



FACULTAD DE HUMANIDADES

ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Efectos de la Técnica de Liberación del Estrés Emocional en las Dimensiones del Síndrome de Burnout en colaboradores de una institución pública de la ciudad de Piura, 2014

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

AUTOR:

Br. TUME JULINA, SEBASTIÁN

ASESOR:

Msc. TORO REQUE, RUBEN GUSTAVO

LINEA DE INVESTIGACIÓN:

SEGURIDAD Y SALUD OCUPACIONAL

PIURA – PERÚ

2014

“Efectos de la Técnica de Liberación del Estrés Emocional en las Dimensiones del Síndrome de Burnout en colaboradores de una Institución pública de la ciudad de Piura, 2014”

Página del Jurado

.....
Presidente del Jurado: Msc. Ruben Toro Reque

.....
Secretaria del Jurado: Lic. Priscilla Paredes Gamarra

.....
Vocal del Jurado: Lic. Noe Herrera Gabancho

DECLARACION DE AUTENTICIDAD

Yo SEBASTIÁN TUME JUJLINA con DNI Nº 45448429, a efecto de cumplir con las disposiciones vigentes consideradas en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo, Facultad de Humanidades, Escuela de Psicología, declaro bajo juramento que toda la documentación que acompaño es veraz y auténtica.

Así mismo, declaro también bajo juramento que todos los datos e información que se presenta en la presente tesis son auténticos y veraces.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas de la Universidad César Vallejo.

Piura, 19 de Agosto del 2014

Br. Sebastián Tume Jujlina

Presentación

Señores miembros del Jurado:

En cumplimiento del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo presento ante ustedes la Tesis titulada “Efectos de la Técnica de Liberación del Estrés Emocional en las dimensiones del Síndrome de Burnout en colaboradores de una Institución Pública de la Ciudad de Piura, 2014”, la misma que someto a vuestra consideración y espero que cumpla con los requisitos de aprobación para obtener el título Profesional de Licenciado en Psicología.

El autor

Índice

| | |
|--|-----|
| Página del Jurado | iv |
| Declaratoria de autenticidad..... | v |
| Presentación..... | vi |
| Índice | vii |
| RESUMEN | ix |
| Abstract | x |
| I. INTRODUCCIÓN | 11 |
| 1.1. El problema | 47 |
| 1.2. Hipótesis..... | 47 |
| 1.3. Objetivos..... | 47 |
| II. MARCO METODOLÓGICO..... | 48 |
| 2.1. Variables | 48 |
| 2.2. Operacionalización de variables:..... | 48 |
| 2.3. Metodología | 50 |
| 2.4. Tipos de estudio | 50 |
| 2.5. Diseño de investigación..... | 51 |
| 2.6. Población, Muestra y Muestreo | 51 |
| 2.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos | 52 |
| 2.8. Métodos de análisis de datos..... | 54 |
| 2.9. Aspectos éticos..... | 54 |

| | |
|-------------------------------------|----|
| III. RESULTADOS..... | 55 |
| IV. DISCUSIÓN..... | 63 |
| V. CONCLUSIONES..... | 67 |
| VI. RECOMENDACIONES..... | 68 |
| VII.REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS..... | 69 |
| ANEXOS..... | 71 |

RESUMEN

El presente trabajo de investigación, de diseño cuasi experimental, tuvo como objetivo determinar los Efectos de la Técnica de Liberación del Estrés Emocional en las dimensiones del Síndrome de Burnout en colaboradores de una Institución pública de Piura. Se aplicó el Inventario del MBI a un promedio de 65 colaboradores, se escogió a 30 como población, pero finalmente se trabajó con 20 participantes, distribuidos al azar en diez por cada grupo, uno experimental y otro control. Se aplicó la técnica Liberación del Estrés Emocional proveniente del enfoque Toque para la Salud en una sola sesión, una semana después se aplicó el post-test, la recolección de datos se realizó en base a trabajos realizados sobre alguna de éstas variables, además de libros, tesis, manuales, internet, e-books, para el análisis de datos se utilizó la estadística descriptiva como la media y la desviación estándar, así mismo para la contrastación de hipótesis se aplicó la estadística inferencial como la T de Student para muestras relacionadas, los hallazgos demuestran que existen diferencias significativas en el pos test del grupo experimental, en relación a las dimensiones Cansancio Emocional y Realización Personal del Síndrome de Burnout.

Palabras Clave: Técnica de Liberación del Estrés Emocional, Toque para la Salud, Terapias de Avanzada y Síndrome de Burnout.

Abstract

The present research, quasi-experimental design was to determine the effects of the Emotional Stress Release Technique in the dimensions of burnout syndrome in a public institution partners of Piura. The Inventory of MBI to an average of 65 employees was applied, was chosen as 30 people, but eventually worked with 20 participants, randomly distributed in ten for each group, one experimental and one control. Emotional Stress Release technique of Touch for Health approach was applied in a single session, a week after the post-test was applied, data collection was performed on the basis of work carried out on any of these variables, as well as books , theses, manuals, internet, e-books, for data analysis descriptive statistics such as mean and standard deviation was used, also for hypothesis testing inference statistics was applied as the T-distribution for related samples, the findings show that there are significant differences in the post-test the experimental group, relative the dimensions and personal accomplishment Emotional exhaustion Syndrome Burnout.

Key words: Emotional Stress Release Technique, Touch for Health, Terapias de Avanzada, Burnout Syndrome