997*. Madrid: MEC-CIDE.
- MARCHESE, A. (2000): *Controversias en la educación española*. Madrid: Alianza Editorial.

MASLACH, C. (1982): *Burnout: the cost of caring*. Englewood Cliffs; N. J. Prentice Hall.

MASLACH, C. y JACKSON, S. (1981): *The measurement of experienced burnout*. *Journal of Occupational Behavior*, 2 (99), 99-113.

PEIRO, J. M. y SALVADOR, A. (1993): *Control del estrés laboral*. Barcelona: Eudema.

SEISDEDOS, N. (1997): *Inventario Burnout de Maslach: síndrome del quemado por Estrés Laboral Asistencial*. Madrid: TEA ediciones.

TRAVERS y COOPER (1997): *El estrés de los profesores. La presión en la actividad docente*. Barcelona: Paidós.