

Capítulo 14. Reestructuración al PIT en la academia de primer año de la Escuela Normal RURAL “Gral. Matías Ramos Santos” como prevención AL Síndrome De Burnout.

Rogelia Zambrano Rodríguez
David Uriel Rodríguez Esquivel
Cristina del Carmen Taobada Rosales

Escuela Normal Rural "Gral. Matías Ramos Santos"

<https://doi.org/10.46990/iQuatro.2023.13.5.14>

Resumen

El síndrome de burnout o del quemado genera una condición que limita el desempeño de las personas, tanto en aquellos que son trabajadores como en estudiantes. El presente trabajo busca identificar el nivel de burnout de manera específica en agotamiento emocional en los estudiantes de primer semestre de la Escuela Normal Rural. Los resultados que arroje la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil adaptada por el Dr. Arturo Barraza Macías (2008) permitirá valorar la pertinencia de las temáticas actuales del Programa Institucional de Tutoría, o bien basado en las necesidades detectadas realizar ajustes de contenido.

Palabras clave

Escuela Normal Rural, síndrome de burnout, tutoría.

Introducción

El síndrome de burnout o del quemado, se ha estudiado principalmente en personas del sector laboral. Los síntomas presentan a una persona con agotamiento físico y emocional, estresada y con pérdida de confianza, entre otras características. El ambiente laboral y las interacciones con otras personas del entorno llevan a la persona a tal estado, lo que provoca a su vez un menor rendimiento laboral.

Aunque el burnout se empezó a identificar en profesionistas, ahora hay investigaciones tendientes a verlo en estudiantes de nivel básico, medio superior y superior. El principal argumento es que al igual que en el ámbito laboral, quienes estudian enfrentan situaciones

a resolver que se considera son parte de un sistema que funciona como una empresa en donde fungen como trabajador. El estudiantado, al padecer la sintomatología, entra en un estado en el cual su rendimiento disminuye.

Las escuelas de educación superior cuentan con programas tutoriales, donde brindan apoyo y acompañamiento a sus estudiantes, pero cada institución posee condiciones distintas.

En el caso del presente estudio, se alude a la Escuela Normal Rural, formadora de docentes. Dentro de las características propias de la institución, sus estudiantes viven en modalidad de internado mixto, el cual cuenta con un Programa Institucional de Tutoría (PIT).

El objetivo de la investigación es identificar el síndrome de burnout unidimensional en estudiantes de primer semestre de la Escuela Normal Rural y hacer una revisión de cómo el PIT atiende esa situación en vinculación a las dimensiones del burnout.

Como primer momento se indaga en los estudiantes por medio de un instrumento específico para ello, luego de analizar los datos, se confronta con el PIT desde sus planteamientos y objetivos. La intención es ver la vía de atención al síndrome de burnout a estos estudiantes que son la primera generación del Plan de Estudios 2022 para la Licenciatura en Educación Primaria.

Hipótesis

El identificar niveles iniciales del síndrome de burnout desde el inicio de la licenciatura, permitirá una intervención temprana grupal y/o individual, enfocada al desarrollo de las funciones ejecutivas de los alumnos y el desarrollo de habilidades que les permitan gestionar tanto sus emociones como el tiempo que dedican a cada actividad que tienen programada, lo cual permitirá enfrentar con las herramientas adecuadas situaciones de mayor estrés a medida que avanza en sus estudios.

Revisión de la Literatura

El síndrome de burnout, también conocido como síndrome del quemado, tuvo indicios como desgaste profesional. Fue Maslach y Leiter quienes crearon el Maslach Burnout Inventory (MBI), instrumento propio para el diagnóstico de la patología, delimitado al síndrome entendido desde el profesional que interactúa con otros en su entorno laboral (Saborío e Hidalgo, 2015), del cual se desprende un constructo tridimensional: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal. (Barraza, 2008, p. 274).

El andar teórico ha llevado a muchos investigadores a indagar en este síndrome, por lo que Pines et. al (1981, citado en Barraza, 2008) lo definen mediante un constructo unidimensional referente al agotamiento emocional. Shirom (2006, citado en Appels, 2006) revisa los estudios de validación del Inventario de Maslach para el burnout y observó que de las tres escalas, la dimensión de agotamiento emocional es la que mejor correlación tiene con las variables relacionadas con el trabajo. A partir de este constructo, se entiende pues que el síndrome de burnout es un estado de agotamiento físico, emocional y cognitivo producido por el involucramiento prolongado en situaciones generadoras de estrés (Barraza, 2009, p. 274).

Con respecto al burnout académico, Osorio et. al (2020a) comentan que “si bien es cierto que los estudiantes universitarios no son trabajadores (...) desde un punto de vista psicológico y social muchas de las actividades que realizan son comparables a las que lleva a cabo un trabajador” (p. 28). Esto permite la reflexión de cómo es que un síndrome como el del quemado incide en el quehacer cotidiano de estudiantes. En el mismo sentido, Ezeudu et. al (2019a) comentan que *“Student burnout is a syndrome characterized by exhaustion and disengagement owing to prolonged stressful experiences in school”* (p. 2), es decir, que el burnout académico involucra el cansancio y el desinterés debido a las estresadas experiencias que viven en la escuela.

De acuerdo con Osorio et. al (2020b), *“se considera que este problema afecta más a quienes no logran adaptarse a eventos estresantes propios del ambiente educativo”* (p. 29). Los autores señalan también que mucho tiene que ver lo que la institución provee como recursos para la elaboración de los trabajos académicos o la saturación excesiva de los mismos.

Como se ha señalado, la institución es una Escuela Normal Rural y en su esencia, la institución tiene una organización estudiantil arraigada y autónoma. Al tener la modalidad de internado, sus estudiantes no utilizan transporte en el día a día y tienen periodos de prácticas, éstos no se cruzan con las asignaturas.

Reiterando la idea del internado, los estudiantes cuentan con diversas actividades sociales, culturales, artísticas y académicas que completan su formación. Cabe señalar la existencia de una economía de bajo recursos en la mayoría de familias de los estudiantes. El internado permite la inserción a la actividad estudiantil de nivel superior, pero lo es bajo la licenciatura que ofrece. Por lo que, estudiantes que no tienen posibilidades económicas de migrar a las ciudades, ven una oportunidad en la institución, aunque ello signifique sacrificar el deseo de estudiar algo de su interés y deben adaptarse a otra carrera que se convirtió en su única opción.

Con respecto a la tutoría en educación superior, Cruz et. al (2011) exponen algunos elementos en el proceso: el tutor, el tutorado y las relaciones, entre ellos. Tentoni (citado en Cruz et. al, 2011) el propósito de un tutor es integrar a una persona novata a un rol profesional. La tutoría se presenta como un espacio de esfuerzo cooperativo, de soporte para el aprendizaje y de apoyo emocional.

De acuerdo con Romero (2011) “la mayoría de las instituciones de educación superior que integran la Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior (ANUIES) ha tomado como base y referente principal la propuesta para implantar el Programa Institucional de Tutorías” (p.54). Estos programas han tenido evoluciones y cambios, son perfectibles. En tal marco, debería pensarse en cómo previenen el síndrome del burnout, o en su defecto, qué propuesta se hace para remediarlo. Ezeudu et. al (2019b) mencionan que “interventional studies have demonstrated that rational emotive behavioral interventions can help to reduce burnout symptoms in undergraduate students” (p. 2). Incluso se debe pensar no sólo que una intervención es posible, sino que ya es necesaria.

Wang et. al (2022) exponen “an important psychological resource researchers paid much attention to in medical education is resilience” (p.2). Sin embargo, el asunto vuelve a recaer en la importancia de una intervención tutorial que lleve al estudiantado a esta capacidad. Es donde se vuelve necesario contrastar lo que sucede en la realidad con lo que proponen el Plan de Estudios 2022 y el PIT de la Escuela Normal Rural.

Metodología

El estudio tiene sede en la Escuela Normal Rural, en donde se forman profesores de educación básica. El análisis está centrado en los estudiantes de primer semestre, tanto hombres como mujeres. Se hace sólo con ese semestre debido a que es la primera generación que cursa el Plan de Estudios 2022. La población es el total de estudiantes inscritos en los cuatro grupos de primer semestre de la institución, quienes conforman la academia de primer año y el tipo de muestra fue por conveniencia.

Los datos obtenidos en el instrumento se analizan en función de las dimensiones propuestas, y esto a su vez permite hacer el contraste con el PIT y el Plan de Estudios 2022, en donde a partir de los objetivos, contenidos y propuestas específicas, se analiza si hay una atención al respecto del síndrome de burnout, o si es necesario hacer alguna reformulación.

Para obtener los resultados se utilizó la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil adaptada por el Dr. Arturo Barraza Macías (2008) , la cual cuenta con 15 ítems, un nivel de confiabilidad del 0.86 en Alfa de Cronbach y del 0.90 en la confiabilidad por mitades según la fórmula de Spearman-Brown, así mismo se cuenta con evidencia de validez de consistencia interna (Salkin, 1999) y análisis de grupos que fueron contrastados (Anastasi y Urbina, 1998) , por lo cual la correlación entre ítems es positiva y permiten discriminar niveles altos y bajos de burnout estudiantil, por lo cual los resultados obtenidos de dicho instrumento corresponden a la dimensión establecida y son unidireccionales. La escala de valores va del 1 al 5 en donde 1 equivale a “nunca”, 2 “algunas veces”, 3 “casi siempre” y 4 “siempre”.

La presente investigación aplicada con enfoque exploratoria de corte transversal tiene como objetivo identificar el nivel de burnout unidimensional y basado en los resultados enriquecer los PIT de la escuela normal Matías Ramos Santos, recabando datos en un solo momento.

Resultados

El síndrome de burnout académico se refiere al agotamiento emocional y académico de los estudiantes o profesionistas. Hoy en día, es una realidad que se asume en la vida estudiantil, la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil adaptada por el Dr. Arturo Barraza Macías, en el cual participaron 92 alumnos de la academia de primero de la Escuela Normal Rural, quienes oscilan entre los 18 a 22 años.

Con la finalidad de proporcionar un contexto educativo de los estudiantes de Escuela Normal Rural se realizaron tres preguntas en relación con la Licenciatura en Educación Primaria que se oferta en la institución educativa. La primera pregunta se relaciona con la elección de estudiar determinada licenciatura.

Con base en los resultados obtenidos se observa que el 85% de los alumnos eligieron la licenciatura por vocación, así como, el beneficio de obtener una beca completa que incluye alimentos y hospedaje. Se detecta que el 15% de los estudiantes seleccionaron la Licenciatura en Educación Primaria por otra razón.

Figura 14.1

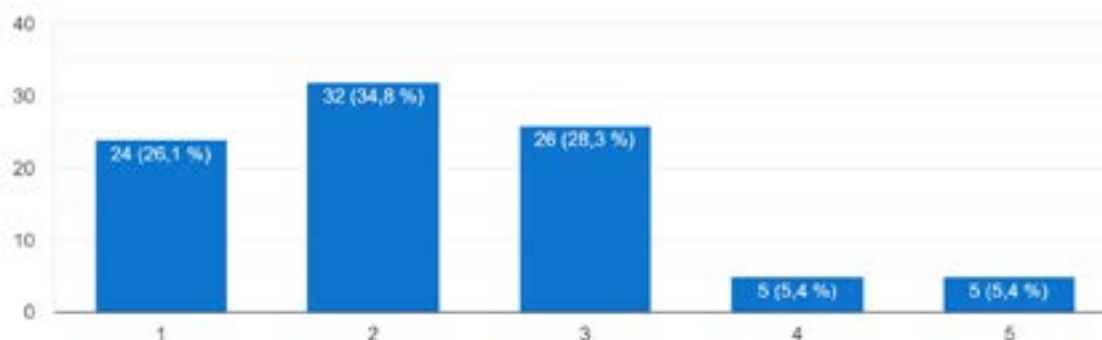
Elección para estudiar la Licenciatura en Educación Primaria.



A pesar de que la mayoría de los estudiantes ingresaron a la Licenciatura en Educación Primaria por vocación. También se les cuestionó sobre la motivación al cursar la licenciatura, al ingresar el 92.4% afirmó que se encontraba interesado en pertenecer al programa educativo. Sin embargo, los jóvenes normalistas se han desmotivado al cursar la licenciatura pasando a un 89.2% (véase figura 2). Es un dato que resulta alarmante, puesto que existe la posibilidad que siga subiendo conforme cursen los semestres, o bien disminuya. La intervención de tutoría desde la motivación del estudiante de continuar en la licenciatura es esencial para incentivar a estudiante.

Figura 14.2

Del 1 al 5 ¿Cómo evaluarías tu nivel de motivación actual al estudiar la Lic. en educación primaria? en donde 1 es muy alto, 3 medio y 5 muy bajo.
92 respuestas



Motivación.

Además de la motivación, con la aplicación también se detectaron las siguientes amenazas ante el rendimiento académico: problemas escolares deprimen fácilmente, sentirse somnoliento, concentración durante clases, cansancio antes de terminar el horario escolar, problemas de retención de información y estudiar desgasta emocionalmente, cabe señalar que dada la naturaleza de la investigación al ser preventiva, se aglutinan los resultados de la escala de Likert en nunca, algunas veces, casi siempre y siempre:

Figura 14.3

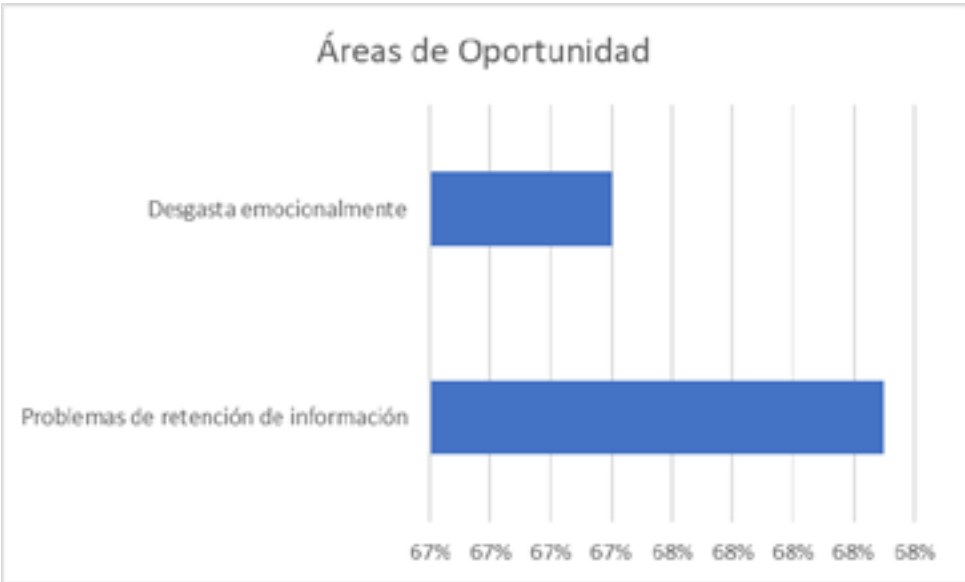
Resultados.



Se muestran 2 ítems que se identifican como debilidades y potenciales áreas de oportunidad:

Figura 14.4

Área de Oportunidad.



Todo lo anterior tiene un respaldo en las fortalezas que se encontraron tales como: aumentar la motivación, puesto que al generar un contraste en el nivel que tenían antes de entrar y el actual, se presenta un incremento de 5.4% en relación con su estancia del ingreso a la fecha actual. Finalmente, el interés por asistir a clases que presenta un 80% y el 61% responde que no considera aburrido asistir a clases.

Discusión

Al analizar los resultados obtenidos se identifican temáticas existentes en el PIT que se relacionan con los temas identificados como las necesidades, Así mismos, se realizan las sugerencias para intervenir en las necesidades que no se encuentran abordadas en el PIT actual. A continuación, se muestran:

Tabla 14.1

Propuesta de reestructuración al PIT

Ítem	Temática	Actividades PIT 2022	Actividades sugeridas con bases en las necesidades identificadas.
Creo que estudiar me está desgastando emocionalmente.	Autoconocimiento	Reflexiones acerca de sus éxitos y fracasos	a) Estrategias de afrontamiento ante el desgaste emocional.

Mis problemas escolares me deprimen fácilmente.	Proyecto de vida	Elaborar proyecto de vida	b) Proyecto de vida.
Durante clases me siento somnoliento.	Planeación académica	Elaborar horario personal	c) Administración y gestión eficaz de tiempo
Cada vez me es más difícil concentrarme en clases.	_____	_____	d) Técnicas para superar la falta de atención y concentración.
Antes de terminar mi horario de clases ya me siento cansado o cansada.	_____	_____	a) Estrategias de afrontamiento ante el desgaste emocional y activación física.
Siento que tengo más problemas para recordar lo que estudio.	Planeación académica	Elaborar horario personal	d) Técnicas para superar la falta de atención y concentración.
Creo que estudiar me está desgastando emocionalmente.	_____	_____	a) Estrategias de afrontamiento ante el desgaste emocional y activación física.

Cabe señalar que hay temáticas que son repetitivas, debido a que intervienen en más de un ítem de acuerdo con el programa actual del PIT que se trabaja en la Escuela Normal Rural. Por esta razón, se propone la temática requerida para atender las necesidades de los estudiantes.

Conclusiones

La adaptación a un nuevo contexto conlleva el uso de herramientas cognitivas para su asimilación, las cuales se pretende desarrollar en los estudiantes desde un inicio de semestre. Sin embargo, la escuela normal Matías Ramos Santos tiene una particularidad al ser un internado mixto, ya que su horario se divide en dos ámbitos: escolar y asistencial. En ambos casos, los alumnos tienen responsabilidades y obligaciones por cumplir, lo que conlleva agotamiento mental y físico.

Las principales limitantes de este estudio fueron dificultades de acceso a internet para responder la escala, ya que este se realizó en Google Forms.

En los resultados se identifica que efectivamente el periodo de permanencia en la escuela normal ha sido suficiente para que en su mayoría presenten desgaste físico y emocional, falta de concentración y atención, así como desgano antes de terminar su jornada académica. Esto nos alarma ya que son inicios de quemarse emocionalmente, se encuentran en una primera etapa, en la cual se puede intervenir para brindar las herramientas necesarias y hacer frente a las problemáticas que se les presenten.

Los resultados nos dan pauta para realizar una entrevista abierta y poder profundizar situaciones, de esta manera poder sugerir temáticas más específicas, de tal manera que su aplicación conlleve un cambio progresivo y de bienestar para el alumnado. En este mismo sentido, se pretende realizar el mismo estudio con cada una de las academias, de manera que el PIT atienda las principales problemáticas presentadas en los alumnos.

Referencias

- Barraza, A. (2008). Escala Unidimensional de Burnout Estudiantil. *Investigación Educativa Duranguense*, 9, 104-106.
- Barraza, A. (2009). Estrés académico y burnout estudiantil. Análisis de su relación en alumnos de licenciatura. *Psicogente*. 12 (22). Pp272-283. ISSN0124-0137.
- Caballero Domínguez, C. C., Hederich, C., & Palacio Sañudo, J. E. (2010). El burnout académico: delimitación del síndrome y factores asociados con su aparición. *Revista latinoamericana de Psicología*, 42(1), 131-146.
- Cruz, G., Chehaybar y Kury, E. y Abreu, L. (2011). Tutoría en educación superior: una revisión analítica de la literatura. *Revista de la educación superior*, 40(157), 189-209. ISSN: 0185-2760.
- Ezeudu, F., Attah, F., Obah, A., Nwangwu, T. y Nnadi, E. M. (2019). Intervention for burnout among postgraduate chemistry education students. DOI: 10.1177/0300060519866279
- Guzmán, M., Parrello, S. y Romero, C. (2020). Burnout académico en una muestra de estudiantes universitarios mexicanos. *Enseñanza e investigación en Psicología*, 2(1), 27-37.
- Rico, D. (2009). Prevalencia del Síndrome de Burnout en estudiantes de nivel medio superior. *Investigación Educativa Duranguense*, (11), 2.

- Romo, A. (2011). *La Tutoría; Una estrategia innovadora en el marco de los programas de atención a estudiantes*, México, ANUIES. Cuadernos de casa ANUIES.
- Saborío, L. y Hidalgo Murillo, L. F. (2015). Síndrome de burnout. *Medicina Legal de Costa Rica*, 32(1), 119-124. ISSN: 2215-5287
- Wang, Q., Sun, W., y Wu, H. (2022) Associations between academic burnout, resilience and life satisfaction among medical students: a three-wave longitudinal study. <https://doi.org/10.1186/s12909-022-03326-6>