

**UNIVERSIDAD CATÓLICA SEDES SAPIENTIAE**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**



**Síndrome de burnout y resiliencia en docentes de una Institución  
Educativa Privada durante la pandemia del 2021**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

**AUTORES**

**Nathali Jackeline Mostacero Anhuamán**

**Milagros Mary Eugenia Marino Ubillús**

**ASESOR**

**Carmen Padilla Romero**

**Lima, Perú**

**2022**

## METADATOS COMPLEMENTARIOS

### Datos de los Autores

#### Autor 1

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

#### Autor 2

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

#### Autor 3

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

#### Autor 4

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

---

### Datos de los Asesores

#### Asesor 1

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (Obligatorio)	

#### Asesor 2

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (Obligatorio)	

### Datos del Jurado

#### Presidente del jurado

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	

#### Segundo miembro

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	

#### Tercer miembro

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	

### Datos de la Obra

Materia*	
Campo del conocimiento OCDE Consultar el listado:	
Idioma	
Tipo de trabajo de investigación	
País de publicación	
Recurso del cual forma parte (opcional)	
Nombre del grado	
Grado académico o título profesional	
Nombre del programa	
Código del programa Consultar el listado:	

**\*Ingresar las palabras clave o términos del lenguaje natural (no controladas por un vocabulario o tesauro).**



## FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

### PROGRAMA DE ESTUDIOS DE PSICOLOGÍA SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA LICENCIATURA

#### ACTA N° 030-2023

En la ciudad de Lima, a los dieciséis días del mes de mayo del año dos mil veintitrés, siendo las 15:10 horas, las Bachilleres Mostacero Anhuamán Nathali Jackeline y Marino Ubillús Milagros Mary Eugenia sustentan su tesis denominada "**SÍNDROME DE BURNOUT Y RESILIENCIA EN DOCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA DURANTE LA PANDEMIA DEL 2021.**", para obtener el Título Profesional de Licenciadas en Psicología, del Programa de Estudios de Psicología.

El jurado calificó mediante votación secreta:

- |                                      |                     |
|--------------------------------------|---------------------|
| 1.- Prof. Rafael Del Busto Bretonche | APROBADO: MUY BUENO |
| 2.- Prof. Victoria Sandoval Medina   | APROBADO: BUENO     |
| 3.- Prof. Carlos Cotrina Tamayo      | APROBADO: MUY BUENO |

Se contó con la participación del asesor:

- 4.- Prof. Carmen Padilla Romero

Habiendo concluido lo dispuesto por el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Católica Sedes Sapientiae y siendo las 16:05 horas, el Jurado da como resultado final, la calificación de:

**APROBADO: MUY BUENO**

Es todo cuanto se tiene que informar.

Prof. Rafael del Busto Bretonche  
Presidente

Prof. Victoria Sandoval Medina

Prof. Carlos Cotrina Tamayo

Prof. Carmen Padilla Romero

Lima, 16 de mayo del 2023

**Anexo 2**

CARTA DE CONFORMIDAD DEL ASESOR(A) DE TESIS

Ciudad, Los Olivos de 27 de octubre de 2023

Señor(a),  
**Yordanis Enriquez**  
**Jefe del Departamento de Investigación**  
**Facultad de Ciencias de Salud**  
**UCSS**

Reciba un cordial saludo.

Sirva el presente para informar que la tesis, bajo mi asesoría, con título: "Síndrome de burnout y resiliencia en docentes de una Institución Educativa Privada durante la pandemia del 2021", presentado por Nathali Jackeline, Mostacero Anhuamán (2014100520 DNI 73640039) Milagros Mary Eugenia, Marino Ubillús (2014100505 DNI 74549156) para optar el título profesional de Licenciada en Psicología ha sido revisado en su totalidad por mi persona y **CONSIDERO** que el mismo se encuentra **APTO** para ser sustentado ante el Jurado Evaluador.

Asimismo, para garantizar la originalidad del documento en mención, se le ha sometido a los mecanismos de control y procedimientos antiplagio previstos en la normativa interna de la Universidad, **cuyo resultado alcanzó un porcentaje de similitud de 10 %**. Por tanto, en mi condición de asesor(a), firmo la presente carta en señal de conformidad y adjunto el informe de similitud del Sistema Antiplagio Turnitin, como evidencia de lo informado.

Sin otro particular, me despido de usted. Atentamente,



---

**Firma del Asesor (a)**  
**Carmen Padilla Romero**  
**DNI N°: 72500188**  
**Facultad de Ciencias de la salud**  
**UCSS**

\* De conformidad con el artículo 8°, del Capítulo 3 del Reglamento de Control Antiplagio e Integridad Académica para trabajos para optar grados y títulos, aplicación del software antiplagio en la UCSS, se establece lo siguiente:

Artículo 8°. Criterios de evaluación de originalidad de los trabajos y aplicación de filtros

El porcentaje de similitud aceptado en el informe del software antiplagio para trabajos para optar grados académicos y títulos profesionales, será máximo de veinte por ciento (20%) de su contenido, siempre y cuando no implique copia o indicio de copia.

Síndrome de Burnout y Resiliencia en docentes de una  
Institución Educativa Privada durante la pandemia del 2021

## **DEDICATORIA**

A Dios padre, por iluminarnos en  
todo momento.

A mis padres por su sacrificio y amor  
incondicional.

A mis amigos, por el apoyo moral en  
todo momento.

A las personas más importantes en  
nuestras vidas, Sebastian y Gerardo  
por ser el impulso para culminar  
con este proyecto.

A nuestra querida asesora por  
orientarnos en la realización de esta  
investigación y su compromiso  
constante.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradecemos a Dios, por darnos vida y salud.  
A nuestros seres queridos, familiares y amigos, por  
ser un eje importante en nuestras vidas.  
A nuestros docentes universitarios, por motivarnos  
a continuar y acompañarnos a lo largo de nuestra  
formación académica.  
A nuestra asesora, Lic. Carmen Padilla  
por darnos el soporte necesario, orientarnos y  
guiarnos en el proceso de elaboración de este trabajo.



## ÍNDICE

Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Índice	v
Índice de Tablas	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
Introducción	ix
Capítulo I El problema de investigación	10
1.1.Situación problemática	11
1.2.Formulación del problema	11
1.2.1 Problema general	11
1.2.2 Problemas específicos	11
1.3.Justificación de la investigación	12
1.4.Objetivos de la investigación	12
1.4.1.Objetivo general	12
1.4.2.Objetivos específicos	12
1.5.Hipótesis	13
Capítulo II Marco teórico	14
2.1.Antecedentes de la investigación	14
2.2.Bases teóricas	16
Capítulo III Materiales y métodos	23
3.1.Tipo de estudio y diseño de la investigación	23
3.2.Población	23
3.2.3.Criterios de inclusión y exclusión	23
3.3.VARIABLES	23
3.3.1.Definición conceptual y operacionalización de variables	23
3.4.Plan de recolección de datos e instrumentos	24
3.5.Plan de análisis e interpretación de la información	26
3.6.Ventajas y limitaciones	26
3.7.Aspectos éticos	27
Capítulo IV Resultados	29
Capítulo V Discusión	35
5.1. Discusión	35
5.2. Conclusión	37
5.3. Recomendaciones	38
Referencias bibliográficas	39
Anexos	41

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Descripción de los datos sociodemográficos.	29
Tabla 2. Descripción de las variables principales.	30
Tabla 3. Relación entre las dimensiones del síndrome de burnout y la resiliencia.	30
Tabla 4. Relación entre la resiliencia y las variables sociodemográficas.	31
Tabla 5. Relación entre las dimensiones del síndrome de burnout y las variables sociodemográficas.	33

## RESUMEN

**Objetivo:** Determinar la relación entre el síndrome de burnout y resiliencia en docentes de una institución educativa privada en el contexto de pandemia por COVID-19.

**Materiales y métodos:** De enfoque cuantitativo, diseño no experimental-corte transversal y de alcance correlacional. La población estuvo compuesta por 115 docentes, en las evaluaciones se consideró a la totalidad de la población por eso fue considerada como censal. Los instrumentos que se utilizaron para medir las variables fueron el Inventario de Maslach para docentes y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Para el análisis de los datos fue a través del programa Stata V.15 y se hizo uso de las pruebas de Chi-cuadrado y Kruskal Wallis.

**Resultados:** Se encontró relación entre ambas variables, hallándose que la resiliencia se relaciona a las dimensiones de agotamiento emocional ( $p=0.01$ ), despersonalización ( $p=0.00$ ) y realización personal ( $p=0.00$ ). **Conclusiones:** Los docentes que presentaron mayor nivel de resiliencia tienden a presentar menores niveles de agotamiento emocional. En este sentido, la resiliencia ha ayudado a los docentes a afrontar y adaptarse mejor a las nuevas exigencias que se vivieron durante la pandemia, ayudándolo a llevar de mejor forma la virtualidad.

**Palabras claves:** *Agotamiento Psicológico, Despersonalización, Resiliencia Psicológica, Pandemia, Docentes (Fuente: DeCS).*

## ABSTRACT

**Objective:** To determine the relationship between burnout syndrome and resilience in teachers of a private educational institution in the context of a COVID-19 pandemic.

**Materials and methods:** Quantitative approach, cross-sectional experimental design and correlational scope. The population consisted of 115 teachers, in the evaluations the entire population was considered, therefore it was considered as a census. The main variables were burnout syndrome and resilience. For the data analysis, it was through the Stata V.15 program and the Chi-square and Kruskal Wallis tests were used

**Objective:** To determine the relationship between burnout syndrome and resilience in teachers of a private educational institution in the context of the COVID-19 pandemic.

**Materials and methods:** Quantitative approach, non-experimental-cross-sectional design and correlational scope. The population was made up of 115 teachers, in the evaluations the entire population was considered, which is why it was considered as census. The instruments used to measure the variables were the Maslach Inventory for teachers and the Wagnild and Young Resilience Scale. For data analysis, the Stata V.15 program was used and the Chi-square and Kruskal Wallis tests were used.

**Results:** A relationship was found between both variables, finding that resilience is related to the dimensions of emotional exhaustion ( $p=0.01$ ), depersonalization ( $p=0.00$ ) and personal fulfillment ( $p=0.00$ ).

**Conclusions:** Teachers who presented a higher level of resilience tend to present lower levels of emotional exhaustion. In this sense, resilience has helped teachers to better face and adapt to the new demands that were experienced during the pandemic, helping them to handle virtuality in a better way.

**Keywords:** Psychological Exhaustion, Depersonalization, Psychological Resilience, Coronavirus Infections, Teachers (Source: DeCS).

## INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) indica que el síndrome de burnout es una enfermedad que afecta de forma significativa a los trabajadores. Solo en Lima, algunas investigaciones sugieren que los niveles están por encima del 30% (Tapia y Díaz, 2020; Mora, 2020). Esto es una gran limitante para el personal docente que ha tenido que adaptarse a la enseñanza remota.

No solo están las cargas laborales y preocupaciones con respecto a la salud, sino, que el docente ahora debe priorizar el soporte emocional a los estudiantes, los cuales también se encuentran en situaciones de estrés (Lovón y Cisneros, 2020). Algunos docentes logran adaptarse mejor que otros, esto puede ser por la resiliencia, esta es un rasgo de personalidad con características esencialmente emocional que impulsa al individuo y favorece su adaptación a entornos desfavorables (Wagnild y Young, 1993).

Ante lo mencionado, resulto relevante buscar cómo se manifiestan las variables en los docentes con el fin de reducir la problemática que no solo los afecta a ellos, sino, también a los alumnos (García, Martínez y Linares, 2017). Por lo cual, la investigación tuvo como objetivo general hallar la relación entre la resiliencia y el síndrome de burnout en los docentes.

El primer capítulo está constituido por la descripción de la problemática en la cual los docentes están inmersos, asimismo, se detallarán los objetivos del estudio; el segundo capítulo está conformado por estudios previos sobre las variables, asimismo estará constituido por las bases teóricas, el capítulo tres está basado en la exposición de la metodología empleada, se describirá el alcance del estudio, los instrumentos utilizados y el procedimiento estadístico que se llevó a cabo; el capítulo cuatro contiene la descripción de los resultados y también el análisis inferencial, finalmente se muestra la discusión con otros estudios y corroboración con la teoría.

## **CAPÍTULO I. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### **1.1 Situación problemática**

Desde el inicio de la pandemia en el 2020 producto del virus COVID 19, la población global se ha visto en una transición de sus actividades cotidianas, asimismo, ha experimentado incertidumbre y miedo; esto ha ido en aumento en conjunto de la preocupación por la salud, aspectos económicos y sociales; Tayler, Caeleigh, Paluszek, Fergus, Mckay y Amundsen (2020) señalan que los principales factores de estrés ante el covid es la preocupación por un posible contagio y consecuencias económicas por pérdida del trabajo o inactividad laboral, además se registra un aumento de síntomas ansiosos, depresivos y estrés (Torales, O'Higgins, Castaldelli y Ventriglio, 2020).

En el Perú, la salud mental es considerada un problema de salud pública desde muchos años antes de la aparición del virus. En el año 2006 se estimaba que el 37% de la población tenía el riesgo de presentar algún trastorno psicológico (Rondón, 2006). Para el 2019 se estima que más de 6 millones de peruanos requieren atención por problemas relacionados a salud mental y que alrededor del 20% de la población presenta un diagnóstico de ansiedad, depresión o estrés (Espinoza, 2019).

La pandemia ha reducido de manera significativa la intervención del personal de salud para los problemas de salud mental (Huarcaya, 2020), asimismo, el aislamiento social ha originado que las personas sientan soledad y un posible aumento del miedo, ansiedad y estrés (Valero, Vélez, Durán y Torres, 2020). Ha ello se le suma que la población ha tenido que reestructurar su forma de trabajo dependiendo de la actividad que realizaban.

El sector educativo es uno de los sectores más afectados por la pandemia, el personal de los centros educativos ha tenido que cambiar su metodología de enseñanza recurriendo a materiales netamente virtuales, en lo cual, se han visto en la necesidad de recurrir a medios informáticos empleando computadoras, celulares, tablets y programas como Zoom, meet, whatsapp, entre otros. Sin embargo, en este cambio el personal docente ha atravesado una sobrecarga de actividades manifestado en cansancio en un 95% de los docentes y un 45% de agitación psicomotora (Jhael, 2021),

Esta reestructuración de las actividades y objetivos del docente lo han llevado a priorizar el aspecto emocional de los estudiantes, los cuales también se ven afectados especialmente con estrés por la sobrecarga académica, frustración ante el escaso acceso a dispositivos idóneos para las clases virtuales y posible deserción académica (Lovón y Cisneros, 2020). Villafuerte, Bello, Pantaleón y Bermello (2020) sugieren que el rol del docente debe priorizar el soporte emocional, ser promotor de resiliencia y una guía académica; asimismo, Ramos, García, Olea, Lobos y Sáez (2020) indican que los docentes deben focalizar en primera instancia las necesidades emocionales de los estudiantes, debido a que estas tienen una gran influencia en su desarrollo académico.

Este nuevo contexto a nivel de salud y laboral ha predispuerto al personal docente a aumentar la incidencia de síntomas depresivos, ansiosos, ideación suicida y problemas de sueño (Ramos, et al, 2020), esto podría generar en los docentes un rápido desgaste y posiblemente el síndrome de burnout, el cual es una enfermedad de riesgo laboral que perjudica de forma significativa la integridad física y mental del trabajador (OMS, 2000), suele asociarse a problemas físicos como cefaleas, insomnio y fatiga; emocionales, aburrimiento, irritabilidad y frustración; y de comportamiento como agresividad, aislamiento y ausentismo laboral (Apiquian. 2007).

Algunas investigaciones han cuantificado el burnout en docentes, manifestando un 30.9% de nivel medio en docentes de una institución educativa en Huánuco (Tapia y Díaz, 2020), de igual manera en Lima se ha obtenido un 30% de nivel alto (Mora, 2020) y 66% (Montes, 2020) El síndrome de burnout también está asociado a trastornos depresivos (Velazco, 2017). Ello no solo afecta al docente por sí mismo, sino, también al estudiante, dado que el nivel de estrés puede influir en la atención del docente en la realización de la clase, pueden reaccionar con respuestas inadecuadas o regaños innecesarios (García, Martínez y Linares, 2017).

Ante la problemática actual se buscó diversas estrategias para contrarrestar las consecuencias, asimismo, se debe identificar cuáles son los factores o indicadores que predisponen al personal a mejorar su adaptación a medios adversos, por ello, es importante conocer sobre la resiliencia, la cual suele ser una característica de la personalidad que está orientada a superar eventos estresantes y fomenta la adaptabilidad a las situaciones (Wagnild y Young, 1993). Algunas investigaciones sugieren que la resiliencia está relacionada con el burnout de forma inversa, en la cual, la resiliencia jugaría un papel importante que disminuye la vulnerabilidad de los docentes a presentar el síndrome de burnout (Huanca, 2020; Sánchez y Robles, 2015), asimismo se encuentra que las personas con altos niveles de resiliencia presentan escasos indicadores de ansiedad y depresión, estas dos últimas suelen estar asociadas con el burnout.

## **1.2 Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema general**

¿Qué relación existe entre las dimensiones del síndrome de burnout y la resiliencia en docentes de una institución educativa privada que realizan trabajo remoto en el contexto de pandemia por covid-19?

### **1.2.2. Problemas específicos**

1. ¿Qué niveles presentan las dimensiones del síndrome de burnout en docentes de una Institución Educativa Privada en el contexto de pandemia por COVID-19?
2. ¿Cuáles son los niveles de resiliencia en los docentes de una Institución Educativa Privada en el contexto de pandemia por COVID-19?
3. ¿Qué relación existe entre la dimensión agotamiento emocional y los niveles de resiliencia en docentes de una Institución Educativa Privada en el contexto de pandemia por COVID-19?
4. ¿Qué relación existe entre la dimensión Despersonalización y los niveles de resiliencia en docentes de una Institución Educativa Privada en el contexto de pandemia por COVID-19?
5. ¿Qué relación existe entre la dimensión realización personal y los niveles de resiliencia en docentes de una Institución Educativa Privada en el contexto de pandemia por COVID-19?
6. ¿Qué relación existe entre las dimensiones del síndrome de burnout y los datos sociodemográficos en docentes de una Institución Educativa Privada en el contexto de pandemia por COVID-19?

7. ¿Qué relación existe entre la resiliencia y los datos sociodemográficos en docentes de una Institución Educativa Privada en el contexto de pandemia por COVID-19?

### **1.3 Justificación de la investigación**

Con relación al nivel práctico, el síndrome de burnout está asociado a síntomas propios de la depresión y ansiedad, asimismo a ausentismo laboral (Velazco, 2017), las suele manifestarse con problemas a nivel físico, emocional y conductual. Asimismo, investigaciones sugieren que la resiliencia podría ser un factor protector ante la depresión, ansiedad y burnout (Sánchez y Robles; Huanca, 2020). Por lo cual, fue importante conocer cómo se manifiesta el burnout y la resiliencia en los docentes con el fin de mitigar los efectos negativos y promover los positivos.

Con respecto al área social, la investigación aportó conocimiento acerca de las variables a estudiar, la cual podrá utilizarse como base para planes preventivos y promocionales, asimismo con ello se buscará concientizar sobre la problemática que se está viviendo.

A nivel teórico, existen investigaciones enfocadas en el estrés considerando que es un sinónimo de burnout, sin embargo, este cuenta con aspectos únicos que lo diferencian de las otras variables, por lo cual, es importante la contribución científica de la investigación para el aporte teórico de las variables a estudiar. A nivel metodológico, los instrumentos empleados presentan con confiabilidad y validez pertinente en población de adultos y docentes, además los resultados brindarán una mejor comprensión de las herramientas.

### **1.4 Objetivos de la investigación**

#### **1.4.1 Objetivo general**

Determinar la relación entre las dimensiones síndrome de burnout y resiliencia en docentes de una Institución Educativa Privada en el contexto de pandemia por COVID-19.

#### **1.4.2 Objetivos específicos**

1. Identificar los niveles de las dimensiones del síndrome de burnout en docentes de una institución educativa privada en el contexto de pandemia por COVID-19.
2. Identificar los niveles de la resiliencia en docentes de una Institución Educativa Privada en el contexto de pandemia por COVID-19.
3. Determinar la relación entre la dimensión agotamiento emocional y los niveles de resiliencia en docentes de una Institución Educativa Privada en el contexto de pandemia por COVID-19.
4. Determinar la relación entre la dimensión Despersonalización y los niveles de resiliencia en docentes de una Institución Educativa Privada en el contexto de pandemia por COVID-19.
5. Determinar la relación entre la dimensión realización personal y los niveles de resiliencia en docentes de una Institución Educativa Privada en el contexto de pandemia por COVID-19.



6. Determinar la relación entre las dimensiones del síndrome de burnout y los datos sociodemográficos en docentes de una Institución Educativa Privada en el contexto de pandemia por COVID-19.
7. Determinar la relación entre la resiliencia y los datos sociodemográficos en docentes de una Institución Educativa Privada en el contexto de pandemia por COVID-19.

## **1.5 Hipótesis**

### **Hipótesis alterna**

**H1:** Existe relación entre las dimensiones del síndrome de burnout y resiliencia en docentes de una institución educativa privada en el contexto de pandemia por COVID-19

### **Hipótesis nula**

**H0:** No existe relación entre el síndrome de burnout y resiliencia en docentes de una Institución Educativa Privada en el contexto de pandemia por COVID-19

### **Hipótesis Específicas**

**H1:** Existe relación entre la dimensión agotamiento emocional y los niveles de resiliencia en docentes de una Institución Educativa Privada en el contexto de pandemia por COVID-19.

**H2:** Existe relación entre la dimensión Despersonalización y los niveles de resiliencia en docentes de una Institución Educativa Privada en el contexto de pandemia por COVID-19.

**H3:** Existe relación entre la dimensión realización personal y los niveles de resiliencia en docentes de una Institución Educativa Privada en el contexto de pandemia por COVID-19.

**H4:** Existe relación entre las dimensiones del síndrome de burnout y los datos sociodemográficos en docentes de una Institución Educativa Privada en el contexto de pandemia por COVID-19.

**H5:** Existe relación entre la resiliencia y los datos sociodemográficos en docentes de una Institución Educativa Privada en el contexto de pandemia por COVID-19.

## CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes de la investigación

#### Internacionales

Rigal, Costebal, Burgos, Alves (2020) hicieron un estudio con el fin de hallar una posible relación entre el síndrome de burnout y la resiliencia. El alcance del estudio fue correlacional de corte transversal. La encuesta fue por medio online, donde se obtuvo 48 respuestas. Se empleó el cuestionario de Connor Davidson para medir resiliencia y el inventario de burnout de Maslach. Los resultados indican que existe asociación entre el síndrome de burnout y la resiliencia ( $p=0.006$ ), además correlación inversa entre la dimensión agotamiento emocional y la resiliencia ( $\rho=-0.507$ ) y realización personal ( $\rho=0.363$ ). Los autores concluyen que la resiliencia jugaría un papel importante que mitigaría las consecuencias del burnout, sin embargo, sugieren que se investigue en una muestra más amplia. Vicent y Gabari (2019) hicieron una investigación con el objetivo de hallar la relación existente entre el burnout y los factores de la resiliencia, su población estuvo conformada por docentes de educación secundaria en España. La muestra fue de 1268 participantes, el alcance del estudio fue correlacional de corte transversal. Utilizaron el cuestionario de resiliencia de Serrano Martínez y el inventario de burnout de Maslach. Los resultados indican que existe correlación inversa entre ambas variables, concluyen que los docentes con mejores niveles de resiliencia pueden adaptarse mejor a situaciones estresantes impartidas por el medio laboral, sin embargo, los que presentaron bajos niveles de resiliencia solían sobreestimar el riesgo, presentaban aumento de cansancio y solían generar indiferencia en el trabajo.

Costales (2018) hizo una investigación con el objetivo de hallar la relación entre la resiliencia y el síndrome de burnout, el estudio fue de alcance correlacional y de corte transversal, la muestra fue de 199 residentes del área de pediatría de una universidad en Ecuador. Utilizaron el inventario de burnout de Maslach y la Escala de resiliencia de Wagnild y Young. Los resultados indican que existe asociación entre la resiliencia y el síndrome de burnout. Los autores concluyen que los docentes con mejores niveles de resiliencia tendrán mayores posibilidades de adaptarse al ambiente y manifestar menos indicadores de despersonalización a diferencia de los que obtienen bajos niveles de resiliencia.

Eugenio (2017) realizó un estudio con el objetivo de hallar relación entre la resiliencia y el síndrome de burnout, se evaluó a 570 profesionales de diversas áreas del sector salud. La investigación fue de alcance correlacional y de corte transversal. Se administraron el inventario de burnout de Maslach y la Escala de resiliencia de Wagnild y Young. Los resultados indican que no existe relación entre la resiliencia y el síndrome de burnout, el autor halló que el 57% presenta un nivel alto de resiliencia y el 29% presentó síndrome de burnout. Concluye que los evaluados presentan habilidades óptimas para manejar el estrés.

Hidalgo, Acle, García y Tovalin (2019) hicieron un estudio con el fin de encontrar la relación entre el burnout, resiliencia y compromiso laboral, la población fue de docentes de educación especial, la muestra fue de 80 participantes. El alcance fue correlacional y corte transversal. Se empleó la Escala de Comportamientos Resilientes para profesores, el inventario de burnout de Maslach, Utrecht work engagement scale y Escala de autoeficacia General de Baessler y Schwarzer. Los autores indican que los docentes que presentan capacidad de realizar una evaluación positiva de su eficacia como profesionales suelen presentar menor desgaste emocional y mayor compromiso laboral.

## Nacionales

Rivera (2022) hizo una investigación con el objetivo de analizar si existe relación entre Síndrome de Burnout y resiliencia, su muestra se conformó por 23 docentes del nivel secundario de una institución educativa de Piura, el muestreo fue de tipo censal. El estudio fue a nivel correlacional, de enfoque cuantitativo con diseño no experimental. Los instrumentos utilizados para la investigación fueron el inventario de Maslach y Jackson – MBI y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Los resultados confirman que existe relación significativa inversa ( $\rho = -0.441$ ) entre las variables principales. El autor concluye que los docentes de la institución educativa Ignacio Escudero – Piura presentaron niveles altos de burnout, así como niveles bajos de resiliencia ante la pandemia por COVID-19 no pudiendo afrontar correctamente las dificultades.

Montes (2021) realizó una investigación con el objetivo de hallar una correlación entre la gestión de talento humano y el estrés laboral, su población fue de docentes de una institución educativa de San Juan de Lurigancho, la muestra estuvo conformada por 30, el muestreo fue de tipo censal. Las herramientas empleadas fueron el Cuestionario de Gestión del talento humano y el inventario de burnout de Maslach. Los resultados indican que existe una correlación inversa entre ambas variables ( $\rho = -0.737$ ). Concluye que los docentes que perciban menos fallas en el área de gestión tendrán a presentar menores niveles de burnout, especialmente los indicadores de desgaste emocional, lo cual podría incurrir en un mal desempeño laboral.

Huanca (2020) realizó una investigación entre el síndrome de burnout y la resiliencia en docentes de secundaria. La muestra estuvo conformada por 68 docentes del nivel secundario. El estudio fue de alcance correlacional y de corte transversal. Los instrumentos fueron el inventario de síndrome de burnout y la escala de resiliencia de Wagnild y Young; halló correlación inversa ( $r = -0.716$ ) entre las variables principales, asimismo entre el agotamiento emocional y resiliencia ( $r = -0.636$ ), concluye que la resiliencia podría ser un factor de protección ante el malestar originado por el burnout y las dimensiones como el agotamiento emocional y la despersonalización.

Mora (2020) hizo una investigación con el fin de hallar relación entre el síndrome de burnout y el desempeño en docentes de instituciones educativas del nivel secundario en Chancay. La muestra estuvo conformada por 70 docentes, la investigación fue de alcance correlacional y corte transversal. Los instrumentos empleados fueron el inventario de burnout de Maslach y el Cuestionario de Autoevaluación de Desempeño Docente. Los resultados señalan una correlación inversa ( $\rho = -0.338$ ), el autor concluye que, al existir escasos factores de estrés en el ambiente laboral, los docentes podrán desempeñar mejor sus funciones obteniendo mejor rendimiento y brindando un mejor servicio.

Escalante y Paz (2018) realizaron una investigación con el objetivo de hallar relación entre el síndrome de burnout y resiliencia en operarios de una empresa pesquera, la muestra estuvo conformada por 145 operarios de 18 a 65 años de edad, el estudio de corte transversal y alcance correlacional, utilizaron el inventario de síndrome de Burnout de Maslach y la escala de resiliencia de Wagnild y Young. Hallaron relación significativa directa entre la resiliencia con el agotamiento emocional ( $\rho = -0.08$ ) y la despersonalización ( $\rho = -0.08$ ); también hallaron relación inversa en relación a la resiliencia y la realización personal ( $\rho = 0.22$ ), concluyen que si perciben a la empresa como un obstáculo para crecer profesionalmente entonces reaccionarán de manera monótona y sin energías predisponiendo a dejar sus objetivos de lado.

De Paz (2017) realizó una investigación con el fin de encontrar una relación entre la resiliencia y síndrome de burnout en docentes de nivel primaria de instituciones

educativas estatales del distrito de Comas. La muestra fue de 170 docentes de 25 a 60 años. El estudio fue de corte transversal y alcance correlacional. Para la investigación aplicó el inventario de burnout de Maslach (IBM) y la Escala de resiliencia de Wagnild y Young. Se halló relación entre un área de la resiliencia (confianza en sí mismo) y las dimensiones del síndrome de burnout: agotamiento emocional ( $\rho = -0.169$ ); despersonalización ( $\rho = -0.258$ ) y realización personal ( $\rho = -0.218$ ). Concluyen las personas que confían más en sus capacidades para enfrentar los pormenores de situaciones adversas suelen disminuir el malestar generado y evidencian resultados más positivos en el ambiente laboral.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. Resiliencia**

#### **Definición**

Wagnild y Young (1993) indican que la resiliencia se presentaría como una característica propia de la personalidad, la cual presenta un fondo esencialmente emocional y predispone a sujeto a sobrepasar las vicisitudes aversivas de la vida y posibilita la adaptación.

El concepto se originó en estudios sociales, fue Michael Rutter en 1972 y señala algunos aspectos a considerar:

- Resistencia al daño o inmutabilidad al desequilibrio
- La resiliencia es interna y se manifiesta en situaciones de peligro
- La resiliencia se consolida en el transcurso de la vida

El estudio se basó en la información recopilada de individuos que estaban en diversas situaciones de riesgo; desarrolló sus estudios a partir de investigaciones de temperamento, se enfocó en sujetos con posibilidades de resolver situaciones adversas al momento de enfrentarlas.

Para Rutter la resiliencia es una característica individual de cómo las personas afrontan diversos acontecimientos que presuponen un riesgo para su integridad, del mismo modo, los factores que predisponen a la persona a ser resiliente o no son tanto internos como externos (Rutter, 1993).

Garmezu y Masten (1994) indican que la resiliencia es una serie de destrezas adquiridas por el individuo que emplea para hacer frente a situaciones difíciles de la vida con el fin de lograr superarlas y adaptarse a estas.

#### **Aspectos asociados a la resiliencia**

Debido a que la resiliencia es la capacidad del sujeto para hacer frente a las situaciones complicadas con el fin de lograr adaptarse, Henderson (2003) sugiere una breve clasificación de dos tipos de adversidades que los seres humanos enfrentan:

En primera instancia, menciona que existen situaciones dentro del ámbito familiar que la persona puede atravesar como la separación de los padres, pérdida de algún familiar, enfermedades, maltrato físico, sexual, psicológico, entre otros.

También existen situaciones que se experimentan fuera del ámbito familiar y se relacionan con otras personas como en el caso de sufrir algún accidente, problemas

económicos, sociales, guerras, etc., asimismo se considera dentro de este grupo a los desastres naturales o adversidades relacionadas con aspectos geográficos.

Las capacidades que el individuo desarrolla para consolidar una adecuada resiliencia están cimentadas a aspectos ambientales, Kotliarenco et al. (1997), sugiere algunos factores:

**Factores de riesgo:** cualquier situación que pueda generar o predisponer a la persona a un posible daño en su integridad

**Factor protector:** se refiere a situaciones o aspectos que promueven el desarrollo de un individuo o del colectivo, también se consideran los factores que reducen las secuelas producidas por las dificultades vividas, dentro de ellos, se subdividen en factores internos y externos:

- Externos: son los factores que se encuentran en el ambiente a nivel social o laboral que reducen las implicancias que afectan a la persona
- Internos: rasgos o facultades que el individuo posee y puede ir desarrollando con la práctica como la empatía, confianza en sí mismo, capacidad de resolución de problemas, entre otros.

### **Desarrollo de resiliencia en las personas**

El modelo integrador propone que la resiliencia se desarrolla desde las primeras interacciones del ser humano, cada etapa que vive el individuo es sumamente relevante, ya que en cada una puede adquirir recursos y debilidades, estas últimas dependiendo de los hostiles que puedan ser, asimismo, existirán situaciones que las personas podrán percibir como pruebas donde mostrará sus habilidades y superarlas (Mateu, García y Gil, 2009).

Algunos autores han realizado investigaciones sobre las habilidades que poseen las personas resilientes.

Wolin y Wolin (1993) sugieren siete habilidades:

- Introspección: es la habilidad que tiene el sujeto para mirar en su interior y analizarlo
- Independencia: se caracteriza porque el sujeto puede distanciarse de los demás de forma emocional y física sin la necesidad de aislarse.
- Capacidad de relacionarse: habilidad que presenta el sujeto para formar vínculos sentimentales saludables
- Iniciativa: el sujeto aumenta gradualmente la exigencia con respecto a sus actividades
- Humor: habilidad para percibir aspectos divertidos y graciosos de las situaciones, asimismo, considerar aspectos positivos de la adversidad.
- Creatividad: los sujetos son capaces de crear estructuras estéticas que tienen propósitos y ordenar aspectos ligados al caos y desorden.
- Moralidad: habilidad para discernir lo bueno y lo malo según los valores sociales.

Por otro lado, Palomar y Gómez (2012) señalan que hay 12 habilidades que caracterizan a una persona resiliente:

- Respuesta rápida ante el peligro: sensibilidad ante situaciones amenazantes que permiten a sujeto a reaccionar ante estas.

- Madurez precoz: la persona desarrolla tempranamente la capacidad para enfrentar situaciones por sí mismo.
- Desvinculación afectiva: presenta la habilidad de separar los sentimientos intensos que presentan sobre sí mismo.
- Búsqueda de información: se refiere a la capacidad del sujeto a adquirir nueva información que permita comprender los nuevos escenarios que uno enfrenta.
- Adquisición y empleo de vínculos que fomentan la supervivencia: la persona tiene la capacidad de fomentar relaciones interpersonales que promuevan la adaptación y brinden soporte en situaciones adversas.
- Previsión positiva: habilidad para elaborar mentalmente un futuro menos amenazante y más alentador.
- Tomar decisiones riesgosas: el sujeto asume las consecuencias de sus actos ante situaciones complicadas donde se podría vulnerar la integridad del mismo.
- Convicción de ser amado: la persona tiene la capacidad de asumir que es un ser con el potencial de ser respetado y amado por otras personas.
- Construcción del rival: el sujeto se traza objetivos en relación a otras personas que considera rivales con el fin de aprender de ellos y mejorar como persona.
- Reinterpretación del dolor: la persona tiene la capacidad de asimilar de manera diferentes las situaciones negativas, dándole un sentido positivo o extrayendo alguna enseñanza.
- Altruismo: el sujeto asume que existen un valor per se en el brindar apoyo y por ello lo realiza sin el interés de recibir algo a cambio.
- Optimismo y esperanza: se caracteriza por presentar una actitud positiva ante las futuras situaciones.

### **Situaciones laborales que afectan el desarrollo de la resiliencia**

Existen diversas situaciones que ponen a prueba la resiliencia del sujeto. Dentro del área laboral existen diversos factores o situaciones que podrían ayudar a desarrollar la resiliencia y algunos que puedan perjudicarla Záldivar (1996), las situaciones que afectan al trabajador también tienen un efecto en la empresa. Existen algunos elementos relacionados a las condiciones físicas del lugar como la infraestructura, algunos aspectos relacionados a la organización como los cambios repentinos de horario, escaso liderazgo en los jefes, inadecuado flujo de comunicación, roles y funciones difusas.

### **Fundamento teórico de la Resiliencia**

#### **Teoría de la resiliencia de Wagnild y Young**

La resiliencia sería un rasgo de la personalidad que está compuesta por dimensiones que se relacionan entre ellas.

#### **Confianza en sí mismo**

Su característica principal es la aceptación de las fortalezas y limitantes que uno presenta, no las valora como cuestiones aversivas ni las rechaza por ello, sino, que las acepta como parte de uno mismo. Gallardo et al. (2008) indican que el desarrollo de la confianza en sí mismo es sumamente valioso para poder desarrollarse adecuadamente en la vida social, indica que el ser humano siempre estará expuesto a las observaciones y opiniones del resto de personas, esto suele generar malestar cuando la persona presenta inseguridad sobre sí, pero cuando el individuo forja un conocimiento pleno y confía en sus capacidades esta opinión externa no supondrá ningún daño y estará menos vulnerable a las críticas.

## **Ecuanimidad**

Se podría considerar como una especie de estabilidad emocional, la persona no se deja dominar por las emociones intensas que pueden suscitar las situaciones adversas o dificultades que atraviesa, el individuo recoge diversas alternativas siempre desde la experiencia y esto le permite tener una mirada más estable de la vida (Morgan, 2016).

## **Perseverancia**

Es el ansia de continuar a pesar del malestar, es un impulso que hace frente a las adversidades, esta dimensión se caracteriza porque el individuo que ha fijado una meta utiliza las herramientas adquiridas para continuar y cuando se presentan los problemas que contrarían el objetivo, el individuo busca otras herramientas debido a que tiene un gran deseo de cumplir con su anhelo (Ríos, 2004).

## **Satisfacción personal**

Esta dimensión se relaciona con el objetivo que fundamenta la razón de la existencia del individuo, con el desarrollo de esta dimensión, la persona podrá reafirmar su existencia, hará una evaluación de sus contribuciones hacia el resto y cómo dotan de sentido a su vida.

## **Sentirse bien solo**

Esta dimensión se desarrolla cuando el sujeto comprende la particularidad del individuo, capta que todas las personas son diferentes y pueden compartir experiencias entre grupos, asimismo, habrá adversidades que deba enfrentar solo y al superarlas le brindarán una sensación de libertad con lo cual podrá reafirmar su particularidad (Baca, 2013)

## **2.2.2 Síndrome de Burnout**

### **Definición**

Maslach y Jackson (1981) indican que el síndrome de burnout es una respuesta hacia el estrés crónico en el área laboral, este se manifiesta por agotamiento emocional, un inadecuado trato con las personas en su entorno y la desvaloración de las propias expectativas en relación al crecimiento profesional.

Freudenberger en 1974 fue el primero en conceptualizar el síndrome de burnout, esto lo realizó mediante la observación de profesionales de salud que iniciaban sus labores con optimismo y empeño, sin embargo, a lo largo del año su actitud cambió a una desganada ante las labores y agresiva e insensible con los pacientes (Carlín y Fayos, 2010).

### **Diferencias con otros conceptos psicológicos**

En ocasiones el síndrome de burnout puede confundirse con otros conceptos psicológicos, debido a que presentan síntomas que pueden ser similares, por ello Carlotto y Gobbi (2001) realizaron una revisión teórica con el fin de diferenciarlos.

- **Estrés:** una de las características fundamentales del estrés es que pueden causar reacciones positivas y negativas en la persona, asimismo, pueden afectar diversas áreas del sujeto a nivel familiar, académico, interpersonal, personal, etc. El burnout produce solo efectos negativos y se gesta principalmente en el área laboral donde tiene un rol importante en el crecimiento profesional (Torom,

2003). De la misma manera la despersonalización suele ser un indicador exclusivo del burnout.

- **Depresión:** diversas investigaciones han encontrado relación entre la depresión y el burnout, sin embargo, estas no son el mismo constructo, se asemejan en los síntomas como hipoabulia y descenso de la motivación, pero la diferencia principal radica en la tristeza patológica y la culpa que presenta el sujeto deprimido, en cambio, el sujeto con burnout suele presentar principalmente cólera (Freudenberger, 1974). Además, dentro del desarrollo del burnout es la depresión la que aparece al final consolidándose como un síndrome más, en estas situaciones la depresión afecta diversas áreas, sin embargo, el burnout presenta una exclusividad laboral (Habfoll y Shirom, 2000)
- **Insatisfacción laboral:** pese a encontrar relación estrecha entre ambas variables, existen personas que desarrollan una insatisfacción por el trabajo, pero no desarrollan el burnout (Buzzeti, 2005)

### **Desarrollo del Síndrome de Burnout**

Carlotto y Gobbi (2001) indican que se puede identificar cuatro etapas en el desarrollo del burnout:

En primer lugar, indican que el individuo presenta altas expectativas en relación a las actividades que enfrentará en el ambiente laboral, donde se visualiza un aumento en su esfuerzo y motiva a sus compañeros para trabajar mejor, asimismo, se evidencia un deliberado aumento en las actividades laborales.

Al pasar el tiempo, la persona se percata que sus expectativas difieren drásticamente de lo que en realidad está ocurriendo, presenta recompensas que valora inferiores a las esperadas, por ello, el trabajador empezará a preguntarse sobre la situación y su rendimiento.

En la tercera etapa el sujeto experimenta frustración constante, esta no cesa con facilidad y pronto desarrollará apatía y escaso interés cuando perciba que la situación no tendrá cambio es por ello que prefiere evitar el contacto con el cliente y aparece la distancia con el trabajo.

Finalmente, la persona ya no se siente motivada y experimenta escasa o nula satisfacción por sus actividades realizadas, asimismo, el malestar que ha desarrollado se mantiene e intensifica, entonces la persona se aleja de sus compañeros y prefiere ausentarse del trabajo al sentirse incómodo.

### **Factores de riesgos asociados al Burnout**

Según Maslach (2003) se pueden distinguir tres grandes grupos que se deben considerar para la aparición del burnout:

#### **Factores profesionales**

Estos factores tienen relación con el cargo a desempeñar, se consideran los roles y funciones. Asimismo, investigaciones demuestran que las labores donde se implica tener un mayor contacto con el cliente están relacionadas a presentar niveles más altos de burnout, aquí suele estar presente el personal de salud asistencial como médicos y enfermeras, también pueden padecerlas personal enfocada a ventas y docentes (Gil, 2008). Otro factor resaltante es la incongruencia entre las exigencias que demanda el puesto y las capacidades del colaborador, asimismo, la ambigüedad de las funciones y la excesiva carga laboral.



## Factores organizacionales

Se pueden diferenciar dos tipos de factores organizacionales: los cuantitativos y cualitativos; los primeros están relacionados a la cantidad de trabajo que debe realizar el colaborador y el segundo al tipo de labor y la complejidad del mismo (Martínez, 2010) las tareas complejas suelen generar desgaste mental, sin embargo, también las tareas de complejidad mínima, también las actividades recurrentes suelen estar relacionadas a síntomas ansiosos e insatisfacción dentro del área profesional (Cordes, 1993). En ocasiones, la empresa aplica el castigo como único método de corrección, esto no suele ayudar a que el trabajador mejore su rendimiento, sino, todo lo contrario.

## Factores personales

Edelwich y Brodsky (1980) realizaron una revisión sobre las características individuales que influyen en el burnout:

**Edad:** son los jóvenes los que presentan mayores niveles de burnout, el agotamiento emocional y la despersonalización suelen presentarse más en personas de 25 a 30 años (Aria y Castro, 2013; Álvarez y Río, 1991), sin embargo, en personas mayores de 40 años suele primar el descontento en la realización personal (Atance, 1997).

**Experiencia laboral:** las personas que tienen 20 años o más de experiencia laboral suelen experimentar con menos intensidad el burnout. (Yslado, Núñez y Norabuena, 2009).

**Estado civil:** algunas investigaciones postulan que las personas casadas padecen menor malestar producto del burnout (Gil, 1999; Acosta, 2008).

**Número de hijos:** para Martínez (2010) las personas que tienen hijos suelen presentar mayores habilidades y herramientas para reducir el Burnout

## Consecuencias del Burnout

Se puede dividir las consecuencias del síndrome de burnout en niveles como el físico, cognitivo, emocional y conductual (Maslach, Jackson y Leiter, 1986).

**Emocional:** suelen experimentarse sentimientos de tristeza, frustración, asimismo se ve perjudicado la estima personal y existe una sensación constante de fracaso, también resalta la cólera. En ocasiones se puede experimentar síntomas ansiosos, culpa, disforia, existe un distanciamiento emocional del sujeto como una medida protectora. Estas consecuencias emocionales se relacionan con la dimensión agotamiento emocional.

**Cognitivo:** se experimenta disonancia cognitiva, existe una disminución de la concentración, hay pensamientos derrotistas y la capacidad cognitiva ocasionando agotamiento intelectual (Fidalgo, 2001)

**Física:** se caracteriza por aparición de dolores de cabeza, problemas para conciliar el sueño, malestar corporal, dolores musculares focalizados y alteraciones gastrointestinales

**Conductual:** pueden manifestarse conductas agresivas, deserción laboral, aislamiento y consumo de sustancias (Mansilla, 2005).

Con respecto a la organización se visualiza un menor desempeño laboral, esto puede afectar a la productividad y calidad del producto o servicio brindado, la deserción aumenta la rotación de los trabajadores y podrían generar más gastos a la empresa (Fidalgo, 2001).

## **Fundamento teórico del Síndrome de Burnout**

### **Modelo teórico de Maslach**

Maslach y Jackson (1981) proponen un modelo, el cual desarrollan a través de un análisis factorial, donde finalizaron con una construcción de tres dimensiones:

#### **Agotamiento emocional**

La dimensión se caracteriza por disminución de la energía del colaborador y presencia de frustración constante al enfrentar sus altas expectativas con la realidad laboral que percibe como poco estimulante. Va perdiendo la motivación y se siente cada vez más incómodo. Presenta malestar al realizar algunas tareas, se siente insatisfecho, se valora incapaz de enfrentar las demandas laborales (Quinceno y Vinaccia, 2007). Asimismo, está incluido la fatiga en horarios laborales, por lo cual, para aliviar este malestar la persona suele alejarse emocional y cognitivamente para manejar el estrés, la diferencia principal entre el cansancio producido por el trabajo cotidiano y el cansancio emocional como dimensión del burnout es que esta última suele estar presente con sentimientos de cólera y ansiedad que no se reducen con el descanso (Maslach, Schaufeli y Leiter, 2001).

#### **Despersonalización**

Esta dimensión se caracteriza por la aparición de conductas aversivas hacia las personas a quien se les brinda un servicio, puede aparecer con clientes de una empresa, pacientes de un centro de salud, alumnos y padres de familia. También se le conoce como cinismo. Asimismo, también puede darse esta actitud en contra de los compañeros de trabajo, los sujetos se muestran insensibles, apáticos, irritables, con reacciones frías y negativas (Gil, 2008).

#### **Realización personal**

Se caracteriza por la percepción de un escaso o nulo crecimiento profesional en el área en donde se desenvuelven, aparecen ideas negativas sobre uno mismo y su desempeño laboral, también se pueden apreciar indicadores de desesperanza, existe miedo a fracasar y sensibilidad ante las críticas, esto origina que la persona prefiere evitar las actividades laborales (Buzzeti, 2005).

## **CAPÍTULO III. MATERIALES Y MÉTODOS**

### **3.1. Tipo de estudio y diseño de la investigación**

El presente estudio es de alcance correlacional pues tuvo como finalidad establecer la relación entre dos variables en un contexto particular. (Hernández, Fernández y Baptista, 2014). El diseño de la investigación es no experimental de corte transversal, puesto que no se manipuló las variables y los datos serán recogidos en un momento y lugar determinado en el tiempo. (Hernández et. al, 2014). Por último, el enfoque que se empleó en este estudio será cuantitativo, dada las características para el proceso de recolección y análisis de la información obtenida. (Hernández et. al, 2014).

### **3.2. Población**

Para Hernández et. al, (2014) quienes definen como población al universo en conjunto que está constituido por todos los casos que coinciden o concuerdan con determinadas características. Por lo antes mencionado, para la presente investigación, la población estará constituida por 120 docentes de una Institución Educativa Privada de Lima que se encuentren ejerciendo su profesión en la modalidad de trabajo remoto durante la Pandemia de Covid-19. Asimismo, para efectos del presente estudio se considera a la totalidad de la población, por motivo de ser una población reducida, por tal motivo se realizó un censo poblacional.

#### **3.2.1. Criterios de inclusión y exclusión**

##### **Inclusión:**

- Docentes del nivel inicial, primaria y secundaria que pertenezcan a la I.E. Privada
- Docentes del nivel inicial, primaria y secundaria que estén en la modalidad de trabajo remoto.
- Docentes del nivel inicial, primaria y secundaria de ambos sexos.

##### **Exclusión:**

- Docentes que no completen el total de los cuestionarios.
- Docentes que no brinden su consentimiento informado para participar de la Investigación.
- Docentes que no cumplan los criterios de Inclusión
- Docentes que no deseen participar de la Investigación.

### **3.3. Variables**

#### **3.3.1. Definición conceptual y operacionalización de variables**

##### **V1: Síndrome de Burnout**

##### **Definición Conceptual:**

El Síndrome de Burnout se da por un inadecuado afrontamiento al estrés que conlleva a los síntomas de agotamiento emocional, despersonalización y una baja realización personal y son más propensos a padecerlo los profesionales que trabajan en contacto directo con otras personas con un nivel alto de implicación en los problemas de éstas. (Maslach & Jackson, 1981).

### **Definición Operacional:**

La variable síndrome de burnout es una variable cualitativa, politómica ordinal. Será evaluada a partir de sus tres dimensiones: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal, el cual mide el nivel de presencia del burnout a través del puntaje obtenido en el Inventario de Maslach, considerando tres niveles: alto (70-132 puntos), medio (52, 69 puntos) y bajo (0-51 puntos). Se utilizó la versión de dicho instrumento adaptada para docentes (Fernández, 2002). Para ver la operacionalización de la variable ver (Anexo 1).

### **V2: Resiliencia**

#### **Definición Conceptual:**

La resiliencia es definida por Wagnild y Young (1993) como una característica de la personalidad, que se encarga de regular o moderar el efecto del estrés en la persona y fomenta la adaptación. Este trabajo de regulación y adaptación requiere de gran vigor emocional, por lo que también se le conoce como la capacidad de las personas de hacer frente con éxito ante los acontecimientos difíciles de la vida.

#### **Definición Operacional:**

La variable resiliencia es de naturaleza cualitativa, politómica ordinal y será evaluada mediante la escala de Wagnild y Young que contempla las dimensiones de satisfacción personal, ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo y perseverancia, categorizando en: Baja (<120), moderada (121-146) y alta (>147). Para ver la operacionalización de la variable ver (Anexo 2).

## **3.4. Plan de recolección de datos e instrumentos**

### **3.4.1. Plan de recolección de datos**

En el presente estudio se realizó la medición de dos variables, que son el Síndrome de Burnout y la Resiliencia con respecto a su presencia y la relación que existe entre ambas en el personal docente de una Institución Educativa Privada de Lima. La cual estuvo conformada por tres etapas principales:

#### **Etapas I:**

El proceso de recolección de datos, como primera etapa se realizó la solicitud y coordinaciones respectivas con las directoras de la Institución Educativa, tanto como del nivel Inicial-Primaria como Secundaria, explicándoles el objetivo de la investigación y sus beneficios además de asegurar la confidencialidad de los datos recogidos, para poder tener el acceso al personal y realizar la aplicación de cuestionarios virtuales. Una vez obtenido el permiso de dichas autoridades se procedió a seleccionar la población guiándonos por nuestros criterios de inclusión y exclusión.

#### **Etapas II:**

Como segundo paso, se solicitó la lista de correos electrónicos institucionales de los docentes para poder realizarles el envío de los siguientes formatos: el consentimiento informado, que incluyo la información relativa a la finalidad del estudio, haciendo énfasis en la participación voluntaria y confidencial, asegurando en todo momento el compromiso por resguardar la privacidad y el anonimato de los datos brindados, la ficha de datos sociodemográficos y los dos cuestionarios seleccionados, el Inventario

de Maslach para medir el Burnout y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young; todos los documentos fueron realizados en el formato virtual de Google Forms. Se programó fechas y horarios para habilitar la evaluación virtual siguiendo el criterio de accesibilidad de la población, de tal manera de no perjudicar ni interrumpir su jornada laboral, así mismo, se solicitó que al culminar la evaluación debían de enviar captura del mensaje final que aparece al culminar el formulario; además de brindarles a todos los correos y números de las investigadoras en el caso de que tengan dudas al resolver la evaluación.

### **Etapa III:**

Finalmente, como tercer paso, una vez culminado el tiempo de evaluación y recopilado todos los datos, esta información fue codificada en una base de datos, en el programa EXCEL.

## **3.4.2. Instrumentos**

### **Síndrome de burnout**

#### **Validez y confiabilidad**

Para la presente investigación se utilizará la prueba del Maslach Burnout Inventory (MBI) de las autoras Cristina Maslach y Susan Jackson, en la versión Educators Survey (ES) o MBI forma Ed desarrolla en 1986, esta es una adaptación para maestros en la que la palabra “paciente” es sustituida por “alumno”, permaneciendo igual el resto del cuestionario. Se realizó el estudio de dicha adaptación por Iwanicki & Schwab (1981) con una muestra de 469 maestros; en tanto, Gold (1984) con otra muestra de 462 maestros para averiguar la validez factorial del inventario. Los valores alfa de Cronbach, del primer estudio, fueron 0,90 para agotamiento emocional, 0,76 para despersonalización, y 0,72 para realización personal en el ámbito laboral. En el segundo estudio los valores fueron 0,88, 0,74 y 0,72, respectivamente. (Fernández, 2002)

En el contexto peruano, Fernández (2002), realizó las estandarizaciones de la prueba del síndrome de Burnout adaptada al español por Seisdedos (1997), aplicándolo a una muestra poblacional de 264 docentes obteniendo como resultado de alfa de Cronbach entre .74 y .78. Asimismo, realizó un análisis factorial confirmatorio que mostró la adecuación del modelo de tres factores. (Fernández 2020; Montestruque, 2018)

Por otro lado, dicho autor, se apoyó bajo el criterio de 9 jueces. En el proceso se aplicó el coeficiente V de Aiken, obteniendo como resultados que todos los ítems alcanzan niveles adecuados de significación estadística, por lo que es posible trabajar con el instrumento sin realizar mayores modificaciones, pues presenta validez de contenido que va de 0.8 al 1. (Fernández, 2020). Además, Delgado (2003) para obtener la validez de constructo, efectuó un análisis factorial de las subescalas del Inventario del Burnout de Maslach, lo que permitió apreciar que se alcanza una medida de adecuación del muestreo de Káiser-Meyer-Olkin de 0.61 y un test de esfericidad de Bartlett que es significativo. Se concluye que los aspectos evaluados por las tres subescalas corresponden a un solo constructo que es el de burnout, lo que hace que la prueba sea válida.

En el ámbito peruano, Delgado (2003) determina la confiabilidad del MBI Ed es válida debido a que los ítems son consistentes entre sí, así mismo obtuvo como resultado de alfa de Cronbach de 0.78, 0.71 y 0.76 respectivamente, definiendo la confiabilidad del instrumento.

## **Resiliencia**

### **Validez y confiabilidad**

Para la presente investigación se empleará la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young adaptado al contexto peruano realizada por Novella (2002). La escala original fue creada en 1993 en Estados Unidos por Wagnild y Young, ambos demostraron la validez concurrente del instrumento a través de las correlaciones con constructos como adaptabilidad y depresión (Tacca y Tacca, 2019). Así mismo dieron confiabilidades de 0.85 en una muestra de cuidadores de enfermos de Alzheimer; 0.86 y 0.85 en dos muestras de estudiantes femeninas graduadas; 0.90 en madres primerizas post parto; y 0.76 en residentes de alojamientos públicos. Además, con el método test-retest la confiabilidad fue evaluada por los autores en un estudio longitudinal en mujeres embarazadas antes y después del parto, obteniéndose correlaciones de 0.67 a 0.84, las cuales son respetables (Morales, 2018).

En el contexto peruano, Novella (2002) analizó las propiedades psicométricas del instrumento, encontrando dos factores al realizar la prueba de análisis factorial exploratorio y obtuvo un alfa de Cronbach global de 0.88. indicando que el instrumento se acorde a las características y comprensión del medio peruano. Esto se reafirma por los aportes de otros investigadores como Gómez (2019) que obtuvo un alfa de Cronbach de 0.87 mediante el método estadístico de Prueba Medida Kaiser – Meyer – Olkin (KMO) y en el caso de los investigadores Tacca y Tacca (2019) que encontraron un índice de 0.84 para la consistencia, resultados que avalan que la escala es válida y confiable.

### **3.5. Plan de análisis e interpretación de la información**

Para el análisis estadístico e interpretación de los datos recopilados se tomó en cuenta la baremación de los instrumentos y serán puestos en una base de datos en Microsoft Excel, para luego realizar un procedimiento que consta en dos etapas:

#### **Análisis descriptivo:**

Los datos fueron analizados con el programa de Stata V.15 y los resultados obtenidos fueron presentados en tablas y gráficos. Al ser ambas variables Cualitativas, tanto el Síndrome de Burnout como la Resiliencia, los resultados obtenidos fueron presentados en forma de distribución de frecuencia y porcentaje. Las variables cuantitativas como la edad, fueron valoradas mediante medidas de tendencia central (media) y desviación estándar.

#### **Análisis Inferencial:**

Para determinar la normalidad se hizo uso de la prueba de Kolmogorov-Smirnov, en caso el resultado obtenido sea  $p \leq 0.05$ , se indicó que se trata de una distribución no normal. Para realizar la comprobación de las hipótesis se utilizó la prueba del Chi Cuadrado y Kruskal Wallis. Cabe resaltar que para el análisis de datos se trabajó con un nivel de confianza del 95% con una significancia de 5% para ser considerado estadísticamente significativo.

### **3.6. Ventajas y limitaciones**

#### **Ventajas**

- Los instrumentos utilizados contaron con adecuadas propiedades de validez y confiabilidad ajustadas a nuestra realidad.
- Los resultados fueron de utilidad para la organización o institución a cargo de los docentes para elaborar planes estratégicos y contribuir a su bienestar
- Los resultados serán de utilidad para futuras investigaciones de diversas disciplinas como psicológicas o educativas.
- La modalidad virtual en el cual se tomó las pruebas mediante formularios de Google, ayudó a disminuir los costos para la realización de esta investigación; así mismo, ayudó a mantener un mejor orden en la organización de los resultados para la fase estadística.

### **Limitaciones**

- Al tratarse de una investigación de carácter correlacional, no se pudo realizar ninguna inferencia respecto a la causalidad, puesto que solo se limitó a indagar la relación de las variables.
- Al ser un estudio de corte transversal, los resultados solo reflejan la situación en el momento actual mas no permite predecir resultados a futuro.
- En lo que respecta a los instrumentos de recolección de datos, cumplieron con una característica de auto reporte, por lo que pudo haber existido un riesgo de sesgo en la información, en donde las pruebas podrían ser llenadas por un criterio de deseabilidad social, sin embargo, se tomaron las medidas de caso para evitar ello.

### **3.7. Aspectos éticos**

#### **1. Respeto de la confidencialidad y política de protección de datos**

- a. La aplicación de los cuestionarios fue de manera virtual a través del cuestionario Google Forms en donde no se hicieron preguntas acerca de la identificación de los participantes, sin embargo, para poder acceder a los formularios se tuvo que ingresar desde la cuenta institucional del participante.
- b. Se indicó y explicó a los participantes de la finalidad y del uso que se dio a la información resultante
- c. Los datos de los participantes serán accesibles sólo a un restringido grupo de personas que son las investigadoras (Nathali Jackeline, Mostacero Anhuamán Milagros Mary Eugenia, Marino Ubillús) y el asesor (Lic. Carmen Padilla Romero).
- d. Los datos generados a partir de la fase de obtención de la información y el libro de variables (Codebook) serán, a su vez, guardados en un servidor o pc de las investigadoras.

#### **2. Respeto de la privacidad**

- a. Respeto del derecho de los sujetos, que participaron en el estudio, a elegir el tiempo, las circunstancias y la cantidad de información a compartir con los investigadores.
- b. Respeto del derecho de los sujetos, que participaron en el estudio, a no dar información que no desea compartir.

### **3. No discriminación y libre participación**

- a. No existieron formas de discriminación en el grupo de participantes al estudio en cuanto a sexo, grupo étnico o por condición social, en sintonía con los criterios de exclusión e inclusión al estudio.
- b. No existieron formas de inducción coercitiva de participación al estudio.

### **4. Consentimiento informado a la participación a la investigación**

- a. Se ofreció información relevante a los participantes sobre la finalidad y las características del proyecto de investigación para solicitar el consentimiento informado (Anexo n°3) a la participación al estudio de manera virtual.
- b. Se garantizó la obtención del consentimiento informado, de manera virtual, de los sujetos antes de participar al estudio.
- c. Se informó a los encuestados de la posibilidad de abandonar el estudio y de la ausencia de consecuencias derivadas de esta decisión.

### **5. Respeto por la calidad de la investigación, autoría y uso de los resultados**

- a. Promoción del valor científico de la investigación representado por la importancia empírica y social del estudio.
- b. Búsqueda de la validez científica del estudio representado por la creación de un marco teórico suficiente que se basa en documentación científica válida y actualizada, el uso coherente del método de investigación con el problema que se desea dar respuesta, la selección adecuada de la muestra de los sujetos que serán involucrados, una codificación y análisis de los datos que garanticen elevados estándares de calidad y una interpretación crítica de los mismos, uso de un lenguaje adecuado en la comunicación de los resultados de la investigación.
- c. Disponibilidad a la autoridad competente del material físico y de la base de datos elaborada a la revisión del proceso de recolección de información.



## CAPÍTULO IV. RESULTADOS

En la tabla 1, se aprecia que la edad promedio de los docentes evaluados es de 35 años, el 54.8% es del sexo femenino y el 78.3% son procedentes de Lima. El 45.2% viene de un tipo de familia nuclear, el estado civil del 60% de docentes son solteros; y el 51.3% menciona tener hijos. Referente a las horas de trabajo, el 62.6% trabaja entre 8 a 10 horas diarias, el 44.3% percibe un ingreso económico alrededor de 1500 a más y el 65.2% se encuentra enseñando el nivel secundario. Por último, el 93% no presenta algún diagnóstico psicopatológico y el 63.5% no ha presentado síntomas del Covid.

**Tabla 1.** Descripción de los datos sociodemográficos.

	n	%
<b>Edad (media ± DS)</b>	35.69±9.29	
<b>Sexo</b>		
Masculino	52	45.2
Femenino	63	54.8
<b>Estado civil</b>		
Soltero	69	60.0
Conviviente	16	13.9
Casado	30	26.1
<b>Tipo de familia</b>		
Monoparental	18	15.7
Nuclear	52	45.2
Extensa	45	39.1
<b>Tiene hijos</b>		
Sí	59	51.3
No	56	48.7
<b>Lugar de procedencia</b>		
Lima	90	78.3
Provincia	18	15.6
Callao	7	6.1
<b>Horas de trabajo</b>		
De 4 a 6 horas	23	20.0
De 8 a 10 horas	72	62.6
De 11 a más	20	17.4
<b>Ingreso económico</b>		
De 930 a 1200	43	37.4
De 1300 a 1500	21	18.3
De 1500 a más	51	44.3
<b>Nivel de enseñanza</b>		
Inicial	10	8.7
Primaria	11	9.6
Secundaria	75	65.2
Academia	19	16.5
<b>Diagnóstico Psicopatológico</b>		
Sí	8	7.0
No	107	93.0

**Presencia de síntomas – Covid**

Sí	42	36.5
No	73	63.5

**Fuente:** elaboración propia.

En cuanto a la tabla 2, se aprecia que el 46.1% de los evaluados presenta un nivel medio para resiliencia. Con relación al síndrome de burnout, se aprecia los siguientes niveles para cada una de las dimensiones: un nivel alto con 44.4% para agotamiento emocional, al igual que en la dimensión despersonalización con un nivel alto 71.3%; mientras que, en la realización personal se aprecia un nivel bajo 57.4%.

**Tabla 2.** Descripción de las variables principales.

	n	%
<b>Resiliencia</b>		
Alto	15	13.0
Medio	53	46.1
Bajo	47	40.9
<b>Síndrome de Burnout</b>		
Agotamiento emocional		
Alto	51	44.4
Medio	18	15.6
Bajo	46	40.0
Despersonalización		
Alto	82	71.3
Medio	8	7.0
Bajo	25	21.7
Realización personal		
Alto	26	22.6
Medio	23	20.0
Bajo	66	57.4

**Fuente:** elaboración propia.

Con respecto a la tabla 3, se precisa que la resiliencia se relaciona a las dimensiones de agotamiento emocional ( $p=0.01$ ), despersonalización ( $p=0.00$ ) y realización personal ( $p=0.00$ ). Se puede observar en las dimensiones agotamiento emocional y despersonalización que a menor nivel para ambas dimensiones mayor serán los niveles de resiliencia; para la dimensión realización personal, se puede observar que al incrementarse los niveles en esta dimensión también lo hará en la variable resiliencia.

**Tabla 3.** Relación entre las dimensiones del síndrome de burnout y la resiliencia

	Resiliencia			P
	Bajo n (%)	Medio n (%)	Alto n (%)	
<b>Síndrome de Burnout</b>				
Agotamiento emocional				<b>0.01</b>
Alto	8 (17.4)	26 (56.5)	12 (26.1)	
Medio	5 (27.8)	4 (22.2)	9 (50.0)	
Bajo	2 (3.9)	23 (45.1)	26 (51.0)	
Despersonalización				<b>0.00</b>

Alto	10 (40.0)	14 (56.0)	1 (4.0)	
Medio	2 (25.0)	5 (62.5)	1 (12.5)	
Bajo	3 (3.7)	34 (41.5)	45 (54.9)	
<b>Realización personal</b>				<b>0.00</b>
Alto	1 (1.5)	29 (43.9)	36 (54.6)	
Medio	2 (8.7)	16 (69.6)	5 (21.7)	
Bajo	12 (46.2)	8 (30.8)	6 (23.1)	

**Fuente:** elaboración propia.

En relación a la tabla 4, se puede apreciar que los niveles de resiliencia se relacionan al nivel de enseñanza ( $p=0.00$ ), los docentes que enseñan en el nivel secundario mantienen altos niveles de resiliencia. También se observa relación entre los niveles de resiliencia con el diagnóstico psicopatológico ( $p=0.00$ ), los docentes que no poseen un diagnóstico, presentan altos niveles de resiliencia. Por último, se indica que los niveles de resiliencia se relacionan con la presencia de síntomas de Covid ( $p=0.03$ ), por lo tanto, aquellos docentes que no han experimentado síntomas de Covid, poseen niveles elevados de resiliencia.

**Tabla 4.** Relación entre la resiliencia y las variables sociodemográficas.

	Resiliencia			P
	Bajo n (%)	Medio n (%)	Alto n (%)	
<b>Edad (media <math>\pm</math> DS)</b>	30.93 $\pm$ 4.69	34.96 $\pm$ 9.03	38.04 $\pm$ 10.07	0.06
<b>Sexo</b>				0.29
Masculino	4 (7.7)	25 (48.1)	23 (44.2)	
Femenino	11 (17.5)	28 (44.4)	24 (38.1)	
<b>Estado civil</b>				0.70
Soltero	10 (14.5)	30 (43.5)	29 (42.0)	
Conviviente	1 (6.25)	10 (62.5)	5 (31.3)	
Casado	4 (13.3)	13 (43.3)	13 (43.3)	
<b>Tipo de familia</b>				0.42
Monoparental	3 (16.7)	6 (33.3)	9 (50.0)	
Nuclear	6 (11.5)	29 (55.8)	17 (32.7)	
Extensa	6 (13.3)	18 (40.0)	21 (46.7)	
<b>Tiene hijos</b>				0.17
Si	6 (10.2)	24 (40.7)	29 (49.2)	
No	9 (16.1)	29 (51.8)	18 (32.1)	
<b>Lugar de procedencia</b>				0.44
Lima	13 (14.4)	38 (42.2)	39 (43.3)	
Provincia	1 (5.6)	12 (66.7)	5 (27.8)	
Callao	1 (14.3)	3 (42.9)	3 (42.9)	
<b>Horas de trabajo</b>				0.36
De 4 a 6 horas	1 (4.4)	12 (52.2)	10 (43.5)	
De 8 a 10 horas	12 (16.7)	34 (47.2)	26 (36.1)	
De 11 a más	2 (10.0)	7 (35.0)	11 (55.0)	
<b>Ingreso económico</b>				0.29

De 930 a 1200	7 (16.3)	19 (44.2)	17 (39.5)	
De 1300 a 1500	5 (23.8)	8 (38.1)	8 (39.1)	
De 1500 a más	3 (5.9)	26 (51.0)	22 (43.1)	
<b>Nivel de enseñanza</b>				<b>0.00</b>
Inicial	7 (70.0)	2 (20.0)	1 (10.0)	
Primaria	5 (45.5)	2 (18.2)	4 (36.4)	
Secundaria	1 (1.3)	37 (49.3)	37 (49.3)	
Academia	2 (10.5)	12 (63.2)	5 (26.3)	
<b>Diagnóstico Psicopatológico</b>				<b>0.00</b>
Sí	5 (62.5)	3 (37.5)	-	
No	10 (9.4)	50 (46.7)	47 (43.9)	
<b>Presencia de síntomas - Covid</b>				<b>0.03</b>
Sí	10 (23.8)	16 (38.1)	16 (38.1)	
No	5 (6.9)	37 (50.7)	31 (42.5)	

---

**Nota:** Se consideró un valor de significancia estadística de sig. 0.05.

En la tabla 5, se aprecia que la dimensión agotamiento emocional se relaciona con el estado civil de los docentes evaluados ( $p=0.01$ ), se observa que aquellos que son solteros presentan un nivel alto en agotamiento emocional. En tanto la dimensión despersonalización se relaciona con la variable tener hijos ( $p=0.00$ ), pues los docentes que son padres presentan niveles bajos para despersonalización; por otro lado, esta dimensión se relaciona al nivel de enseñanza que imparten los docentes ( $p=0.00$ ), dado que los docentes que se encuentran enseñando en el nivel secundario presentan un nivel bajo para despersonalización. La dimensión realización personal se relaciona a la variable tener hijo ( $p=0.03$ ), pues los docentes que si tienen hijos presentan niveles alto para realización personal; asimismo, esta dimensión se relaciona al ingreso económico mensual ( $p=0.01$ ), observándose que aquellos docentes que perciben un ingreso mayor están asociados a un nivel alto de realización personal; también, esta dimensión se relaciona al nivel de enseñanza que imparte el docente ( $p=0.00$ ), puesto que los docentes que dictan en el nivel secundario presentan niveles altos en esta dimensión; por último, se encontró que la dimensión se relaciona al diagnóstico psicopatológico ( $p=0.03$ ), en donde aquellos docentes que no presentan diagnóstico alguno presentan niveles altos para la realización personal.

**Tabla 5.** Relación entre las dimensiones del síndrome de burnout y las variables sociodemográficas.

	Síndrome de Burnout											
	Agotamiento emocional				Despersonalización				Realización personal			
	Bajo n (%)	Medio n (%)	Alto n (%)	<i>P</i>	Bajo n (%)	Medio n (%)	Alto n (%)	<i>P</i>	Bajo n (%)	Medio n (%)	Alto n (%)	<i>P</i>
<b>Edad (media ± DS)</b>	36.63±9.21	38.28±12.13	33.65±7.81	0.22	36.87±9.74	33.88±5.72	32.44±7.99	0.07	31.31±4.71	33±9.05	38.36±9.88	0.12
<b>Sexo</b>				0.06				0.59				0.43
Masculino	29 (55.8)	5 (9.6)	18 (34.6)		36 (69.2)	5 (9.6)	11 (21.2)		12 (23.1)	13 (25.0)	27 (51.9)	
Femenino	22 (34.9)	13 (20.6)	28 (44.4)		46 (73.0)	3 (4.8)	14 (22.2)		14 (22.2)	10 (15.9)	39 (61.9)	
<b>Estado civil</b>				<b>0.01</b>				0.47				0.67
Soltero	23 (33.3)	16 (23.2)	30 (43.5)		47 (68.1)	6 (8.7)	16 (23.2)		15 (21.7)	17 (24.6)	37 (53.6)	
Conviviente	10 (62.5)	-	6 (37.5)		11 (68.8)	-	5 (31.3)		4 (25.0)	2 (12.5)	10 (62.5)	
Casado	18 (60.0)	2 (6.7)	13 (33.3)		24 (80.0)	2 (6.7)	4 (13.3)		7 (23.3)	4 (13.3)	19 (63.3)	
<b>Tipo de familia</b>				0.22				0.93				0.64
Monoparental	7 (38.9)	3(16.7)	8 (44.4)		14 (77.8)	1 (5.6)	3 (16.7)		3 (16.7)	4 (22.2)	11 (61.1)	
Nuclear	27 (51.9)	4 (7.7)	21 (40.4)		35 (67.3)	4 (7.7)	13 (25.0)		14 (26.9)	12 (23.1)	26 (50.0)	
Extensa	17 (37.8)	11 (24.4)	17 (37.8)		33 (73.3)	3 (6.7)	9 (20.0)		9 (20.0)	7 (15.6)	29 (64.4)	
<b>Tiene hijos</b>				0.16				<b>0.00</b>				<b>0.03</b>

Si	31 (52.5)	9 (15.3)	19 (32.2)	47 (79.7)	-	12 (20.3)	8 (13.6)	11 (18.6)	40 (67.8)
No	20 (35.7)	9 (16.1)	27 (48.2)	25 (62.5)	8 (14.3)	13 (23.2)	18 (32.1)	12 (21.4)	26 (46.4)
<b>Lugar de procedencia</b>				0.61			0.88		0.70
Lima	37 (41.1)	16 (17.8)	37 (41.1)	65 (72.2)	6 (6.7)	19 (21.1)	20 (22.2)	20 (22.2)	50 (55.6)
Provincia	10 (55.6)	1 (5.6)	7 (38.9)	12 (66.7)	1 (5.6)	5 (27.8)	4 (22.2)	3 (16.7)	11 (61.1)
Callao	4 (57.1)	1 (14.3)	2 (28.6)	5 (71.4)	1 (14.3)	1 (14.3)	2 (28.6)	-	5 (71.4)
<b>Horas de trabajo</b>				0.07			0.34		0.26
De 4 a 6 hora	16 (69.6)	2 (8.7)	5 (21.7)	18 (78.3)	2 (8.7)	3 (13.0)	2 (8.7)	7 (30.4)	14 (60.9)
De 8 a 10 hora	29 (40.3)	14 (19.4)	29 (40.3)	47 (65.3)	5 (6.9)	20 (27.8)	20 (27.8)	11 (15.3)	41 (56.9)
De 11 a más	6 (30.0)	2 (10.0)	12 (60.0)	17 (85.0)	1 (5.0)	2 (10.0)	4 (20.0)	5 (20.0)	11 (50.0)
<b>Ingreso económico</b>				0.29			0.19		0.01
De 930 a 1200	16 (37.2)	10 (23.3)	17 (39.5)	30 (69.8)	1 (2.3)	12 (27.9)	10 (23.3)	4 (9.3)	29 (67.4)
De 1300 a 1500	10 (47.6)	4 (19.1)	7 (33.3)	14 (66.7)	1 (4.8)	6 (28.6)	8 (38.1)	8 (38.1)	5 (23.8)
De 1500 a más	25 (49.0)	4 (7.8)	22 (43.1)	38 (74.5)	6 (11.8)	7 (13.7)	8 (15.7)	11 (21.6)	32 (62.8)
<b>Nivel de enseñanza</b>				0.68			0.00		0.00
Inicial	2 (20.0)	3 (30.0)	5 (50.0)	2 (20.0)	1 (10.0)	7 (70.0)	7 (70.0)	2 (20.0)	1 (10.0)
Primaria	4 (36.4)	2 (18.2)	5 (45.5)	7 (63.6)	-	4 (36.4)	6 (54.6)	1 (9.19)	4 (36.4)
Secundaria	36 (48.0)	11 (14.7)	28 (37.3)	32 (82.7)	4 (5.3)	9 (12.0)	9 (12.0)	13 (17.3)	53 (70.7)
Academia	9 (47.4)	2 (10.5)	8 (42.1)	11 (57.9)	3 (15.8)	5 (26.3)	4 (21.1)	7 (36.8)	8 (42.1)
<b>Diagnóstico Psicopatológico</b>				0.49			0.06		0.03
Sí	2 (25.0)	2 (25.0)	4 (50.0)	3 (37.5)	2 (25.0)	3 (37.5)	4 (50.0)	3 (37.5)	1 (12.5)
No	49 (45.8)	16 (14.9)	42 (39.3)	79 (73.8)	6 (5.6)	22 (20.6)	22 (20.6)	20 (18.7)	65 (60.8)
<b>Presencia de síntomas – Covid</b>				0.41			0.07		0.11
Sí	17 (40.5)	5 (11.9)	20 (47.6)	26 (61.9)	2 (4.8)	14 (33.3)	14 (33.3)	8 (19.1)	20 (47.6)
No	34 (46.6)	13 (17.8)	26 (35.6)	56 (76.7)	6 (8.2)	11 (15.1)	12 (16.4)	15 (20.6)	46 (63.0)

**Nota:** Se consideró un valor de significancia estadística de sig. 0.05.

## CAPÍTULO V. DISCUSIÓN

### 5.1. Discusión

La investigación se realizó con el objetivo de determinar la relación entre las variables Síndrome de Burnout y Resiliencia en docentes de una I.E. Privada; entre los hallazgos obtenidos se pudo observar que existe una relación entre las dimensiones agotamiento emocional, despersonalización y realización personal del síndrome de burnout y los niveles de resiliencia. Además, la resiliencia se asocia al nivel secundario de enseñanza de los docentes, el no presentar un diagnóstico psicopatológico, no presentar síntomas de la Covid-19. En tanto, la dimensión agotamiento emocional se relaciona al estado civil; mientras que, la dimensión despersonalización se relaciona con el tener hijos e impartir clases a nivel secundaria. Por último, la dimensión realización personal se relaciona con el impartir clases a nivel secundario, el tener hijos, la remuneración en el trabajo y el no poseer un diagnóstico psicopatológico.

Se obtuvo que, el agotamiento emocional se relaciona con la resiliencia, del cual se obtiene que los docentes con menor nivel de agotamiento emocional suelen presentar mejor nivel de resiliencia, estos datos son congruentes con los de Rigal, Costebal, Burgos, Alves (2020); Hidalgo, Vicent y Gabari (2019) a nivel internacional y a nivel nacional con Huanca (2020); Escalante y Paz (2018), se infiere que los docentes que pudieron manejar los estresores del trabajo tales como la elaboración de las clases, desarrollo de estas, reuniones con plana educativa, aprender una nueva plataforma y el manejo de los estudiantes en el aula, tienden a percibir menos malestar y con ello evitan el agotamiento; por otro lado, la Institución cuenta con personal de apoyo a los docentes, quienes se encargan de la atención a padres y seguimiento más minucioso de los estudiantes con dificultades. Los resultados muestran que los docentes han desarrollado una capacidad que les permite lidiar con el estrés y favorecería a una mayor adaptabilidad, además los docentes a la fecha de aplicación en el 2021 ya se encontraban más familiarizados con el tema de la virtualidad.

Por otro lado, las dimensiones de despersonalización y la resiliencia se relacionan, estos hallazgos concuerdan con las investigaciones de Costales (2018); Tacca y Tacca (2019) quienes mencionan que a mayor nivel de resiliencia se presenta menor nivel de despersonalización, esto se debería a que los docentes presentan una mejor capacidad de adaptación frente a la situación vivida durante la pandemia, lo cual ayuda a amortiguar los efectos dañinos del estrés previniendo las actitudes de indiferencia. Caso contrario ocurre con el grupo de docentes que presentaron mayor nivel de despersonalización, resultado también hallado en las investigaciones de De Paz (2017); Escalante y Paz (2018) quienes mencionan esto se asocia a niveles bajos de resiliencia. En el contexto donde se desarrolló la investigación, algunos profesores se mostraron más apáticos, menos sensibles y con reacciones frías y negativa, lo cual refleja que los docentes que no manejen de forma adecuada los problemas laborales podrían frustrarse con facilidad ante la interacción con el resto y con ello presentar conductas de rechazo o indiferencia hacia las personas con quienes trabaja.

Asimismo, se halló que niveles alto en realización personal se asocia a los niveles elevados de la resiliencia en los docentes, resultados similares fueron hallados por Rigal, Costebal, Burgos, Alves (2020). Se observó una relación positiva entre resiliencia y realización personal. Esto se debe a que la capacidad de superación ante las situaciones experimentadas en este contexto se asocia con el logro del éxito y el bienestar, y la voluntad de alcanzar las metas propuestas, luchar por lo deseado y superar los obstáculos ante diversas dificultades. Como explican Escalante y Paz (2018), la resiliencia docente está asociada con las habilidades de motivación y la

tolerancia a la frustración laboral. Los maestros altamente resilientes verán lo bueno de la situación y aprovecharán al máximo los recursos disponibles en el aula, incluida la falta de materiales y la mala implementación de los dispositivos.

De igual manera, se halló relación entre el nivel de enseñanza y la resiliencia, los docentes de nivel secundaria perciben una alta resiliencia a diferencia de los docentes de nivel inicial que perciben una resiliencia baja, no se han encontrado investigaciones similares. Se considera que el cambio imprevisto de enseñanza presencial a virtual supone todo un reto para los docentes, especialmente cuando se tienen brechas de aprendizaje o acceso de herramientas virtuales (Fernández, 2020), los docentes requieren de soluciones creativas e innovadoras con el fin de adaptarse a la nueva tendencia, entonces, los docentes de inicial podrían haber percibido esta situación como un obstáculo al trasladar su metodología al ambiente virtual, puesto que en este nivel los niños tienen mayores necesidades en cuanto a su formación integral, donde el juego, la exploración, la interacción social y el descubriendo son parte importante de la dinámica de aprendizaje. (Lip y Campos, 2021). En cuanto al nivel secundaria, los docentes al percibir este cambio como una oportunidad, lo han afrontado de manera más positiva, poniendo en práctica las diversas herramientas virtuales para poder alcanzar los objetivos educativos. (Costales, 2018)

Se halló asociación entre los niveles de resiliencia y el no poseer algún diagnóstico psicopatológico en los docentes evaluados, esto concuerda con los estudios de Flechas (2020) y Pardos (2021). Debido a que, la resiliencia es la capacidad de superar ciertos conflictos y facilita la adaptación, entonces los docentes con niveles altos de resiliencia podrán manejar de manera adecuada las situaciones adversas laborales, personales y familiares, ante ello, podría existir un menor riesgo de presentar problemas psicopatológicos.

Se obtuvo relación entre los niveles de la resiliencia y el no haber presentado síntomas de Covid. No se hallaron estudios con resultados similares. Sin embargo, algunos autores, como Roman et al (2020) mencionan que debido a la pandemia por Covid 19, en el mundo se optó por medidas de aislamiento social lo cual fue vista por algunos docentes como una oportunidad de aprendizaje y reflexión sobre su rol, tomando el aspecto positivo de esta situación. Asimismo, Zamora (2022) y Zhang (2020) señalan que las personas que presentan mayor nivel de resiliencia tienen a percibir menos ansiedad frente a esta enfermedad, siendo la resiliencia un factor protector ante los efectos psicológicos de la pandemia. Por otro lado, desde la psiconeuroinmunoendocrinología (Monet, 2022), mencionan que la resiliencia ayuda a la gestión del estrés frente al Covid 19, lo que influye directamente en la respuesta inmunológica. Según lo planteado por Kotliarenko, et.al (1997) sobre los aspectos ambientales que consolidan la resiliencia, se consideraría al Covid 19 como un factor de riesgo, siendo contrarrestado por los factores protectores que sería el cumplimiento de las normas de bioseguridad, haber completado el esquema de vacunación, de esta forma, la resiliencia jugaría un rol importante en la prevención de la enfermedad.

Se encontró que la dimensión de agotamiento emocional se relacionó con el estado civil, donde los docentes solteros presentan un mayor nivel de agotamiento emocional. Resultados similares halló Seperak (2022), donde mencionan que al parecer estos docentes no cuentan con el soporte necesario para afrontar situaciones arbitrarias como carga familiar y laboral en el confinamiento por covid-19. Por otro lado, en el caso de docentes casados y convivientes presentan un menor agotamiento emocional, lo cual es coherente con lo hallado por Córdova (2016), quien menciona que las personas encuentran en su familia un apoyo y soporte emocional, sobre todo en la pareja, quien



les brinda respaldo y comprensión lo cual juega un rol importante dentro de la percepción del agotamiento emocional.

Además, se ha presenciado relación significativa entre un bajo nivel de despersonalización en docentes que tienen hijos, ello también fue corroborado por Villanueva y Contreras (2020), donde consideran que los docentes que tienen hijos podrían presentar más apego a los estudiantes debido a la experiencia que presentan al tratar con menores. Los docentes con hijos podrían ser más empáticos y esto hace menos proclive la presencia de conductas despectivas o de indiferencia a los estudiantes. Respecto a ello, Maslach y Jackson (1986) refieren que el tener hijos se ve como un factor protector frente al burnout, puesto que la experiencia en cuanto a la resolución de problemas de un padre deviene de la maduración y del soporte emocional.

Se encontró relación significativa entre despersonalización y nivel educativo. Los docentes que imparten clases en nivel secundaria presentan bajos niveles de despersonalización, resultado que coincide con lo encontrado por Camacho, Cortez y Carrillo (2020) quienes han encontrado que los estudiantes de estas edades se han adaptado mejor a la virtualidad y al tener mayor manejo de herramientas virtuales son más autónomas, facilitando la interacción con el docente y por ende logrando una relación más efectiva dentro del entorno de enseñanza virtual. Por el contrario, docentes de nivel inicial presentan altos niveles de despersonalización, no se han encontrado estudios similares, sin embargo, se podría considerar que al tratarse de estudiantes de menor grado, se requieren de recursos pedagógicos más variados, con el fin de motivar a los estudiantes y generar un mayor nivel de atención. Lip & Campos (2021) mencionan que el juego es importante dentro de la dinámica de aprendizaje de este nivel, siendo la virtualidad una limitante en este proceso. Por otro lado, se requirió de la participación y apoyo de los padres, a quienes se les ha dificultado encontrar un balance entre el aspecto laboral y el apoyo educativo a sus hijos, transmitiendo críticas y frustraciones a los docentes, esto afectando el desempeño de estos últimos (Mora, 2020), facilitando la aparición de conductas aversivas.

Asimismo, los docentes que presentan un nivel elevado en realización personal están asociados al impartir clases a alumnos de nivel secundario. Este resultado es similar a lo hallado por Camacho, Cortez y Carrillo (2020) sugieren que la educación virtual es una oportunidad para el desarrollo en la metodología de enseñanza para el docente, por lo cual, si han logrado adaptarse a los cambios de la enseñanza virtual, entonces los desafíos y labores realizadas serán tomadas como un progreso en su desarrollo profesional, también considerando que los estudiantes de este nivel manejan mucho más las herramientas tecnológicas y con la presencia de tutores de aula que apoyan en cuanto al orden y normas dentro de la sala virtual, lo cual incrementará la percepción del docente de tener mayor llegada a sus estudiantes. En ese sentido, los docentes en esta nueva experiencia de aprendizaje y actualización en relación con la virtualidad de las clases tienen la percepción de estar realizándose profesionalmente.

Se encontró relación entre la realización personal y el tener hijos, este hallazgo es similar al de Villanueva y Contreras (2020), quienes consideran que la formación familiar es parte importante de la percepción de realización personal, en el caso de los docentes quienes no solamente se percibirían realizados a nivel profesional, sino que también tendrían una percepción de realización a nivel familiar. Además, de acuerdo con lo señalado por Maslach y Jackson (1986) el tener hijos se ve como un factor protector frente al burnout, partiendo de la experiencia que las personas adquieren al convertirse en padres, como habilidades para la resolución de conflictos problemas, que pueden ayudarlo a desarrollar de manera más óptima su labor en consecuencia crea mejores vínculos lo que percibe como un logro personal.

A la vez se encontró relación entre la realización personal y la remuneración por el trabajo, donde los docentes que ganan más del sueldo mínimo suelen presentar un alto nivel de realización personal, este hallazgo es similar a lo señalado por Córdoba (2016) quien considera que la realización personal alta está relacionado también a una alta remuneración. Así mismo, Arboleda y Cardona (2017) refieren que la remuneración es uno de los factores primordiales respecto a la satisfacción laboral. Por lo que se aprecia en el resultado los docentes que presentan sueldo superior al mínimo son aquellos que podrían estar considerando que son valorados laboralmente, asumiéndose realizados profesionalmente en este ámbito. Por otro lado, existe un porcentaje de población docente que reciben el sueldo mínimo generando en ellos disconformidad en la remuneración de su labor, presentando limitantes en cubrir sus necesidades básicas y las de su familia. (Caballero, 2013; Vaillant, 2006)

Se halló asociación entre la realización personal y el no tener algún diagnóstico psicopatológico en los docentes evaluados, tal como se halló en el estudio de Flechas (2020). Mora (2020) indica que la realización personal alcanzada por las personas genera una sensación de equilibrio y satisfacción lo cual ayuda a fortalecer y optimizar sus capacidades.

## **5.2. Conclusión**

La presente investigación encontró que la resiliencia ayuda a los docentes a tener un mayor equilibrio emocional frente a situaciones adversas lo que les permitió adaptarse mejor a la virtualidad dada por la pandemia, el cual fue un reto para ellos en cuanto al desarrollo de su labor y el hecho de poder afrontar esta situación de manera positiva ha favorecido a que los docentes tengan una mayor sensación de control y capacidad de manejar situaciones difíciles. Con ello, los docentes presentaron menor nivel de agotamiento, menos probabilidad de aparición de conductas aversivas y percibirse a sí mismo con mayor competencia personal.

En el caso de los docentes de nivel secundaria, se halló que presentan una mejor capacidad de adaptación frente a las situaciones adversas, disminuyendo la presencia de Síndrome de Burnout. La influencia de diversos factores, como el rango de edad de los estudiantes, mayor manejo de herramientas tecnológicas y mejor respuesta por parte de los estudiantes pueden haber favorecido su labor, puesto que el grupo adolescente al ser más autónomo y con mayor manejo de las herramientas virtuales favorece la participación activa y brinda al docente una mayor facilidad de llegar a sus estudiantes.

Por el contrario, los docentes del nivel inicial presentan mayores indicadores de Síndrome de Burnout y menor capacidad de adaptación. En este sentido, los niños entre los 3 y 5 años de edad, representa un reto para trabajar y captar la atención, incluso, en las clases presenciales; la nueva realidad los ha enfrentado al desafío de llegar al estudiante mediante las clases virtuales, situación que ha resultado difícil de manejar y debido a las mayores exigencias que presentan ha producido una predisposición a adoptar conductas de indiferencia.

El tener hijos ha sido un factor relevante, pues ser padres brinda herramientas y habilidades que les permite poner en práctica en su labor, sumado a la sensación de apoyo familiar permite que el docente logre percibirse como una persona capaz y con la confianza de poder realizar un mejor trabajo, lo que conlleva a sentirse realizado y tener mayor empatía hacia sus estudiantes.

El estado civil juega un papel importante frente al agotamiento emocional, pues el apoyo familiar y de pareja, brinda un soporte emocional ante situaciones estresantes, ayudando a afrontar de manera más efectiva la carga laboral.

La resiliencia influye en un mejor estado de salud mental pues el poder adaptarse brinda mayor sensación de equilibrio; por otro lado, el sentirse realizado le daría una mejor percepción de su estado de ánimo lo que ayuda a manejar de forma idónea situaciones que pueden generarle malestar.

Por otro lado, la resiliencia podría cumplir un rol relevante en la prevención del Covid 19, en la gestión de sus efectos emocionales y físicos, así como en la respuesta inmunológica; ello no garantiza el no contagio, pero sí ayudaría a poder adoptar con mayor facilidad y a seguir las normas de cuidado con mayor rigor y de esta manera, cumplir con las medidas de prevención recomendadas y reduciendo el impacto negativo en su bienestar.

Los docentes que ven reflejado su esfuerzo en una compensación económica acorde a su trabajo, se sienten valorados laboralmente y por ende realizados a nivel profesional.

Finalmente, este estudio sugiere que desarrollar en los docentes habilidades resilientes puede ser una estrategia efectiva para prevenir o reducir el síndrome de burnout, siendo un factor protector e influyendo en su desarrollo personal y profesional, logrando alcanzar sus objetivos y metas durante la pandemia del COVID-19.

### **5.3. Recomendaciones**

En relación con los hallazgos evidenciados en este estudio, se sugiere implementar en esta población programas no solamente de prevención al Síndrome de Burnout, sino también a realizar programas de intervención psicológica para tratar la sintomatología presente en los docentes, como agotamiento emocional y la despersonalización. Por otra parte, es necesario fortalecer las habilidades de resiliencia, con el fin de mejorar el desempeño y la interacción estudiante-profesor

Se sugiere a los mandos competentes, implementar programas de capacitación y actualización a los docentes en el manejo de las TICS. A la vez que exista un espacio de conversación entre el director y plana docente, para todos los colaboradores, dándoles la confianza y respaldo ante cualquier dificultad que se pudiese presentar.

Asimismo, se sugiere realizar investigaciones en muestras más amplias, con el fin de estudiar la relación entre ambas variables, tanto en escuelas públicas como privadas. También se puede considerar incluir otras variables asociadas, como el número de hijos en relación a la carga familiar, nivel socioeconómico, años de trabajo, percepción de descanso, etc.; esto con el fin de conocer más el comportamiento y la influencia de estas variables en diferentes contextos.

Por último, se recomienda realizar estudios de alcance causales o longitudinales con el fin conseguir información empírica valiosa, conocer el comportamiento de las variables en periodos extensos de tiempo. Por otro lado, se sugiere replicar el estudio en diferentes contextos laborales en la ciudad como en otras regiones del país.

## Referencias bibliográficas

- Arias, R. y Gutierrez, E. (2018) Prevalencia del síndrome de burnout en internos de medicina de la facultad de medicina humana del Hospital Militar Central de Lima. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 47(4),401-4011. <https://hdl.handle.net/20.500.12727/6156>
- Atance, J. (1997) Aspectos epidemiológicos del síndrome de burnout en personal sanitario. *Revista Española de Salud pública*, 71(3): 293 – 303 [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1135-57271997000300008&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57271997000300008&lng=es&tlng=es).
- Baca, D. (2013). *Resiliencia y apoyo social percibido en pacientes oncológicos que acuden a un hospital de Trujillo*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima – Perú]. <https://hdl.handle.net/20.500.12672/3575>
- Buzzeti, M. (2005). *Validación del Maslach Burnout Inventory (MBI), en dirigentes del colegio de profesores A.G. de Chile*. [Tesis de pregrado, Universidad de Chile]. <https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/137677>
- Caballero, R. (2013). *El “Buen Docente”: Estudio Cualitativo desde las Percepciones de Egresados de Educación Secundaria*. [Tesis de post grado, Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima – Perú]. <http://hdl.handle.net/20.500.12404/5701>
- Camacho, N; Cortez, C. y Carrillo, A. (2020) La docencia universitaria ante la educación confinada: oportunidades para la resiliencia. *Revista Educare*, 24(3), 418 – 437. Recuperado de: <https://revistas.investigacion-upelipb.com/index.php/educare/article/view/1402/1355>
- Carlin, M. y Fayos, E. (2010) El síndrome de burnout: Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo. *Anales de Psicología*, 26(1), 169-180 <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16713758020>
- Carlotto, M., Gobbi, M. (2001). Desempleo y Síndrome de Burnout. *Revista de Psicología de la facultad de ciencias sociales de la Universidad de Chile. Revista de Psicología*, 10(1), 131-139 <https://doi.org/10.5354/0719-0581.2001.18558>
- Castillo, A. (2016) *Resiliencia y burnout en los profesionales de salud de un Hospital Nacional de Lima, 2016* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo. Lima – Perú]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/1125>
- Costales, L. (2018). *La resiliencia relacionada con el desarrollo del síndrome de burnout en residentes del posgrado de pediatría de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador*, [Tesis de post grado, Pontificia Universidad Católica Del Ecuador].
- De Paz, Y. (2017) *Resiliencia y síndrome burnout en docentes del nivel primario de instituciones educativas estatales del distrito Comas, 2017* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo. Lima – Perú]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/11293>
- Escalante, C. y Paz, E. (2018) *Síndrome de burnout y resiliencia en operarios de una empresa pesquera de la provincia de Casma* [Tesis de pregrado, Universidad Privada del norte. Trujillo – Perú]. <https://hdl.handle.net/11537/14021>
- Eugenio, L. (2017) *La resiliencia y el síndrome de Burnout en profesionales de la salud*. [Tesis de pregrado, Universidad técnica de Ambato, Ambato – Ecuador]. <http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/25243>
- Fernández, M. (2002). Desgaste psíquico (burnout) en profesores de educación primaria de Lima metropolitana. *Persona*, (005), 27-66. Recuperado de: <https://doi.org/10.26439/persona2002.n005.842>

- Fernández Enguita, M. (2020). Una pandemia imprevisible ha traído la brecha previsible. *Blog cuaderno de Campo*. <https://blog.enguita.info/2020/03/una-pandemia-imprevisible-ha-traido-la.html>.
- Fidalgo, M. (2001). Síndrome de estar quemado por el trabajo o "burnout" (I): definición y proceso de generación. *Centro Nacional de Condiciones de Trabajo. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales de España*. [https://www.insst.es/documents/94886/326775/ntp\\_705.pdf](https://www.insst.es/documents/94886/326775/ntp_705.pdf)
- Flechas, A. (2020) *Ansiedad y Resiliencia en docentes de la universidad Santo Tomás Sede Villavicencio* [Tesis de pregrado, Universidad Santo Tomás]. <https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/31167/2020antonioflechas.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- García, A.; Martínez, L. y Linares, E. (2017) Cómo afecta el estrés del docente en el desempeño académico del estudiante de UPIBI-IPN. *Revista electrónica sobre tecnología, educación y sociedad* 4(7). <https://www.ctes.org.mx/index.php/ctes/article/view/661>
- Gil, P. (2002). Influencia del género sobre el proceso de desarrollo del síndrome de quemarse por el trabajo en profesionales de enfermería Maringá – Brasil. *Revista Psicología em estudo* 7(1). <https://doi.org/10.1590/S1413-73722002000100003>
- Huanca, L. (2020) *Síndrome de burnout y resiliencia en docentes de secundaria en la UGEL 02, 2020* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo. Lima – Perú]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/51308>
- Henderson, V. (2006). *La resiliencia en el mundo de hoy*. España: Ediciones Gedisa
- Hernández, R.; Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6° Edición). México: Mc Graw-Hill Educación.
- Jhael, G. (2021) *Niveles de ansiedad y depresión en la práctica docente por confinamiento* [Tesis de pregrado, Universidad Internacional SEK. Quito – Ecuador]. <https://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/4088>
- Lovón, M.; Cisneros, S. (2020) Repercusiones de las clases virtuales en los estudiantes universitarios en el contexto de la cuarentena por COVID-19: El caso de la PUCP. *Revista de psicología educativa* 8(3). <https://doi.org/10.20511/pyr2020.v8nSPE3.588>
- Kotliarenco, M. A., Cáceres, I. y Fontecilla, M. (1997). *Estado del arte en resiliencia*. Washington, D. C.: Organización Panamericana de la Salud.
- Lip, C. , Campos, S.(2021) Retos de la educación inicial peruana ante un contexto de aislamiento social obligatorio. *Revista Científica Ecociencia*. Vol. 8 (35). <https://doi.org/10.21855/ecociencia.82.537>
- Mansilla, F. (2010). *Manual de Riesgos Psicosociales en el trabajo: Teoría y Práctica. El síndrome de burnout o síndrome de quemarse por el trabajo*. [Archivo PDF]. [https://www.academia.edu/9947494/Manual\\_de\\_Riesgos\\_Psicosociales\\_en\\_el\\_trabajo\\_Teor%C3%ADa\\_y\\_Pr%C3%A1ctica](https://www.academia.edu/9947494/Manual_de_Riesgos_Psicosociales_en_el_trabajo_Teor%C3%ADa_y_Pr%C3%A1ctica)
- Martínez, A. (2010). El síndrome de burnout. Evolución conceptual y estado actual de la cuestión. *Vivat academia*. N°112. <https://www.redalyc.org/pdf/5257/525752962004.pdf>
- Mateu R, García M, Gil J (2009). ¿Qué es la resiliencia? Hacia un modelo integrador. *Jornades de Foment de la Investigació*, n°15, 231-248. <http://hdl.handle.net/10234/77669>

- Maslach y Jackson. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of occupational behaviour*. Vol. 2. págs. 99-113.  
<https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Maslach, C. & Jackson, S. (1986). Maslach Burnout Inventory. Palo Alto, California, USA.
- Maslach, C. y Jackson, S. (1986) Maslach Burnout inventory. Palo Alto, CA: consulting psychologist press.
- Maslach, C. y Jackson, S.E., Leiter, M. P. (1986). The Maslach Burnout Inventory Manual. Palo Alto, C.A
- Monet Alvarez, D., Gross Ochoa, V., & Alvarez Cortes, J. (2022). COVID-19 desde la perspectiva de la psiconeuroinmunoendocrinología. *Anales de la Academia de Ciencias de Cuba*, 12(1), e1158. Recuperado de <https://revistaccuba.sld.cu/index.php/revacc/article/view/1158/1416>
- Montes, J. (2020). *Gestión del talento humano y el estrés laboral de los docentes de la IE. Santa María, San Juan de Lurigancho, 2020*. [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo. Lima-Perú].  
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/55358>
- Mora, J. (2020) *Síndrome de Burnout y desempeño docente en instituciones educativas del nivel secundario de los centros poblados de Chancay, 2020* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo. Lima- Perú].  
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/55799>
- Morgan, J. (2016). La resiliencia y su relación con el desempeño laboral. *Revista Fidélitas*, 7, 12-22.  
[https://revistas.ufidelitas.ac.cr/index.php/revista\\_fidelitas/article/view/1/1](https://revistas.ufidelitas.ac.cr/index.php/revista_fidelitas/article/view/1/1)
- Organización Mundial de la salud (2000). Síndrome de Burnout. Recuperado de: [http://www.who.int/occupational\\_health/publications/stress/es/](http://www.who.int/occupational_health/publications/stress/es/)
- Pardo, J. (2021) *Resiliencia y salud mental en tiempos de Covid*, [Tesis de pregrado, Universidad de Oviedo]. <http://hdl.handle.net/10651/63149>
- Ramos, J. (2020) *Dimensiones del síndrome de burnout y características biosociodemográficas, familiares, laborales del personal de salud, micro red el tambo – Bambamarca, 2015* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Cajamarca].  
[https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/UNC/2105/T016\\_70080741\\_S.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/UNC/2105/T016_70080741_S.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Ramos, V.; García, H.; Olea, C.; Lobos, K. y Sáez, F. (2020) Percepción docente respecto al trabajo pedagógico durante la covid-19. *Cienciamérica* 9(2), 1 – 20.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7746441>
- Rigal, A; Costebal, J.; Burgos, L.; Alves, A. (2020) Burnout y resiliencia en residentes de cardiología y cardiólogos realizando subespecialidades. *Medicina (Buenos Aires)*; 80: 138-142.  
[http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0025-76802020000300007](http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0025-76802020000300007)
- Rivera, A. (2022). *Síndrome de Burnout y resiliencia en docentes ante pandemia por COVID-19 de la institución educativa Ignacio Escudero – Piura*. [Tesis de post grado, Universidad César Vallejo, Chiclayo-Perú].  
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/79371>

- Román, F., Forés, A., Calandri, I., Gautreaux, R., et. al (2020) Resiliencia de docentes en distanciamiento social preventivo obligatorio durante la pandemia de COVID-19. JONED. *Journal of Neuroeducation*, Vol.1 Num.1, 84 - 86. <https://doi.org/10.1344/joned.v1i1.31727>
- Rutter, M. (1993). Resilience: Some conceptual considerations. *Journal of Adolescent Health*, 14 (8), pp. 626-631. <https://www.sciencedirect.com/sdfe/pdf/download/eid/1-s2.0-1054139X9390196V/first-page-pdf>
- Seperak, R. (2022) *Agotamiento parental, percepción del rol paterno y trabajo no presencial: Un estudio en madres peruanas en el contexto de la COVID-19* [Tesis de post grado, Universidad Nacional de San Agustín. Arequipa – Perú]. <http://hdl.handle.net/20.500.12773/14460>
- Tacca, D y Tacca, A. (2019). Síndrome de Burnout y resiliencia en profesores peruanos. *Revista de Psicología*, 22, 11- 30.
- Tapia, Y. y Díaz, M. (2020) Estudio comparativo del síndrome de burnout en docentes del nivel secundario de las instituciones educativas estatales y particulares Huánuco-2017 [Tesis de licenciatura, Huánuco - Perú]. <https://hdl.handle.net/20.500.13080/5796>
- Taylor S, Caeleigh L, Paluszek M, Fergus T, McKay D, Amundsen G. (2020) Development and initial validation of the COVID Stress Scales. *Journal of Anxiety Disorders*; Volume 72. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102232>
- Torales J, O'Higgins M, Castaldelli-Maia JM, Ventriglio A.(2020) The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health. *Int. Journal of Social Psychiatry*; 66, 317-320. <https://doi.org/10.1177/00207640209152>
- T. Velavan, C. Meyer,(2020) La epidemia de COVID-19. *Tropical Medicine & International Health*, vol. 25, núm. 3. <https://doi.org/10.1111/tmi.13383>
- Valero, N.; Vélez, M.; Durán, A. y Torres, A. (2020) Afrontamiento del Covid-19: estrés miedo, ansiedad y depresión. *Enfermería investiga: investigación, vinculación, docencia y gestión* 5(3), 63 – 70. <https://doi.org/10.31243/ei.uta.v5i3.913.2020>
- Vaillant, D. (2006). Atraer y retener buenos profesionales en la profesión docente: políticas en Latinoamérica. *Ministerio de educación y formación profesional de España*. n°340, 117-140. Recuperado de: [http://www.oei.es/docentes/articulos/atraer\\_retener\\_buenos\\_profesionales\\_latinoamerica\\_vaillant.pdf](http://www.oei.es/docentes/articulos/atraer_retener_buenos_profesionales_latinoamerica_vaillant.pdf)
- Vicente, I. y Gabari, I. (2019) Burnout y Factores de Resiliencia en Docentes de Educación Secundaria, *International Journal of Sociology of Education*, 8(2), 127-152. <http://dx.doi.org/10.17583/rise.2019.3987>
- Villafuerte, J.; Bello, J.; Pantaleón, Y. y Bermello, J. (2020) Rol de los docentes ante la crisis del covid-19, una mirada desde el enfoque humano. *Revista Electrónica Formación y Calidad Educativa*, 8(1), 135-148. <http://refcale.uileam.edu.ec/index.php/refcale/article/view/3214>
- Villanueva, A. y Contreras, K. (2020) *Nivel de burnout en docentes de nivel primaria y secundaria con hijos y sin hijos de dos colegios privados de la ciudad de Cajamarca* [Tesis de pregrado, Universidad privada del Norte]. <https://hdl.handle.net/11537/23999>

- Wagnild, G., y Young, H. (1993). Desarrollo y evaluación psicométrica de la escala de resiliencia. *Journal of Nursing Measurement*.1(2),65-78
- Zamora, E. (2022). Ansiedad frente al Covid-19 y Resiliencia en Jóvenes y Adultos de Lima Metropolitana. [Tesis de pregrado, Universidad Privada San Martín de Porres].  
[https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/9837/ZAMORA\\_AE.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/9837/ZAMORA_AE.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Zhang, J., Yang, Z., Wang, X., Li, J., Dong, L., Wang, F., Li, Y., Wei, R., & Zhang, J. (2020). The relationship between resilience, anxiety and depression among patients with mild symptoms of COVID-19 in China: A cross-sectional study. *Journal of clinical nursing*, 29(21-22), 4020–4029.  
<https://doi.org/10.1111/jocn.15425>



## ANEXOS

### ANEXO N° 1

#### OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

#### OPERACIONALIZACION DE LA VARIABLE RESILIENCIA

Nombre de la Variable	Clasificación según su naturaleza	Escala de medición	Instrumento	Categorías	Indicadores
Resiliencia	Cualitativa politómica	Ordinal	Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (Novella, 2002)	Alto	De 151 a 175
				Medio	De 121 a 150
				Bajo	De 25 a 120

#### OPERACIONALIZACION DE LA VARIABLE SÍNDROME DE BURNOUT

Nombre de la Variable	Clasificación según su naturaleza	Escala de medición	Instrumento	Dimensiones	Categorías	Indicadores
Síndrome de Burnout	Cualitativa politómica	Ordinal	Inventario de Burnout de Maslach para Docentes (MBI-Ed) (Férrandez, 2002)	Agotamiento emocional	Alto	27 a más
					Medio	20 – 26
					Bajo	0 – 19
				Despersonalización	Alto	10 a más
					Medio	7 – 9
					Bajo	0 – 6
				Realización personal	Alto	40 a más
					Medio	341– 39
					Bajo	0 – 30

## OPERACIONALIZACION DE LAS VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS

Nombre de la Variable	Clasificación según su naturaleza	Escala de medición	Categorías
Edad	Cuantitativa discreta	De razón	Ninguna
Sexo	Cualitativo dicotómico	Nominal	Masculino Femenino
Estado civil	Cualitativo politómico	Nominal	Soltero Conviviente Casado
Tipo de familia	Cualitativo politómico	Nominal	Nuclear Monoparental Extensa
Tiene hijos	Cualitativo dicotómico	Nominal	Sí No
Lugar de procedencia	Cualitativo politómico	Nominal	Lima Provincia Callao
Cuántas horas de trabajo diario tiene	Cualitativo politómico	Ordinal	De 4 a 6 hrs. De 8 a 10 hrs. De 11 a más
Ingreso económico mensual	Cualitativo politómico	Ordinal	De 930 a 1200 De 1300 a 1500 De 1500 a más
Nivel educativo de enseñanza	Cualitativo politómico	Nominal	Inicial Primaria Secundaria Academia
Diagnóstico psicopatológico	Cualitativo dicotómico	Nominal	Sí No
Presencia de síntomas COVID	Cualitativo dicotómico	Nominal	Sí No

**ANEXO N° 2**  
**FICHA DE DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS**

1. **Edad:** \_\_\_\_\_
2. **Sexo:**  
Masculino (  ) Femenino (  )
3. **Estado civil:**  
Soltero (  ) Conviviente (  ) Casado (  )
4. **Tipo de familia**  
Nuclear (esposa(o) e hijos) (  ) Monoparental (sólo hijos) (  ) Extensa (otros familiares) (  )
5. **Tiene hijos:**  
Sí (  ) No (  )
6. **Lugar de procedencia:**  
Lima (  ) Provincia (  ) Provincia constitucional del Callao (  )
7. **Cuántas horas de trabajo diario tiene:**  
De 4 a 6 hrs. (  ) De 8 a 10 hrs. (  ) De 11 a más (  )
8. **Ingreso económico promedio mensual:**  
De 930 a 1200 (  ) De 1300 a 1500 (  ) De 1500 a más (  )
9. **¿Usted ha sido diagnosticado con algún problema psicopatológico?**  
Sí (  ) No (  )
10. **¿Ha presentado o síntomas o se ha contagiado por el virus del COVID -19?**  
Sí (  ) No (  )



## ANEXO N° 3

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

**Investigadora:** Nathali Jackeline, Mostacero Anhuamán  
Milagros Mary Eugenia, Marino Ubillús

Objetivo de la investigación: actualmente se está desarrollando una investigación con el título de **“SÍNDROME DE BURNOUT Y RESILIENCIA EN DOCENTES DE I.E PRIVADAS EN EL CONTEXTO DE PANDEMIA POR COVID-19”** La presente investigación está siendo realizada por estudiantes de la Universidad Católica Sedes Sapientiae (UCSS), y busca hallar una posible relación entre el síndrome de burnout y la variable resiliencia. Asimismo, se cuenta con el asesoramiento de Mg. Wilfredo Marquina.

Si usted desea participar del estudio deberá seguir el siguiente procedimiento, a través del cuestionario virtual Google Forms:

1. Completar la ficha de datos sociodemográficos
2. Llenar los dos instrumentos

Estos cuestionarios serán enviados a su correo electrónico, mediante un link que direccionará a los cuestionarios virtuales, para el cual tendrá un plazo máximo de una semana para poder resolverlos, asimismo, se le recuerda que la participación es totalmente anónima y no se revelará ningún tipo de información con la cual se le pueda relacionar o perjudicar.

Se le recuerda que la presente investigación no supone ningún riesgo para su persona a nivel físico ni psicológico, asimismo, usted es libre de dejar de responder las preguntas cuando usted guste, de estar conforme con estas aclaraciones, por favor, enviar el consentimiento al mismo correo electrónico remitente.

#### **Consentimiento**

Estoy de acuerdo en participar de forma voluntaria en el estudio, tengo conocimiento sobre la repercusión de mi participación y el objetivo del estudio, asimismo, sé que puedo retirarme en el momento que crea conveniente.

---

**Firma**

**ANEXO N° 4**  
**CUESTIONARIO DEL SÍNDROME DE BURNOUT PARA DOCENTES**

Estimado(a) profesor (a):

La presente autoevaluación es parte de un trabajo de investigación que tiene por finalidad la obtención de información con respecto de su propio trabajo en el aula y su participación en el logro de sus objetivos institucionales.

Instrucciones: Leer con atención y marcar solo una alternativa con una (x) como respuesta a cada pregunta, por favor no dejar ninguna respuesta sin marcar. Este cuestionario es de carácter anónimo y reservado.

- Nunca (N)
- Alguna vez al año o menos (AA)
- Una vez al año menos o menos (UA)
- Algunas veces al mes (AVM)
- Una vez a la semana (US)
- Varias veces a la semana (VVS)
- A diario (AD)

		N	AA	UA	AVM	US	VVS	AD
1	Debido a mi trabajo me siento emocionalmente agotado.							
2	Al final de la jornada me siento agotado							
3	Me encuentro cansado cuando me levanto por las mañanas y tengo que enfrentarme a otro día de trabajo							
4	Puedo entender con facilidad lo que piensan mis alumnos.							
5	Creo que trato a algunos alumnos como si fueran objetos.							
6	Trabajar con alumnos todos los días es una tensión para mí.							
7	Me enfrento muy bien con los problemas que me presentan mis alumnos							
8	Me siento "quemado" por el trabajo.							
9	Siento que mediante mi trabajo estoy influyendo positivamente en la vida de otros.							
10	Creo que tengo un comportamiento más insensible con la gente desde que hago este trabajo							
11	Me preocupa que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente.							
12	Me encuentro con mucha vitalidad.							
13	Me siento frustrado por mi trabajo.							
14	Siento que estoy haciendo un trabajo demasiado duro.							
15	Realmente no me importa lo que les ocurrirá a algunos de mis alumnos.							
16	Trabajar en contacto directo con los alumnos me produce bastante estrés.							
17	Tengo facilidad para crear una atmósfera relajada en mis clases.							
18	Me encuentro animado después de trabajar junto con los alumnos.							
19	He realizado muchas cosas que merecen la pena en este trabajo							
20	En el trabajo siento que estoy al límite de mis posibilidades.							
21	Siento que sé tratar de forma adecuada los problemas emocionales en el trabajo.							
22	Siento que los alumnos me culpan de algunos de sus problemas							

**ANEXO N° 5**  
**ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YUOUNG**

**Instrucciones:** A continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre su forma y frecuencia de responder ante determinadas situaciones. Lea atentamente cada frase e indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una "X" la respuesta que más se aproxime a sus preferencias. Recuerda que no hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas ni malas, no emplee mucho tiempo en cada respuesta.

1	2	3	4	5	6	7
Totalmente de acuerdo	Desacuerdo	Algo en desacuerdo	Ni en desacuerdo ni de acuerdo	Algo de acuerdo	Acuerdo	Totalmente de acuerdo

1.	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
2.	Dependo más de mí mismo que de otras personas.	1	2	3	4	5	6	7
3.	Me mantengo interesado en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
4.	Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	1	2	3	4	5	6	7
5.	Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	1	2	3	4	5	6	7
6.	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	1	2	3	4	5	6	7
7.	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	1	2	3	4	5	6	7
8.	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	1	2	3	4	5	6	7
9.	Mi vida tiene significado.	1	2	3	4	5	6	7
10.	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	1	2	3	4	5	6	7
11.	Cuando planeo algo lo realizo.	1	2	3	4	5	6	7
12.	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	1	2	3	4	5	6	7
13.	Generalmente puedo ver una situación en varias maneras.	1	2	3	4	5	6	7
14.	Soy amigo de mí mismo.	1	2	3	4	5	6	7
15.	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	1	2	3	4	5	6	7
16.	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	1	2	3	4	5	6	7
17.	Tomo las cosas una por una.	1	2	3	4	5	6	7
18.	Usualmente veo las cosas a largo plazo.	1	2	3	4	5	6	7
19.	Tengo autodisciplina.	1	2	3	4	5	6	7
20.	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	1	2	3	4	5	6	7
21.	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	1	2	3	4	5	6	7
22.	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	1	2	3	4	5	6	7
23.	Soy decidido (a).	1	2	3	4	5	6	7
24.	Por lo general, encuentro algo en que reírme.	1	2	3	4	5	6	7
25.	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	1	2	3	4	5	6	7

**ANEXO N° 6  
MATRIZ DE CONSISTENCIA**

<b>Pregunta de investigación</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Hipótesis</b>	<b>Variables e Indicadores</b>	<b>Población y Muestra</b>	<b>Alcance y Diseño</b>	<b>Instrumentos</b>	<b>Análisis Estadístico</b>
<p><b>Problema general:</b></p> <p>¿Qué relación existe entre las dimensiones del síndrome de burnout y la resiliencia en docentes de una institución educativa privada que realizan trabajo remoto en el contexto de pandemia por covid-19?</p> <p><b>Problemas Específicos</b></p> <p>1. ¿Qué niveles presentan las dimensiones del</p>	<p><b>Objetivo general:</b></p> <p>Determinar la relación entre las dimensiones del síndrome de burnout y resiliencia en docentes de una institución educativa privada en el contexto de pandemia por COVID-19</p> <p><b>Objetivos específicos:</b></p> <p>1. Identificar los niveles de las dimensiones del síndrome de burnout en docentes de una</p>	<p><b>Hipótesis alterna</b></p> <p><b>H1:</b> Existe relación entre las dimensiones del síndrome de burnout y resiliencia en docentes de una institución educativa privada en el contexto de pandemia por COVID-19</p> <p><b>Hipótesis nula</b></p> <p><b>H0:</b> No existe entre el síndrome de burnout y resiliencia en docentes de una institución educativa privada en el contexto de</p>	<p><b>Variables 1:</b></p> <p><u>Resiliencia</u></p> <p><b>Naturaleza:</b></p> <p>Categoría política ordinal</p> <p>Puntuación de 25 a 175</p> <p>Baja (&lt;120)</p> <p>Moderada (121 – 146)</p> <p>Alta (&gt;147)</p> <p>Dimensiones:</p> <p>-Confianza y sentirse bien solo</p>	<p><b>Población:</b></p> <p>Por lo antes mencionado, para la presente investigación, la población estará constituida por 120 docentes de una Institución Educativa Privada de Lima que se encuentren ejerciendo su profesión en la modalidad de trabajo remoto durante la Pandemia de Covid-19.</p> <p><b>Muestra</b></p> <p>Total de la</p>	<p><b>Diseño:</b></p> <p>No experimental de corte transversal</p> <p><b>Alcance:</b></p> <p>Correlacional</p>	<p><b>V1: Escala de resiliencia de Wagnild y Young (1993)</b></p> <p><b>Confiabilidad.</b></p> <p>0.906 mediante consistencia interna</p> <p><b>Validez</b></p> <p>Confianza y sentirse bien solo Perseverancia Ecuanimidad Aceptación de uno mismo Cuentan con resultados positivos y significativos</p>	<p><b>Análisis descriptivo:</b></p> <p>Al ser ambas variables Cualitativas, tanto el Síndrome de Burnout como la Resiliencia, los resultados obtenidos se van a presentar en forma de distribución de frecuencia absoluta y relativa. Las variables cuantitativas como la edad, serán valoradas mediante medidas de tendencia central (media, mediana y moda) y desviación estándar. Finalmente, estos serán presentados</p>



<p>síndrome de burnout en docentes de una institución educativa privada en el contexto de pandemia por COVID-19?</p> <p>2. ¿Cuáles son los niveles de resiliencia en los docentes de una institución educativa privada en el contexto de pandemia por COVID-19?</p> <p>3. ¿Qué relación existe entre la dimensión agotamiento emocional y los niveles de resiliencia en docentes de una institución educativa privada en el contexto de</p>	<p>institución educativa privada en el contexto de pandemia por COVID-19.</p> <p>2. Identificar los niveles de la resiliencia en docentes de una institución educativa privada en el contexto de pandemia por COVID-19.</p> <p>3. Determinar la relación entre la dimensión agotamiento emocional y los niveles de resiliencia en docentes de una institución educativa privada en el contexto de pandemia por COVID-19.</p>	<p>pandemia por COVID-19.</p> <p><b>Hipótesis Específicas</b></p> <p><b>H1:</b> Existe relación entre la dimensión agotamiento emocional y los niveles de resiliencia en docentes de una institución educativa privada en el contexto de pandemia por COVID-19.</p> <p><b>H2:</b> Existe relación entre la dimensión Despersonalización y los niveles de resiliencia en docentes de una institución educativa privada en el contexto de pandemia por COVID-19.</p>	<p>-Perseverancia</p> <p>-Ecuanimidad</p> <p>-Aceptación de uno mismo</p> <p><b>Variable 2</b></p> <p><b>Categórica politómica ordinal</b></p> <p><b>Síndrome de burnout</b></p> <p>Dimensiones:</p> <p>-Agotamiento emocional</p> <p>- Despersonalización</p> <p>-Realización personal</p> <p><b>Variables sociodemográficas</b></p>	<p>población</p> <p><b>Muestreo</b></p> <p>Se realizará un censo por lo cual la muestra estará conformado por el total de la población.</p> <p><b>Criterios de inclusión:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Docentes del nivel inicial, primaria y secundaria que pertenezcan a la I.E. Privada</li> </ul>		<p><b>V2: Inventario de Maslach</b></p> <p><b>Confiabilidad</b></p> <p>Agotamiento emocional (0.8)</p> <p>Despersonalización (0.47)</p> <p>Realización personal (0.607)</p> <p><b>Validez</b></p> <p>Análisis factorial 3 dimensiones, p-valor &lt; 0.05</p>	<p>en tablas para que sea más fácil su comprensión.</p> <p><b>Análisis inferencial:</b></p> <p>Para determinar la normalidad se hará uso de la prueba de Kolmogorov-Smirnov, en caso el resultado obtenido sea <math>p \leq 0.05</math>, se indicará que se trata de una distribución normal. Cabe resaltar que para el análisis de datos se trabajará con un nivel de confianza del 95% con una significancia de 5% para ser considerado estadísticamente significativo. Para realizar la comprobación de las hipótesis se utilizará la prueba del Chi</p>
---	--	--	---	---	--	--	---

<p>pandemia por COVID-19?</p> <p>4. ¿Qué relación existe entre la dimensión Despersonalización y los niveles de resiliencia en docentes de una institución educativa privada en el contexto de pandemia por COVID-19?</p> <p>5. ¿Qué relación existe entre la dimensión realización personal y los niveles de resiliencia en docentes de una institución educativa privada en el contexto de pandemia por COVID-19?</p>	<p>4. Determinar la relación entre la dimensión Despersonalización y los niveles de resiliencia en docentes de una institución educativa privada en el contexto de pandemia por COVID-19.</p> <p>5. Determinar la relación entre la dimensión realización personal y los niveles de resiliencia en docentes de una institución educativa privada en el contexto de pandemia por COVID-19.</p> <p>6. Determinar la relación entre las dimensiones del</p>	<p><b>H3:</b> Existe relación entre la dimensión realización personal y los niveles de resiliencia en docentes de una institución educativa privada en el contexto de pandemia por COVID-19.</p> <p><b>H4:</b> Existe relación entre las dimensiones del síndrome de burnout y los datos sociodemográficos en docentes de una institución educativa privada en el contexto de pandemia por COVID-19.</p> <p><b>H5:</b> Existe relación entre la resiliencia y los datos</p>	<p>-Edad <u>numérica ordinal</u></p> <p>Sexo <u>Politómica nominal</u></p> <p>Estado civil <u>Politómica nominal</u></p> <p>Hijos <u>Politómica ordinal</u></p> <p>Tiempo en llegar al trabajo <u>Politómica ordinal</u></p> <p>Horas de trabajo</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Docentes del nivel inicial, primaria y secundaria que estén en la modalidad de trabajo remoto.</li> <li>• Docentes del nivel inicial, primaria y secundaria de ambos sexos.</li> </ul> <p><b>Criterios de exclusión:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Docentes que no cumplan los criterios de Inclusión</li> <li>• Docentes del nivel inicial, primaria y secundaria cesados.</li> </ul>			<p>Cuadrado.</p> <p>Los datos serán analizados con el programa de STATA 14 y los resultados obtenidos serán presentados en tablas y gráficos.</p>
---	--	---	--	--	--	--	---

<p>6. ¿Qué relación existe entre las dimensiones del síndrome de burnout y los datos sociodemográficos en docentes de una institución educativa privada en el contexto de pandemia por COVID-19?</p> <p>7. ¿Qué relación existe entre la resiliencia y los datos sociodemográficos en docentes de una institución educativa privada en el contexto de pandemia por COVID-19?</p>	<p>síndrome de burnout y los datos sociodemográficos en docentes de una institución educativa privada en el contexto de pandemia por COVID-19.</p> <p>7. Determinar la relación entre la resiliencia y los datos sociodemográficos en docentes de una institución educativa privada en el contexto de pandemia por COVID-19.</p>	<p>sociodemográficos en docentes de una institución educativa privada en el contexto de pandemia por COVID-19.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>● Docentes que no deseen participar de la Investigación.</li> <li>● Docentes que no brinden su consentimiento o informado para participar de la Investigación.</li> <li>● Docentes que no completen el total de los cuestionarios.</li> </ul>			
--	--	--	--	--	--	--	--