



ESCUELA DE POSGRADO
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**Relación entre las estrategias de afrontamiento y el
síndrome de burnout de los docentes de una universidad
de Lima Metropolitana 2017**

**TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE:
Maestra en docencia universitaria**

AUTORA:

Br. Angela Pierina Carhuachin Sinche

ASESOR:

Dr. Helfer Molina Quiñones

SECCIÓN:

Educación e Idiomas

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Innovaciones Pedagógicas

LIMA – PERÚ

2017

DICTAMEN DE LA SUSTENTACIÓN DE TESIS

EL / LA BACHILLER (ES): **CARHUACHIN SINCHE, ANGELA PIERINA**.

Para obtener el Grado Académico de *Maestra en Docencia Universitaria* ha sustentado la tesis titulada:

RELACIÓN ENTRE LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y EL SÍNDROME DE BURNOUT DE LOS DOCENTES DE UNA UNIVERSIDAD DE LIMA METROPOLITANA 2017

Fecha: 06 de octubre de 2017

Hora: 11:45 a.m

JURADOS:

PRESIDENTE: Dra. Liza Dubois Paula Viviana

SECRETARIO: Dra. Rosalia Zarate Barrial

VOCAL: Dra. Lidia Neyra Huamani



El Jurado evaluador emitió el dictamen de:

..... *A.P.R.O.B.A.D.O. P.O.R. M.A.Y.O.R.I.A.*

Habiendo encontrado las siguientes observaciones en la defensa de la tesis:

.....

.....

.....

.....

Recomendaciones sobre el documento de la tesis:

- *CONSIDERAR REDACCIÓN NORMA APA*

- *VERIFICAR LAS CONCLUSIONES*

Nota: El tesista tiene un plazo máximo de seis meses, contabilizados desde el día siguiente a la sustentación, para presentar la tesis habiendo incorporado las recomendaciones formuladas por el jurado evaluador.

Dedicatoria

La presente tesis está dedicada a Dios, ya que gracias a él he logrado concluir mi segunda meta.

A mis padres, porque ellos siempre estuvieron a mi lado brindándome su apoyo y sus consejos para hacer de mí una mejor persona y profesional.

A mi hermano Crishian y Jhade pues ellos son el cimiento para la construcción de mi vida profesional. Siento en mí las bases de responsabilidad y deseo de superación.

Agradecimiento

A nuestra Universidad César Vallejo, Escuela de Post Grado Sede Lima Norte, a nuestro maestros y en especial al Dr. Helfer Joel Molina Quiñones por su apoyo incondicional

Declaración de autoría

Yo, Angela Pierina Carhuachin Sinche, estudiante de la Escuela profesional de Posgrado, de la Universidad César Vallejo, sede/filial Lima Norte; declaro que el trabajo académico titulado “Relación entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout en docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017”, presentado en... folios para la obtención del grado académico profesional de Magíster en Docencia Universitaria es de mi autoría.

Por tanto, declaro lo siguiente:

1. He mencionado todas las fuentes empleadas en el presente trabajo de investigación, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes, de acuerdo con lo estipulado por las normas de elaboración de trabajos académicos.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquellas expresamente señaladas en este trabajo.
3. Este trabajo de investigación no ha sido previamente presentado completa ni parcialmente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Soy consciente de que mi trabajo puede ser revisado electrónicamente en búsqueda de plagios.

De encontrar uso de material intelectual ajeno sin el debido reconocimiento de su fuente o autor, me someto a las sanciones que determinan el procedimiento disciplinario.

Lima 10 de junio de 2017

Carhuachin Sinche Angela
71271594

Presentación

Señores miembros del Jurado:

Dando cumplimiento a las normas del Reglamento de elaboración y sustentación de Tesis de la Facultad de Educación, sección de Postgrado de la Universidad “Cesar Vallejo”, para elaborar la tesis de Maestría en Docencia Universitaria, presento el trabajo de investigación titulado: “Relación entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout en docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017”. En este trabajo se describe los hallazgos de la investigación, la cual tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre el Relación entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout en docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017 , con una población finita de 164 docentes de una universidad de Lima Metropolitana , y una muestra probabilística aleatoria de 125 docentes de una Universidad de Lima ”, con dos instrumentos de medición de las estrategias de afrontamiento y síndrome de burnout validado por expertos en investigación educativa.

El estudio está compuesto por siete secciones, en el primero denominado Introducción describe el problema de investigación, justificaciones antecedentes objetivos e hipótesis que dan los primeros conocimientos del tema, así como fundamenta el marco teórico, en la segunda sección presenta los componentes metodológicos, en la tercera sección presenta los resultados, seguidamente en la cuarta sección presenta la discusión del tema, luego en la quinta sección exponer las conclusiones, seguidamente en la sexta sección se dan las recomendaciones pertinentes y en la sétima sección se adjunta las referencias bibliográficas y demás anexos.

Señores miembros del jurado espero que esta investigación sea evaluada y merezca su aprobación.

Índice

	Pág
Dictamen de la sustentación de tesis	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Declaratoria de autenticidad	v
Presentación	vi
Índice	vii
Resumen	xi
Abstract	xii
I. Introducción	13
1.1. Antecedentes	14
1.2. Fundamentación científica, técnica o humanística	20
1.3. Justificación	39
1.4. Problema	40
1.5. Hipótesis	43
1.6. Objetivos	43
II. Marco Metodológico	45
2.1. Variables	46
2.2. Operacionalización de variables	47
2.3. Metodología	48
2.4. Tipos de estudio	48
2.5. Diseño	48
2.6. Población, muestra y muestreo	49
2.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	51
2.8. Métodos de análisis de datos	55
2.9. Aspectos éticos	55
III. Resultados	57
IV. Discusión	75
V. Conclusiones	82
VI. Recomendaciones	84
VII. Referencias bibliográficas	86
Anexos	96

Lista de tablas

		Pág
Tabla 1.	Matriz de operacionalización de la variable Estrategias de afrontamiento	47
Tabla 2.	Matriz de operacionalización de la variable 1: Síndrome de burnout	47
Tabla 3.	Distribución de la población	50
Tabla 4.	Distribución de la muestra	50
Tabla 5.	Validez de contenido del instrumento de estrategias de afrontamiento por juicio de expertos	52
Tabla 6.	Confiabilidad del instrumento de estrategias de afrontamiento	52
Tabla 7.	Escalas y baremos de la variable estrategias de afrontamiento	53
Tabla 8.	Validez de contenido del instrumento de síndrome de burnout por juicio de expertos	53
Tabla 9.	Confiabilidad del cuestionario del inventario de síndrome de burnout	54
Tabla 10.	Escalas y baremos de la variable síndrome de burnout	54
Tabla 11.	Niveles de la variable Estrategias de afrontamiento	58
Tabla 12.	Niveles de la dimensión resolución de problemas	59
Tabla 13.	Niveles de la dimensión autocrítica	60
Tabla 14.	Niveles de la dimensión expresión emocional	61
Tabla 15.	Niveles de la dimensión pensamiento desiderativo	62
Tabla 16.	Niveles de la dimensión apoyo social	63
Tabla 17.	Niveles de la dimensión restructuración cognitiva	64
Tabla 18.	Niveles de la dimensión evitación de problemas	65
Tabla 19.	Niveles de la dimensión retirada social	66
Tabla 20.	Niveles de la variable Síndrome de burnout	67
Tabla 21.	Niveles de la dimensión agotamiento emocional	68
Tabla 22.	Niveles de la dimensión despersonalización	69
Tabla 23.	Niveles de la dimensión baja autorrealización personal	70
	Correlación entre las estrategias de afrontamiento y el	

Tabla 24	síndrome de burnout	71
Tabla 25	Correlación entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión agotamiento emocional del síndrome de burnout	72
Tabla 26	Correlación entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión despersonalización del síndrome de burnout	73
Tabla 27	Correlación entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión realización personal del síndrome de burnout	74

Lista de figuras

	Pág
Figura 1. Diagrama del diseño correlacional	49
Figura 2. Niveles de la variable Estrategias de afrontamiento	58
Figura 3. Niveles de la dimensión resolución de problemas	59
Figura 4. Niveles de la dimensión autocrítica	60
Figura 5. Niveles de la dimensión expresión emocional	61
Figura 6. Niveles de la dimensión pensamiento desiderativo	62
Figura 7. Niveles de la dimensión apoyo social	63
Figura 8. Niveles de la dimensión restructuración cognitiva	64
Figura 9. Niveles de la dimensión evitación de problemas	65
Figura 10. Niveles de la dimensión retirada social	66
Figura 11. Niveles de la variable Síndrome de burnout	67
Figura 12. Niveles de la dimensión agotamiento emocional	68
Figura 13. Niveles de la dimensión despersonalización	69
Figura 14. Niveles de la dimensión baja autorrealización personal	70

Resumen

La investigación tuvo general determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout de los docentes de una universidad de la facultad de educación de Lima Metropolitana. Con el objetivo ¿Qué relación existe entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017? Su finalidad además de conocer las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout de los docentes de la universidad, es correlacionar las variables mencionadas y conocer el nivel de cada una de las dimensiones.

El diseño usado fue no experimental transversal, con un método hipotético deductivo dentro de un enfoque cuantitativo. La población estuvo conformada por 112 docentes de las diferentes escuelas de la facultad de educación, un muestreo no probabilístico intencional.

Los instrumentos que se utilizaron fueron el cuestionario de estrategias de afrontamiento y un cuestionario sobre el síndrome de burnout de Maslachs , los resultados señalaron que existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017, debido a que el nivel de significancia calculada es $p < .05$ y el coeficiente de correlación de Rho de Spearman tiene un valor de $- ,558$.

Palabras clave: Estrategias de afrontamiento, síndrome de burnout, docentes.

Abstract

The investigation had general determine the relation between the coping strategies and the burnout syndrome of the teachers of a university of the faculty of education of Metropolitan Lima. With the objective What is the relationship between coping strategies and burnout syndrome in the teachers of a university in Metropolitan Lima 2017? Its purpose besides knowing the coping strategies and the burnout syndrome of university teachers, is to correlate the mentioned variables and to know the level of each of the dimensions.

The design used was non-experimental cross-sectional, with a hypothetical deductive method within a quantitative approach. The population was made up of 112 teachers from different schools of the faculty of education, an intentional non-probabilistic sampling.

The instruments that were used were the questionnaire of coping strategies and a questionnaire on Maslachs burnout syndrome, the results pointed out that there is a significant relationship between coping strategies and burnout syndrome in the teachers of a university in Metropolitan Lima 2017 , Because the significance level calculated is $p < .05$ and Spearman's Rho correlation coefficient has a value of - 558. Key words: Coping strategies, burnout syndrome, teachers.

Key words: Coping strategies, burnout syndrome, teachers.

I. Introducción

1.1. Antecedentes

1.1.1 Antecedentes internacionales

González, Carrasquilla, Latorre, Torres y Villamil (2015), en su investigación titulada “*Síndrome de burnout en docentes universitarios, tiene por objetivo determinar burnout en los docentes de la facultad de enfermería de la universidad cooperativa de Colombia sede Santa Marta*”. La población fue de 56 docentes y la muestra de 30 docentes, selección muestral no probabilística. El estudio fue descriptivo correlacional, con enfoque cuantitativo, las conclusiones de la investigación arrojaron que el trabajo docente en el personal de enfermería simboliza una condición de riesgo para la aparición del Burnout. Existe un alto peligro de padecer el síndrome de Burnout por las condiciones laborales de los docentes, se debe tomar en cuenta el rol importante y el eje principal para que los docentes en mención tengan menores riesgos de padecerla, tomando medidas e interviniendo la zona que ha sido perturbada.

Rodríguez, Preciado, Aguilar, Aranda y León (2014), en su investigación titulada: *Causas y situaciones que inciden en el estrés laboral de profesores del centro universitario de ciencias de la salud de la universidad de Guadalajara*. Es un estudio descriptivo transversal, la muestra es por conveniencia de 109 docentes universitarios de tiempo completo. Consideró las variables sociodemográficas: sexo, edad, localidad de residencia, estado civil y escolaridad. Las variables organizacionales: nombramiento universitario, categoría, nivel, antigüedad, turno y actividad laboral privada. Variables respecto a su trabajo: nombramiento de profesor docente y otros como profesor investigador. Se aplicó la Escala de Estrés Percibido, cuestionario de 14 ítems, en escala tipo Likert. Para identificar los factores psicosociales se efectuó un cuestionario de 39 ítems. Las conclusiones fueron: (a) El estrés laboral de los profesores del Centro universitario de Ciencias de la Salud de la Universidad de Guadalajara es elevada (82,6%) (b) Los factores que contribuyen al aumento de estrés es por no manejar con éxito los problemas irritantes de su vida (77.1%) (c) no poder controlar las dificultades (76.1%), (d) por problemas inesperados (12%), (e) Referente a los factores psicosociales, las condiciones del lugar del trabajo, la carga de trabajo, la interacción social y aspectos organizaciones aumentan también el estrés (95.4%),

(f) la interacción social y los aspectos organizacionales (72.5%) y (g) la carga de trabajo (66.1%).

Borges, Ruiz, Rangel y Gonzáles (2012), en su investigación titulada: *Síndrome de Burnout en docentes de una universidad pública venezolana*. Estudio de corte transversal, la muestra es de 145 docentes, variables que miden el síndrome de Burnout: agotamiento emocional, despersonalización y falta de realización personal, pero también considera las variables: sobrecarga laboral, bajos salarios, falta de reconocimiento social, poco apoyo social, y poca asertividad en las estrategias de afrontamiento. Están agrupadas en tres categorías: variables determinantes, desencadenantes y facilitadoras. Las variables determinantes está el entorno social, el plano organizacional, y el nivel individual; la variable desencadenantes (estresores laborales) se encuentran: el ambiente físico del trabajo y los contenidos del puesto, el estrés por desempeño de roles, relaciones interpersonales y desarrollo de la carrera, estresores relacionados con nuevas tecnologías y otros aspectos organizacionales, fuentes extra laborales como la relación trabajo – familia y las variables facilitadoras: las sociodemográficas, de personalidad y los estilos de afrontamiento. Se tomó como criterios de inclusión: ser personal ordinario con 5 o más años de antigüedad laboral. Se utilizó el instrumento MBI de Maslach y la prueba de los tres deseos. Las conclusiones fueron: (a) 34.4% en nivel medio y 35.1% en nivel alto en agotamiento emocional. (b) 8.9% reportó nivel medio mientras que un 31,7% se ubicaron en el nivel alto en falta de realización personal (c) la mayoría de los sujetos (66,5%) presentaron bajo nivel de afectación en despersonalización, (d) El Síndrome de Burnout de todo el grupo prevalece en el 21%; por la mala infraestructura y condiciones de trabajo; bajos salarios y burocracia administrativa.

García y Rodríguez (2013) en su investigación *Presencia y prevalencia del síndrome de burnout en profesores de la universidad autónoma de occidente*, tuvo el objetivo de evaluar cuál es la prevalencia del Síndrome de Burnout en los docentes de la Universidad Autónoma de Occidente Cali semestre 2012-3, el estudio es exploratorio transversal y se ha trabajado con una muestra de 122 docentes de la Universidad Autónoma de Occidente pertenecientes a todas las facultades de la Universidad. El instrumento utilizado ha sido el MBI (Maslach

burnout inventory) de Maslach y Jackson. Los resultados de este estudio muestran un porcentaje significativo de la población con niveles medio bajo del síndrome del Burnout. Se encuentra una frecuencia del 3 % de alta despersonalización, es decir, estos docentes han desarrollado actitudes negativas y de insensibilidad hacia los receptores de sus servicios; frecuencias del 9 % de altas incidencias de agotamiento emocional además de un 4% de baja realización personal. También se puede observar que tanto las dimensiones de agotamiento emocional y despersonalización, como las dimensiones de despersonalización y realización personal tienen una correlación positiva fuerte según el coeficiente de Pearson. Asimismo se puede evidenciar que hay una gran diferencia entre la prevalencia de Síndrome de Burnout por parte de los profesores de planta y los profesores de hora cátedra, los de hora cátedra son menos propensos a presentar alguna de las dimensiones del Síndrome de Burnout.

Ruiz de Chavez , Pando, Aranda y Almeida (2014), en su investigación titulada "*burnout y work Engagement en docentes universitarios de zacatecas*", tiene por objetivo determinar la relación que existe entre el Síndrome de Burnout y el work Engagement con variables demográficas y laborales en docentes universitarios de Zacatecas. La muestra estuvo conformada por 98 mujeres y 58 hombres docentes, el tipo de estudio fue observacional, analítico de corte transversal. El diseño de investigación fue no experimental, las conclusiones respecto al burnout fueron que se evidenció un alto nivel de agotamiento y en el 35,3% con al menos una dimensión quemada. El agotamiento emocional es una de las dimensiones del burnout que a menudo se ven alteradas y en la investigación se demuestra que aún hay la existencia de docentes con burnout por ende eso quiere decir que no se están tomando las medidas de prevención por parte de las autoridades en el estudio en mención.

1.1.2 Antecedentes nacionales

Ccoyllo (2017) en su investigación titulada *Síndrome de burnout y competencia laboral en docentes de la Universidad Arzobispo Loayza, Lima - Perú 2016*, tuvo como objetivo general determinar la relación que existe entre el Síndrome de burnout y competencia laboral de los docentes, fue un estudio sustantivo con un nivel descriptivo correlacional , diseño no experimental transversal ya que se realizó en un momento una muestra de 90 docentes de la universidad Arzobispo

Loayza . Después del procesamiento de datos se llegaron a las siguientes conclusiones en la parte descriptiva los docentes de la universidad que de los 90 docentes, el 26.7% presentan un nivel leve, el 48.9% presentan nivel moderado y el 24.4% presenta un nivel agudo de Síndrome de burnout, en cuanto a la primera dimensión del síndrome de burnout el agotamiento emocional de los 90 docentes, el 25.6% presentan un nivel leve, el 45.6% presentan nivel moderado y el 28.9% presenta un nivel agudo , en la segunda dimensión del síndrome de burnout la despersonalización se aprecia que de los 90 docentes, el 63.3% presentan un nivel leve, el 15.6% presentan nivel moderado y el 21.1% presenta un nivel agudo y en la tercera dimensión del síndrome de burnout la realización personal se aprecia que de los 90 docentes, el 27.8% presentan un nivel leve, el 48.9% presentan nivel moderado y el 23.3% presenta un nivel agudo . En cuanto a la prueba de hipótesis los resultados fueron de $Rho = - 0.543$ y el Valor $**p < .05$ nos indican que existe una relación inversa y significativa entre el síndrome de burnout y la competencia laboral de los docentes de la Universidad Arzobispo Loayza, Lima, 2016.

Veramendi (2016), en su estudio *Síndrome de burnout y competencia laboral en docentes de pre grado de una Universidad pública de Lima 2016*, tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre el síndrome de burnout y la competencia laboral de docentes de pre grado de la facultad de ingeniería de sistemas e informática de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos 2016. El tipo de investigación fue descriptivo, correlacional, de corte transversal y muestreo no probabilístico, realizado a 87 docentes. La técnica de recolección de datos fue por dos cuestionarios, uno de ellos fue el MBI para medir la variable síndrome de burnout y el otro cuestionario para medir la variable el competencia laboral, ambas con la escala tipo Likert. Las conclusiones fueron que 87 docentes presentan síndrome de burnout, en un nivel bajo (11,49%) y el nivel medio (88,51%); en competencia laboral, lo presentan en un nivel medio (2,30%) y en nivel alto (97,70%).

Cárdenas , Méndez y Gonzales (2014), en su investigación titulada: *Desempeño, estrés, burnout y variables personales de los docentes universitarios*”, tiene por objetivo conocer la percepción de los alumnos acerca del desempeño de sus profesores, el estrés, analizar los niveles de burnout,

identificar los niveles en los que se presentan las características del burnout, indagar qué aspectos de la desorganización institucional son percibidos en mayor frecuencia, saber si existen preocupaciones profesionales en los docentes, examinar si el docente se percibe a sí mismo con falta de reconocimiento profesional y determinar qué variables personales se relacionan con el nivel de estrés percibido, el burnout y el desempeño docente. El tipo de investigación fue cuantitativo, correlacional, no experimental, el diseño de investigación fue ex post facto, la muestra de la investigación fue de 100 profesores de una facultad correspondiente a una universidad mexicana, la técnica que uso fue la encuesta, el instrumento fue el cuestionario de Escala de Estrés Percibido de Cohen -PSS- (Cohen & Kamarak & Mermelstein, 1983), el Cuestionario de Burnout del Profesorado (CBP-R) (Moreno, Garrosa & González, 2000). Las conclusiones arrojaron correlaciones significativas y negativas del estrés con la edad, la antigüedad y la experiencia docente; al tiempo que la falta de reconocimiento al docente y su salario bajo fueron los indicadores con medias mayores.

Cupe (2013), en la tesis doctoral titulada *El síndrome de Burnout y su relación con el desempeño docente de los catedráticos de la universidad de San Andrés, Lima – 2013*, es un estudio de tipo básico, nivel correlacional, con diseño no experimental de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 36 catedráticos de la universidad de San Andrés, de muestreo no probabilístico intencional, el método de investigación fue hipotético deductivo; el procesamiento de los datos tuvo un enfoque cuantitativo. Se utilizó el instrumento de recolección de datos de Maslach y un cuestionario de desempeño docente, ambas utilizaron la escala tipo Likert. Se utilizó el coeficiente de correlación de Spearman para definir su nivel de relación entre las dos variables y sus dimensiones. Se llegó a las siguientes conclusiones: (a) Los resultados del análisis estadístico entre las variables Síndrome de Burnout y desempeño docente indicaron $R = -0.562$ y $p\text{-valor} = 0.000 < 0.05$ entonces indica que existe una relación inversa y significativa entre el síndrome de Burnout y el desempeño docente. (b) También $R = -0.505$ y $p\text{-valor} = 0.002 < 0.05$ por lo tanto indicó que existe una relación inversa y significativa entre el Agotamiento emocional y el desempeño docente (c) $R = -0.454$ y $p\text{-valor} = 0.005 < 0.05$, entonces existe relación inversa y significativa entre la despersonalización y el desempeño docente y (d) $R = -0.546$ y $p\text{-valor} = 0.001 <$

0.05 por lo tanto existe relación inversa y significativa entre la baja realización personal y el desempeño docente.

Días Tinoco (2013), en su estudio *“influencia del síndrome de burnout en el desempeño docente de los profesores de la facultad de ciencias de la salud de la universidad nacional del callao”*, tiene por objetivo general determinar la influencia del síndrome de Burnout en el desempeño docente de los profesores de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional del Callao, entre los objetivos específicos esta determinar el nivel de síndrome de Burnout en los docentes de la Facultad de Ciencias de la Salud., valorar el desempeño docente de los profesores de la Facultad de Ciencias de la Salud y relacionar el Síndrome de Burnout con el desempeño docente de los profesores de la Facultad de Ciencias de la Salud. El tipo de investigación fue cuantitativo, descriptivo, correlacional, de corte transversal, el diseño de investigación fue no experimental., la muestra fue de 50 docentes, la técnica que utilizo fue la encuesta, el instrumento fue el cuestionario, el test de medición del síndrome de burnout (Maslach Burnout Inventory –MBI). Las conclusiones fueron que los Docentes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional del Callao presentan evidencias del síndrome de Burnout o síndrome del quemado en un 64% en nivel medio y el 18% de docentes presentan el síndrome de Burnout de nivel alto y en la variable Desempeño Docente el 40% de estudiantes opinan que los docentes tienen un desempeño regular y el 32% opina que tienen un desempeño deficiente.

1.2. Fundamentación científica, técnica o humanística

El Afrontamiento

Marquéz (2006) citados por Tello y Zalamea (2016) afirmó que el afrontamiento es “un conjunto de respuestas ante una situación estresante ejecutadas para reducir de algún modo las calidades aversivas de tal situación. Se trata por tanto de respuestas provocadas por la situación estresante, ejecutadas para controlarla y/o neutralizarla” (p. 362).

González y Sandoval (2014) definieron al afrontamiento como “un proceso que incluye los intentos del individuo para resistir y superar demandas excesivas

que se le plantean en su acontecer vital y restablecer el equilibrio, es decir, para adaptarse a la nueva situación” (p. 57).

Sandín y Chorot (2003) citados por Tello y Zalamea (2016) conceptualizaron al afrontamiento como el esfuerzo cognitivo conductual que emplea el sujeto para tratar con las exigencias internas o externas que generan estrés, así como el malestar intrapsíquico que, usualmente lo acompaña.

Lázarus y Folkman (1986) citados por Tello y Zalamea (2016) definieron al afrontamiento como aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para controlar las demandas específicas externas o internas, que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo.

Tello y Zalamea (2016) afirmaron que las estrategias de afrontamiento son conceptualizadas como “planes directos utilizados para suprimir o aminorar el estrés en situaciones específicas, mientras que los estilos de afrontamiento son formas habituales de afrontamiento en los individuos” (p. 43).

Feldman (2006) citado por Meléndez (2011), definió las estrategias de afrontamiento como los esfuerzos por controlar, reducir o aprender a tolerar las amenazas que conducen al estrés. Habitualmente una persona se sirve de ciertas repuestas de afrontamiento para enfrentar el estrés. La mayor parte del tiempo no es consciente de estas respuestas, así como tal vez tampoco lo sean de los estresores menores de la vida que se acumulan hasta niveles muy aversivos. No hay ninguna estrategia de afrontamiento que sea válida para todas las personas, ni para todos los problemas. Incluso una estrategia que se ha mostrado útil en una ocasión, puede no serlo en un momento diferente.

Según Fernández (1997) citado por Chaves y Orozco (2015), las estrategias de afrontamiento son “los procesos concretos que se utilizan en cada contexto y pueden ser altamente cambiantes dependiendo de las condiciones desencadenantes” (p. 190).

Lazarus y Folkman (1986) citados por Chaves y Orozco (2015), enfatizaron en que las estrategias de afrontamiento son esfuerzos que se realizan exclusivamente para manejar algo que ocurre por fuera de la rutina y se diferencian de conductas automáticas que se llevan a cabo en situaciones

habituales. Además, afirmaron que las estrategias de afrontamiento son “aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (p. 164). Aclarando que su definición se dirige a la estrategia de afrontamiento como proceso, lo cual se ve reflejado al utilizar las palabras constantemente cambiantes y demandas específicas, que se relacionan con el conflicto que experimenta el individuo; de esta manera su definición se diferencia de enfoques tradicionales que abordaban el afrontamiento como un rasgo.

Definición de estilos de afrontamiento

Los estilos de afrontamiento se entienden como predisposiciones de la personalidad, que trascienden la influencia del contexto situacional y del tiempo. Su estudio se caracteriza por destacar la estabilidad del afrontamiento en diferentes situaciones, más que por el cambio en el uso de estrategias. (Piamontesi y Heredia, 2009).

Alarcón (2006) citado por Ascencio (2015) manifestó que son respuestas cognitivas y comportamentales de las personas, comprendiendo la notación (el significado personal del problema para el individuo) y las reacciones más intensas (lo que el individuo piensa y hace para reducir el impacto de la amenaza).

Fernández (1997) citados por Tello y Zalamea (2016) manifestó que los estilos de afrontamiento se refieren a predisposiciones personales para hacer frente a las situaciones y son los responsables de las preferencias individuales en el uso de unos u otros tipos de estrategias de afrontamiento, así como de su estabilidad temporal y situacional.

Entonces, los estilos de afrontamiento se pueden considerar como habilidades que conducen al sujeto a efectuar cogniciones y acciones de forma regularmente estable ante distintas situaciones.

1.2.1 El afrontamiento

Teoría psicoanalítica del yo.

Park y Folkman (1997) citados por Macías, Orozco, Amarís y Zambrano (2013) manifestaron que el psicoanálisis del yo, estudiaba y definía al afrontamiento

como el aglomerado de cogniciones, acciones y reflexiones que buscan dar solución a un problema y por tanto, reducir el estrés.

Desde esta perspectiva, se estableció una jerarquía de estrategias que el ser humano está en capacidad de elegir y que van desde las más elementales construcciones mentales hasta las más complejas cogniciones formuladas por el súper ego y que el individuo escoge para contrarrestar la tensión.

Jiménez (2012) señaló que dentro del modelo psicoanalítico del yo y de los mecanismos de defensa, los sujetos “tienen preferencias relativamente estables por defensas particulares y estilos de afrontamiento para tratar los conflictos, y que éstos se modifican en la madurez” (p. 72).

En la teoría de los mecanismos de defensa las variables individuales son fundamentales, por esta razón esta escuela psicológica entiende que el afrontamiento a las situaciones estresantes, depende de variables internas, además estas variables, son relativamente estables, pero tienden a modificarse con la madurez. (Jiménez, 2012).

Teoría transaccional de Lazarus y Folkman.

La perspectiva transaccional entiende al afrontamiento como un proceso, ya que para esta teoría la conducta o cognición de afrontamiento se origina según el contexto situacional y de las múltiples interacciones con los demás sujetos, de esta manera, dependerán y cambiarán según los sucesos por los que transcurran las personas.

Folkman (1984), aseguró que el ser humano y su entorno se encuentran en una relación bidireccional y constantemente cambiante donde el medio actúa sobre el sujeto y viceversa. Así las cosas, un estímulo estresante originado por el ambiente, provocan que el organismo realice una valoración destinada a elegir ciertas estrategias en las que se incluyen expresiones emocionales que actúan dando las respuestas de afrontamiento. Es importante enfatizar que las emociones y la evaluación cognitiva influyen en el proceso de afrontamiento.

El modelo transaccional del estrés de Lazarus resaltó que ante una situación de estrés hay que tomar en cuenta lo siguiente: la valoración que el sujeto hace de los estresores, las emociones asociadas a esta valoración y los

esfuerzos cognitivos y conductuales efectuados para afrontarlos (Martínez, Piqueras e Inglés, 2011).

Teoría de los rasgos.

Existe una teoría que asegura que el afrontamiento depende no sólo del contexto situacional, sino además de los rasgos de la personalidad de cada individuo, este modelo, pretende complementar a la teoría transaccional señalando que la personalidad sí tiene un impacto importante en el tipo de estrategias que utilizan los individuos para confrontar las situaciones amenazantes.

Los rasgos de personalidad tienen incidencia en los comportamientos de afrontamiento, pues hay investigaciones que confirman consistencia en las respuestas de afrontamiento durante muchas situaciones, esto indica que los rasgos de personalidad estarían dentro de los determinantes de este tipo de respuestas (Jiménez, 2012).

González y Sandoval (2014) aseguraron que:

Los componentes estructurales de la personalidad, moderan sobre las diferencias individuales, en la instauración de una serie de elementos que permiten aprender a manejar situaciones de un modo determinado u otro, incluso conformando un sistema personal complejo que permite la eficacia en los comportamientos y acciones de afrontamiento. (p. 57).

Ahora bien, el concepto de afrontamiento ha evolucionado hasta crear toda una teoría de las emociones, pues ésta teoría se relaciona y se complementa con la de los rasgos en los procesos de afrontamiento. Estas nuevas perspectivas, han llevado a diferenciar dos conceptos muy importantes en afrontamiento: los estilos y las estrategias de afrontamiento Castaño y Barco (2010) que aunque puedan parecer similares, tienen notables diferencias que serán descritas posteriormente.

Formación en estrategias de afrontamiento

Aldwin y Werner (2007), afirmaron que las estrategias de afrontamiento son consideradas flexibles y aprendidos en algún grado, de modo que son susceptibles de ser desarrollados a través de programas de intervención que

permitan remediar problemas específicos. Afirmó que “las estrategias adaptativas son maleables: la persona puede aprender nuevas habilidades, tanto en el manejo de sí misma como del entorno, lo que le permite trascender problemas difíciles” (p. 93).

Carter (2010) afirmó que un programa incrementa el uso de estrategias adaptativas y disminuye el uso de estrategias desadaptativas, siendo esta mejora era duradera en el tiempo.

Denny y Ochsner (2014) llevaron a cabo un estudio para comprobar si la reevaluación cognitiva podía entrenarse en adultos sanos con el objetivo de disminuir las emociones negativas. En su estudio entrenaron a los participantes en dos tipos de reevaluación, el distanciamiento y la reinterpretación, centrada en el cambio de significado. Ambas estrategias mostraron una disminución del afecto negativo, pero el grupo entrenado en distanciamiento informó además de disminución de estrés en la vida diaria tras el entrenamiento, evidenciando efectos a más largo plazo.

Chiu, Pauley, Wesson, Pushpakumar y Sadavoy (2015) llevaron a cabo un entrenamiento adaptado de la Terapia de solución de problemas concluyendo que los trabajadores entrenados mejoraron el afrontamiento enfocado en el problema, y mostraron una reducción en el afrontamiento enfocado a la emoción, en el nivel de sobrecarga y en el nivel de estrés.

Por tanto, el entrenamiento o formación en afrontamiento es eficaz en la reducción de los niveles de estrés de los participantes, lo que sugiere que incluir contenidos de afrontamiento en la formación del voluntariado puede ser eficaz para fomentar su bienestar.

Tipos de estrategias de afrontamiento al estrés

Sandín y Chorot (2003) citados en Tello y Zalamea (2016) señalaron siete estrategias de afrontamiento del estrés que manejan los individuos: focalizado en la solución del problema, autofocalización negativa, reevaluación positiva, expresión emocional abierta, evitación, búsqueda de apoyo social y religión.

Focalizado en la solución del problema. La persona busca entender el problema analizando las causas del mismo mediante una serie de pasos

concretos que le permiten llevar a cabo un plan de acción poniendo así soluciones concretas al evento estresante.

Autofocalización negativa. En este estilo, el individuo pasa por el proceso de convencerse a sí mismo, de una manera negativa, que no se puede hacer nada porque los problemas ya no tienen solución, esta dimensión se caracteriza por la auto culpación, indefensión, resignación y porque el individuo asume incapacidad para enfrentar las amenazas.

Reevaluación positiva. En el caso de la reevaluación positiva, la persona pretende enfrentar el problema sin utilizar el desahogo emocional, de esta manera, emplean pensamientos como comprender que hay cosas más importantes, descubrir que en la vida hay gente buena, pensar que el problema pudo haber sido peor o emplear frases como no hay mal que por bien no venga, así, palian las amenazas externas y contrarrestan los efectos del estrés.

Expresión emocional abierta. La persona demuestra ira o tristeza constantemente con la pretensión de solucionar el problema, en esta estrategia, el sujeto descarga su mal humor con las demás personas ya sea insultándolas, comportándose de manera hostil, agredéndolas o irritándose con ellas, todo esto, con la intención de desahogarse emocionalmente ante el problema.

Evitación. Se caracteriza porque el individuo busca concentrarse en otros temas que no se relacionen con la fuente de estrés, así trata de escapar del problema sin enfrentarlo; para este cometido se emplean muchas estrategias como salir, practicar algún deporte, tratar de olvidarse de la situación, no pensar en el problema, entre otros.

Búsqueda de apoyo social. Quienes emplean este estilo, se apoyan en sus parientes o personas más cercanas para lidiar con el estrés, pidiéndoles su consejo, u orientación y expresando os sentimientos a estas personas que conforman su entorno más próximo.

Religión. Es utilizado por las personas que buscan a Dios o un ser superior para resolver o disminuir su problema m asistiendo a la iglesia, rezando, y confiando en un ser superior para sentir que el problema se solucionará.

Mientras que para Delgado (2008), es posible diferenciar tres estrategias diferentes de afrontamiento del estrés:

Centrado en el problema. Se pueden producir modificaciones ante la situación de estrés o incluir recursos eficientes: llegar a un acuerdo, certeza de la solución del problema a corto plazo, organización en el tiempo, etc.

Centrado en la emoción. Disminuye el impacto del estrés a través del control de las emociones. Se utiliza la relajación, la meditación u otras actividades alternativas.

Apoyo social: familia o sociedad. Se refiere a las relaciones interpersonales que desarrollamos con nuestros iguales y el apoyo que encontramos en los mismos, así como la acogida familiar.

Mientras que, Lazarus y Folkman (1986) citados en Sumbana (2015), consideraron que una estrategia de afrontamiento puede ser pasiva o activa en relación a la actividad psicomotriz y a la respuesta que se dé al estresor, desarrollando los dos tipos de estrategias de afrontamiento en que la mayoría de entendidos asumen como categorías generales propuestas por los mencionados autores:

Estrategias de afrontamiento centrado en el problema: la persona busca directamente manejar o descomponer el estresor, lo que lo causa.

Estrategias de afrontamiento centrado en la emoción: incluye los procedimientos encaminados a métodos dirigidos a regular la respuesta emocional frente al estresor.

Ambos tipos de estrategias se interrelacionan puesto que se pueden crear consecuencias favorables o a su vez repercusiones negativas, una estrategia de afrontamiento eficaz generará resultados positivos en la regulación emocional.

Por su parte, Feldman (2006) citado en Porres (2012), mencionó estrategias de afrontamiento que se consideran efectivas, y que se recomiendan para enfrentar problemas. No son universales, ya que el afrontamiento depende del estímulo estresante y del grado en que se es posible controlarlo, pero a pesar de eso se pueden seguir los siguientes lineamientos:

Convertir la amenaza en un reto: Si la situación estresante puede ser controlable, hay que concentrarse en la manera de controlar la situación, para poder prevenir que al darse la situación, ésta sea menos estresante.

Disminuir la intensidad de la amenaza de la situación: Cuando la situación estresante puede ser incontrolable, se debe tratar de cambiar la evaluación personal de la situación, verlo desde una perspectiva diferente y modificar las actitudes ante la situación, buscando el lado positivo del problema.

Modificar las metas personales: Esta estrategia se refiere a adoptar nuevas metas que sean prácticas en vista de la situación específica.

Emprender acciones físicas: Producir cambios en las reacciones fisiológicas ante el problema o situación estresante.

Prepararse para el estrés antes de que ocurra: Una última estrategia para afrontar el estrés es la inoculación. Este método prepara a la persona para las experiencias estresantes, ya sean de naturaleza física o emocional, por medio de la explicación, con el mayor detalle posible, de los eventos difíciles que es probable que encuentren. Durante el proceso, se le pide a la persona que imaginen cómo se sentiría respecto a las circunstancias y se les pide que consideren varias formas de enfrentar sus reacciones, todo antes de que las experiencias ocurran en realidad. Lo importante es proporcionarle a la persona estrategias objetivas y claras, para manejar las situaciones en lugar de únicamente explicarles qué es lo que deben esperar.

Recursos de afrontamiento

Rubia (2011), manifestó que los recursos de afrontamiento son aquellas ventajas físicas, personales y sociales que una persona lleva consigo a la situación. La forma en la que el individuo afronta la situación, dependerá de los recursos de que disponga.

El afrontamiento eficaz se relaciona con la presencia de ciertos recursos para alimentar el esfuerzo, éstos pueden ser rasgos personales, sistemas sociales o atributos físicos.

Rasgos personales de afrontamiento.

Holahan, Moos y Schaefer (1996) citados en Rubia (2011), sostuvieron que los recursos personales incluyen personalidad relativamente estable y características cognitivas que modelan el acercamiento al proceso de afrontamiento. Una variedad de factores disposicionales que se relacionan ampliamente al control personal y que parecen especialmente importantes como recursos de afrontamiento, son la auto-eficacia, el optimismo, la resistencia, un sentido de coherencia y un locus de control interno.

El autoconcepto es uno de los factores que más directamente inciden sobre la forma en que el sujeto vivencia, afronta y trata de superar el conjunto de factores que constituyen su problemática (este factor es de importancia decisiva en la elección de diferentes estrategias de afrontamiento).

La autoeficacia es la percepción o la seguridad que el individuo tiene de poder realizar una conducta determinada. Las personas con niveles más altos de autoeficacia tienden a enfrentar las situaciones cambiantes de un modo activo y persistente, mientras que aquellos con niveles más bajos de autoeficacia son menos activos o tienden a evitar tales situaciones.

Con respecto al optimismo, pareciera que las personas optimistas tienden a usar estrategias de afrontamiento basadas en el problema, mientras que los pesimistas prefieren estrategias basadas en la emoción, tales como el rechazo y el fatalismo. De esta manera, comparados con los pesimistas, los optimistas cuentan con procesos de afrontamiento que son más adecuados para obtener expectativas de resultados favorables, estrategias de manejo más persistentes y mejores resultados.

Recursos sociales de afrontamiento.

De acuerdo con Rubia (2011) se incluye a la familia, amigos, trabajos y sistemas oficiales de ayuda. Los recursos sociales pueden fortalecer los esfuerzos de afrontamiento suministrando apoyo emocional que refuerza los sentimientos de autoestima y autoconfianza, como también proveyendo una guía informativa que ayude en la evaluación del dolor y en la planificación de estrategias de afrontamiento.

Recursos físicos de afrontamiento.

Incluirían una buena salud y una adecuada energía física. Estos puntos serían los más significativos para el afrontamiento de situaciones estresantes, ya que una persona cansada, frágil, enferma, tiene menos energía que aportar al proceso de afrontamiento, que otra saludable y fuerte. (Rubia, 2011).

Dimensiones de estrategias de afrontamiento

Para la presente investigación, se emplearon las dimensiones del inventario de estrategias de afrontamiento de Tobin, Holroyds, Reynolds y Kigal (1989) adaptado por Cano, Rodríguez y García (2006).

Dimensión 1: Resolución de problemas (REP)

Es el proceso mental que las personas ponen en marcha para descubrir, analizar y resolver problemas.

Dimensión 2: Autocrítica (AUC)

Se refiere a ser capaz de observarse y valorarse a uno mismo para no volver a cometer los mismos errores e ir mejorando a lo largo de la vida.

Dimensión 3: Expresión emocional (EEM)

Se da cuando se comunica al mundo social una información indicadora de lo que puede llegar a ser la conducta futura.

Dimensión 4: Pensamiento desiderativo (PSD)

Parte de la base de una impotencia que solo alcanza su compensación mediante el deseo de omnipotencia, la única forma que tiene de sentirse seguro.

Dimensión 5: Apoyo social (APS)

Se trata de buscar en otras personas el apoyo o refugio que un individuo necesita para sobrellevar una carga emocional pesada.

Dimensión 6: Reestructuración cognitiva (REC)

Se refiere a cierta técnica que las personas aprenden para cambiar algunas maneras de pensar distorsionadas que conducen a malestar emocional y frustración.

Dimensión 7: Evitación de problemas (EVP)

Cuando una persona tiende a apartarse del problema, no pensar en él, o pensar en otra cosa, para evitar que afecte emocionalmente, empleo de un pensamiento irreal improductivo, o de un pensamiento desiderativo.

Dimensión 8: *Retirada social (RES)*

Retirarse de la interacción social, por una necesidad positiva de afrontar los problemas desde la soledad, ya sea una huida de los demás por reserva o ambas cosas.

1.2.2 Síndrome de burnout

Oblitas (2010) manifestó que el estrés es un término de uso común que hace referencia a una gama muy amplia de experiencias, por ejemplo, nerviosismos, tensión, cansancio, agobio, inquietud y otras sensaciones o vivencias similares. También se aplica a miles de circunstancias o situaciones responsables de esas emociones.

Por su parte, González (2006) citado por Orbaugh, (2016), señaló el estrés como una sensación de tensión tanto física como psicológica, que puede ocurrir en situaciones específicas difíciles o inmanejables, por lo tanto las personas perciben diferentes situaciones como estresantes, lo cual depende de factores como la edad o el nivel socio-cultural, por ejemplo.

Maslach y Jackson (1993), definieron al Burnout como un “síndrome psicológico de agotamiento emocional, despersonalización y reducido logro personal que puede ocurrir entre individuos que trabajan de alguna manera con otras personas” (p. 19).

A su vez hace diferencia entre el estrés físico y el psicológico, el primero se presenta como una reacción fisiológica del cuerpo a diferentes elementos desencadenantes que a su vez llevan al estrés psicológico que incluye preocupaciones y malestares emocionales.

EL Sahili y Kornhauser (2010) señalaron que el síndrome del burnout “es un estrés prolongado que viven quienes trabajan directamente con personas y donde esfuerzos hechos no se ven compensados suficiente. Quienes son más propensos a sentir estos síntomas son los docentes, policías, terapeutas, enfermeras, etc” (p. 37).

Se concluye que el síndrome de burnout se manifiesta como una respuesta al estrés laboral crónico, caracterizado por actitudes y sentimientos negativos hacia las personas con las que se trabaja y hacia el propio rol profesional, así como la percepción individual de encontrarse emocionalmente agotado.

Modelos explicativos del síndrome de burnout

Estos modelos agrupan una serie de variables, consideradas como antecedentes y consecuentes del síndrome, y discuten a través de que procesos los individuos llegan a sentirse quemados. Según Gil-Monte (1999) citado en Salanova y Llorens (2011), los modelos psicosociales propuestos para explicar el origen del Síndrome de burnout podrían clasificarse en cuatro grupos.

Teoría social cognitiva del yo.

Se basa básicamente en dos ideas: a) las cogniciones de los individuos influyen en lo que éstos perciben y hacen y, a su vez, estas cogniciones se ven modificadas por los efectos de sus acciones, y por la acumulación de las consecuencias observadas en los demás, y b) la creencia o grado de seguridad por parte de un sujeto en sus propias capacidades determinará el empeño que el sujeto pondrá para conseguir sus objetivos y la facilidad o dificultad en conseguirlos, y también determinará ciertas reacciones emocionales, como la depresión o estrés, que acompañan a la acción (Gil-Monte, 1999).

Este modelo se caracteriza por recoger las ideas de Albert Bandura para explicar la etiología del síndrome, por lo tanto, otorga a variables como autoeficacia, autoconcepto o autoconfianza, un papel protagónico en la génesis del síndrome. La competencia y la eficacia serían variables claves en el desarrollo de este proceso, ya que el profesional que está partiendo en su labor posee motivación y sentimientos de altruismo, características que junto a los llamados factores de ayuda (objetivos reales, buena capacitación profesional, etc.) aumentarían los sentimientos de competencia y eficacia. Por el contrario, los factores barrera (disfunciones de rol, sobrecarga laboral, ausencia de recursos, etc.) dificultarían la consecución de objetivos y por lo tanto disminuirían los sentimientos de autoeficacia, llevando al trabajador, con el paso del tiempo, a sentirse quemado por su trabajo.

Teoría del contagio de emociones.

El síndrome se produciría cuando en los grupos de trabajo existen emociones y creencias compartidas que se desarrollan a lo largo de las relaciones sociales, ya que si se comparten situaciones estresantes, se llega a un nivel de compenetración tal que se llegan a sentir emociones colectivas, como podrían

serlo el burnout con el objetivo de sintonizar emocionalmente unos con otros. (Salanova, y Llorens, 2011)

Teorías del intercambio social.

Estos modelos consideran los principios de la teoría de la equidad (modelo de comparación social de Buunk y Schaufeli, 1993) o de la teoría de la conservación de recursos (modelo de Hobfoll y Freedy, 1993). Consideran que el origen del síndrome se encuentra en “las percepciones de inequidad o falta de ganancia que desarrollan los individuos como resultado de la comparación social llevada a cabo en las relaciones interpersonales” (Salanova y Llorens, 2011, p. 27).

Según Buunk y Schaufeli (1993) el síndrome tendría una doble etiología, primero el intercambio social con las personas a las que se atiende, y segundo los procesos de comparación social con los compañeros de trabajo. Cuando de manera continuada los sujetos perciben que aportan más de lo que reciben a cambio de su implicación personal y de su esfuerzo, sin ser capaces de resolver adecuadamente esa situación, desarrollarán sentimientos de quemarse por el trabajo. Por lo tanto, existirían tres fuentes de estrés relevantes: la incertidumbre, la percepción de equidad y la falta de control en el trabajo (Gil-Monte, 1999).

Teoría organizacional.

Consideran como antecedentes del síndrome de burnout, las disfunciones de rol, la falta de salud organizacional, la estructura, la cultura y el clima organizacional. Son modelos que se caracterizan porque enfatizan la importancia de los estresores del contexto de la organización y de las estrategias de afrontamiento empleadas ante la experiencia de quemarse. Todos ellos incluyen el síndrome de quemarse por el trabajo como una respuesta al estrés laboral (Gil-Monte, 1999, en Salanova y Llorens, 2011).

Factores que aumentan el riesgo de desarrollar el Síndrome de Burnout

De acuerdo a Buzetti (2005), los factores que podrían ser de riesgo para el desarrollo del síndrome de burnout, podrían clasificarse en tres grupos:

Factores relacionados con las características del cargo a desempeñar.

Las características del cargo, la relación entre el proveedor (docente) y el cliente (estudiante) que recibe el servicio, y las expectativas de este proveedor, influyen en el nivel de síndrome de burnout que podría presentar el trabajador.

Por otra parte, los conflictos, la ambigüedad de rol, y la sobrecarga exigida en los roles a desempeñar, son variables que dejan vulnerable al síntoma, sobre todo si estas problemáticas no son enfrentadas por parte de la organización.

Por último, si las personas que prestan servicios, tienen un cargo que posee una sobrecarga de responsabilidades, tienen la sensación de que no son lo suficientemente eficientes para finalizar la tarea, o rápidos para terminarla, ellos también estarían en riesgo de presentar síndrome de burnout.

Factores de riesgo relacionados al funcionamiento de la organización.

Se encuentran factores como el clima de la organización, ya que si es poco satisfactorio para el trabajador, o no existen las condiciones para realizar el trabajo, se encuentra más expuesto a desarrollar el síndrome de burnout. Así también, al encontrarse en una organización donde no se administran de adecuada manera los incentivos y castigos, o que se encuentran al final de la "cadena de producción", están en riesgo mayor de desarrollar síndrome de burnout.

Por lo tanto, los factores que protegen al trabajador de desarrollar SQT deben potenciar los recursos personales de los trabajadores, brindar un empleo desafiante, y generar un clima de trabajo apoyador.

Factores de riesgo relacionados a factores personales.

Maslach y Leiter (1997), afirman que a pesar, del gran peso de los estresores de la propia organización, las personas reaccionan distintas al síndrome de burnout, debido a sus cualidades personales, como su estilo de personalidad, lo que determinará cómo será su ajuste al ambiente.

El hecho de que algunas personas si lo desarrollan y otras no, podría deberse a variables demográficas, como el sexo, la edad, y apoyo social percibido. La edad influye en que los más jóvenes se encontrarían más propensos a desarrollar síndrome de burnout, y el apoyo social actuaría como un

protector del síndrome, ya que el apoyo ayuda a manejar de mejor manera el estrés y la tensión. Así también otra característica personal relevante es la susceptibilidad a los estímulos emocionales del ambiente de trabajo, ya que las personas podrían desarrollarlo solo por el hecho de estar en contacto con otros que lo tienen.

En síntesis, se puede afirmar que el síndrome de burnout es el resultado de la interacción de variables de personalidad y variables del ambiente, ya que ninguna ha sido claramente identificada como un factor de riesgo. (Buzetti, 2005).

Consecuencias del síndrome de Burnout

Las consecuencias del síndrome de Burnout se pueden agrupar en las siguientes categorías:

Consecuencias físicas y emocionales.

Por su parte, Mansilla (2009) manifestó que:

A nivel físico se puede presentar malestar general, cardiopatías, pérdida de peso, alergias, dolor de espalda y cuello. A nivel emocional, se puede evidenciar un distanciamiento afectivo, aburrimiento, irritabilidad, incapacidad para concentrarse, vivencias bajas de realización personal, baja autoestima, sentimientos depresivos, sentimientos de impotencia, lo que puede llevar a deseos de abandonar el trabajo o a tener ideas suicidas. (p. 78).

Como resultado se encuentran los problemas de salud mental o emocional, que se caracterizan por la baja autoestima, depresiones, incompetencia o ansiedad; en cuanto a salud física se refiere.

Se refiere a la relación que existe entre el mundo laboral y el familiar y entre el mundo social y personal de los individuos, lo cual genera vínculos entre lo laboral y lo no laboral, cuando existe el Burnout entre estas relaciones se genera un deterioro de las relaciones sociales y familiares, generando conflictos al interior de éstas.

Jaramillo (2006) estableció en relación a las consecuencias interpersonales del Burnout se encuentran “el alejarse o aislarse de los amigos, la falta de socialización con el resto, los cambios en la interacción laboral con los usuarios,

que en muchos casos provocan impaciencia, mal humor y poca tolerancia, aspectos que perjudican dichas relaciones” (p. 20).

Entonces, la persona afectada querrá aislarse y evitar la interacción social.

Consecuencias actitudinales.

Jaramillo (2006) indicó que los profesionales que experimental el Burnout “desarrollan actitudes negativas hacia los usuarios de sus servicios, hacia el trabajo, hacia la organización y consigo mismo, lo cual lesiona su vínculos con los demás” (p. 20).

Por esta razón, el afectado tiene dificultades para concentrarse o para tomar decisiones, se comporta de forma cínica, realiza una autocrítica orientada hacia la desvalorización propia, el autosabotaje, la desconfianza y la baja consideración hacia el propio trabajo.

Consecuencias comportamentales.

Se refiere a los comportamientos con la organización como los comportamientos de consumo. Los primeros se traducen en muchos casos a ausentismo laboral o disminución tanto de la calidad como de la cantidad de su desempeño. Los comportamientos de consumo, se vinculan al tabaco, drogas (licitas o ilícitas), y en algunos casos alcohol.

Mansilla (2009) señaló que además se evidencia falta de cooperación entre compañeros, accidentes laborales, necesidad de mayor supervisión, falta de orden, agresividad en el trato y quejas frecuentes por parte de los usuarios, lo que a nivel organizacional genera problemas que implican un costo humano y económico considerable.

Dimensiones del Síndrome de Burnout

Dimensión 1: *Agotamiento emocional*

Maslach y Jackson (1981) citado por Olivares (2009), lo definieron como “situación en la que los trabajadores sienten que ya no pueden dar más de sí mismo en el ámbito emocional y afectivo. Situación de agotamiento de la energía o de los recursos emocionales propios” (p.161).

Mababu (2012) se refirió “a los sentimientos de no poder dar más de sí a nivel emocional y a una disminución de los propios recursos emocionales” (p. 223).

Dimensión 2: *Despersonalización o Cinismo*

Según Maslach y Jackson (1981) citado por Olivares (2009), lo definió como “el desarrollo de sentimientos y actitudes de cinismo y, en general, de carácter negativo hacia las personas que va dirigida el trabajo” (p.161).

Para Burón, Ortega y Corominas (2004) indicaron que la característica esencial es la vivencia de extrañeza o de distanciamiento respecto a uno mismo, la persona se siente un observador externo de sus procesos mentales, del propio cuerpo o una parte de él, es como una sensación de estar muerto, vacío, o viviendo un sueño o en una película.

Dimensión 3: *Realización personal*

Según Maslach y Jackson (1981) citado por Olivares (2009), lo mencionaron como “tiende a evaluarse negativamente, de manera especial en relación a la habilidad para realizar el trabajo y para relacionarse profesionalmente con las personas con las que interactúa” (p.161).

Según Ortega y López (2004) citado por Ramírez y Zurita (2010) indicaron que hace referencia a la percepción de eficacia en el trabajo, sentir que lo que se está haciendo sirve para algo positivo y a la percepción de uno mismo capaz de crear un grato ambiente laboral (p.3).

1.3 Justificación

1.3.1 Justificación teórica

La presente investigación proporciona datos importantes sobre el síndrome de burnout que según Maslach (1991) quien definió como un proceso grave de deterioro de la calidad de vida, es un estrés crónico que se origina por la sobrecarga de trabajo que realiza el individuo por factores sociales, académicos, personales y profesionales y las estrategias de afrontamiento como herramientas para poder contrarrestar el síndrome de burnout pero por una falta de desconocimiento no se pone en práctica y no se sabe cómo enfrentar el burnout de los docentes, estos datos teóricos nos permitirán sustentar la problemática que se presenta en la parte laboral de los docentes universitarios, pese a ser un tema

de investigación propuestas desde años atrás, estudiado en la actualidad podría ayudar a tomar medidas de mejoras para su mínima repercusión en los estudiantes.

1.3.2 Justificación metodológica

La presente investigación paso por una serie de pasos para determinar que sea válido y confiable los instrumentos de investigación. Según Hernández, et al. (2014) la validez “se refiere al grado en que un instrumento mide realmente la variable que pretende medir” (p. 200). La validación del instrumento se realizó a través del juicio de expertos en donde se tomó en cuenta a 3 profesionales expertos en el área de la docencia universitaria, un metodólogo y dos temáticos con el grado de magister o doctor. La confiabilidad fue otra de las propiedades básicas de los instrumentos que se realizó en la investigación siendo altamente confiable.

1.3.3 Justificación práctica

La investigación permitió identificar y proponer alternativas de solución en el ámbito de los docentes universitarios a los problemas de síndrome de burnout relacionado con las estrategias de afrontamiento es por ello la gran importancia en la modificación de situaciones que generen síndrome de burnout en los docentes, para que ello no influya en el aprendizaje, educación y evolución del estudiante universitario.

1.3.4 Justificación Pedagógica

La presente investigación referida a la relación de las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout en docentes universitarios se justifica porque brinda la oportunidad de describir mediante un análisis el ambiente educativo predominante en una universidad, para poder generar decisiones pertinentes a los aspectos pedagógicos de como poder ayudar a los docentes a superar este problema de síndrome de burnout y no perjudique a los universitarios en el quehacer formativo , el estudio ayudo a tomar decisiones de pedagógicas sobre la capacitación del docente de cómo enfrentar al problema de burnout.

1.4 Problema

A nivel internacional se encuentran diferentes estudios sobre un tema que es muy importante y que en estos últimos años vienen padeciendo las personas por los

múltiples problemas que padecen personales y sociales como son las estrategias de afrontamiento las cuales hacen referencia a las tendencias personales para enfrentar a las situaciones estresantes y son los encargados de las preferencias personales en el empleo de uno u otro estilo de afrontamiento, así como de su consistencia provisional y circunstancial. Asimismo, las estrategias de afrontamiento vendrían a ser los procesos determinados que se usan en distintos contextos y pudiendo ser muy cambiantes obedeciendo a las situaciones desencadenantes del individuo.

Asimismo a nivel mundial muchas individuos presentan síndrome de burnout siendo una variable muy estudiada en este mundo globalizado, el síndrome de burnout fue descrito por primera vez en 1969 al comprobar el extraño comportamiento que presentaban algunos oficiales de policía de aquella época. En 1974 Freudenberger hizo más popular al síndrome, y posteriormente, en 1986, las psicólogas norteamericanas C. Maslach y S. Jackson lo definieron como “un síndrome de cansancio emocional, despersonalización, y una menor realización personal que se da en aquellos individuos que trabajan en contacto con clientes y usuarios”.

Uno de los modelos explicativos generales es el de Gil-Monte y Peiró (1997), nacen para dar respuesta a las estrategias y técnicas de intervención necesarias para prevenir y minimizar efectos de un problema que va en aumento especialmente desde el comienzo de la crisis.

El Síndrome Burnout (quemado, fundido) es un tipo de estrés laboral, un estado de agotamiento físico, emocional o mental que tiene consecuencias en la autoestima, y está caracterizado por un proceso paulatino, por el cual las personas pierden interés en sus tareas, el sentido de responsabilidad y pueden hasta llegar a profundas depresiones.

El agotamiento del trabajo presente en el Síndrome Burnout puede ser el resultado de varios factores y puede presentarse normalmente cuando se dan condiciones tanto a nivel de la persona (referentes a su tolerancia al estrés y a la frustración, etc) como organizacionales (deficiencias en la definición del puesto, ambiente laboral, estilo de liderazgo de los superiores, entre otros). Las causas más comunes del síndrome de burnout es la falta de control como una incapacidad en las decisiones que afectan a su trabajo

como la carga de trabajo, horarios largos, jornadas de trabajos extensas, diferentes puestos de trabajo ocasionan el agotamiento del trabajo.

A nivel nacional existen en los trabajadores peruanos los que presentan el síndrome de burnout son los profesionales de salud y educación por los diferentes horarios y sobrecargas laborales que realizan en sus centros de trabajo.

Actualmente, el Burnout es una enfermedad descrita en el índice internacional de la Organización Mundial para la Salud ICD-10, como “Z73.0 Problemas relacionados con el desgaste profesional (sensación de agotamiento vital), dentro de la categoría más amplia Z73 de “problemas relacionados con dificultades para afrontar la vida”, lo que llega a denotar la importancia de este padecimiento a nivel mundial.

Este síndrome no se encuentra reconocido en el DSM, cabe indicar que en algunos países europeos a los pacientes con burnout se les diagnostica con el síndrome de neurastenia que según el ICD-10, su código es F 48.0, considerándolo, por lo tanto, como una forma de Trastorno Mental.

En una universidad de Lima Metropolitana los docentes de la facultad de educación de las diferentes escuelas tienen múltiples problemas dentro de ellos los individuales, laborales, sociales y otros que en cierta forma dificultan su equilibrio y estabilidad emocional en algunos casos inclusive llegando a situaciones de crisis por lo que se hace necesario la intervención de especialistas del área de la salud mental. Estas dificultades se dan como consecuencias de una sobrecarga laboral que los lleva situaciones de crisis continua preocupación, estrés y depresión.

Cabe resaltarse también que la dinámica desafiante y de mucha expectativa que exige la sociedad moderna repercute en cierta forma en un desequilibrio entre la vida laboral, familiar y social afectando esto la individualidad del servidor creando situaciones de inestabilidad afectiva y social y una constante preocupación por la solución de los mismos lo que puede ocasionar situaciones de crisis siendo necesaria la que intervención especializada ante esta situación nace la necesidad de realizar la presente investigación planteándose el siguiente problema

1.4.1 Problema general

¿Qué relación existe entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017?

1.4.2 Problemas específicos

Problema específico 1

¿Qué relación existe entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión agotamiento emocional del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017?

Problema específico 2

¿Qué relación existe entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión despersonalización del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017?

Problema específico 3

¿Qué relación existe entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión realización personal del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017?

1.5. Hipótesis

1.5.1 Hipótesis general

Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017.

1.5.2 Hipótesis específicas

Hipótesis específica 1

Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión agotamiento emocional del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017.

Hipótesis específica 2

Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión despersonalización del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017.

Hipótesis específica 3

Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión realización personal del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017.

1.6. Objetivos

1.6.1 Objetivo General

Determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017.

1.6.2 Objetivos Específicos

Objetivo específico 1

Determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión agotamiento emocional del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017.

Objetivo específico 2

Determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión despersonalización del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017.

Objetivo específico 3

Determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión realización personal del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017.

II. Marco metodológico

2.1 Variables

2.1.1 Estrategias de afrontamiento

Definición Conceptual

Las estrategias de afrontamiento son definidas como los planes directos utilizados para suprimir o aminorar el estrés en situaciones específicas. Tobin, Holroyds, Reynolds y Kigal (1989) adaptado por Cano, Rodríguez y García (2006).

Definición operacional

La variable estrategias de afrontamiento estuvo constituida por dimensiones: resolución de problemas, autocrítica, expresión emocional, pensamiento desiderativo, apoyo social, reestructuración cognitiva, evitación de problemas y retirada social con 40 ítems.

2.1.2 Síndrome de burnout

Definición Conceptual

Maslach y Jackson (1981) quienes opinaron que el burnout “se establece como un síndrome tridimensional caracterizado por el agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal, que puede ocurrir entre individuos que trabajan con personas” (p. 10).

Definición operacional

La variable síndrome de burnout está constituida por 3 dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal, se midió a través de 5 indicadores y 22 ítems, los cuales nos permitió obtener los resultados de la presente variable de estudio

2.2 Operacionalización de variables

Tabla 1.

Matriz de operacionalización de la variable Estrategias de afrontamiento

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala y valores
Resolución de problemas	Analizar las causas Plan de acción	1, 9, 17, 25, 33	Nunca 0
Autocritica	Autoculparse Autoconvencerse	2, 10, 18, 26, 34	Poco veces 1
Expresión emocional	Ver aspectos positivos	3, 11, 19, 27, 35	A veces 2
Pensamiento desiderativo	Irritarse Agresión	4, 12, 20, 28, 36	Frecuentemente 3
Apoyo social	Tratar de olvidar Otras actividades	5, 13, 21, 29, 37	Casi siempre 4
Reestructuración cognitiva	Pedir consejo Expresar sentimientos	6, 14, 22, 30, 38	
Evitación de problemas	Negación	7, 15, 23, 31, 39	
Retirada social	Evitación Rezar Asistir a misa	8, 16, 24, 32, 40	

Nota: Adaptación Cano, Rodríguez y García (2006)

Tabla 2.

Matriz de operacionalización de la variable 1: Síndrome de burnout

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Niveles y rangos
Agotamiento emocional	Exhausto emocionalmente por las demandas de trabajo.	1-2-3-6-8-13-14-16-20	Todos los días (6) Pocas veces a la semana (5)	Agudo (82-100) Moderado (52-81)
Despersonalización	Actitudes de frialdad y distanciamiento Sentimientos de autoeficiencia	5-10-11-15-22	Una vez a la semana (4) Unas pocas veces al mes (3)	Leve (22-51)
Baja realización personal	Realización personal en el trabajo	4-7-9-12-17-18-19-21	Una vez al mes o menos (2) Pocas veces al año o menos (1) Nunca (0)	

Nota: Tomado de Maslach (1981)

2.3. Metodología

El método empleado en este estudio fue hipotético deductivo y un enfoque cuantitativo.

Se empleó el enfoque cuantitativo ya que según Hernández, Fernández y Baptista (2014) manifestaron que el enfoque cuantitativo es el que tiene el conjunto de procesos, es secuencial y probatorio. Cada etapa precede a la siguiente y no podemos eludir los pasos” (p. 4).

En la investigación se trabajó con el método hipotético deductivo el cual consiste en procedimientos que parte de una aseveración en calidad de hipótesis, deducción de las conclusiones que dan contraste con los hechos. Hernández, et al. (2014).

2.4 Tipo de estudio

La investigación fue básica de naturaleza descriptiva y correlacional, la investigación básica lleva a la búsqueda de nuevos conocimiento cuyo propósito es recoger información de la realidad para enriquecer el conocimiento científico acrecentar los conocimientos teóricos, generalizando los resultados.

El nivel de la investigación fue descriptivo ya que estuvo orientada al conocimiento de la realidad tal como se presenta en una situación espacio temporal dado.

El presente estudio fue correlacional porque se orientó a la determinación del grado de relación existente entre dos o más variables de interés en una misma muestra de sujetos en este caso la relación de las variables estrategias de afrontamiento y síndrome de burnout. Sánchez y Reyes (2015, p. 44, 46).

2.5 Diseño

El diseño de la investigación fue de tipo no experimental: Corte transversal, ya que no se manipuló ni se sometió a prueba las variables de estudio.

La investigación que se realizó fue no experimental porque no se manipuló deliberadamente variables. Es decir, se trata de estudios donde no se hace variar

en forma intencional las variables estudiadas para ver su efecto sobre otras variables (Hernández et al., 2014).

El estudio de investigación tuvo un corte transversal ya que su propósito fue describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado. (Hernández et al. 2014).

El diagrama representativo de este diseño es el siguiente:

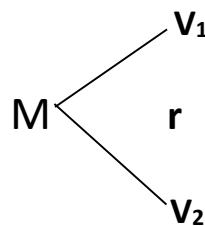


Figura 1. Diagrama del diseño correlacional

Dónde:

- m : 112 docentes universitarios
- V1 : Observación sobre la variable estrategias de afrontamiento
- r : Relación entre variables. Coeficiente de correlación.
- V2 : Observación sobre la variable síndrome de burnout

2.6 Población y muestreo

La población según Hernández, et al (2010) la población se define “como el conjunto de todos los casos que concuerdan con determinadas especificaciones” (p. 36).

2.6.1 Población

La población estuvo compuesta por un total de 155 docentes de la facultad de educación de una universidad de Lima Metropolitana.

Tabla 3.

Distribución de la población

Escuela	Docentes
Educación primaria	28
Educación inicial	28
Biología y Química	33
Historia y geografía	28
Lengua y literatura	41
Total	158

2.6.2 Muestra

La muestra estuvo compuesta por un total de 112 docentes de la facultad de educación de una universidad de Lima Metropolitana.

$$\frac{Z^2 pq N}{e^2 (N - 1) + Z^2 pq}$$

Dónde:

n = Tamaño de muestra

e = Error de estimación

N = Tamaño de la población bajo estudio

Z = Nivel de confianza (95% que equivale a 1,96)

p = Probabilidad de éxito (0,5)

q = Probabilidad de fracaso. (0,5)

$$\frac{(1,96) (1,96)(0,5)(0,5)(158) 158}{(0,0025)(158- 1) + (1,96)(1,96) (0,5)(0,5)}$$

$$\frac{151.7432}{0.395} = 111.95$$

$$0.395$$

Donde n (Tamaño de la muestra) = 112

Tabla 4.

Distribución de la muestra

Escuela	Población	Muestra
Educación primaria	28 x 0.71	20
Educación inicial	28 x 0.71	20
Biología y Química	33 x 0.71	23
Historia y geografía	28 x 0.71	20
Lengua y literatura	41 x 0.71	29
Total	158	112

2.6.3 Muestreo

El muestreo fue de tipo probabilístico se conoce la probabilidad de cada uno de los elementos de una población de poder ser seleccionado en una muestra, fue aleatorio simple en este muestreo quien selecciona la muestra es el investigador a través de una rifa saca a las personas docentes que salen seleccionadas a través de esa técnica. Sánchez y Reyes (2015).

Criterios de selección

Se ha considerado como criterio de inclusión a los docentes de la facultad de educación de las diferentes escuelas, docentes a tiempo parcial, tiempo completo y contratado, docentes que participaron voluntariamente de la investigación; quedarán excluidos los estudiantes de las otras facultades.

2.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos**2.7.1 Técnica de recolección de datos**

La técnica utilizada fue la encuesta que consistirá en recopilar la información en la muestra de estudio.

2.7.2 Instrumentos de recolección de datos

Para la recolección de datos se utilizó la técnica de la encuesta por la modalidad de estudio y el tiempo de aplicación, al respecto se utilizará el instrumento los inventarios del desarrollo de competencias y estilos de aprendizaje.

En tal sentido de acuerdo con Hernández et al (2014) la encuesta es el instrumento adecuado para recolectar datos a grandes muestras en un solo

momento, motivo por el cual se asume dicha técnica en este estudio ya que como muestra se trabajará con un total de 112 docentes.

Inventario de Estrategias de afrontamiento

Ficha Técnica

Nombre	:	Inventario de estrategias de afrontamiento
Autor	:	Tobin, Holroyd, Reynolds y Kigal, (1989)
Adaptación	:	Cano, Rodríguez y García (2006)
Año	:	2006
Administración	:	Individual o Colectivo
Duración	:	Sin tiempo limitado aproximadamente 30 minutos
Significación	:	

La prueba está conformada por un total de 40 ítems, los cuales se presentan en una escala de 1 al 5 de la siguiente manera:

Siempre	= 5
Casi siempre	= 4
A veces	= 3
Casi nunca	= 2
Nunca	= 1

Validez:

El presente trabajo empleó la técnica de validación denominada juicio de expertos (crítica de jueces), a través de 3 profesionales expertos en el área de educación y docencia universitaria con el grado académico de magister y doctores . El proceso de validación dio como resultado, los calificativos de:

Tabla 5.

Validez de contenido del instrumento de estrategias de afrontamiento por juicio de expertos

Experto	Nombre y Apellidos	Aplicable
1	Mg. Augusto Fernández Lara	Aplicable
2	Dr. Abel Rodríguez Taboada	Aplicable
3	Mg. Fredy Belito Hilario	Aplicable

NOTA: Certificado de validez (2016)

Confiabilidad

La confiabilidad de los instrumentos está dado por la medida de consistencia interna, la fiabilidad del inventario que se aplicó a la variable estrategias de afrontamiento fue estimado mediante el estadístico de confiabilidad Alfa de Cronbach, para ello se utilizó el paquete estadístico SPSS.

Se realizó una prueba piloto con 30 docentes, con el propósito de evaluar el comportamiento del instrumento en el momento de la toma de datos para la consistencia del contenido. Asimismo se utilizó la prueba de confiabilidad de Alfa de cronbach para estimar la consistencia interna del cuestionario.

Tabla 6.

Confiabilidad del instrumento de estrategias de afrontamiento

Alfa de Cronbach	N de elementos
,891	40

Tabla 7.

Escalas y baremos de la variable estrategias de afrontamiento

General	Cuantitativo								Cualitativo
	Dim1	Dim2	Dim3	Dim4	Dim5	Dim6	Dim7	Dim8	
108-160	14-20	14-20	14-20	14-20	14-20	14-20	14-20	14-20	Alto
54-107	7-13	7-13	7-13	7-13	7-13	7-13	7-13	7-13	Medio
0-53	0-6	0-6	0-6	0-6	0-6	0-6	0-6	0-6	Bajo

Ficha Técnica: Variable síndrome de Burnout

Técnica: Encuesta

Instrumento: Inventario de Burnout de Maslach (MBI)

Autor: Christina Maslach

Año: 1981

Lugar: Lima Cercado

Objetivo: Conocer el nivel de síndrome de Burnout

Contenido: Instrumento que consta de 22 items, con una escala politómica.

La escala e índice del instrumento:

Todos los días (5)

Una vez a la semana (4)

Unas pocas veces al mes (3)

Una vez al mes o menos (2)

Pocas veces al año (1)

Validez:

El presente trabajo empleó la técnica de validación denominada juicio de expertos (crítica de jueces), a través de 3 profesionales expertos en el área de educación y docencia universitaria con el grado académico de magister y doctores . El proceso de validación dio como resultado, los calificativos de:

Tabla 8.

Validez de contenido del instrumento de síndrome de burnout por juicio de expertos

Experto	Nombre y Apellidos	Aplicable
1	Mg. Augusto Fernández Lara	Aplicable
2	Dr. Abel Rodríguez Taboada	Aplicable
3	Mg. Fredy Belito Hilario	Aplicable

NOTA: Certificado de validez (2016)

Confiabilidad

Hernández et al. (2014) la confiabilidad es el grado en que su aplicación repetida al mismo individuo u objeto produce resultados iguales. (p.200).

Para la confiabilidad se aplicó la prueba piloto a una muestra de 30 docentes universitarios cuyas características eran similares a la población de estudio. Obteniendo los puntajes totales se calculó el coeficiente de alfa de Cronbach para las diversas matrices de correlaciones inter elementos, además la escala de medición es politómica de tipo Likert. Obteniendo como resultado que es instrumento es altamente confiable como lo demuestran los resultados a continuación:

Tabla 9.

Confiabilidad del cuestionario del inventario de síndrome de burnout

Alfa de Cronbach	N de elementos
,934	22

Interpretación:

Considerando la Escala de Alfa de Cronbach por Vellis (1991) se estableció que la confiabilidad del instrumento es muy bueno.

Por debajo de 0.60 es Inaceptable
 Entre 0.60 y 0.69 es Aceptable.
 De 0.70 a 0.79 es Respetable.
 Entre 0.80 a 0.89 es Bueno.
 De 0.90 a 1.00 Muy Bueno.

Tabla 10.

Escalas y baremos de la variable síndrome de burnout

General	Cuantitativo			Cualitativo
	Dim1	Dim2	Dim3	
88-132	36-54	20-30	28-40	Agudo
44-87	18-35	10-19	14-27	Moderado
0-43	0-17	0-9	0-13	Leve

2.8 Métodos de análisis de datos

Como el enfoque es cuantitativo se elaboró la base de datos para ambas variables con los datos obtenidos mediante la aplicación de los instrumentos de medición para luego ser procesados mediante el análisis descriptivo e inferencial usando el programa SPSS y el Excel 2010.

Una vez recolectados los datos proporcionados por los instrumentos, se procederá al análisis estadístico respectivo, en la cual se utilizó el paquete estadístico para ciencias sociales SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) Versión 22. Los datos fueron tabulados y presentados en tablas y figuras de acuerdo a las variables y dimensiones.

Para la prueba de las hipótesis se aplicó el coeficiente Rho de Spearman, ya que el propósito será determinar la relación entre las dos variables a un nivel de confianza del 95% y significancia del 5%.

Estadística descriptiva: porcentajes en tablas y figuras para presentar la distribución de los datos y tablas de contingencias.

Estadística inferencial: Rho de Spearman para medir el grado de relación de las variables:

$$r_s = \frac{1 - 6 \sum d^2}{n(n^2 - 1)}$$

Dónde:

r_s = Coeficiente de correlación por rangos de Spearman

d = Diferencia entre rangos (X menos Y)

n = número de datos

2.9 Aspectos éticos

De acuerdo a las características de la investigación se consideró los aspectos éticos que son fundamentales ya que se trabajaron con docentes universitarios por lo tanto el sometimiento a la investigación conto con la autorización correspondiente de parte de la escuela de educación de una universidad de Lima por lo que se explora algunas percepciones.

Asimismo, se mantiene la particularidad y el anonimato así como el respeto hacia el evaluado en todo momento y resguardando los instrumentos respecto a las respuestas minuciosamente sin juzgar que fueron las más acertadas para el participante.

III. Resultados

3.1 Resultados descriptivos

3.1.1 Estrategias de Afrontamiento

Tabla 11.

Distribucion de frecuencia de las estrategias de afrontamiento de los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	5	4,5
	Medio	103	92,0
	Alto	4	3,6
	Total	112	100,0

NOTA: Estadística SPSS (2017)

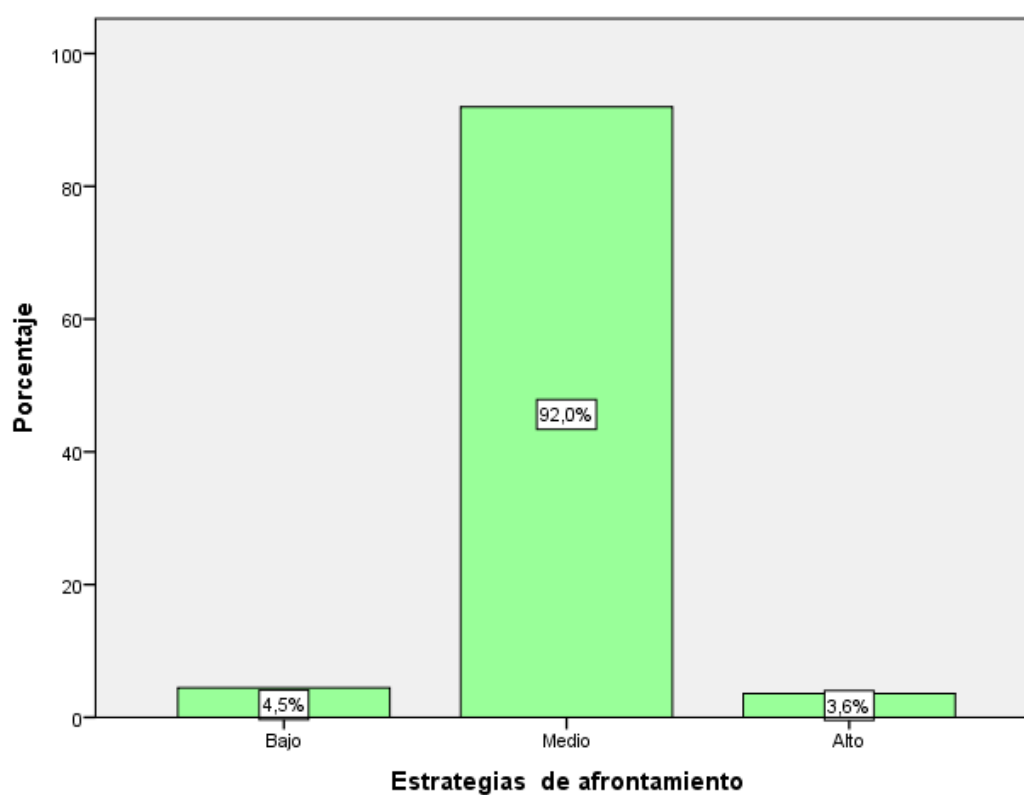


Figura 2. Niveles de la variable estrategias de afrontamiento de los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017

En la tabla 11 y figura 2, los encuestados presentan un 4.5% de nivel bajo, el 92% un nivel medio y el 3.6% un nivel alto de Estrategias de afrontamiento.

3.1.2 Resolución de Problemas

Tabla 12.

Distribucion de frecuencia de la resolución de problemas de los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	1	,9
	Medio	77	68,8
	Alto	34	30,4
	Total	112	100,0

NOTA: Estadística SPSS (2017)

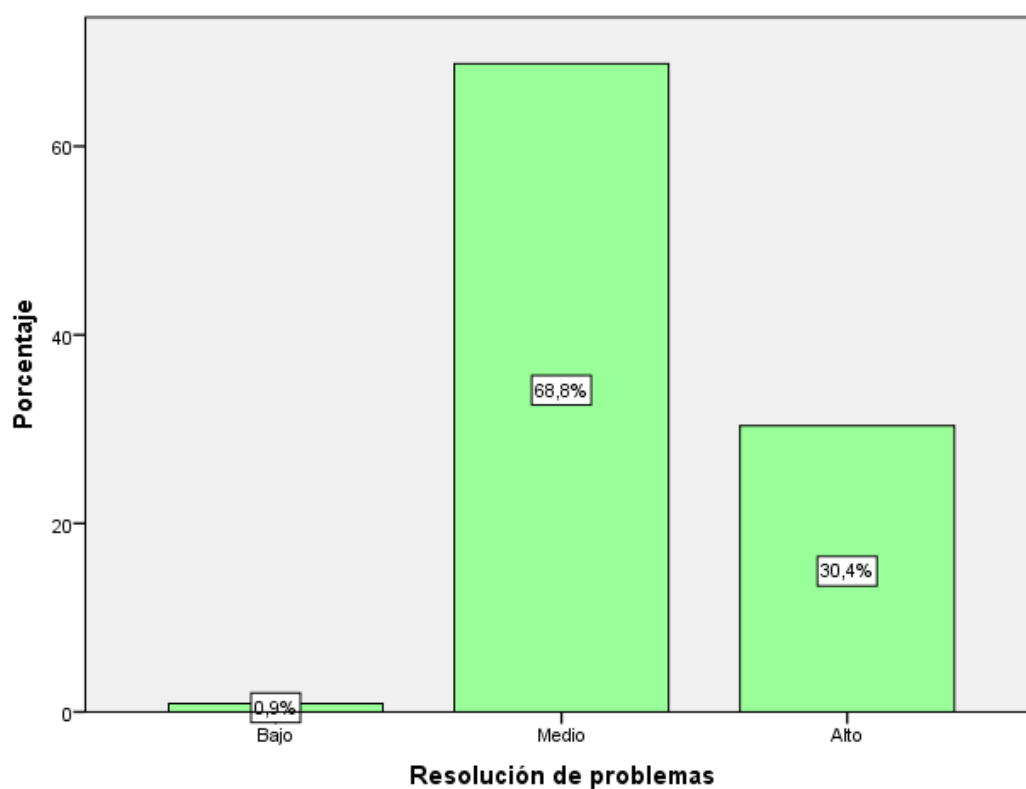


Figura 3. Niveles de la dimensión resolución de problemas

En la tabla 12 y figura 3, los encuestados presentan un 0.9% de nivel bajo, el 68.8% un nivel medio y el 30.4% un nivel alto de Resolución de problemas.

3.1.3 Resolución de la dimensión autocritica

Tabla 13.

Distribución de frecuencia de la autocrítica de los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	2	1,8
	Medio	80	71,4
	Alto	30	26,8
	Total	112	100,0

NOTA: Estadística SPSS (2017)

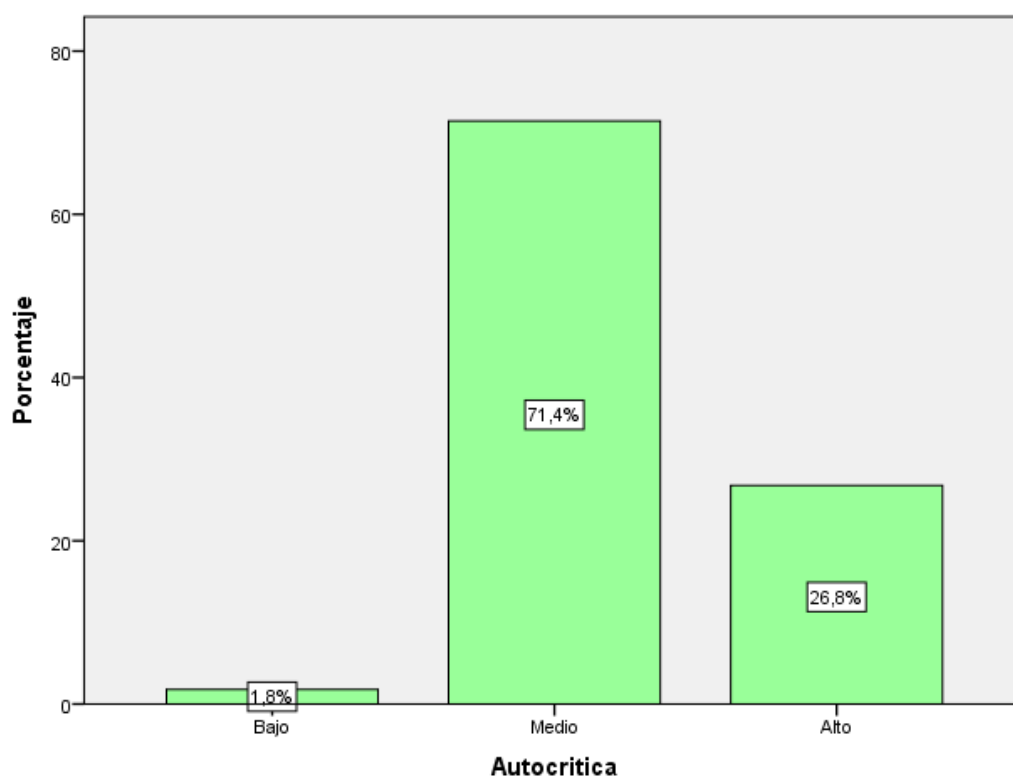


Figura 4. Niveles de la dimensión autocritica

En la tabla 13 y figura 4, los encuestados presentan un 1.8% de nivel bajo, el 71.4% un nivel medio y el 26.6% un nivel alto de autocrítica.

3.1.4 Resolución de la dimensión expresión emocional

Tabla 14.

Distribución de frecuencia de la expresión emocional de los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	<= 6,00	10	8,9
	7,00 - 13,00	90	80,4
	14,00+	12	10,7
	Total	112	100,0

NOTA: Estadística SPSS (2017)

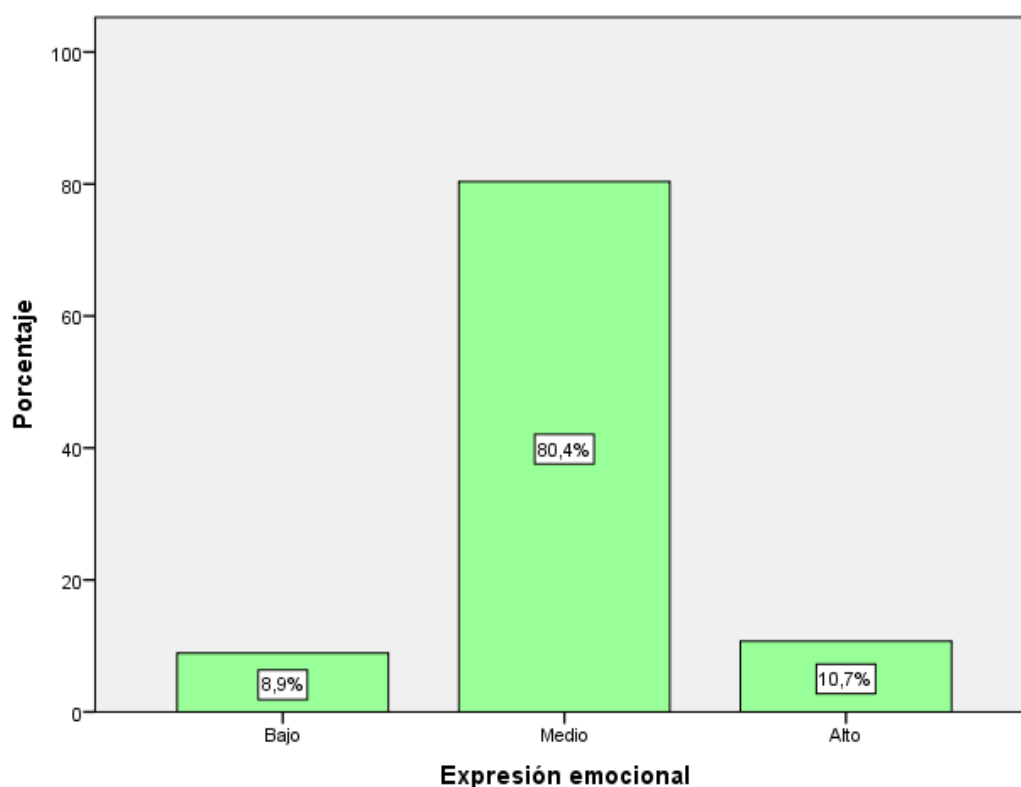


Figura 5. Niveles de la dimensión expresión emocional

En la tabla 14 y figura 5, los encuestados presentan un 8.9% de nivel bajo, el 80.4% un nivel medio y el 10.7% un nivel alto de Expresión emocional.

3.1.5 Resolución de la dimensión *pensamiento desiderativo*

Tabla 15.

Distribución de frecuencia del pensamiento desiderativo de los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Medio	97	86,6
	Alto	15	13,4
	Total	112	100,0

NOTA: Estadística SPSS (2017)

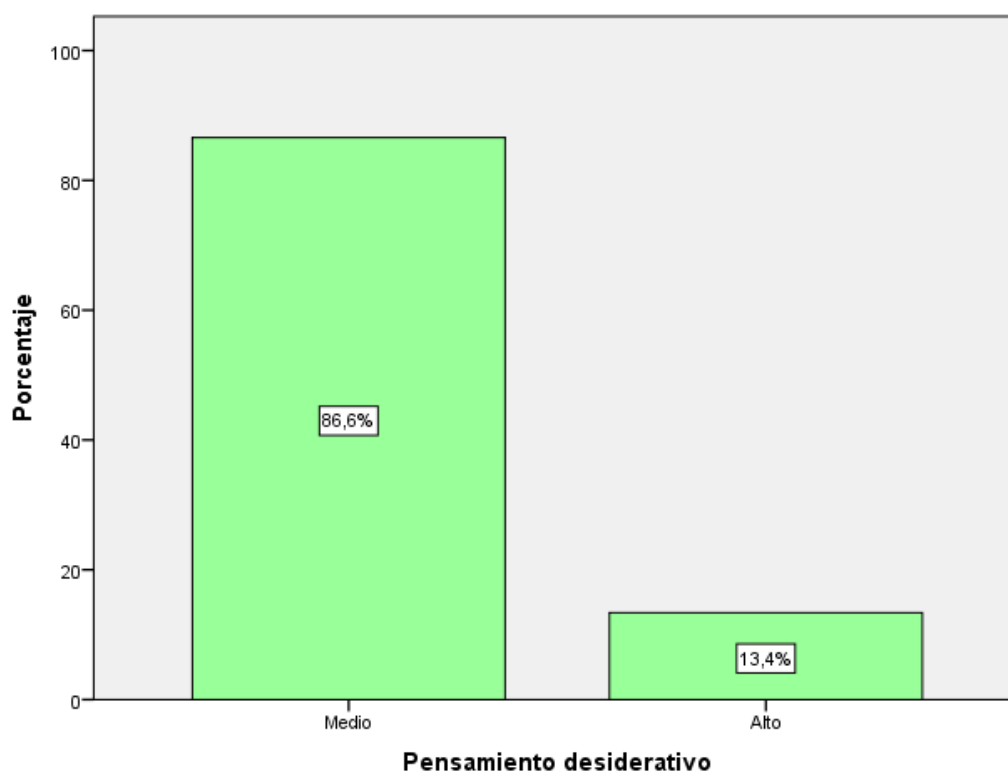


Figura 6. Niveles de la dimensión pensamiento desiderativo

En la tabla 15 y figura 6, los encuestados presentan un 86.6% un nivel medio y el 13.4% un nivel alto de Pensamiento desiderativo.

3.1.6 Resolución de la dimensión *apoyo social*

Tabla 16.

Distribución de frecuencia apoyo social de los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	8	7,1
	Medio	67	59,8
	Alto	37	33,0
	Total	112	100,0

NOTA: Estadística SPSS (2017)

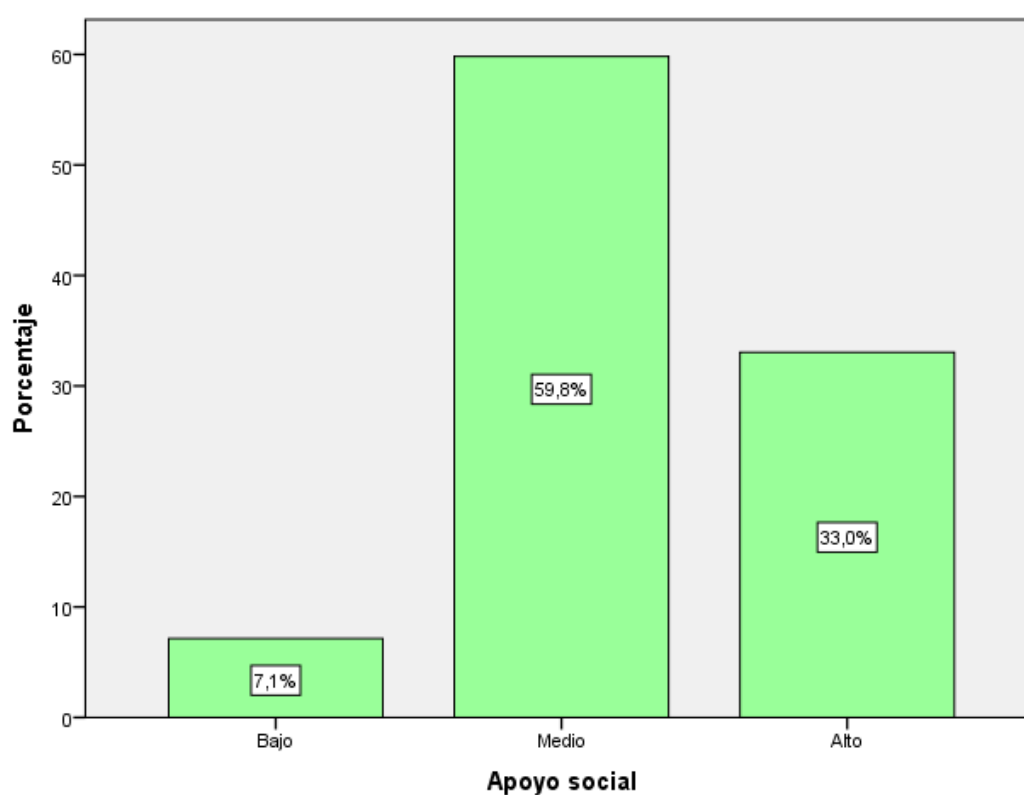


Figura 7. Niveles de la dimensión apoyo social

En la tabla 16 y figura 7, los encuestados presentan un 7.1% de nivel bajo, el 59.8% un nivel medio y el 33% un nivel alto de Apoyo social.

3.1.7 Resolución de la dimensión *reestructuración cognitiva*

Tabla 17.

Distribución de frecuencia reestructuración cognitiva de los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	3	2,7
	Medio	80	71,4
	Alto	29	25,9
	Total	112	100,0

NOTA: Estadística SPSS (2017)

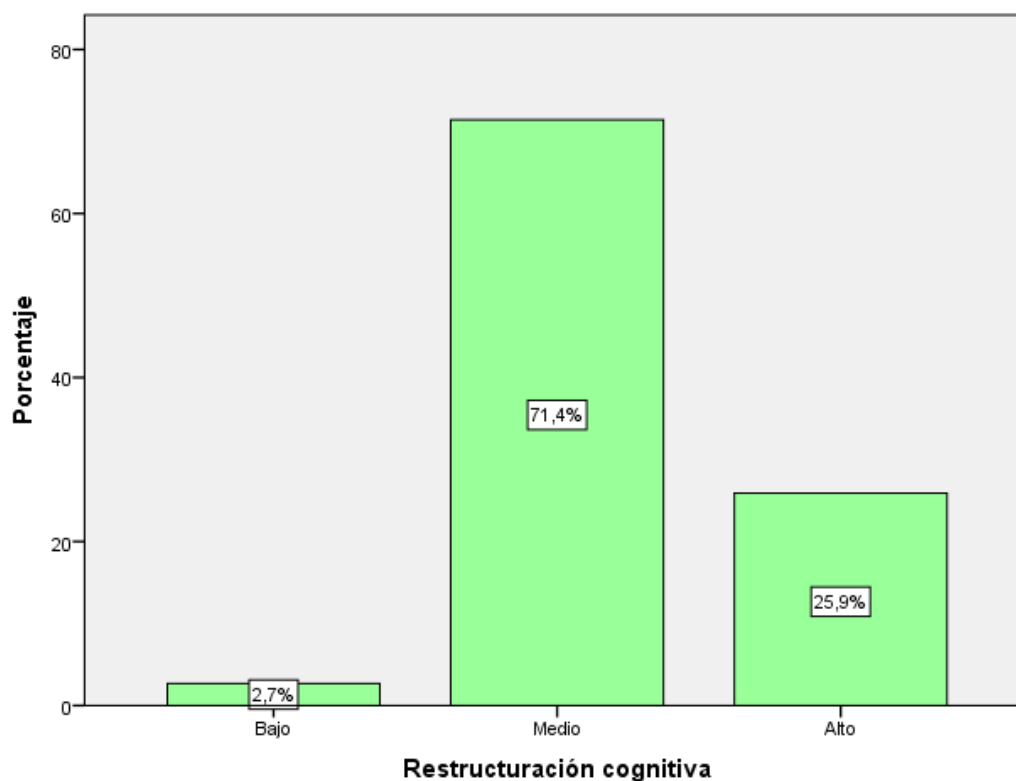


Figura 8. Niveles de la dimensión reestructuración cognitiva

En la tabla 17 y figura 8, los encuestados presentan un 2.7% de nivel bajo, el 71.4% un nivel medio y el 25.9% un nivel alto de Reestructuración cognitiva.

3.1.8 Resolución de la dimensión *evitación de problemas*

Tabla 18.

Distribución de frecuencia evitación de problemas de los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	6	5,4
	Medio	95	84,8
	Alto	11	9,8
	Total	112	100,0

NOTA: Estadística SPSS (2017)

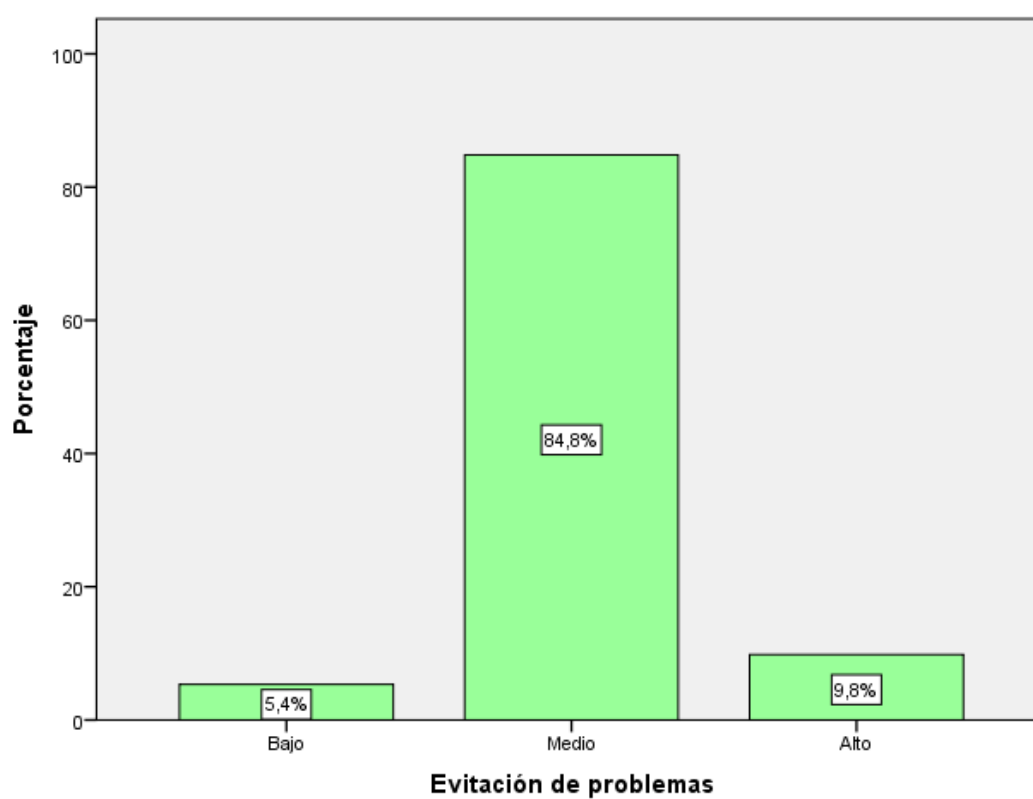


Figura 9. Niveles de la dimensión evitación de problemas

En la tabla 18 y figura 9, los encuestados presentan un 5.4% de nivel bajo, el 84.8% un nivel medio y el 9.8% un nivel alto de Evitación de problemas.

3.1.9 Resolución de la dimensión *evitación de problemas*

Tabla 19.

Distribución de frecuencia evitación de problemas de los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	12	10,7
	Medio	71	63,4
	Alto	29	25,9
	Total	112	100,0

NOTA: Estadística SPSS (2017)

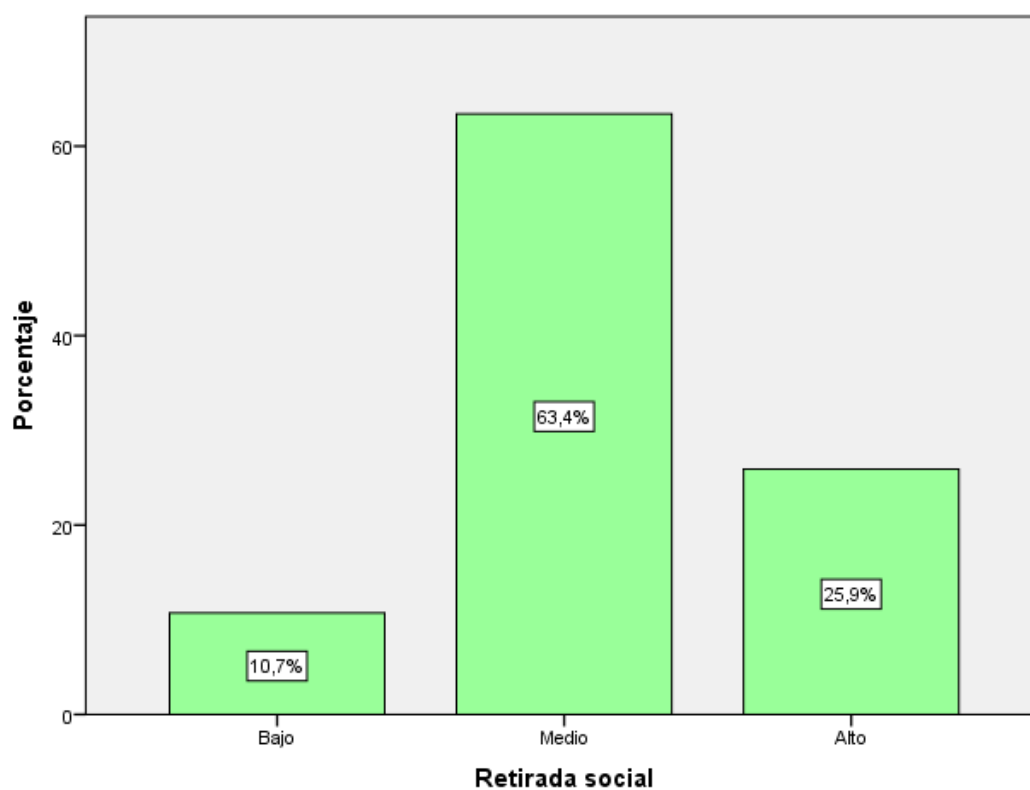


Figura 10. Niveles de la dimensión retirada social

En la tabla 19 y figura 10, los encuestados presentan un 10.7% de nivel bajo, el 63.4% un nivel medio y el 25.9% un nivel alto de Retirada social.

3.1.10 Resolución de la dimensión *Síndrome de burnout*

Tabla 20.

Distribución de frecuencia Síndrome de burnout de los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Leve	17	15,2
	Moderado	64	57,1
	Agudo	31	27,7
	Total	112	100,0

NOTA: Estadística SPSS (2017)

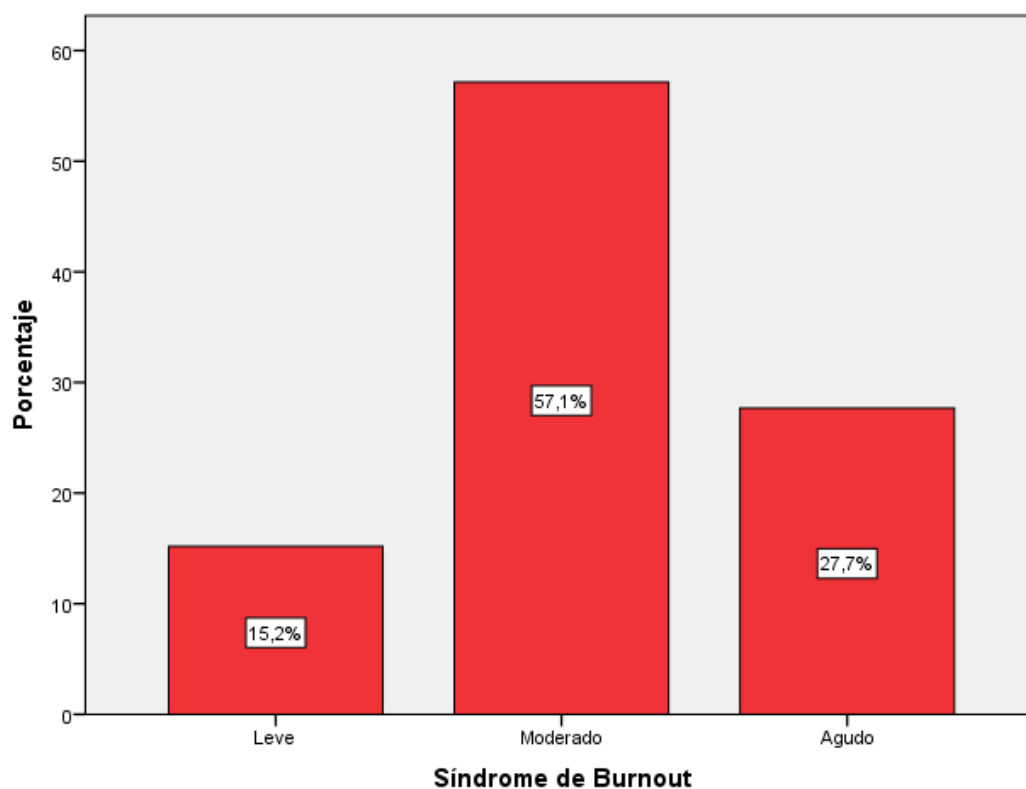


Figura 11. Niveles de la variable Síndrome de burnout}

En la tabla 20 y figura 11, de los encuestados, el 15.2% presentan un nivel leve, el 57.1% presentan nivel moderado y el 27.7% presenta un nivel agudo de Síndrome de Burnout.

3.1.11 Resolución de la dimensión *agotamiento emocional*

Tabla 21.

Distribución de frecuencia agotamiento emocional de los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Leve	18	16,1
	Moderado	68	60,7
	Agudo	26	23,2
	Total	112	100,0

NOTA: Estadística SPSS (2017)

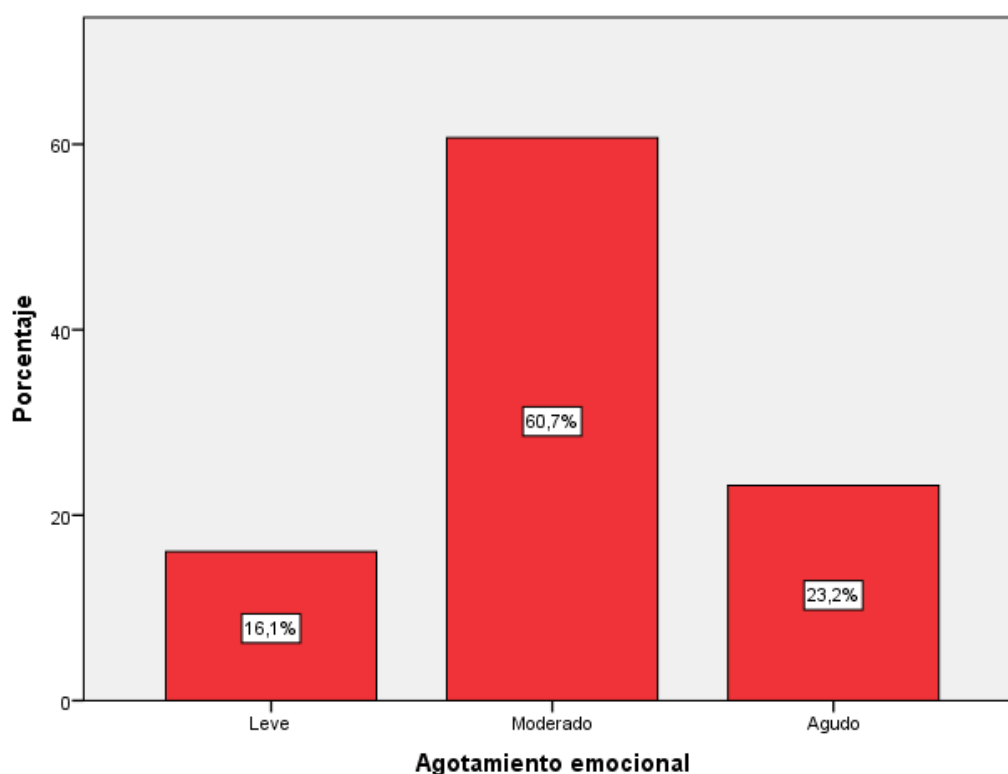


Figura 12. Niveles de la dimensión agotamiento emocional

En la tabla 21 y figura 12, de los encuestados, el 16.1% presentan un nivel leve, el 60.7% presentan nivel moderado y el 23.2% presenta un nivel agudo de Agotamiento emocional.

3.1.12 Resolución de la dimensión *despersonalización*

Tabla 22.

Distribución de frecuencia despersonalización de los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Leve	25	22,3
	Moderado	58	51,8
	Agudo	29	25,9
	Total	112	100,0

NOTA: Estadística SPSS (2017)

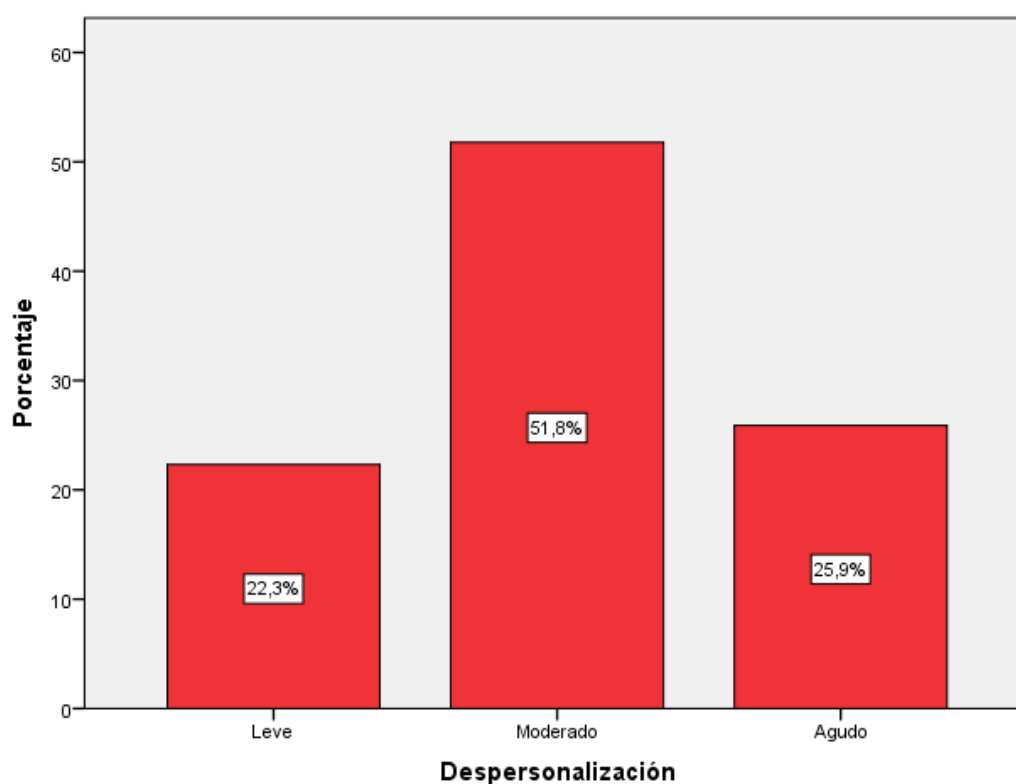


Figura 13. Niveles de la dimensión despersonalización

En la tabla 22 y figura 13, se observó de los encuestados, el 22.3% presentan un nivel leve, el 51.8% presentan nivel moderado y el 25.9% presenta un nivel agudo de Despersonalización.

3.1.12 Resolución de la dimensión *baja autorrealización personal*

Tabla 23.

Distribución de baja autorrealización personal de los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Leve	8	7,1
	Moderado	67	59,8
	Agudo	37	33,0
	Total	112	100,0

NOTA: Estadística SPSS (2017)

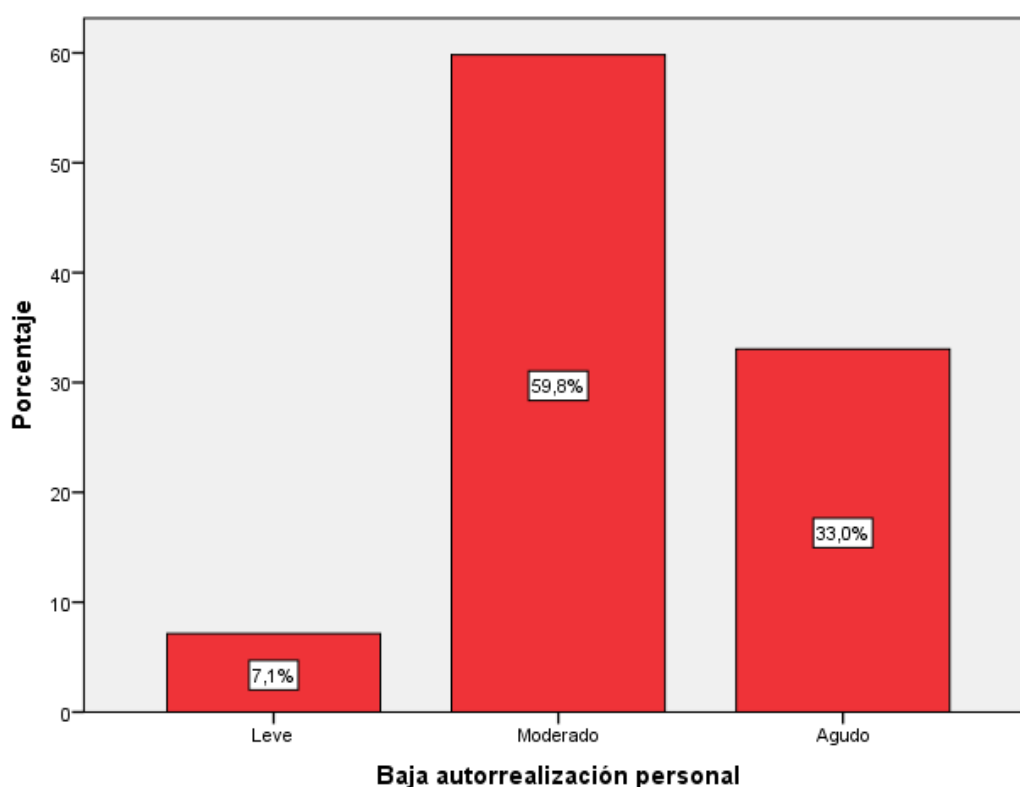


Figura 14. Niveles de la dimensión baja autorrealización personal

En la tabla 23 y figura 14, se observó de los encuestados, el 7.1% presentan un nivel leve, el 59.8% presentan nivel moderado y el 33% presenta un nivel agudo de baja autorrealización personal.

3.2 Resultado correlacional

3.2.1 Estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout

Prueba de hipótesis general

Ho: No existe relación estadística significativa estadística entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017.

Ha: Existe relación estadística significativa entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017.

Elección de nivel de significancia: $\alpha = ,05$

Prueba estadística: Correlación de Rho de Spearman

Regla de decisión: Si $\rho < 05$ entonces se rechaza la hipótesis nula

Tabla 24.

Correlación entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout

			Estrategias de afrontamiento	Síndrome de Burnout
Rho de Spearman	Estrategias de afrontamiento	Coeficiente de correlación	1,000	-,558**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	112	112
	Síndrome de Burnout	Coeficiente de correlación	-,558**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	112	112

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 24, se presentan los resultados para contrastar la hipótesis general: Al 5% del nivel de significancia, se obtuvo un coeficiente de correlación de Rho de Spearman = - 0.558** lo que se interpreta como moderada relación negativa entre las variables, con una $\rho = 0.000$ ($\rho < 0.05$); por lo que se rechaza la hipótesis nula.

3.2.2 Estrategias de afrontamiento y la dimensión agotamiento emocional del síndrome de burnout

Hipótesis específica 1

Ho: No existe relación estadística significativa entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión agotamiento emocional del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017.

Ha: Existe relación estadística significativa entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión agotamiento emocional del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017.

Elección de nivel de significancia: $\alpha = ,05$

Prueba estadística: Correlación de Rho de Spearman

Regla de decisión: Si $\rho < 05$ entonces se rechaza la hipótesis nula

Tabla 25.

Correlación entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión agotamiento emocional del síndrome de burnout

			Estrategias de afrontamiento	Agotamiento emocional
Rho de Spearman	Estrategias de afrontamiento	Coeficiente de correlación	1,000	-,553**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	112	112
	Agotamiento emocional	Coeficiente de correlación	-,553**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	112	112

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 25, se presentan los resultados para contrastar la primera hipótesis específica: Al 5% del nivel de significancia, se obtuvo un coeficiente de correlación de Rho de Spearman = - 0.553** lo que se interpreta como moderada relación negativa entre las variables, con una $p = 0.000$ ($p < 0.05$); por lo que se rechaza la hipótesis nula.

3.2.3 Estrategias de afrontamiento y la dimensión despersonalización del síndrome de burnout

Hipótesis específica 2

Ho: No existe relación estadística significativa entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión despersonalización del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017.

Ha: Existe relación estadística significativa entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión despersonalización del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017.

Elección de nivel de significancia: $\alpha = ,05$

Prueba estadística: Correlación de Rho de Spearman

Regla de decisión: Si $\rho < 05$ entonces se rechaza la hipótesis nula

Tabla 26.

Correlación entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión despersonalización del síndrome de burnout

		Estrategias de afrontamiento		Despersonalización	
Rho de Spearman	Estrategias de afrontamiento	Coeficiente de correlación	1,000	-,506**	
		Sig. (bilateral)	.	,000	
		N	112	112	
	Despersonalización	Coeficiente de correlación	-,506**	1,000	
Sig. (bilateral)		,000	.		
N		112	112		

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 26, se presentan los resultados para contrastar la segunda hipótesis específica: Al 5% del nivel de significancia, se obtuvo un coeficiente de correlación de Rho de Spearman = - 0.506** lo que se interpreta como moderada relación negativa entre las variables, con una $\rho = 0.000$ ($\rho < 0.05$); por lo que se rechaza la hipótesis nula.

3.2.4 Estrategias de afrontamiento y la dimensión realización personal del síndrome de burnout

Hipótesis específica 3

Ho: No existe relación estadística significativa entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión baja autorrealización personal del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017.

Ha: Existe relación estadística significativa entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión baja autorrealización personal del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017.

Elección de nivel de significancia: $\alpha = ,05$

Prueba estadística: Correlación de Rho de Spearman

Regla de decisión: Si $\rho < 05$ entonces se rechaza la hipótesis nula

Tabla 27.

Correlación entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión realización personal del síndrome de burnout

		Baja Estrategias de autorrealización personal	
Rho de Spearman	Estrategias de afrontamiento	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,000
		N	112
Baja autorrealización personal		Coeficiente de correlación	-,579**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	112

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 27, se presentan los resultados para contrastar la tercera hipótesis específica: Al 5% del nivel de significancia, se obtuvo un coeficiente de correlación de Rho de Spearman = - 0.579** lo que se interpreta como moderada relación negativa entre las variables, con una $\rho = 0.000$ ($\rho < 0.05$); por lo que se rechaza la hipótesis nula.

IV. Discusión

Discusión

En relación a la hipótesis general los resultados encontrados en esta investigación fue que el Valor $**p < .05$, podemos afirmar que existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017, coincidiendo con la investigación de González, Carrasquilla, Latorre, Torres y Villamil (2015), en su investigación titulada Síndrome de burnout en docentes universitarios, las conclusiones de la investigación arrojaron que el trabajo docente en el personal de enfermería simboliza una condición de riesgo para la aparición del Burnout. Existe un alto peligro de padecer el síndrome de Burnout por las condiciones laborales de los docentes, se debe tomar en cuenta el rol importante y el eje principal para que los docentes en mención tengan menores riesgos de padecerla, tomando medidas e interviniendo la zona que ha sido perturbada. Asimismo Martínez (2016) en su trabajo de investigación titulado Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes de postgrado de la Universidad Nacional del Callao .El estudio llegó a los siguientes resultados en la parte descriptiva se concluyó que de los 80 estudiantes que fueron la unidad de análisis de la investigación , el 13.8% presentan un nivel bajo, el 46.3% nivel medio y el 40% de ellos presentan un nivel alto de estilos de afrontamiento al estrés esto se debe a la necesidad que ellos requieren de usar estilos de afrontamiento al estrés para poder solucionar los diversos problemas personales y sociales .En la prueba de hipótesis existe relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en los estudiantes de posgrado de la especialidad de enfermería geriátrica y gerontológica de la Universidad Nacional del Callao; puesto que el nivel de significancia calculada es $p < .05$ y el coeficiente de correlación de Rho de Spearman tiene un valor de ,602.

Asimismo Olazo (2015), en su estudio Síndrome de burnout y competencia laboral de los docentes del instituto superior público José Pardo Lima 2015, tiene como objetivo general determinar la relación entre el síndrome de burnout y competencia laboral de los docentes del instituto público José Pardo Lima 2015. La investigación fue de tipo sustantiva, nivel descriptivo, correlacional

y un enfoque cuantitativo, de diseño no experimental y de corte transversal. La población y muestra fue de 105 docentes del instituto superior público José Pardo Lima. Se aplicaron los instrumentos de MBI y el cuestionario de competencia laboral. En conclusión se encontraron docentes con síndrome de burnout y se ve perjudicado su competencia laboral.

En relación a la primera hipótesis específica los resultados encontrados en esta investigación fue que el Valor $**p < .05$, podemos afirmar que existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión agotamiento emocional del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017, coincidiendo con la investigación de Ccoyllo (2017) en su investigación titulada "Síndrome de burnout y competencia laboral en docentes de la Universidad Arzobispo Loayza, Lima - Perú 2016". Después del procesamiento de datos se llegaron a las siguientes conclusiones en la parte descriptiva los docentes de la universidad que de los 90 docentes, el 26.7% presentan un nivel leve, el 48.9% presentan nivel moderado y el 24.4% presenta un nivel agudo de Síndrome de burnout, en cuanto a la primera dimensión del síndrome de burnout el agotamiento emocional de los 90 docentes, el 25.6% presentan un nivel leve, el 45.6% presentan nivel moderado y el 28.9% presenta un nivel agudo, en la segunda dimensión del síndrome de burnout la despersonalización se aprecia que de los 90 docentes, el 63.3% presentan un nivel leve, el 15.6% presentan nivel moderado y el 21.1% presenta un nivel agudo y en la tercera dimensión del síndrome de burnout la realización personal se aprecia que de los 90 docentes, el 27.8% presentan un nivel leve, el 48.9% presentan nivel moderado y el 23.3% presenta un nivel agudo. En cuanto a la prueba de hipótesis los resultados fueron de $Rho = - 0.543$ y el Valor $**p < .05$ nos indican que existe una relación inversa y significativa entre el síndrome de burnout y la competencia laboral de los docentes de la Universidad Arzobispo Loayza, Lima, 2016.

Al respecto García y Rodríguez (2013) en su investigación Presencia y prevalencia del síndrome de burnout en profesores de la universidad autónoma de occidente. Los resultados de este estudio muestran un porcentaje significativo de la población con niveles medio bajo del síndrome del Burnout. Se encuentra una frecuencia del 3 % de alta despersonalización, es decir, estos docentes han

desarrollado actitudes negativas y de insensibilidad hacia los receptores de sus servicios; frecuencias del 9 % de altas incidencias de agotamiento emocional además de un 4% de baja realización personal. También se puede observar que tanto las dimensiones de agotamiento emocional y despersonalización, como las dimensiones de despersonalización y realización personal tienen una correlación positiva fuerte según el coeficiente de Pearson. Asimismo, se puede evidenciar que hay una gran diferencia entre la prevalencia de Síndrome de Burnout por parte de los profesores de planta y los profesores de hora cátedra, los de hora cátedra son menos propensos a presentar alguna de las dimensiones del Síndrome de Burnout.

Este resultado a su vez se relaciona con lo encontrado por Ruiz de Chavez, Pando, Aranda y Almeida (2014), en su investigación titulada “burnout y work Engagement en docentes universitarios de zacatecas”, tiene por objetivo determinar la relación que existe entre el Síndrome de Burnout y el work Engagement con variables demográficas y laborales en docentes universitarios de Zacatecas. La muestra estuvo conformada por 98 mujeres y 58 hombres docentes, el tipo de estudio fue observacional, analítico de corte transversal. El diseño de investigación fue no experimental, las conclusiones respecto al burnout fueron que se evidenció un alto nivel de agotamiento y en el 35,3% con al menos una dimensión quemada. Asimismo el agotamiento emocional es una de las dimensiones del burnout que a menudo se ven alteradas y en la investigación se demuestra que aún hay la existencia de docentes con burnout por ende eso quiere decir que no se están tomando las medidas de prevención por parte de las autoridades en el estudio en mención.

En relación a la segunda hipótesis específica los resultados encontrados en esta investigación fue que el Valor $**p < .05$, podemos afirmar que existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión despersonalización del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017, coincidiendo con la investigación de Cupe (2013), en la tesis doctoral titulada El síndrome de Burnout y su relación con el desempeño docente de los catedráticos de la universidad de San Andrés, Lima – 2013. Se utilizó el instrumento de recolección de datos de Maslach y un cuestionario de desempeño docente, ambas utilizaron la escala tipo Likert. Se

utilizó el coeficiente de correlación de Spearman para definir su nivel de relación entre las dos variables y sus dimensiones. Se llegó a las siguientes conclusiones: (a) Los resultados del análisis estadístico entre las variables Síndrome de Burnout y desempeño docente indicaron $R = -0.562$ y $p\text{-valor} = 0.000 < 0.05$ entonces indica que existe una relación inversa y significativa entre el síndrome de Burnout y el desempeño docente. (b) También $R = -0.505$ y $p\text{-valor} = 0.002 < 0.05$ por lo tanto indicó que existe una relación inversa y significativa entre el Agotamiento emocional y el desempeño docente (c) $R = -0.454$ y $p\text{-valor} = 0.005 < 0.05$, entonces existe relación inversa y significativa entre la despersonalización y el desempeño docente y (d) $R = -0.546$ y $p\text{-valor} = 0.001 < 0.05$ por lo tanto existe relación inversa y significativa entre la baja realización personal y el desempeño docente.

Se puede apreciar que según Veramendi (2016), en su estudio Síndrome de burnout y competencia laboral en docentes de pre grado de una Universidad pública de lima 2016, tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre el síndrome de burnout y la competencia laboral de docentes de pre grado de la facultad de ingeniería de sistemas e informática de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos 2016. El tipo de investigación fue descriptivo, correlacional, de corte transversal y muestreo no probabilístico, realizado a 87 docentes. La técnica de recolección de datos fue por dos cuestionarios, uno de ellos fue el MBI para medir la variable síndrome de burnout y el otro cuestionario para medir la variable la competencia laboral, ambas con la escala tipo Likert. Las conclusiones fueron que 87 docentes presentan síndrome de burnout, en un nivel bajo (11,49%) y el nivel medio (88,51%); en competencia laboral, lo presentan en un nivel medio (2,30%) y en nivel alto (97,70%). Existe una relación inversa entre el síndrome de burnout y la competencia laboral a mas síndrome de burnout menos competencia laboral.

En relación a la tercera hipótesis específica; los resultados encontrados en esta investigación fue que el Valor $**p < .05$, podemos afirmar que existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión realización personal del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017, coincidiendo con la investigación de Rodríguez, Preciado, Aguilar, Aranda y León (2014), en su investigación titulada: Causas y situaciones

que inciden en el estrés laboral de profesores del centro universitario de ciencias de la salud de la universidad de Guadalajara. Las conclusiones fueron: (a) El estrés laboral de los profesores del Centro universitario de Ciencias de la Salud de la Universidad de Guadalajara es elevada (82,6%) (b) Los factores que contribuyen al aumento de estrés es por no manejar con éxito los problemas irritantes de su vida (77.1%) (c) no poder controlar las dificultades (76.1%), (d) por problemas inesperados (12%), (e) Referente a los factores psicosociales, las condiciones del lugar del trabajo, la carga de trabajo, la interacción social y aspectos organizaciones aumentan también el estrés (95.4%), (f) la interacción social y los aspectos organizacionales (72.5%) y (g) la carga de trabajo (66.1%).

Otra investigación que apoya estos resultados es Ruiz de Chavez , Pando, Aranda y Almeida (2014), en su investigación titulada “burnout y work Engagement en docentes universitarios de zacatecas”, las conclusiones respecto al burnout fueron que se evidenció un alto nivel de agotamiento y en el 35,3% con al menos una dimensión quemada. El agotamiento emocional es una de las dimensiones del burnout que a menudo se ven alteradas y en la investigación se demuestra que aún hay la existencia de docentes con burnout por ende eso quiere decir que no se están tomando las medidas de prevención por parte de las autoridades en el estudio en mención.

V. Conclusiones

Primera:

Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017, debido a que el nivel de significancia calculada es $p < .05$ y el coeficiente de correlación de Rho de Spearman tiene un valor de $- ,558$.

Segunda:

Existe relación estadística significativa entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión agotamiento emocional del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017; puesto que el nivel de significancia calculada es $p < .05$ y el coeficiente de correlación de Rho de Spearman tiene un valor de $- ,553$.

Tercera:

Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión despersonalización del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017; puesto que el nivel de significancia calculada es $p < .05$ y el coeficiente de correlación de Rho de Spearman tiene un valor de $- ,506$.

Cuarta:

Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión baja autorrealización personal del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017; puesto que el nivel de significancia calculada es $p < .05$ y el coeficiente de correlación de Rho de Spearman tiene un valor de $- ,579$.

VI. Recomendaciones

Primera:

Que el departamento de capacitación, recursos humanos y/o psicológicos lleve a cabo programas referentes al manejo del síndrome de burnou y frustración de los docentes de la universidad.

Segunda:

El departamento de recursos humanos debe Ejecutar investigaciones complementarias con el fin de determinar los niveles de agotamiento físico y emocional del personal docente, datos que servirían una vez concluidos para llevar acciones de afrontamiento y solución de problemas. Realizar investigaciones de enfoque cualitativo donde se profundice a través de un estudio de caso de algún docente que este padeciendo el síndrome de burnout y que estrategias utilizar para afrontar la enfermedad.

Tercera:

Ejecutar programas psicológicos para el manejo de la frustración y agresividad a fin de que el personal docente pueda manejar aspectos conductuales de agresividad y violencia y otros comportamientos inadecuados.

Cuarta:

Que el departamento psicológico lleve programas tendientes al desarrollo personal y motivacional hacia a los docentes. Realizar estudios teniendo en cuenta el análisis descriptivo del variable síndrome de burnout a nivel de edad, sexo, horas de trabajo, estado civil variables intervinientes que afectas al docente respecto al burnout.

V. Referencias bibliográficas

Referencias Bibliográficas

- Aldwin, C. y Werner, E. (2007). *Stress, coping and development. An integrative perspective*. New York: Guilford Press.
- Bandura, A. (1999). *Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change*. New York: Freeman.
- Bean, J. (1980). Student Attrition. Intentions and Confidence. *Research in Higher Education* (17): pp 291 – 320.
- Bean, J. y Eaton, S. (2001). The psychology underlying successful retention practices. *Journal of College Student Retention Research: Theory and Practice*. 3(1). 73 – 89.
- Berger, J. y Braxton, J. (1998). Revising Tinto's interactionist theory of student departure through theory elaboration: Examining the role of organizational attributes in the persistence process. *Research in Higher Education*, 39(2), pp 103 – 119.
- Berger, J. y Milem, J. (2000). Organizational behavior in higher education and student outcomes. En. J.C. Smart (Ed). *Higher Education: Handbook of theory and research*, 15. New York: Agathon Press.
- Borges, A., Ruiz, M., Rangel, R. y Gonzáles, P. (2012). Síndrome de Burnout en docentes de una universidad pública venezolana. *Comunidad y Salud*, 10(1), 1-9. Recuperado el 15 de Julio del 2016 desde <http://www.scielo.org.ve/pdf/cs/v10n1/art02.pdf>.
- Bourdieu, P. y Wacquant, L. (1992). *An Invitation to Reflexive Sociology*. London: University of Chicago Press.
- Burón, E., Jódar, I. y Corominas, A. (2004). Despersonalización: del trastorno al síntoma. *Revisión*, 32(2), 107-117. Recuperado el 01 de Agosto del 2016

desde

<http://www.elizabethselwyn.50webs.com/PDF%20Papers%20about%20Dpersonalization%20Disorder/E.%20BURON%20MASO%202004.pdf>

- Buunk, B., y Schaufeli, W. (1993). Burnout: Perspective from social comparison theory. En W. B. Schaufeli, C. Maslach, & T. Marek (Eds.), *Professional burnout: Recent developments in theory and research*. Washington, DC: Taylor & Francis.
- Buzetti, M (2005). *Validación del Maslach Burnout Inventory (MBI) en dirigentes del Colegio de Profesores A.G de Chile*. (Tesis de licenciatura). Chile: Universidad de Chile.
- Cano, F., Rodríguez, L. y García, J. (2006). Adaptación del inventario de estrategias de afrontamiento española. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 35 (1), pp.29-39.
- Cárdenas, M; Méndez, L M y González, M T. (2014). Desempeño, estrés, burnout y variables personales de los docentes universitarios. *Revista venezolana de educación Educere*, 18(60), pp. 289-302. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35631743009>
- Cárdenas, S. (2000). *Esperanza para la familia*. Recuperado de <http://www.Esperanzaparalafamilia.com>
- Carter, A. (2010). *Evaluating the Best of Coping Program: enhancing coping skills in adolescents*. (Tesis doctoral no publicada). University of Windsor.
- Castañeda, R. (2013). *Factores asociados a la deserción de estudiantes universitarios*. (Disertación doctoral). Lima, Perú: USMP.
- Castaño, E. y Barco, B. (2010). Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal. *International Journal of Psychology*, 245-257.

Obtenido de
https://www.researchgate.net/profile/Elena_FelipeCastano/publication/237036358_Estrategias_de_afrontamiento_del_estres_y_estilos_de_conducta_interpersonal/links/5447e3bb0cf2d62c30526bd4.pdf

Chaves, L. y Orozco, A. (2015). Estilos de personalidad y estrategias de afrontamiento al estrés en soldados: un estudio correlacional. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 7(1), pp 35-56.

Chiu, M., Pauley, T., Wesson, V., Pushpakumar, D. y Sadavoy, J. (2015). Evaluation of a problem-solving techniques-based intervention for informal carers of patients with dementia receiving in-home care. *International psychogeriatrics*, 27 (6), 937-948.

Collredo, C., Aparicio, D. y Moreno, J. (2007). Descripción de los estilos de afrontamiento en hombres y mujeres ante la situación de desplazamiento. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 125-156. Obtenido de <http://www.redalyc.org/pdf/2972/297224996002.pdf>

Ccoyllo, M. (2017). *Síndrome de burnout y competencia laboral en docentes de la Universidad Arzobispo Loayza, Lima - Perú 2016* (Tesis de maestría) Universidad César Vallejo. Lima

Cupe, W. (2013). *El Síndrome de Burnout y su relación con el desempeño docente de los catedráticos de la universidad San Andrés, Lima – 2013*. (Disertación Doctoral, Universidad César Vallejo). Recuperada <http://crai.ucvlima.edu.pe/biblioteca/modulos/PrincipalAlumno.aspx>

Cruz, C. y Vargas, L. (2001). *Estrés; entenderlo es manejarlo*. México: Alfa Omega.

- Delgado, E. (2008). *Salud emocional*. Recuperado de <http://documents.mx/documents/salud-emocional-ps-eliana-delgado-coz-hcfapuniversidad-norbert-wiener-junio.html>
- Denny, B. y Ochsner, K. (2014). Behavioral effects of longitudinal training in cognitive reappraisal. *Emotion*, 14(2), 425-433.
- Díaz, C. (2008), Modelo conceptual para la deserción estudiantil universitaria chilena. *Estudios Pedagógicos*, 34 (2): pp 65 – 86.
- El Sahili, L. y Kornhauser, S. (2010). Burnout en el Colectivo Docente. México: Universidad EPCA.
- Ethington, C. (1990). A psychological model of student persistence. *Research in Higher education*, 31 (31): pp 279 – 293.
- Feldman, R. (2006). *Psicología con Aplicaciones en Países en habla hispana*. 6ta edición. México: MacGraw Hill, Interamericana Editores, S.A. de C.A.
- Fernández, E. (1997). Estilos y estrategias de afrontamiento. En Fernández-Abascal, E., Palmero, F., Chóliz, M. y Martínez F. (Eds.), *Cuaderno de Prácticas de Motivación y Emoción* (pp. 189-206). Madrid: Pirámide.
- Fishbein, M. y Ajzen, I. (1975). *Belief, attitude, intention ad behavior. An introduction to theory and research*. EE.UU: Addison-Wesley, Reading.
- García, L. y Rodríguez, J. (2013). Presencia y prevalencia del síndrome de burnout en profesores de la Universidad Autónoma de Occidente. Colombia: Universidad Autónoma de Occidente.
- Gil-Monte, P. (1999). Validez factorial del Maslach Burnout Inventory en una muestra multiocupacional. *Revista Psicothema*, 11(3), p. 679-689.

- González, G., Carrasquilla, D., Latorre, G., Torres, V., y Villamil, K. (2015). Síndrome de Burnout en docentes universitarios. *Revista Cubana De Enfermería*, 31(4) S/P. Recuperado de <http://www.revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/902/138>
- González, M. (2006). *Manejo del estrés*. Málaga, España: Innovación y cualificación S.L.
- González, J. y Sandoval, M. (2014). Estrategias de afrontamiento y personalidad en la adaptación de jóvenes a su práctica deportiva. Diferencias de género. *Euroamericana de Ciencias Del Deporte*, 57-62. Obtenido de <https://digitum.um.es/xmlui/bitstream/10201/46833/1/239831-838161-1-SM.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). Metodología de la Investigación. México D.F.: Mcgraw-HILL / Interamericana Editores, S.A. de C.V.
- Hobfoll, S. y Freedy, J. (1993). Conservation of re-sources: A general stress theory applied to burnout. En Schaufeli, W., Maslach, C. y Marek, T (Eds.) *Professional burnout: Recent developments in theory and research* (pp. 115-129). London: Taylor & Francis.
- Holahan, C., Moos, R. y Schaefer, J. (1996). Coping, stress resistance and growth: conceptualizing adaptive functioning. En: M. Zeidner y N.E. Endler (Eds), *Handbook of coping: theory, research, applications*. Nueva York: Wiley.
- Holmes, T. y Rahe, R. (1967). The Social Readjustment Rating Scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11, 213-218.
- Jaramillo, F. (2006). Síndrome de burnout en docentes de la región Metropolitana. (Tesis de maestría). Chile: Universidad Academia.
- Jiménez, M. (2012). *Afrontamiento y Síndrome de Burnout en Médicos de Guardia de Emergencia*. Obtenido de

http://bibliotecadigital.uda.edu.ar/objetos_digitales/389/tesis-1910-habilidades.pdf

John, E., Cabrera, A., Nora, A. y Asker, E. (2000). Economic influences on persistence reconsidered: How can finance research inform the reconceptualization of persistence research. En: J.M. Braxton (Ed.) *Reworking the student departure puzzle*. Nashville: Vanderbilt University Press.

Lazarus, R. (2000). *Estrés y emoción. Manejo e implicaciones para la salud*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Lazarus, R. y Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer.

Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.

Mababu, R. (2013), El constructo de Tarabaja Emocional y su relación con el Síndrome del Desgaste Profesional. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 12(2), 219-244. Recuperado el 01 de Julio del 2016 desde <http://www.ijpsy.com/volumen12/num2/328/el-constructo-de-trabajo-emocional-y-su-ES.pdf>

Macías, M., Orozco, C., Amarís, M. y Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento Individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 123- 145. Obtenido de <http://www.redalyc.org/pdf/213/21328600007.pdf>

Mansilla, F. (2009). Manual de riesgos psicosociales en el trabajo: Teoría y práctica. Recuperado de <http://www.ripsol.org/Data/Elementos/607.pdf>.

Maslach, C. y Jackson, S. (1993). Maslach Burnout Inventory. Manual Research Edition. University of California, Palo Alto: Consulting Psychologist Press.

- Maslach, C. y Leiter, P. (1997). *La verdad sobre el Burnout: ¿Cómo causar estrés personal en las Organizaciones y qué hacer al respecto?*. San Francisco, California, E.U.A.: JosseyBass Inc. Publishers.
- Márquez, S. (2006). Estrategias de afrontamiento del estrés en el ámbito deportivo: fundamentos teóricos e instrumentos de evaluación. *International Journal of Clinical and Health*, 359-378. Obtenido de <http://www.redalyc.org/pdf/337/33760209.pdf>
- Martínez, A., Piqueras, J. y Inglés, C. (2011). Relaciones entre Inteligencia Emocional y Estrategias de Afrontamiento ante el Estrés. *Revista electrónica de Motivación y Emoción*, 14 (37).
- Martínez, F (2016) Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes de postgrado de la Universidad Nacional del Callao (Tesis de maestría). Perú: Universidad César Vallejo
- Meléndez, L. (2011). *Estrategias de afrontamiento ante la violencia que utilizan personas que viven en la colonia 15 de Agosto (La Limonada)*. (Tesis de licenciatura). Guatemala: Universidad Rafael Landívar.
- Oblitas, L. (2010). *Psicología de la salud y calidad de vida*. México: Cengage Learning Editores.
- Peiro, J. (2005). Estrés, clima y cultura organizacional, equipos de trabajo, gestión de RRHH. *Revista de Psicología del Trabajo y Organizaciones*, 90(6),12-17.
- Porres, R. (2012). *Estrategias de afrontamiento que utilizan los adolescentes del colegio loyola ante el divorcio de sus padres*. (Tesis de licenciatura). Guatemala: Universidad Rafael Landivar.
- Olivares, V.E. (2009). Análisis de la principales fortalezas y debilidades del “Maslach Burnout Inventory” (MBI). *Ciencia y Trabajo*, 1(33), 160-167.

Recuperado el 01 de Julio del 2016 desde http://www.uv.es/unipsico/pdf/CESQT/Internos/2009_Olivares_y_Gil-Monte.pdf

Rodríguez, M., Preciado, M., Aguilar, M., Aranda C., y León S. (2014). Causas y situaciones que inciden en el estrés laboral de profesores del centro universitario de Ciencias de la salud de la universidad de Guadalajara. *Revista colombiana de Salud Ocupaciones*, 4(3), 17-20. Recuperado el 18 de febrero del 2016 desde <http://revistasojs.unilibrecali.edu.co/index.php/rcso/article/view/120/128>

Rubia, M. (2011). *Estilos y estrategias de afrontamiento en madres de niños con trastorno autista*. (Tesis de maestría). Argentina: Universidad del Aconcagua.

Ruiz de Chávez, D., Pando, M., Aranda, C., y Almeida, C. (2014). Aranda y Almeida, C. (2014). *Burnout y Work Engagement en Docentes Universitarios de Zacatecas*. Recuperado de http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-24492014000200010

Sánchez, H. y Reyes C., (2015) *Metodología y Diseños en la Investigación Científica*. 5ta. Ed. Perú: Business Support Aneth S.R.L.

Salanova, M; Llorens, S (2011). Burnout, un problema psicológico y social. Publicación especial riesgos psicosociales. *Revista Riesgo Laboral*, 37.

Selye, H. (1980). *Selye's guide to stress research (vol. 1)*. New York: Van Nostrand Reinhold.

Spady, W. (1970). Dropouts from higher education: An interdisciplinary review and synthesis. *Interchange*. 1 (1): pp. 64-85.

- Sumbana, L. (2015). *Estrategias de afrontamiento en el duelo normativo de los adolescentes de noveno año de educación básica de las instituciones con bachillerato fiscales del distrito 1, parroquia la matriz de la ciudad de Ambato*. (Tesis de licenciatura). Ecuador: Universidad de Ambato.
- Tinto, V. (1975). Dropout From Higher Education. A theoretical Synthesis of Recent Research. *Journal of Higher Education*, 45, pp. 89 – 125.
- Tinto, V. (2002). Research and practice of student retention: What next? *Journal College Student Retention*, 8(1), 1-19.
- Tobin, D., Holroyd, K., Reynolds, R. y Kigal, J. (1989). The hierarchical factor structure of the Coping Strategies Inventory. *Cognitive Therapy and Research*, 13, 343-3611.
- Ugaz, P. (2014). *Programa de acogida para estudiantes de posgrado de la modalidad virtual*. (Tesis de maestría). Lima, Perú: PUCP.
- Veramendi, V. (2016). *Síndrome de burnout y competencia laboral de docentes de pre grado de una universidad pública de Lima*. (Tesis maestría).
- Zimmerman, B. (2000). Self-Efficacy: An essential motive to learn. *Contemporary Educational Psychology*, 25, pp. 82 – 91.

Anexos

ANEXO A: MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO: Estrategias de afrontamiento y Síndrome de burnout los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017

AUTORA: Angela Pierina Carhuachin Sinche

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES E INDICADORES				
<p>Problema principal: ¿Qué relación existe entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017?</p> <p>Problemas específicos</p> <p>Problema específico 1 ¿Qué relación existe entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión agotamiento emocional del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017?</p> <p>Problema específico 2 ¿Qué relación existe entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión despersonalización del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017?</p>	<p>Objetivo general: Determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017</p> <p>Objetivos Específicos</p> <p>Objetivo específico 1 Determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión agotamiento emocional del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017.</p> <p>Objetivo específico 2 Determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión</p>	<p>Hipótesis general: Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017.</p> <p>Hipótesis específicas</p> <p>Hipótesis específica 1 Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión agotamiento emocional del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017.</p> <p>Hipótesis específica 2 Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión despersonalización del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017.</p> <p>Hipótesis específica 3 Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión realización personal del</p>	Variable 1: Estrategias de afrontamiento				Bajo Medio Alto
			Dimensiones	Indicadores	Ítems	Niveles o rangos	
			Resolución de problemas	Analizar las causas Plan de acción	1, 9, 17, 25, 33		
			Autocrítica	Autoculparse Autoconvencerse	2, 10, 18, 26, 34		
			Expresión emocional	Ver aspectos positivos	3, 11, 19, 27, 35		
			Pensamiento desiderativo	Irritarse Agresión	4, 12, 20, 28, 36		
			Apoyo social	Tratar de olvidar Otras actividades	5, 13, 21, 29, 37		
			Reestructuración cognitiva	Pedir consejo Expresar sentimientos	6, 14, 22, 30, 38		
			Evitación de problemas	Negación Evitación	7, 15, 23, 31, 39		
			Retirada social	Rezar Asistir a misa	8, 16, 24, 32, 40		

<p>Problema específico 3</p> <p>¿Qué relación existe entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión realización personal del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017?</p> <p>Hipótesis general</p> <p>Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017.</p>	<p>despersonalización del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017.</p> <p>Objetivo específico 3</p> <p>Determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y la dimensión realización personal del síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017.</p>	<p>síndrome de burnout en los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017.</p>	Variable 2: Síndrome de burnout				
			Dimensiones	Indicadores	Ítems	Niveles o rangos	
			Agotamiento emocional	Exhausto emocionalmente por las demandas de trabajo	1-2-3-6-8-13-14-16-20	MODERADO	
			La despersonalización	Actitudes de frialdad y distanciamiento	5-10-11-15-22	LEVE	
Realización personal	Sentimientos de autoeficiencia Realización personal en el trabajo	4-7-9-12-17-18-19-21	Agudo				
TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	POBLACIÓN Y MUESTRA	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	ESTADÍSTICA A UTILIZAR				
<p>TIPO:</p> <p>El tipo de estudio fue sustantiva, ya que trata de responder a los problemas sustanciales, en tal sentido, está orientada a describir, explicar, predecir o retrodecir la realidad.</p> <p>DISEÑO:</p> <p>El diseño de la investigación fue no experimental, transversal</p> <p>MÉTODO:</p> <p>El método de la investigación fue hipotético deductivo ya que consiste</p>	<p>POBLACIÓN:</p> <p>La población estuvo conformada por 102 docentes de una Universidad de la facultad de educación de Lima Metropolitana</p> <p>TIPO DE MUESTREO:</p> <p>El tipo de muestreo aplicado fue de tipo no probabilístico intencional</p>	<p>Variable 1: Estrategias de afrontamiento</p> <p>Técnicas: la Encuesta</p> <p>Instrumentos: el cuestionario de IBM</p> <p>Autor:</p> <p>Año: 1981</p> <p>Ámbito de Aplicación: Universidad “Arzobispo Loayza”</p>	<p>DESCRIPTIVA:</p> <p>Luego de aplicar el instrumento de evaluación, los datos eran procesados en el programa SPSS versión 22, para interpretar los resultados; además de describir los datos.</p> <p>INFERENCIAL:</p> <p>Para la prueba de hipótesis se prevé utilizar lo siguiente:</p> <p>La prueba no paramétrica</p> <p>Rhos Sperman, en estadística, es una medida de la correlación (la asociación o interdependencia) entre dos variables aleatorias continuas.</p>				

<p>en elaborar una hipótesis que explicara un fenómeno para luego someterla a prueba en un experimento.</p>		<p>Variable 2: Síndrome de burnout</p> <p>Técnicas: la Encuesta</p> <p>Instrumentos: el cuestionario de IBM</p> <p>Autor: Maslach</p> <p>Año: 1981</p> <p>Ámbito de Aplicación: Universidad "Arzobispo Loayza"</p>	
---	--	--	--

Anexo B.

Cuestionario de Estrategias de afrontamiento

Estimado docente:

La presente encuesta es **ANÓNIMA** y tiene como finalidad recoger información relacionada sobre Estrategias de afrontamiento al síndrome de Burnout de los docentes de la institución superior. La información proporcionada por Ud. **tendrá carácter estrictamente confidencial** y de uso exclusivamente reservado a fines de investigación

Esté seguro de que responde a todas las frases y de que marca sólo un número en cada una de ellas. No hay respuestas correctas o incorrectas; sólo se evalúa lo que usted hizo, pensó o sintió en ese momento

Escuela	Docentes
Educación primaria	
Educación inicial	
Biología y Química	
Historia y geografía	
Lengua y literatura	

Estrategias de afrontamiento						
CATEGORÍA		en absoluto	un poco	bastante	mucho	totalmente
01	Luché para resolver el problema	0	1	2	3	4
02	Me culpé a mí mismo	0	1	2	3	4
03	Deje salir mis sentimientos para reducir el estrés	0	1	2	3	4
04	Deseé que la situación nunca hubiera empezado	0	1	2	3	4
05	Encontré a alguien que escuchó mi problema	0	1	2	3	4
06	Repasé el problema una y otra vez en mi mente y al final vi las cosas de una forma diferente	0	1	2	3	4
07	No dejé que me afectara; evité pensar en ello demasiado	0	1	2	3	4
08	Pasé algún tiempo solo	0	1	2	3	4
09	Me esforcé para resolver los problemas de la situación	0	1	2	3	4
10	Me di cuenta de que era personalmente responsable de mis dificultades y me lo reproché	0	1	2	3	4
11	Expresé mis emociones, lo que sentía	0	1	2	3	4
12	Deseé que la situación no existiera o que de alguna manera terminase	0	1	2	3	4
13	Hablé con una persona de confianza	0	1	2	3	4
14	Cambié la forma en que veía la situación para que las cosas no parecieran tan malas	0	1	2	3	4
15	Traté de olvidar por completo el asunto	0	1	2	3	4
16	Evité estar con gente	0	1	2	3	4
17	Hice frente al problema	0	1	2	3	4
18	Me critiqué por lo ocurrido	0	1	2	3	4
19	Analice mis sentimientos y simplemente los dejé salir	0	1	2	3	4
20	Deseé no encontrarme nunca más en esa situación	0	1	2	3	4
21	Dejé que mis amigos me echaran una mano	0	1	2	3	4
22	Me convencí de que las cosas no eran tan malas como parecían	0	1	2	3	4
23	Quité importancia a la situación y no quise preocuparme más	0	1	2	3	4
24	Oculté lo que pensaba y sentía	0	1	2	3	4
25	Supe lo que había que hacer, así que doblé mis esfuerzos y traté con más ímpetu de hacer que las cosas funcionaran	0	1	2	3	4
26	Me recriminé por permitir que esto ocurriera	0	1	2	3	4
27	Dejé desahogar mis emociones	0	1	2	3	4
28	Deseé poder cambiar lo que había sucedido	0	1	2	3	4
29	Pasé algún tiempo con mis amigos	0	1	2	3	4
30	Me pregunté qué era realmente importante y descubrí que las cosas no estaban tan mal después de todo	0	1	2	3	4
31	Me comporté como si nada hubiera pasado	0	1	2	3	4
32	No dejé que nadie supiera como me sentía	0	1	2	3	4
33	Mantuve mi postura y luché por lo que quería	0	1	2	3	4
34	Fue un error mío, así que tenía que sufrir las consecuencias	0	1	2	3	4
35	Mis sentimientos eran abrumadores y estallaron	0	1	2	3	4
36	Me imaginé que las cosas podrían ser diferentes	0	1	2	3	4
37	Pedí consejo a un amigo o familiar que respeto	0	1	2	3	4
38	Me fijé en el lado bueno de las cosas	0	1	2	3	4
39	Evité pensar o hacer nada	0	1	2	3	4
40	Traté de ocultar mis sentimientos	0	1	2	3	4

Anexo C

INSTRUMENTO DE MEDICIÓN DE SINDROME DE BURNOUT

Estimado docente:

La presente encuesta es **ANÓNIMA** y tiene como finalidad recoger información relacionada sobre el síndrome de Burnout de los docentes de la institución superior. La información proporcionada por Ud. **tendrá carácter estrictamente confidencial** y de uso exclusivamente reservado a fines de investigación.

Por favor, lea cada pregunta detenidamente, revise todas las opciones y elija una respuesta que prefiera **marcando con una x** el casillero que mejor describa su modo de pensar, de acuerdo a la escala valorativa que se le muestra en el cuadro.

Por favor sea lo más honesto posible y evite dejar alguna pregunta sin contestar.

ESCALA VALORATIVA

CATEGORÍAS	CÓDIGO	VALORACIÓN
Todos los días	TD	6
Pocas veces a la semana	PVS	5
Una vez a la semana	UVS	4
Unas pocas veces al mes	UPV	3
Una vez al mes o menos	UVM	2
Pocas veces al año o menos	PV	1
Nunca	N	0

Escuela	Docentes
Educación primaria	
Educación inicial	
Biología y Química	
Historia y geografía	
Lengua y literatura	

SINDROME DE BURNOUT								
Agotamiento Emocional								
		TD	PVS	UVS	UPV	UVM	PV	N
01	Me siento emocionalmente agotado por mi trabajo							
02	Cuando termino mi jornada de trabajo me siento vacío							
03	Cuando me levanto por la mañana y me enfrento a otra jornada de trabajo me siento fatigado							
04	Siento que trabajar todo el día con los estudiantes me cansa							
05	Siento que mi trabajo me está desgastando							
06	Me siento frustrado en mi trabajo							
07	Siento que estoy demasiado tiempo en mi trabajo							
08	Siento que trabajar en contacto directo con los estudiantes me cansa							
09	Me siento como si estuviera al límite de mis posibilidades							
Despersonalización								
10	Siento que estoy tratando a algunos estudiantes como si fueran objetos impersonales							
11	Siento que me he hecho más duro con la gente							
12	Me preocupa que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente							
13	Siento que realmente no me importa lo que les ocurra a mis estudiantes							
14	Me parece que los pacientes me culpan de alguno de sus problemas							
Realización Personal								
15	Siento que puedo entender fácilmente a los estudiantes							
16	Siento que trato con mucha eficacia los problemas de mis estudiantes							
17	Siento que estoy influyendo positivamente en la vida de otras personas a través de mi trabajo							
18	Me siento con mucha energía en mi trabajo							
19	Siento que puedo crear con facilidad un clima agradable con mis estudiantes							
20	Me siento estimado después de haber trabajado íntimamente con mis estudiantes							
21	Creo que consigo muchas cosas valiosas en este trabajo							
22	Siento que en mi trabajo los problemas emocionales son tratados de forma adecuada							

Base de datos de confiabilidad de estrategias de afrontamiento

N	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	P29	P30	P31	P32	P33	P34	P35	P36	P37	P38	P39	P40	
1	2	0	1	2	2	2	2	2	1	2	1	3	2	3	1	1	2	3	1	1	1	2	1	3	2	1	3	1	1	1	2	3	1	1	1	2	1	1	1	3	
2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	0	2	2	3	2	3	3	2	0	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	
3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	
4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	2	4	2	4	4	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	
5	3	3	3	2	2	3	2	2	2	0	2	3	2	2	0	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	
6	2	2	3	2	1	2	2	2	1	2	1	3	2	2	1	3	2	2	1	2	1	2	0	1	2	2	2	1	2	0	2	2	1	2	1	2	3	1	3	0	
7	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	4	2	3	2	2	2	4	2	2	2	2	2	4	2	4	2	4	2	3	2	2	2	4	2	2	
8	2	2	0	4	4	1	1	1	4	4	1	2	2	1	1	3	1	3	1	1	1	0	1	1	2	1	1	0	1	3	1	1	1	1	4	4	1	2	1	2	
9	2	1	3	1	3	2	2	2	0	1	2	2	2	2	0	1	3	0	2	2	3	1	1	2	2	2	2	3	1	1	3	1	2	2	3	1	1	2	1	2	
10	1	4	1	4	4	1	1	2	4	4	1	1	2	2	2	4	1	2	1	2	4	4	1	1	2	2	2	4	1	4	1	2	1	2	4	4	1	1	1	1	
11	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
12	1	1	1	2	2	1	1	1	4	4	1	4	1	1	1	4	1	1	1	1	4	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	1	1	4	0	1	4	1	4	
13	2	2	2	1	5	2	1	2	4	3	2	3	2	2	2	4	2	3	1	5	4	0	2	2	4	2	2	4	2	4	2	3	1	5	4	3	2	2	2	3	
14	2	2	1	2	5	2	1	1	2	1	1	3	1	2	3	1	1	2	1	2	4	3	1	1	1	2	3	1	1	1	1	2	1	2	4	3	1	1	1	3	
15	1	1	2	4	4	2	1	2	3	4	2	3	1	2	2	3	2	2	1	2	4	4	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	1	2	3	4	2	2	2	3	
16	1	1	2	4	4	2	1	3	3	4	1	1	4	4	3	4	1	1	1	3	4	4	1	1	4	4	3	4	1	4	1	1	1	3	3	4	1	1	1	1	
17	1	4	1	4	4	2	1	2	3	3	2	2	2	1	2	3	1	3	1	2	4	4	2	2	2	1	2	3	1	3	1	3	1	2	3	3	2	2	2	2	
18	1	2	1	1	2	2	1	2	3	4	1	2	1	1	2	3	1	2	1	2	3	4	1	2	1	1	2	3	1	3	1	2	1	2	3	4	1	2	1	2	
19	2	1	1	4	4	4	1	4	3	4	1	1	2	2	1	3	2	2	1	4	3	4	1	1	2	2	1	3	2	3	2	2	1	4	3	4	1	1	1	1	
20	1	1	1	4	4	1	1	1	3	4	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	3	4	1	1	1	1	1	1	3	1	3	3	1	1	1	3	4	1	1	1	1
21	2	2	3	4	4	2	2	2	4	4	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	4	4	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	4	4	3	3	3	3	
22	3	2	1	4	4	2	3	4	3	4	3	2	2	1	2	4	2	2	3	4	4	4	3	2	2	1	2	0	2	4	2	2	3	4	4	4	3	2	3	2	
23	2	2	4	4	4	2	3	4	3	2	2	4	2	2	4	4	2	2	2	4	4	2	2	4	2	2	4	4	2	4	2	2	2	4	4	2	2	4	2	4	
24	2	2	1	4	4	2	1	4	3	4	2	4	2	3	2	4	1	1	1	4	3	4	2	4	2	5	2	4	1	4	1	1	1	0	3	4	2	4	2	4	
25	4	3	2	4	4	4	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	3	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	2	3	2	2	2	2	4	2	4	2	3	
26	2	2	4	4	4	1	2	1	4	4	1	1	1	1	1	4	3	1	2	1	4	4	1	1	1	1	1	4	3	4	3	1	2	1	4	4	1	1	1	1	
27	1	1	2	4	4	4	1	1	4	4	1	4	1	1	1	3	1	1	1	1	3	0	1	3	1	1	1	3	1	2	1	1	1	1	3	3	1	3	1	3	
28	2	3	2	4	4	4	2	1	2	4	2	3	2	3	3	4	3	3	3	1	2	4	2	3	2	1	1	4	1	4	2	3	2	1	3	4	2	1	2	1	
29	1	1	1	4	4	2	1	2	2	4	2	1	2	2	2	4	2	4	1	2	2	4	2	1	2	2	2	4	2	4	2	4	1	2	2	4	2	1	2	1	
30	1	1	1	4	4	2	1	1	3	4	1	1	2	2	2	3	1	2	1	1	3	4	0	1	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	3	0	1	1	1	1	

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	30	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	30	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,891	40

Interpretación:

La confiabilidad del instrumento de estrategias de afrontamiento es altamente confiable con 0.891 puntos.

Base de datos de confiabilidad de síndrome de Burnout

N	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22
1	4	5	5	6	5	4	5	5	3	5	6	5	5	3	4	4	5	6	5	5	5	5
2	4	2	3	2	2	4	4	3	4	3	3	2	2	3	3	3	0	3	2	2	3	3
3	4	6	5	1	5	4	6	1	2	5	4	6	4	3	4	4	3	6	2	6	6	4
4	4	5	4	6	5	4	3	5	5	3	5	6	5	5	4	5	5	2	6	4	4	4
5	3	0	2	3	2	3	2	1	3	2	2	1	3	1	3	3	0	2	2	3	2	2
6	5	2	5	3	3	3	3	5	3	2	5	3	3	3	5	3	2	3	5	5	2	5
7	3	3	3	4	0	1	2	3	3	3	2	0	3	3	2	1	0	2	3	3	4	4
8	4	4	3	3	3	4	5	2	2	5	2	3	3	3	3	3	5	2	5	2	5	3
9	4	5	3	5	3	4	5	5	3	1	5	5	3	4	4	3	5	5	5	5	5	2
10	4	3	4	3	4	4	5	5	4	4	5	3	4	4	4	1	5	5	3	5	5	4
11	0	2	2	2	2	2	3	1	2	2	0	2	2	3	2	3	0	3	2	3	2	3
12	4	2	4	3	4	3	2	1	4	1	2	2	2	2	3	2	2	2	3	4	2	2
13	4	2	4	3	4	4	2	1	4	1	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2
14	2	3	0	2	3	2	4	4	2	3	1	0	2	3	2	4	3	0	2	2	2	1
15	4	2	5	4	5	4	5	5	3	3	5	5	6	4	4	4	5	5	5	4	6	4
16	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3
17	3	2	0	3	4	3	1	1	1	3	3	0	3	3	3	3	0	2	2	2	2	2
18	2	2	3	2	3	3	2	3	4	2	2	3	3	3	4	3	2	2	1	2	2	2
19	3	2	2	3	2	4	3	4	3	3	3	1	2	1	1	1	2	4	2	3	3	3
20	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2
21	4	1	1	0	3	3	3	1	3	1	3	0	3	3	3	2	3	0	1	1	1	2
22	4	1	1	6	4	4	2	4	2	2	2	2	3	4	6	4	1	2	2	2	2	2
23	0	4	0	3	3	0	3	2	3	3	0	2	0	3	2	2	0	4	0	0	0	3
24	3	2	2	2	0	3	3	3	3	3	3	3	2	1	2	2	3	3	3	0	3	3
25	3	0	2	1	1	2	3	3	1	4	0	4	3	1	1	0	4	2	0	3	0	2
26	4	2	2	2	2	6	3	1	4	1	1	0	2	2	3	3	2	2	2	6	2	4
27	1	2	0	1	1	2	1	1	1	1	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3
28	1	2	1	1	0	3	2	4	1	4	2	4	2	1	1	1	0	4	4	4	4	4
29	5	3	6	5	3	3	5	4	3	5	6	5	5	4	4	5	4	5	4	5	6	5
30	1	4	0	1	1	1	4	2	3	2	3	4	4	4	2	2	2	2	0	2	4	3

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	30	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	30	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,934	22

Interpretación:

La confiabilidad del instrumento de Síndrome de Burnout es altamente confiable con 0.934 puntos.

Base de datos de la V1 estrategias de afrontamiento

N	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	P29	P30	P31	P32	P33	P34	P35	P36	P37	P38	P39	P40	
1	2	0	1	2	2	2	2	2	1	2	1	3	2	3	1	1	2	3	1	1	1	2	1	3	2	1	3	1	1	2	3	1	1	1	2	1	1	1	1	3	
2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	0	2	2	3	2	3	3	2	0	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	
3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	
4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	2	4	2	4	4	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	
5	3	3	3	2	2	3	2	2	2	0	2	3	2	2	0	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	
6	2	2	3	2	1	2	2	2	1	2	1	3	2	2	1	3	2	2	1	2	1	2	0	1	2	2	2	1	2	0	2	2	1	2	1	2	3	1	3	0	
7	2	2	2	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	4	2	3	2	2	2	4	2	2	2	2	2	4	2	4	2	3	2	2	2	4	2	2	2		
8	2	2	0	4	4	1	1	1	4	4	1	2	2	1	1	3	1	3	1	1	1	0	1	1	2	1	1	0	1	3	1	1	1	1	1	4	4	1	2	1	2
9	2	1	3	1	3	2	2	2	0	1	2	2	2	2	0	1	3	0	2	2	3	1	1	2	2	2	2	3	1	1	3	1	2	2	3	1	1	2	1	2	
10	1	4	1	4	4	1	1	2	4	4	1	1	2	2	2	4	1	2	1	2	4	4	1	1	2	2	2	4	1	4	1	2	1	2	4	4	1	1	1	1	
11	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
12	1	1	1	2	2	1	1	1	4	4	1	4	1	1	1	4	1	1	1	1	4	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	1	1	1	4	0	1	4	1	4
13	2	2	2	1	5	2	1	2	4	3	2	3	2	2	2	4	2	3	1	5	4	0	2	2	4	2	2	4	2	4	2	3	1	5	4	3	2	2	2	3	
14	2	2	1	2	5	2	1	1	2	1	1	3	1	2	3	1	1	2	1	2	4	3	1	1	1	2	3	1	1	1	1	2	1	2	4	3	1	1	1	3	
15	1	1	2	4	4	2	1	2	3	4	2	3	1	2	2	3	2	2	1	2	4	4	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	1	2	3	4	2	2	2	3	
16	1	1	2	4	4	2	1	3	3	4	1	1	4	4	3	4	1	1	1	3	4	4	1	1	4	4	3	4	1	4	1	1	1	3	3	4	1	1	1	1	
17	1	4	1	4	4	2	1	2	3	3	2	2	2	1	2	3	1	3	1	2	4	4	2	2	2	1	2	3	1	3	1	3	1	2	3	3	2	2	2	2	
18	1	2	1	1	2	2	1	2	3	4	1	2	1	1	2	3	1	2	1	2	3	4	1	2	1	1	2	3	1	3	1	2	1	2	3	4	1	2	1	2	
19	2	1	1	4	4	4	1	4	3	4	1	1	2	2	1	3	2	2	1	4	3	4	1	1	2	2	1	3	2	3	2	2	1	4	3	4	1	1	1	1	
20	1	1	1	4	4	1	1	1	3	4	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	3	4	1	1	1	1	1	3	1	3	3	1	1	1	3	4	1	1	1	1	
21	2	2	3	4	4	2	2	2	4	4	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	4	4	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	4	4	3	3	3	3	
22	3	2	1	4	4	2	3	4	3	4	3	2	2	1	2	4	2	2	3	4	4	4	3	2	2	1	2	0	2	4	2	2	3	4	4	4	3	2	3	2	
23	2	2	4	4	4	2	3	4	3	2	2	4	2	2	4	4	2	2	2	4	4	2	2	4	2	2	4	4	2	4	2	2	2	4	4	2	2	4	2	4	
24	2	2	1	4	4	2	1	4	3	4	2	4	2	3	2	4	1	1	1	4	3	4	2	4	2	5	2	4	1	4	1	1	1	0	3	4	2	4	2	4	
25	4	3	2	4	4	4	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	3	2	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	2	2	3	2	2	2	4	2	4	2	3	

26	2	2	4	4	4	1	2	1	4	4	1	1	1	1	1	4	3	1	2	1	4	4	1	1	1	1	1	4	3	4	3	1	2	1	4	4	1	1	1	1
27	1	1	2	4	4	4	1	1	4	4	1	4	1	1	1	3	1	1	1	1	3	0	1	3	1	1	1	3	1	2	1	1	1	1	3	3	1	3	1	3
28	2	3	2	4	4	4	2	1	2	4	2	3	2	3	3	4	3	3	3	1	2	4	2	3	2	1	1	4	1	4	2	3	2	1	3	4	2	1	2	1
29	1	1	1	4	4	2	1	2	2	4	2	1	2	2	2	4	2	4	1	2	2	4	2	1	2	2	2	4	2	4	2	4	1	2	2	4	2	1	2	1
30	1	1	1	4	4	2	1	1	3	4	1	1	2	2	2	3	1	2	1	1	3	4	0	1	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	3	0	1	1	1	1

Base de datos de la V2 síndrome de Burnout

N	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22
1	4	5	5	6	5	4	5	5	3	5	6	5	5	3	4	4	5	6	5	5	5	5
2	4	2	3	2	2	4	4	3	4	3	3	2	2	3	3	3	0	3	2	2	3	3
3	4	6	5	1	5	4	6	1	2	5	4	6	4	3	4	4	3	6	2	6	6	4
4	4	5	4	6	5	4	3	5	5	3	5	6	5	5	4	5	5	2	6	4	4	4
5	3	0	2	3	2	3	2	1	3	2	2	1	3	1	3	3	0	2	2	3	2	2
6	5	2	5	3	3	3	3	5	3	2	5	3	3	3	5	3	2	3	5	5	2	5
7	3	3	3	4	0	1	2	3	3	3	2	0	3	3	2	1	0	2	3	3	4	4
8	4	4	3	3	3	4	5	2	2	5	2	3	3	3	3	3	5	2	5	2	5	3
9	4	5	3	5	3	4	5	5	3	1	5	5	3	4	4	3	5	5	5	5	5	2
10	4	3	4	3	4	4	5	5	4	4	5	3	4	4	4	1	5	5	3	5	5	4
11	0	2	2	2	2	2	3	1	2	2	0	2	2	3	2	3	0	3	2	3	2	3
12	4	2	4	3	4	3	2	1	4	1	2	2	2	2	3	2	2	2	3	4	2	2
13	4	2	4	3	4	4	2	1	4	1	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2
14	2	3	0	2	3	2	4	4	2	3	1	0	2	3	2	4	3	0	2	2	2	1
15	4	2	5	4	5	4	5	5	3	3	5	5	6	4	4	4	5	5	5	4	6	4
16	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3
17	3	2	0	3	4	3	1	1	1	3	3	0	3	3	3	3	0	2	2	2	2	2
18	2	2	3	2	3	3	2	3	4	2	2	3	3	3	4	3	2	2	1	2	2	2
19	3	2	2	3	2	4	3	4	3	3	3	1	2	1	1	1	2	4	2	3	3	3
20	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2
21	4	1	1	0	3	3	3	1	3	1	3	0	3	3	3	2	3	0	1	1	1	2
22	4	1	1	6	4	4	2	4	2	2	2	2	3	4	6	4	1	2	2	2	2	2
23	0	4	0	3	3	0	3	2	3	3	0	2	0	3	2	2	0	4	0	0	0	3
24	3	2	2	2	0	3	3	3	3	3	3	3	2	1	2	2	3	3	3	0	3	3
25	3	0	2	1	1	2	3	3	1	4	0	4	3	1	1	0	4	2	0	3	0	2

26	4	2	2	2	2	6	3	1	4	1	1	0	2	2	3	3	2	2	2	6	2	4
27	1	2	0	1	1	2	1	1	1	1	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3
28	1	2	1	1	0	3	2	4	1	4	2	4	2	1	1	1	0	4	4	4	4	4
29	5	3	6	5	3	3	5	4	3	5	6	5	5	4	4	5	4	5	4	5	6	5
30	1	4	0	1	1	1	4	2	3	2	3	4	4	4	2	2	2	2	0	2	4	3



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

Centro de Recursos para el Aprendizaje y la Investigación (CRAI)
"César Acuña Peralta"

FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DE LAS TESIS

1. DATOS PERSONALES

Apellidos y Nombres: (solo los datos del que autoriza)

CARHUACHIN SINCHE ANGELA PIERINA
D.N.I. : 71271594
Domicilio : URB. LOS PINOS MZ. 5 LT. 17 SAN JUAN DE LOS RIOS
Teléfono : Fijo : 2534082 Móvil 986093023
E-mail : angela_cs@hotmail.com

2. IDENTIFICACIÓN DE LA TESIS

Modalidad:

Tesis de Pregrado

Facultad :
Escuela :
Carrera :
Título :

Tesis de Posgrado

Maestría

Doctorado

Grado : MAESTRA
Mención : DOCENCIA UNIVERSITARIA

3. DATOS DE LA TESIS

Autor (es) Apellidos y Nombres:

CARHUACHIN SINCHE ANGELA PIERINA
.....
.....

Título de la tesis:

RELACION ENTRE LAS ESTRATEGIAS DE ASESORIA Y EL
SINCRONISMO DE SUBSISTEMAS DE LOS DOCENTES DE UNA UNIVERSIDAD DE LIMA
METROPOLITANA 2017

Año de publicación : 2019

4. AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DE LA TESIS EN VERSIÓN ELECTRÓNICA:

A través del presente documento,

Si autorizo a publicar en texto completo mi tesis.

No autorizo a publicar en texto completo mi tesis.

Firma :

Fecha : 19-02-2019



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

AUTORIZACIÓN DE LA VERSIÓN FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

CONSTE POR EL PRESENTE EL VISTO BUENO QUE OTORGA EL ENCARGADO DE INVESTIGACIÓN DE

ESCUELA DE POSGRADO

A LA VERSIÓN FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN QUE PRESENTA:

CARHUACHIN SINCHE ANGELA PIERINA

INFORME TÍTULADO:

RELACION ENTRE LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y EL SINDROME DE BURNOUT

DE LOS DOCENTES DE UNA UNIVERSIDAD DE LIMA METROPOLITANA 2017

PARA OBTENER EL TÍTULO O GRADO DE:

MAESTRIA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA

SUSTENTADO EN FECHA: 06 DE OCTUBRE DE 2017

NOTA O MENCIÓN: APROBADO POR MAYORIA




Abel...

FIRMA DEL ENCARGADO DE INVESTIGACIÓN

Reportes de Turnitin

app/carta/en_us/?u=1058114598&lang=en_us&o=834611549&s=1&ro=103

ión entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout de los docentes de una universidad de Lima M -- /123 < 128 of 128 > ?



Relación entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout de los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017

TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE:
Maestra en docencia universitaria

AUTORA:
Angela Pierina Carhuachin Sinche

ASESOR:
Dr. Helfer Molina Quiñones

SECCIÓN:
Educación e Idiomas

LÍNEA DE ESTUDIO:
Innovaciones Pedagógicas

Match Overview

24%

1	CÁRDABA, LEONOR. ... <small>Publication</small>	1%
2	tesis.usat.edu.pe <small>Internet Source</small>	1%
3	revistasclacso.redalyc... <small>Internet Source</small>	1%
4	psicologiyamente.net <small>Internet Source</small>	1%
5	cybertesis.urp.edu.pe <small>Internet Source</small>	1%
6	bibliotecadigital.acade... <small>Internet Source</small>	1%
7	repositorio.usil.edu.pe <small>Internet Source</small>	1%

1400

ES 02:00 a.m.
02/08/2017

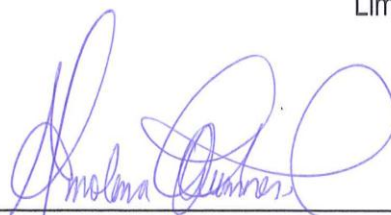


Acta de aprobación de originalidad de Tesis

Yo, Helfer Joel Molina Quiñones, docente de la Escuela de Postgrado de la UCV y revisor del trabajo académico titulado **“relación entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout de los docentes de una universidad de Lima Metropolitana 2017”** del estudiante **Ángela Pierina Carhuachin Sinche**; y habiendo sido capacitado e instruido en el uso de la herramienta Turnitin, he constatado lo siguiente:

Que el citado trabajo académico tiene un índice de similitud constato 24% verificable en el reporte de originalidad del programa turnitin, grado de coincidencia mínimo que convierte el trabajo en aceptable y no constituye plagio, en tanto cumple con todas las normas del uso de citas y referencias establecidas por la universidad César Vallejo.

Lima, 10 de Junio del 2017



Helfer Joel Molina Quiñones

DNI: 40014631

386-28
Abner Chavez



ESCUELA DE POSGRADO

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO



FORMATO DE SOLICITUD

SOLICITA:

2do Visto Bueno Para
C.M. Postgrado

ESCUELA DE POSGRADO

ANGELA PIERINO CONTRUCCION SINCHE con DNI N° 71271594
(Nombres y apellidos del solicitante) (Número de DNI)

domiciliado (a) en 725 1717 URB. LOS PINOS SAN JUAN DE LUYANCHA
(Calle / Lote / Mz. / Urb. / Distrito / Provincia / Región)

ante Ud. con el debido respeto expongo lo siguiente:

Que en mi condición de alumno de la promoción: del programa: MESTRADO E
(Promoción) (Nombre del programa)

DOCENSO UNIVERSITARIA identificado con el código de matrícula N°
(Código de alumno)

de la Escuela de Posgrado, recorro a su honorable despacho para solicitarle lo siguiente:

Visto Bueno Para E-Postgrado

Por lo expuesto, agradeceré ordenar a quien corresponde se me atienda mi petición por ser de justicia.

Lima, 7 de AGOSTO de 2018



Hora: 10:25 am / Firma: [Signature]
(Firma del solicitante)

Documentos que adjunto:

- a.
- b.
- c.
- d.

Cualquier consulta por favor comunicarse conmigo al:

Teléfonos: 986093033 / anyela_cs@hotmail.com

Email: 986093033