

CONSECUENCIAS DEL BURNOUT O DESGASTE PROFESIONAL EN LA DOCENCIA.

Por: Web del Maestro CMF. 23/01/2017

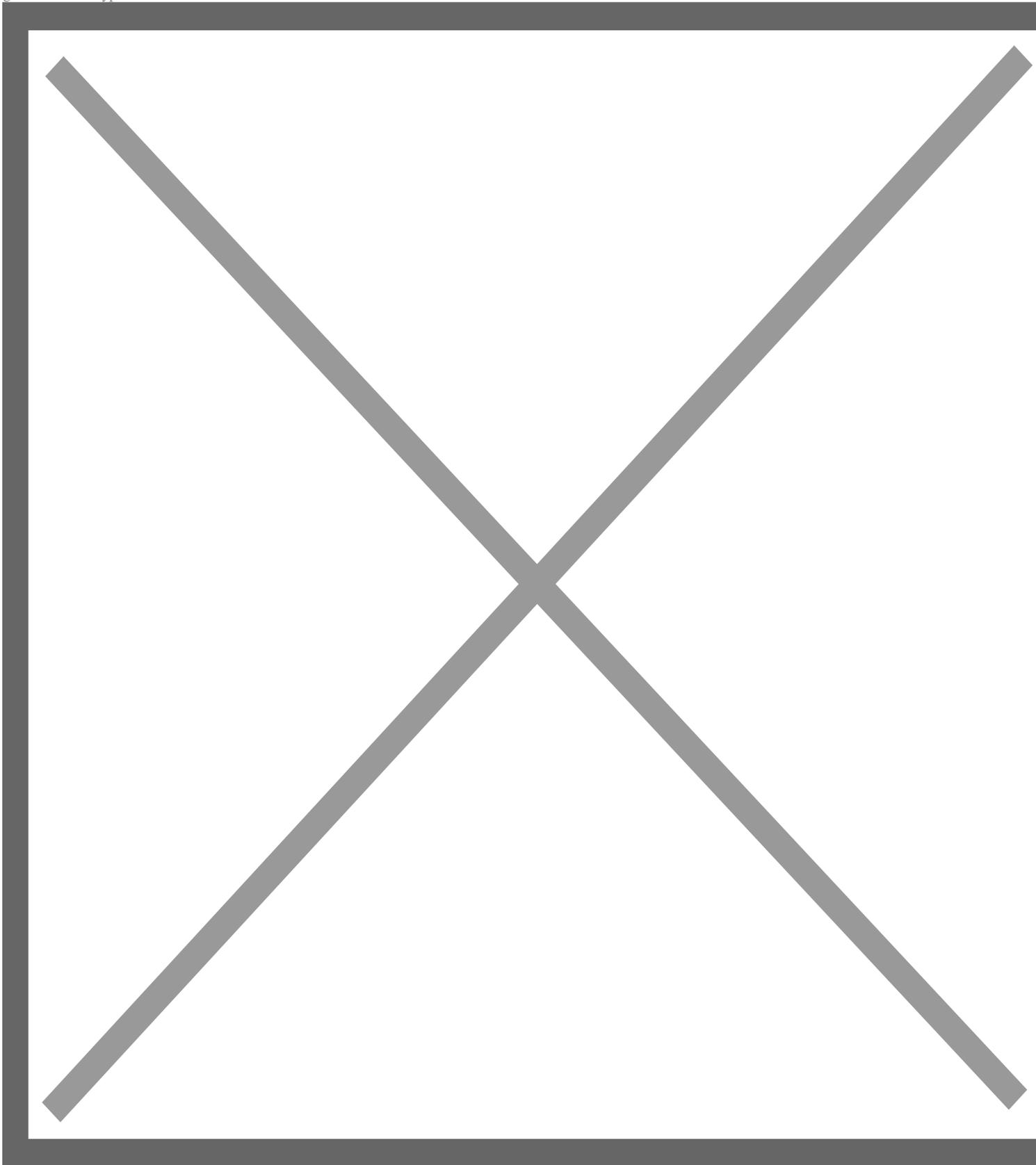
El estrés es una situación problemática general, con amplia incidencia en numerosas actividades laborales, pero que en el caso de la enseñanza, específicamente, tiene unas connotaciones evolutivas especialmente alarmantes.

Desde los negros presagios descritos y sufridos en la década de los 70s en la enseñanza, se pasó en la década de los 80s a una situación todavía más aguda donde se ha pagado un elevado precio, tanto en los aspectos personales como económicos. Se trata pues, de una situación profesional de alto riesgo en la enseñanza que requiere, sin duda, una atención especial.

CONSECUENCIAS DEL BURNOUT O SINDROME DEL DESGASTE PROFESIONAL EN LA DOCENCIA

Un indicador más de lo crítico de esta situación en la enseñanza es la acuñación de un nuevo término para describir un síndrome nuevo, diferente al mero estrés, aunque potencialmente relacionado con él, y que se denominó “burnout”, en la terminología anglosajona, que se podría interpretar como “quemado”, o en sentido más literal y extremo, “abrasado”; sería por tanto, el síndrome de los abrasados por su profesión. Los trabajadores que desarrollan el síndrome de burnout son, fundamentalmente, aquellos de las profesiones denominadas de ayuda o de servicios humanos (enseñanza, sanidad, servicios sociales, etc.), y se caracteriza por un agotamiento emocional extremo, la despersonalización en el trato con las personas y los clientes y la ausencia de realización personal en la ejecución del trabajo.

Image not found or type unknown



El malestar docente se refiere a una situación problemática que se vive en las escuelas y colegios, que afecta profundamente la actividad educativa de las mismas, y determina en gran medida las condiciones laborales adversas en las que desempeñan diariamente su labor profesional cientos de miles de profesores. Los rasgos más llamativos y sensacionalistas de esta problemática aparecen con frecuencia en la prensa (violencia en las escuelas, carencia de profesores, incremento del absentismo laboral y de las enfermedades en las escuelas, etc.), aunque otros rasgos, incluso más profundos y críticos, permanecen ocultos a los ojos del gran público, pero no por ello resultan menos importantes (creciente complejidad de las tareas docentes, los conflictos interpersonales en la escuela, las exigencias cada vez mayores que caen sobre las espaldas de los profesores, la falta de apoyo social hacia la escuela, el desprestigio social de la profesión y de sus profesionales, etc.).

Son diversas las manifestaciones que pueden darse derivadas de este síndrome, y hemos de estar alerta a todas ellas para evitar futuros problemas de salud.

A continuación, tenéis una pequeña lista con los síntomas más comunes del síndrome del desgaste profesional docente, en sus diversas manifestaciones.

• Manifestaciones mentales:

La persona desgastada se siente agotada y vacía de sentimientos o atrapada en el desempeño del rol profesional. También se han descrito las vivencias de fracaso, de insuficiencia y de impotencia que conducen a baja autoestima y autoeficacia personal. Además, la persona afectada tiene una menor capacidad de tolerancia a la frustración, con tendencia a reaccionar de forma agresiva o paranoide no sólo hacia los clientes, sino hacia los compañeros de trabajo. Pueden observarse síntomas de nerviosismo, inquietud psicomotora, incapacidad para concentrarse, olvidos, etc. La presencia de burnout se considera un predictor significativo, que contribuye a la aparición y/o sostenimiento de un trastorno depresivo.

• Manifestaciones físicas:

Cefaleas, trastornos gastrointestinales, dolores osteomusculares, pérdida de

apetito, alteraciones sexuales y del sueño, úlceras, enfermedad coronaria.

• Manifestaciones conductuales:

Se ha observado el consumo aumentado de estimulantes como café y té, así como sedantes, bebidas alcohólicas, tabaquismo y el abuso de otras sustancias tóxicas, sedentarismo, y mala dieta.

• Manifestaciones sociales:

Junto con el agotamiento, las actitudes negativas hacia los alumnos son las principales características del burnout, que pueden manifestarse por: insensibilidad, excesivo distanciamiento defensivo, irritabilidad, impaciencia y ansiedad, exagerada hiper crítica y desconfianza con hostilidad.

Los profesores pueden desplazar estas actitudes negativas hacia la profesión misma, la Administración educativa o hacia una parte de ella, hacia sus representantes sindicales, que les sirve como elemento neutralizador de su malestar. La persona quemada no se siente valorada o querida por sus colegas o por la Administración, y por eso se defiende pagando con la misma moneda con la que se siente él pagado.

• Manifestaciones organizacionales:

Se ha observado que el burnout lleva al profesor a tomar decisiones en relación a una seria intención de abandonar la docencia, a cambiarse a otro centro educativo, incrementar su absentismo laboral, llevándose así, a una marcada disminución de su productividad individual.

Para paliar el problema, se debería impulsar y dignificar la profesión docente, lo cual para esto tendría que ser necesario un reconocimiento de las principales autoridades de la educación de las diversas dificultades y de los riesgos que implican la labor de los maestros y procurar una formación continua donde se trabajen sobre las necesidades reales de los profesionales de la enseñanza.

Como recomendaciones se sugiere que se lleven a cabo programas preventivos

que se ajusten a las necesidades específicas de la institución para mantener altos los grados de satisfacción del cuerpo docente que se vera reflejado en la calidad de su trabajo.

Fuente:<http://webdelmaestrocmf.com/portal/consecuencias-del-burnout-o-sindrome-del-desgaste-profesional-en-la-docencia/>

Fotografía:web del maestro cmf

Fecha de creación

2017/01/23