



Artículo

Burnout en profesores de primaria: personalidad y sintomatología

Burnout amongst primary school teachers: Personality and symptoms

BERNARDO MORENO JIMÉNEZ¹
M.^a VICTORIA ARCENILLAS FERNÁNDEZ
MARÍA EUGENIA MORANTE BENADERO
EVA GARROSA HERNÁNDEZ

RESUMEN

El síndrome de burnout ha recibido una gran atención durante los últimos 20 años. Este trabajo analiza el síndrome de burnout o desgaste profesional entre 257 profesores de primaria, prestando especial atención a la contribución y al grado de relevancia en el desarrollo del síndrome de las variables de personalidad (concretamente personalidad resistente y optimismo) y su influencia en la percepción de la sintomatología física y psicológica asociada al síndrome. La medida del síndrome se realiza a partir del Cuestionario de Burnout del Profesorado Revisado ("CBPR", Moreno, Garrosa y González, 2000a). Los resultados indican que las variables de personalidad, especialmente el optimismo y la dimensión de compromiso de la variable personalidad resistente, parecen desempeñar un papel modulador en todo el síndrome de burnout. Finalmente se analizan las implicaciones que se derivan de los resultados obtenidos.

ABSTRACT

Burnout syndrome has received a great deal of attention in the past 20 years. This study explores the process of burnout among 257 primary school teachers, focusing on the contribution and the degree of relevance of personality variables (specifically hardy personality and optimism) on burnout and its influence in physical and psychological symptomatology. The burnout syndrome was measured with Burnout Teacher Questionnaire-review

¹ Facultad de Psicología. Universidad Autónoma de Madrid. bernardo.moreno@uam.es

Burnout en profesores de primaria: personalidad y sintomatología

("CBPR", Moreno, Garrosa & Gonzalez, 2000a). Results indicate that personality variables, especially optimism and commitment dimension of the hardy personality construct seem to have a moderator role in burnout's process. Finally, further implications of the findings are discussed.

PALABRAS CLAVE

Burnout, Profesores de Primaria, Personalidad, Sintomatología Física y Psicológica.

KEY WORDS

Burnout, Primary Teachers, Personality, Physic and Psychology Symptoms.

INTRODUCCIÓN

La importancia del estudio del estrés y sus efectos en el comportamiento humano tienen ya una larga tradición en las ciencias sociales y de la salud, desde los estudios más clásicos (Adams, 1980; Cooper, 1983) hasta otros más actuales (Haslam, Jetten, O'Brien y Jacobs, 2004). En este ámbito, el concepto "burnout" (estar quemado) ha sido utilizado con frecuencia para referirse a un tipo de estrés generalmente vinculado a las profesiones asistenciales o de servicios, campos en los que han abundado la mayor parte de los estudios realizados en la actualidad (Peltzer, Mashego y Mabeba, 2003; Rohland, Kruse y Rohrer, 2004).

Gran parte del desarrollo del estudio del "burnout" es debido a la aparición del "Maslach Burnout Inventory" (Maslach y Jackson, 1976, 1993) instrumento que ha protagonizado gran parte de las investigaciones actuales (Rohland, Kruse y Rohrer, 2004). El M.B.I ha sido ampliamente empleado para diferentes sectores laborales y diferentes países como Canadá (Golembiewski, Munzenrider y Stevenson, 1986; Leiter, 1988) España (Gil-Monte y Schaufeli, 1991), EEUU (Maslach y Jackson, 1981), Francia (Girault, 1990), Gran Bretaña (Firth, McIntee, McKeown y Britton, 1986), Holanda (Schaufeli y Dierendonck, 1993), Italia (Pedrabissi y Santinello, 1988) y Jordania (Abu-Hilal, 1995), por citar tan solo algunos de ellos.

En nuestro país, también se han llevado a cabo numerosos estudios que ponen de manifiesto la importancia que tiene este concepto dentro de la investigación actual en el campo del estrés laboral, y se ha prestado atención a la importancia de la

elaboración de instrumentos que permitan una valoración correcta de este síndrome (Gil-Monte y Peiró, 1999; Moreno-Jiménez, Bustos, Matallana, y Miralles, 1997). Como se ha justificado con más detenimiento en otros lugares (Gil-Monte y Peiró, 1997; Manassero, Vázquez, Ferrer, Forné y Fernández, 1994), el "burnout" se considera una respuesta al estrés profesional crónico que se alcanza cuando fallan las estrategias de control del estrés y se percibe una incapacidad para su afrontamiento efectivo, abriendo la puerta a otras serias consecuencias a más largo plazo (Capel, 1990; Esteve, 1990; Manassero, García, Vázquez, Ferrer, Ramis y Gili, 2000).

Algunas de estas investigaciones sobre el burnout se han llevado a cabo en el colectivo de profesionales que se dedican a la enseñanza (Barona y Castro, 2001; Esteve, Fernández, Francos y Vera, 1991; Gómez y Carrascosa, 2000), aunque la mayoría de estos estudios sobre el burnout en la docencia han sido desarrollados a partir de muestras muy heterogéneas (Gómez y Carrascosa, 2000).

Posteriores trabajos han abierto todavía más el cuerpo teórico de los planteamientos sobre el "burnout" o desgaste profesional. Uno de los trabajos básicos en esta perspectiva es la revisión del tema publicada conjuntamente por Maslach, Schaufeli y Leiter (2001) en el "Annual Review of Psychology" en la que proponen el "burnout" como un proceso complejo y multidimensional, que se focaliza como una actitud opuesta a la de vinculación (*engagement*). El término *engagement* se caracterizaría por la energía, la implicación y la eficacia, todos ellos, aspectos opuestos directamente al agotamiento emocional, el cinismo y la falta de eficacia que acompañan al burnout (Salanova,

Schaufeli, Llorens, Peiró y Grau, 2000). Este cambio de sentido coincide de manera clara con la importancia que la psicología está otorgando a la Psicología Positiva, en la que es relevante el estudio de los factores positivos del individuo, que aseguran la capacidad de adaptación y el óptimo desarrollo del ser humano (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000).

Sin que ello suponga un abandono de las causas organizacionales como principal factor en el desarrollo del desgaste profesional, es necesario saber cuáles son los procesos internos del sujeto que le llevan a desgastarse profesionalmente o por el contrario, a la implicación, la energía y eficacia profesional. Así, cabe destacar cómo durante todo el proceso de burnout, la personalidad del sujeto parece modular no sólo en la manifestación del burnout, sino también en la predisposición de éste para desarrollarlo.

Entre las variables de personalidad más estudiadas relacionadas con la aparición del estrés y del síndrome figura el constructo de personalidad resistente (Kobasa, 1982). El concepto de *hardiness* fue desarrollado por Kobasa en 1979, y definido como una “constelación de características de personalidad que funcionan como un recurso resistente en el choque con los eventos estresantes” (Kobasa, Maddi y Kahn, 1982; Peñacoba y Moreno, 1998). Dicha constelación se agruparía en tres dimensiones denominadas compromiso o creencia en la importancia de lo que uno hace y tendencia a implicarse en ello; control o tendencia a creer que uno mismo influye en los eventos asumiendo la responsabilidad propia en los resultados de sus acciones; y reto o la creencia de que los cambios son inherentes a la vida. La personalidad resisten-

te o *hardiness* parece inducir a estrategias de afrontamiento adaptativas, a la percepción de los estímulos potencialmente estresantes como oportunidades de crecimiento y a la mejora de las propias competencias. También puede actuar afectando a las estrategias de *coping* o de afrontamiento de forma indirecta favoreciendo la búsqueda de apoyo social, por último parece favorecer la disposición hacia estilos de vida saludables que reducen la probabilidad de aparición de la enfermedad (Maddi y Kobasa, 1984). Los individuos con personalidad resistente parecen enfrentarse de forma activa y optimista a los estímulos estresantes, percibiéndolos como menos amenazantes (Kobasa, Maddi y Kahn, 1982). Según este planteamiento, la personalidad resistente funcionaría como una barrera de protección ante los acontecimientos, modulando la relación entre el estrés laboral y sus resultados.

Los diferentes trabajos que relacionan personalidad resistente y burnout muestran que hay una relación inversa entre dicha variable y el desarrollo de burnout (Moreno, Garrosa, y González, 2000b; Oliver, 1993). Entre los trabajos más recientes, los estudios de Mastalerz (2001) analizan el desarrollo de desgaste profesional en profesores de educación católica de Chicago. Los resultados mostraron una relación inversa y estadísticamente significativa entre la característica de personalidad resistente de estos trabajadores y el desarrollo de burnout docente. En esta misma línea, Klag y Graham (2004), encuentran que en una muestra de 130 profesores universitarios, la personalidad resistente tiene efectos directos tanto en la aparición de estrés laboral como en el desarrollo de aquellas enfermedades producto de situaciones demandantes.

Por otro lado, en el ámbito sanitario, Duquette, K rouac, Sandhu y Ducharme (1995) considerando tanto las estrategias de afrontamiento empleadas por las trabajadoras como la característica de personalidad resistente encontraron claros determinantes del burnout en enfermeras de geriatria. Destacaron que, en una muestra de 1545 enfermeras, el 49% de la varianza explicada se debió a las características de personalidad resistente desarrolladas por el personal sanitario. Estos autores destacan cómo la personalidad resistente, frente a situaciones o eventos generadores de estrés, puede llegar a reducir la tensión o incluso a evitar el desarrollo de burnout. También en enfermeras, Tjong (2002) encuentra que existe una relación positiva y estadísticamente significativa entre *hardiness* y la característica de inteligencia emocional desarrollada por Goleman (1995). Después de aplicar un análisis de regresión múltiple mantienen que la personalidad resistente es mejor predictor del estrés laboral que la inteligencia emocional, aunque no de manera estadísticamente significativa. La personalidad resistente ha sido también ampliamente estudiada por su capacidad de modulación sobre los trastornos somáticos y/o psicológicos asociados al estrés y el burnout. Así lo demuestran trabajos como el de Kash *et al.* (2000) sobre personal de servicios de oncología, incluidos médicos oncólogos, en el que evaluaron estresores, variables de personalidad, burnout, síntomas físicos y psicológicos, estrategias de afrontamiento y apoyo social encontrando que, si bien esta población presentaba elevados niveles de agotamiento emocional, despersonalización y baja realización profesional, dichos resultados eran significativamente menores en aquellas personas que puntuaban alto en personalidad resistente.

Por otro lado, y fuera ya del ámbito sanitario, encontramos los trabajos realizados por Skau (2003) sobre el desarrollo de estrategias de afrontamiento de estudiantes predoctorales mediadas por sus características de personalidad resistente. El estudio se basó en una muestra de 241 estudiantes predoctorales de psicología, encontrándose correlaciones positivas y estadísticamente significativas entre *hardiness* y el desarrollo de estrategias activas de afrontamiento, así como entre *hardiness* y la satisfacción que producía el ser estudiante predoctoral. Del mismo modo, Skau encuentra relaciones significativamente inversas entre *hardiness* y el desarrollo de estrategias de afrontamiento de tipo evitativo. Estudios anteriores a los realizados por Skau (Baumgartner, 2002; Stokes-Crowe, 1998) ya establecían la personalidad resistente como moduladora del estrés y del desarrollo de estrategias de afrontamiento orientadas a la resolución del problema.

Otra variable de personalidad que recientemente ha adquirido relevancia dentro del proceso de burnout y que est  siendo objeto de estudio por sus implicaciones adaptativas tanto en área de la salud como en el ámbito laboral, ha sido el optimismo (Carver y Scheier, 1992; Seligman, 1990). Definido como "la tendencia a creer que uno experimenta buenos resultados en la vida" (Carver y Scheier, 1992), constituiría una dimensión de la personalidad que varía relativamente poco (Avia y Vázquez, 1998).

Investigaciones al respecto destacan que dicha variable ejerce una influencia diferencial en la valoración y afrontamiento de las dificultades, en el desenvolvimiento en el mundo social y académico, y en el bienestar psíquico y físico de las per-

sonas (Carver y Scheier, 1992), y señalan que optimismo y pesimismo correlacionan de manera significativa con la vinculación laboral (*engagement*), con autoeficacia, y con desgaste profesional de manera diversa. Garrosa (2003) encuentra que el optimismo parece correlacionar en mayor medida con la autoeficacia, con la disposición para aprender y manejar las situaciones nuevas y con la persistencia. Ambas variables se encuentran muy relacionadas y tendrían que ver con los mecanismos de autorregulación y actitudes positivas para aprender a manejar las situaciones nuevas y con el continuo esfuerzo y persistencia que muestran las personas optimistas (Carver y Scheier, 1992).

En esta misma línea de estudio, encontramos los trabajos de Chang, Rand y Strunk (2000). Estos autores muestran que el optimismo es determinante tanto para un buen ajuste psicológico como físico, y que dicha variable de personalidad correlaciona significativamente con el riesgo de desarrollar burnout, siendo un fuerte predictor con independencia de las fuentes de estrés que manejemos. Recientemente, Riolli y Savicki (2003), demostraron el efecto modulador del optimismo en relación al burnout de trabajadores de atención al cliente. Tanto optimismo como pesimismo, demostraron efectos moduladores en el proceso de burnout de estos profesionales. Cicone (2003) ha mostrado el efecto positivo que el optimismo tiene sobre el burnout, la satisfacción ante la vida y el bienestar psicológico de 209 trabajadores de la salud mental. Los resultados fueron en la línea de los encontrados por Chang *et al.* (2000) además de encontrar una correlación positiva entre optimismo y la edad de la muestra estudiada.

La exposición presentada manifiesta la

importancia que en el complejo proceso del “burnout” o desgaste profesional pueden tener las variables de personalidad que en él intervienen, y ponen de manifiesto la importancia de su estudio, especialmente de las variables positivas de la personalidad y de la necesidad de su estudio a lo largo de las diferentes momentos del proceso de burnout. El diagnóstico precoz de este proceso debe tener prioridad para poder prevenir consecuencias costosas para los empleados y para las propias organizaciones.

El objetivo de este trabajo es analizar la influencia de las variables optimismo y personalidad resistente en las dimensiones del síndrome de burnout, especificando su influencia respectiva cuando se introducen conjuntamente, y de identificar cuáles de estos factores de personalidad adquieren mayor relevancia e influencia en la percepción de la sintomatología física y psicológica asociada al síndrome en el colectivo poco estudiado de los profesionales de Educación Primaria.

METODOLOGÍA

Muestra

La investigación se ha llevado a cabo en 257 profesores representativos de la muestra total de profesores que ejercen docencia en los colegios públicos de Educación Primaria de los diferentes barrios que forman Leganés (zona sur de la Comunidad de Madrid), ya sea como funcionario de carrera, como interino o como contratado laboral.

La muestra está compuesta predominantemente por mujeres (67%), por profesorado con una edad media de 45 años

(40%) y con 1 ó 2 hijos (57.2%). La mayoría poseen contratos definitivos (90%) y con una experiencia laboral entre 21 y 30 años (45.5%).

Se ha obtenido una muestra de trabajo de 257 profesores de una población de 592 con las características mencionadas.

Instrumentos

El primer instrumento utilizado es el cuestionario *C.B.P.R.* ("Cuestionario de Burnout del Profesorado Revisado", Moreno, Garrosa y González, 2000a). Este instrumento de evaluación permite recoger información relativa a las fuentes de estrés propias de la organización y del contexto laboral donde el profesor desempeña su trabajo. Además aporta una medida específica del burnout docente. El cuestionario evalúa tanto aspectos antecedentes del burnout del profesorado (estrés de rol, Supervisión, Condiciones organizacionales, preocupaciones profesionales, falta de reconocimiento profesional) como los elementos del síndrome: cansancio emocional, despersonalización y falta de realización. El cuestionario está formado por 66 ítems, de los cuales 19 forman la medida específica del burnout docente. Todos los ítems se responden mediante una escala tipo Likert de 5 puntos.

En este estudio únicamente se han tenido en cuenta las 19 cuestiones relativas a cada una de las dimensiones del síndrome. Su análisis factorial señala tres factores que explican el 52.73% de la varianza total, con los siguientes índices de consistencia: la dimensión de agotamiento emocional obtiene una fiabilidad de .86; realización personal tiene una fiabilidad de .81; por último, despersonalización obtie-

ne un alpha de .64. Estos resultados se hallan en consonancia con los encontrados en anteriores trabajos. Mientras algunos estudios han encontrado unos valores de alfa aceptables, en un rango de .70 a .90 (Maslach y Jackson, 1986), algunos han mostrado que la dimensión despersonalización presenta los coeficientes más bajos (Gil Monte y Peiró, 1997; Schaufeli y Dierendonck, 1993). Algunos de los ítems que incluyen la evaluación del agotamiento emocional docente son por ejemplo: "Enseñar me agota emocionalmente", "Siento que cualquier día podría tener un ataque de nervios, si no dejo de enseñar". La evaluación de despersonalización se hace mediante ítems como: "A veces tiendo a tratar a los estudiantes como objetos impersonales"; "Siento que mis alumnos son "el enemigo", y la evaluación de la realización personal docente incluye cuestiones como: "Sabiendo lo que sé ahora, si tuviera que decidir de nuevo si elijo este trabajo, definitivamente lo haría" y "En general, mi trabajo se adapta muy bien a la clase de trabajo que yo deseaba".

El segundo cuestionario utilizado es el *P.V.S.* ("Personal Views Survey" Hardiness Institute, 1985). Este instrumento evalúa las variables de Personalidad Resistente al Estrés, a través de las dimensiones de compromiso, control y reto. Compromiso evalúa la implicación como capacidad de creer en la importancia e interés de lo que se está haciendo con una tendencia a implicarse en ello, control se refiere a la creencia de que nuestras acciones son las que influyen en el curso de los acontecimientos) y reto expresa la creencia de que el cambio es algo inherente a la vida. Estas características se analizan en 50 ítems que se responden marcando la creencia de estar o no de acuerdo con el ítem, desde (0): "Totalmente falso", a (3):

“Totalmente verdadero”. Kobasa, Maddi y Kahn (1982) han encontrado niveles de consistencia interna para todas las escalas de 0.90 y de 0.70 para cada una de las dimensiones. La fiabilidad medida mediante test-retest para la globalidad del cuestionario es de 0.60 en el plazo de dos semanas. La adaptación española ha mostrado índices psicométricos semejantes a los originales (Moreno, Garrosa y González, 2000b).

El otro cuestionario utilizado fue el *L.O.T.* (“Life Orientation Test”, Scheier y Carver, 1985). Este instrumento evalúa optimismo y pesimismo como constructos de personalidad, considerando estas variables como predictoras de ajuste frente a situaciones estresantes. Consta de 10 ítems, 3 de ellos que evalúan la dimensión de optimismo, otros 3 que evalúan pesimismo y 4 ítems de relleno. Las opciones de respuesta usadas en esta escala tipo Likert van desde (1) : “Muy en desacuerdo”, hasta (5) : “Totalmente de acuerdo”. Scheier y Carver (1985) informan de un coeficiente alfa de fiabilidad de .76 y una fiabilidad test-retest (sobre un intervalo de tiempo de cuatro semanas) de .79.

La *escala de sintomatología* (Peñacoba, 1996) se utilizó para el estudio de los consecuentes que evalúa los síntomas percibidos en salud psicológica y física. Dadas las características de la escala, su construcción es conceptual ya que no cabe suponer que los trastornos de salud físicos o psicológicos se den agrupados. La escala trata ambos: la salud física y psicológica en 28 ítems que se responden según la frecuencia con que son percibidos por la persona en su vida diaria, de acuerdo a la siguiente escala, (1): Rara vez, (2): Algunas veces y (3): Frecuentemente.

Procedimiento

Al comienzo del curso 2000/2001 se solicitó a la Subdirección del Área Territorial de Madrid-Sur (Consejería de Educación de la Comunidad de Madrid), el número de profesores que prestaban sus servicios durante dicho curso en la localidad de Leganés, en Educación Primaria (etapa de 6-12 años), así como el número de centros educativos de esta localidad en los que se impartían dicha etapa. Los datos facilitados fueron de un total de 592 profesores, dato que incluía tutores y especialistas de las distintas áreas educativas, todos ellos distribuidos en 28 centros públicos de Educación Primaria. Durante los meses de enero, febrero, marzo y abril (2º trimestre) del curso 2000/01, se procedió a la entrega de cuestionarios y recogida de los mismos.

El procedimiento en los 28 centros visitados fue el siguiente: en primer lugar se mantuvo una entrevista personal con algún miembro del equipo directivo (preferentemente el director del Centro), para exponer el objetivo de la investigación y conocer la fecha de alguna reunión general o claustro del profesorado. Una vez facilitado este dato se procedió a la exposición al conjunto de los profesores, de los objetivos del estudio, así como de las normas para la cumplimentación de los cuestionarios. Se dejaron tantos cuestionarios como profesores había en la plantilla del Centro. Los cuestionarios eran presentados en un sobre, acompañados de una carta de presentación en la que se comunicaba el objetivo de la investigación, solicitando la colaboración y asegurando el anonimato de los sujetos participantes y una hoja que recogía cuestiones sociodemográficas referidas a datos personales (edad, sexo...) y laborales (años de experiencia, especia-

idad...). Finalmente de 651 cuestionarios distribuidos en 28 colegios con las características señaladas, se recogieron un total de 257 cuestionarios válidos, 390 no contestados y 4 no válidos.

Resultados

A continuación, aparecen los descriptivos media y desviación típica, junto con

que la percepción de síntomas psicológicos correlaciona negativa y significativamente con las variables de personalidad optimismo ($r = -.183, p < .01$) y control ($r = -.256, p < .01$).

En el análisis del desgaste profesional, cabe preguntarse si las variables de personalidad (optimismo y personalidad resistente) tienen, y en qué medida, poder predictivo sobre cada una de las dimensiones

Tabla 1. Descriptivos y Correlaciones entre las dimensiones de Burnout y las medidas de Personalidad Resistente, Optimismo y Sintomatología

VARIABLES	Media	DT	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Agotamiento Emocional	2.24	.82	1								
2. Realización Personal	3.62	.74	-.64**	1							
3. Despersonalización	1.59	.67	.52**	-.50**	1						
4. Control	2.36	.40	-.38**	.30**	-.29**	1					
5. Compromiso	2.02	.39	-.24**	.40**	-.18**	.20**	1				
6. Reto	1.54	.54	-.31**	.31**	-.21**	.44**	.04	1			
7. Optimismo	3.60	.58	-.45**	.41**	-.20**	.25**	.27**	.23**	1		
8. S. Psicológica	1.13	.54	.21**	-.17**	.14*	-.25**	-.09	-.08	-.18**	1	
9. S. Física	.55	.48	.22**	-.15*	.16*	-.22**	-.12	-.09	-.16**	.54**	1

Nota: S. Psicológica (Sintomatología Psicológica), S. Física (Sintomatología Física).

* $p < .05$ y ** $p < .01$

los resultados correspondientes al análisis de correlación que se establecen entre las dimensiones de burnout (CBP-R) y las medidas de personalidad resistente, optimismo y sintomatología. Del análisis de esta tabla se desprende que entre los factores de personalidad estudiados (personalidad resistente y optimismo), y el resto de factores, destaca especialmente la correlación positiva y significativa que se establece entre la dimensión realización personal y los factores compromiso ($r = .409, p < .01$) y optimismo ($r = .412, p < .01$). Por otro lado, cabe destacar, en relación a las consecuencias que el desarrollo del síndrome tiene para la salud,

del síndrome (agotamiento emocional, realización personal y despersonalización). Es igualmente relevante conocer si estos factores de personalidad influyen en la percepción de la sintomatología física y psicológica del síndrome. Para ello se realizó un análisis de regresión múltiple de pasos sucesivos. El análisis realizado para las tres dimensiones del síndrome y las variables de personalidad se refleja en la tabla 2. En esta tabla, se pueden observar las variables que predicen la aparición de cada una de las dimensiones del burnout (agotamiento emocional, realización personal y despersonalización), los coeficientes beta y la R^2 del modelo.

Tabla 2. Tabla de Regresión. Factores de Personalidad y Síndrome según dimensiones

DIMENSIONES	Modelo	β	R ²
Agotamiento emocional	1. Optimismo	-.45**	.20
	2. Control	-.28**	.28
	3. Reto	-.12*	.29
Realización personal	1. Optimismo	.41**	.16
	2. Compromiso	.32**	.26
	3. Reto	.24**	.31
Despersonalización	1. Control	-.29**	.08
	2. Optimismo	-.13*	.10

*p<.05 y ** p<.01

Los resultados del análisis de regresión indican que el optimismo, el control y el factor reto predicen significativamente la aparición de agotamiento emocional, explicando un 29.2% de la varianza total. La variable optimismo es la que mayor capacidad predictiva presenta, explicando el 20.3% de la varianza de agotamiento emocional. Optimismo, compromiso y reto predicen significativamente la aparición de realización personal, siendo más de un 31% la varianza total explicada por este modelo. En este caso, de nuevo el optimismo aparece como la variable más significativa ($p<.01$; $\beta = -.412$), explicando el 16.9% de la realización personal. Respecto a la variable despersonalización, el modelo de predicción se define ahora a partir de las dimensiones control y optimismo. Conjuntamente, estas variables explican el 10.4% de la varianza total de despersonalización. Es ahora el factor

control el que mayor variabilidad de esta dimensión del burnout explica, dando cuenta de un 8% de la varianza de la variable criterio. Según estos resultados, la realización personal es la variable criterio con mayor capacidad de predicción (31,9%), y despersonalización la variable menos predecible a partir de las variables independientes utilizadas (10,4%).

Para analizar los efectos que cada una de las dimensiones de burnout y cada uno de los factores de personalidad utilizados tienen sobre la percepción de sintomatología física y psicológica, se procedió mediante otro análisis de regresión múltiple por pasos (ver Tabla 3). Se tomaron como variables independientes los factores optimismo y las dimensiones de personalidad resistente (control, compromiso y reto), junto con las dimensiones de burnout (agotamiento emocional, realización

personal y despersonalización). Como variables dependientes se tomó cada una de las dimensiones de la Escala de Sintomatología.

Los resultados de este análisis de regresión indican en primer lugar que la capacidad de predicción de ambas variables criterio es baja, 7% en el caso de sintomatología física y 8% en para la sintomatología psicológica. En ambos casos, control es la variable de personalidad la que mayor capacidad de predicción aporta, y agotamiento emocional la única variable del síndrome que interviene en la ecuación de predicción.

DISCUSIÓN

El presente trabajo de investigación, se ha centrado en el estudio de la influencia de las variables de personalidad resistente y optimismo sobre cada una de las dimensiones del síndrome del burnout en una población de maestros que ejerce la docencia en la etapa de Educación Primaria, y complementariamente, se ha identificado el peso relativo de las variables de

personalidad positiva y de los elementos del burnout en la percepción de sintomatología física y psicológica en el colectivo estudiado.

Los resultados encontrados constatan y confirman resultados anteriores tanto con las variables de personalidad resistente (Duquette *et al.*, 1995; Kash *et al.*, 2000; Moreno, Garrosa y González, 2000b) como de optimismo (Chang *et al.*, 2000; Riolli y Savicki, 2003). Se constata que las variables de personalidad positiva introducidas, intervienen con coeficientes de tipo negativo en las variables de agotamiento emocional y despersonalización y con coeficientes positivos en la variable de realización personal, tal como la teoría predice. La única variable presente en la predicción significativa de las tres dimensiones del burnout es optimismo, en dos de ellas, agotamiento emocional y realización, con la mayor tasa de varianza explicada. Con ello se indica claramente que el optimismo es un factor claramente relevante en el burnout, incidiendo negativamente en agotamiento emocional y despersonalización, y positivamente en realización personal. Su influencia parece

Tabla 3. Tabla de Regresión. Factores de Personalidad-Dimensiones de Burnout y Sintomatología

SINTOMATOLOGÍA	Modelo	β	R ²
Física	1. Control	-.25**	.05
	2. A. Emocional	.13*	.07
Psicológica	1. Control	-.25**	.06
	2. A. Emocional	.15*	.08

Nota: A.Emocional (Agotamiento Emocional).

*p< .05 y ** p<.01

quedar clara, incluso cuando se tienen en cuenta otras variables positivas de personalidad, como en este caso lo han sido las tres dimensiones de personalidad resistente.

En cuanto a las variables propias del constructo de personalidad resistente se observa que no hay ninguna de ellas que esté presente en todos los elementos del síndrome. Se puede constatar que control está presente en las dos variables negativas y que compromiso y reto tienen coeficientes significativos y medianamente altos en realización personal. Estos resultados pueden indicar la complejidad y heterogeneidad del mismo constructo de personalidad resistente (Moreno y Peñaco-ba, 1997).

Se observa igualmente que las variables de agotamiento emocional y realización tienen un nivel de predicción aceptable, pero que es claramente bajo en la variable de despersonalización, lo que indica probablemente la complejidad de esta variable, probablemente la menos predecible y la que constantemente ha encontrado los problemas de evaluación mayores (Gil-Monte y Peiró, 1997). Por otra parte se observa que cada variable del síndrome tiene un perfil diferencial, lo que indica su heterogeneidad y su naturaleza diferencial.

El síndrome de burnout ha estado clásicamente asociado a múltiples consecuencias negativas de todo tipo (Gil-Monte y Peiró, 1997; Maslach y Jackson, 1982; Schaufeli y Enzman, 1998) sin que en todos los casos quede claramente establecido lo que es síndrome y lo que son sus consecuencias, lo que manifiesta un problema de fondo (Schaufeli y Enzman, 1998). En cualquier caso, cuando se ha tratado de establecer cuál de los elementos

del síndrome tiene mayor capacidad de predicción de los efectos negativos del mismo, los resultados tienden a indicar la relevancia del agotamiento emocional (Gil-Monte y Peiró, 1997; Maslach y Jackson 1982; Schaufeli y Enzman, 1998; Shirom, 1989). Parecía en este sentido relevante tratar de establecer la influencia de cada uno de los elementos del síndrome sobre una evaluación sistemática de la sintomatología asociada al burnout y hacerlo al mismo tiempo manteniendo la presencia e influencia de las variables positivas de la personalidad.

La primera observación que cabe establecer sobre los resultados obtenidos en este estudio es que la capacidad de predicción de ambos conjuntos de variables, síndrome y personalidad positiva, sobre la sintomatología es baja, tanto para la predicción de la sintomatología física (7,2%) como para la sintomatología psicológica (8,2%), lo que indica que en ambos casos son otras muchas las variables intervinientes. Igualmente, en ambos casos, el perfil de las variables predictivas incluye control (personalidad resistente) y agotamiento emocional (burnout), lo que indica la importancia de ambos elementos en los efectos negativos del burnout. En ambos casos el coeficiente y peso de control es mayor.

Desde la perspectiva del modelo de personalidad resistente estos datos coinciden con el planteamiento teórico del modelo y los resultados de otras investigaciones, que identifican al control, como una variable que determina el modo de enfrentarse a los problemas, que actúa como barrera natural ante los efectos de situaciones estresantes y que influye en el bienestar psíquico y físico de las personas (Kobasa, 1979; Kobasa *et al.*, 1982). La

introducción de esta variable en el constructo se fundamentaba precisamente en su clara influencia sobre los procesos de salud, física y psicológica (Moreno y Peñacoba, 1997). Estos resultados suscitan inevitablemente la cuestión acerca del modo de acción de esta variable, pregunta a la que los autores (Maddi y Kobasa, 1984) han respondido aludiendo a diferentes mecanismos, entre ellos al modo de afrontamiento y a un estilo de vida derivado. Cabe en este caso preguntarse si la evaluación de tales aspectos no sería más efectiva y directa.

En cuanto al agotamiento emocional como factor predictor de la sintomatología confirma la mayoría de estudios sobre el tema (Gil-Monte y Peiró, 1997; Maslach y Jackson 1982; Schaufeli y Enzman, 1998; Shirom, 1989). No es extraño que en este contexto algunos autores (Leiter, 1991; Shirom, 1989) lo hayan propuesto como el elemento fundamental del síndrome. En realidad, cansancio emocional engloba no sólo los aspectos estrictamente emocionales, sino el cansancio en general. En este sentido algunas operativizaciones recientes del burnout lo han hecho remitiéndose exclusivamente a las diferentes manifestaciones del cansancio (Melamed *et al.*, 1992), volviendo así a la operativización que ya proponía Pines y Aronson (1988), centrada en los diferentes aspectos del cansancio, emocional, mental y físico.

Los datos y resultados generales del trabajo presentado indican que la presencia de los procesos de personalidad en el perfil del burnout es clara e indudable, sin que ello suponga atribuirles un factor causal. No parece que pueda entenderse el burnout omitiendo los procesos de personalidad que lo acompañan. Más que las variables estructurales de personalidad

(extraversión, neuroticismo, etc.), serían las variables funcionales de personalidad las que tienen funciones específicas en el desarrollo del burnout. De forma específica, las variables positivas de personalidad parecen jugar un rol crítico en su aparición y desarrollo. Sería valioso poder realizar un estudio en el que las diferentes variables positivas de personalidad se utilizaran conjuntamente para determinar su influjo relativo en el burnout.

Por lo que respecta a la capacidad de los elementos del síndrome para determinar la sintomatología asociada, sería igualmente relevante ampliar la definición de la variable cansancio para que englobara más elementos, puesto que es este enfoque el que parece tener mayor capacidad para determinar y predecir los aspectos relacionados con la salud asociados al síndrome. Ello supondría el desarrollo de caminos de investigación complementarios a los más habituales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Abu-Hilal, M.M. (1995). Dimensionality of burnout: Testing for invariance across Jordanian and Emirati teachers. *Psychological Reports*, 77, 1367-1375.

Adams, J.D. (1980). *Understanding and managing stress: a workbook in changing life styles*. San Diego, CA: University Associates.

Avia, M.D. y Vázquez, C. (1998). *Optimismo inteligente*. Madrid: Alianza Editorial.

Barona, G. y Castro, V. (2001). *Síndrome de burnout o desgaste profesional y afrontamiento del estrés en el profesora-*

- do. Cáceres: Universidad de Extremadura, Servicio de Publicaciones.
- Baumgartner, F. (2002). The effect of hardiness in the choice of coping strategies in stressful situations. *Studia Psychologica*, 44(1), 69-75.
- Capel, S. (1990). A longitudinal study of burnout in teachers. *Journal of Educational Psychology*, 61, 36-45.
- Carver, C.S. y Scheier, M.F. (1992). Effects of optimism on psychological and physical wellbeing: Theoretical overview and empirical update. *Cognitive therapy and research*, 16(2) 201-228.
- Chang, E., Rand, K. y Strunk, D. (2000). Optimism and risk for job burnout among working college students: Stress as a mediator. *Personality and Individual Differences*, 29(2), 255-263.
- Cherniss, C. (1993). The role of professional self-efficacy in the etiology of burnout. En W.B. Schaufeli, T. Moret y C. Maslach (Eds.), *Professional burnout: Recent developments in theory and research* (135-149). Washington DC: Hemisphere.
- Cicone, C. (2003). Hope and optimism: Impact on burnout, satisfaction with life and psychological well-being in psychotherapists. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*, 64(4-B), 1896.
- Cooper, C.L. (Ed.) (1983). *Stress Research. Issues for the eighties*. London: Wiley.
- Duquette, A., K erouac, S., Sandhu, B., Ducharme, F., et al. (1995). Psychosocial determinants of burnout in geriatric nursing. *International Journal of Nursing Studies*, 32(5), 443-456.
- Esteve, J. (1990). Teacher burnout and teacher stress. En M. Cole y S. Walker (Eds.) *Teaching and stress* (4-25). Philadelphia: Open University Press.
- Esteve, J.M., Fern andez, J.M., Francos, S. y Vera, J. (1991). La salud de los profesores. Evolución de 1982 a 1989. *Cuadernos de Pedagog a*, 192, 61-67.
- Firth, H., McIntee, J. McKeown, P. y Britton, P. (1986). Burnout and professional depression: Related concepts? *Journal Advanced Nursing* 11 (6), 633-641.
- Freudenberger, H.J. (1974). Staff burnout. *Journal of Social Issues*, 30, 159-165.
- Garrosa, E. (2003). *Los procesos emocionales de resistencia: un afrontamiento adaptativo ante el desgaste profesional. Estudio en una muestra de enfermería*. Tesis doctoral no publicada. Universidad Autónoma de Madrid.
- Gil-Monte, P. y Peiró, J. M. (1997). *Desgaste psíquico en el trabajo: el síndrome de quemarse*. Madrid: Síntesis.
- Gil-Monte, P. y Peiró, J.M. (1999). Validez factorial del Maslach Burnout Inventory en una muestra multiocupacional. *Psicothema*, 11, 679-689.
- Gil-Monte, P. y Schaufeli, W.B. (1991). Burnout en enfermería: un estudio comparativo España-Holanda. *Revista de Psicología del trabajo y de las organizaciones*, 7 (19), 121-130.
- Girault, N. (1900). A French adaptation

of the Maslach Burnout Inventory: Some methodological questions. *Trabajo presentado en la ENOP Conference on Professional Burnout: Developments in Theory and Research*, Cracovia (Polonia).

Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. New York: Bantam.

Goleman, D. (2003). *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.

Golembiewski, R.T., Munzenrider, R.F. y Stevenson, J.G. (1986). *Stress in Organizations: Toward a Phase Model of Burnout*. New York: Praeger.

Gómez, L. y Carrascosa, J. (2000). *Prevención del estrés profesional docente*. Valencia: Generalitat Valenciana.

Hardiness Institute (1985). *Personal Views Survey*. Arlington Heights, I.L.

Haslam, S.A., Jetten, J., O'Brien, A. y Jacobs, E. (2004). Social identity, social influence and reactions to potentially stressful tasks: support for the self-categorization model of stress. *Stress and Health*, 20, 3-9.

Kash KM, Holland JC, Breibart W, Berenson S, Dougherty J, Oullette-Kobasa S *et al.* (2000). Stress and burnout in oncology. *Oncology (Huntingt)*, 14, 1621-33.

Klag, S. y Graham, B. (2004). The role of hardiness in stress and illness: An exploration of the effect of negative affectivity and gender. *British Journal and Health Psychology*, 9, 137-161.

Kobasa, S.C. (1979). Personality and resistance to illness. *American Journal of Community Psychology*, 7, 413-423.

Kobasa, S.C., Maddi, S.R. y Kahn, S. (1982). Hardiness and health: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1), 168-177.

Lee, R.T. y Ashforth, B.E. (1993). A further examination of managerial burnout: Toward an integrated model. *Journal of Organizational Behavior*, 14, 3-20.

Leiter, M. P. (1991) The dream denied: professional burnout and the constraints of service organizations. *Canadian Psychology*, 32, 547-558.

Leiter, M.P. y Maslach, CH. (1988). The impact of interpersonal environment on Burnout and organizational commitment. *Journal of Organizational Behavior*, 9(4) 297-308.

Leiter, M.P. (1988). Burnout as a function of communication patterns: A study of a multidisciplinary mental health team. *Group and Organization Studies*, 13 111-128.

Maddi, S. R., y Kobasa, S. C. (1984). *The hardy executive: Health under stress*. Chicago: Dorsey.

Manassero, M.A., García, E., Vázquez, A., Ferrer, V., Ramis, C. y Gili, M. (2000). Análisis causal del burnout en la enseñanza. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 16(2) 173-195.

Manassero, M.A., Vázquez, A., Ferrer, M. V., Fornes, J. y Fernández, M.C. (1994). *Burnout en profesores: impacto sobre la calidad de la educación, la salud y consecuencias para el desarrollo profesional*. Memoria final de investigación. Madrid; MEC-CIDE.

- Maslach, C. y Jackson, S. E. (1981). *Maslach Burnout Inventory*. Palo Alto, California: Consulting Psychologists Press.
- Maslach, C. y Jackson, S.E. (1982) Burnout in health professions: a social psychological analysis En G. Sanders y J. Suls, (Eds) *Social psychology of health and illness* Hillsdale,N.J: Erlbaum.
- Maslach, C. y Jackson, S. (1986). *Maslach Burnout Inventory* (2ª ed.). Palo Alto, California: Consulting Psychologists Press. (Version española en TEA ediciones).
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., y Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397-422.
- Maslach, S. (1976). Burned-out. *Human Behavior*, 5, 16-22.
- Maslach, S. (1993). Burnout: A multi-dimensional perspective. En W.B. Schaufeli, C. Maslach y T. Marek (Eds.), *Professional burnout. Recent developments in theory and research*. London: Taylor y Francis.
- Mastalerz, L. H. (2001).The dynamics of burnout in Catholic elementary principals. *Dissertation Abstracts International Section A: Humanities y Social Sciences*, 61(7-A), 2601.
- Melamed, S. Kushnir, T. y Shirom, A. (1992). Burnout and risk factors for cardiovascular diseases. *Behavioral Medicine*, 18, 53-60
- Moreno-Jiménez, B. y Peñacoba, C. (1997). Prevención y control del estrés laboral. *Ansiedad y Estrés*, 1, 255-276.
- Moreno-Jiménez, B., Bustos, R., Matalana, A. y Miralles, T. (1997). La evaluación del burnout. Problemas y alternativas. El CBB como evaluación de los elementos del proceso. *Revista de psicología del trabajo y las organizaciones*, 13, 185-207.
- Moreno-Jiménez, B., Garrosa, E. y González, J.L. (2000a). La evaluación del estrés y el burnout del profesorado: el C.B.P.R. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 16(1) 331-349.
- Moreno-Jiménez, B., Garrosa, E. y González, J.L. (2000b). Personalidad resistente, burnout y salud. *Escritos de Psicología*, 4, 64-77.
- Moreno-Jiménez, B., Oliver, C. y Aragonese, A. (1991). El "burnout", una forma específica de estrés laboral. En G. Buela-Casal y V.E. Caballo (Eds.) *Manual de psicología clínica aplicada* (271-279). Madrid: S.XXI.
- Muhonen, T. y Torkelson, E. (2004). Work locus of control and its relationship to health and job satisfaction from a gender perspective. *Stress and Health*, 20, 21-28.
- Oliver, C. (1993). *Análisis de la problemática de estrés en el profesorado de enseñanza media: El burnout como síndrome específico*. Tesis Doctoral no publicada. UAM.
- Pedrabissi, L. y Santinello, M. (1988). Professione infermieristica e síndrome del burnout: un contributo alla taratura del Maslach Burnout Inventory. *Bolletino di Psicologia Applicata*, 187/188, 41-46.
- Peltzer, K., Mashego, T-A. y Mabeba,

M. (2003). Short communication: occupational stress and burnout among south African medical practitioners. *Stress and Health, 19*, 275-280.

Peñacoba, C. y Moreno, B. (1998). El concepto de personalidad resistente. Consideraciones teóricas y repercusiones prácticas. *Boletín de Psicología, 58*, 61-69.

Peñacoba, C. (1996). Escala de Sintomatología. *Estrés, Salud y Calidad de Vida. Influencia de la dimensión cognitivo-emocional*. Tesis Doctoral no publicada. UAM.

Pines, A. y Aronson, E. (1988). *Career Burnout*. New York: Macmillan Inc.

Rioli, L. y Savicki, V. (2003). Optimism and coping as moderators of the relation between work resources and burnout in information service workers. *International Journal of Stress Management, 10*(3), 235-252.

Rohland, B.M., Kruse, G.R. y Rohrer, J.E. (2004). Validation of a single-item measure of burnout against the Maslach Burnout Inventory among physicians. *Stress and Health, 20*, 75-79.

Salanova, M., Schaufeli, W.B., Llorens, S., Peiró, J.M. y Grau, R. (2000). Desde el 'burnout' al 'engagement': una nueva perspectiva. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones, 16*, 117-134

Schaufeli, W. y Enzman, D. (1998). *The burnout companion to study and research: A critical analysis*. London: Taylor y Francis.

Schaufeli, W. B., y Van Dierendonck, D. (1993). The construct validity of two burnout measures. *Journal of Organizational Behaviour, 14*, 631-647.

Scheier, M.F. y Carver, C.S. (1985): Optimism, coping and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology, 4*, 219-247.

Seligman, M. E., y Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: an introduction. *American Psychologist, 55*, 5-14.

Seligman, M.E. (1990). *How to change your mind and your life*. New York: Pochet Books.

Shirom, A. (1989) Burnout in work organization. En C.L. Cooper y I. Robertson (Eds) *International Review of Industrial and Organizational Psychology*, New York: John Wiley and Sons:

Skau, M. (2003). Hardiness as a predictor of coping and internship satisfaction among predoctoral interns. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences y Engineering, 63*(9-B), 4387.

Stokes-Crowe, L. (1998). Hardiness, one of several personality constructs thought to affect health. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences y Engineering, 59*(5-B), 2438.

Tjong, L. (2002). The relationship between emotional intelligence, hardiness and job stress among registered nurses. *Dissertation Abstracts International Section A: Humanities y Social Sciences, 62*(10-A), 3476.