

## ADAPTACIÓN DE LOS PROFESORES DE PRIMARIA A LAS CLASES A DISTANCIA Y BURNOUT.

ADAPTATION OF PRIMARY SCHOOL TEACHERS TO DISTANCE CLASSES AND BURNOUT.

Angélica Janeth Cortez Soto, Yolanda Heredia Escorza.

Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey, México.

*Correspondencia:* a01683345@itesm.mx

### RESUMEN

El 16 de marzo del 2020 se suspendieron en México las clases presenciales, debido a la enfermedad COVID-19. Los objetivos de este estudio son conocer como ha sido la enseñanza a distancia y determinar el nivel de burnout de los profesores de educación básica de los participantes, 8 docentes mexicanos. Se llevó a cabo una investigación que utilizó una metodología mixta para evaluar el aspecto cuantitativo del burnout y cualitativa para conocer las condiciones del aprendizaje a distancia durante la suspensión de actividades. En el aspecto cuantitativo, el 25% de los participantes presentó burnout alto según el Maslach Burnout Inventory, mientras en el cualitativo, los profesores manifestaron haberse adaptado a la enseñanza en línea, de acuerdo con el análisis de sus entrevistas a profundidad.

**Palabras clave:** Aprendizaje a distancia, burnout, docentes, educación primaria.

## ABSTRACT

On March 16, 2020, face-to-face classes were suspended in Mexico, due to the COVID-19 disease. The objectives of this study are to know how distance learning has been and to determine the level of burnout of the basic education teachers of the participants, 8 Mexican teachers. An investigation was carried out that used a mixed methodology to evaluate the quantitative aspect of burnout and qualitative to know the conditions of distance learning during the suspension of activities. In the quantitative aspect, 25% of the participants presented high burnout according to the Maslach Burnout Inventory, while in the qualitative aspect, the teachers stated that they had adapted to online teaching, according to the analysis of their in-depth interviews.

**Keywords:** Distance learning, burnout, teachers, primary education.

## INTRODUCCIÓN

Según el Diario Oficial de la Federación publicado el 16 de marzo del 2020, se suspendieron en México las clases presenciales en las escuelas de educación preescolar, primaria, secundaria, normal, así como aquellas de los tipos medio superior y superior dependientes de la Secretaría de Educación Pública (Diario Oficial de la Federación, 2020). Esta acción fue consecuencia de que, en diciembre de 2019, en la ciudad de Wuhan de la República Popular China, inició un brote de neumonía denominado como la enfermedad por coronavirus COVID-19, que se ha expandido y que el 11 de marzo de 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS), declaró una pandemia (Diario Oficial de la Federación, 2020). Tras la suspensión de las actividades presenciales, inicialmente se limitó a adelantar el inicio de vacaciones a partir del 23 de marzo y hasta el 16 de abril, día en que se regresaría a actividades regulares, sin embargo, debido a la cantidad de contagios elevada, se decidió continuar con las actividades no presenciales

(SEP, 2020). A partir de esa fecha, los docentes se comunicaron con sus alumnos a través de teléfono celular o correo electrónico y cada escuela determinó, de acuerdo a los medios de sus alumnos y profesores, como continuar con las labores educativas y además, ya que no todos los alumnos cuentan con una computadora para ver sus clases, la Secretaría de Educación Pública presentó su solución mediante la estrategia llamada “aprende en casa” donde programas de televisión abierta transmitieron los contenidos de educación básica, los cuales también se encuentran en su página de internet (Copado Rodríguez, 2021). Este modelo educativo a distancia para la educación básica nunca había sido implementado en México, por lo que representó un enorme desafío para los docentes, los alumnos y los padres de familia, para continuar impartiendo efectivamente la educación, así que los propósitos de esta investigación son explicar lo que piensan y sienten los profesores sobre este proceso, además de analizar su nivel de burnout. De acuerdo con Maslach et al. (2016), el *burnout* es una respuesta exacerbada al estrés en el trabajo, que se origina debido a la tensión crónica producto de la interacción conflictiva entre el trabajador y su empleo, este estrés produce respuestas disfuncionales del individuo en contextos laborales caracterizados por fuertes niveles de presión, tensión laboral y emocional.

## ANTECEDENTES

De acuerdo con el estudio realizado por la UNICEF, España (2021), en 390 docentes, 96% españoles y 4% latinoamericanos, donde el 30% de participantes pertenecen al profesorado de nivel primaria, podemos resumir los resultados en que más de la mitad de los docentes considera importante abordar la formación docente para mejorar la calidad de la educación a distancia y el 21.7% lo considera urgente. El 48.5% de las personas encuestadas considera urgente mejorar el acceso al alumnado a

la tecnología, el 36.7% opina que este hecho es importante y otro 10.2% lo cataloga como interesante. El 48.8% califica de importante la capacidad de las familias para hacer seguimiento de la educación a distancia, seguido del 33% que lo considera urgente, mientras que el 15,3% cree que es interesante. La encuesta también preguntó sobre los diferentes canales de comunicación con las familias y los estudiantes, resultando que el 23.4% de los docentes se comunica con los estudiantes y las familias de manera individual a través del correo electrónico, 10.7% envía correos electrónicos generales para comunicarse. 18,7% de los docentes se comunica a través de la página web del centro, 13.3% se comunica por teléfono o videollamada de manera individual con cada niño, 13.1% comunican a través de multiconferencia grupal, 7.9% a través de mensajes individuales de WhatsApp o Telegram, mientras que el 7.2% lo hace a través de estas aplicaciones, pero usando los grupos. Según los docentes encuestados, el 71.2% de las familias mantienen el contacto y responden a las actividades y propuestas que realiza el centro. No todas las familias tienen acceso a Internet en los hogares o cuentan con equipos, así que los profesores han implementado diferentes alternativas, como el contacto telefónico y la entrega de material impreso, libros de texto y fichas de trabajo. El cuestionario también preguntó los sentimientos de los profesores sobre la situación actual y las palabras más repetidas en las cerca de 400 respuestas fueron incertidumbre, ansiedad o preocupación. Estos sentimientos podrían estar relacionados con el burnout. Es necesario hacer la aclaración de que, al no haber otros estudios de las percepciones de los profesores de educación básica sobre el aprendizaje a distancia durante la pandemia, este es el contexto más semejante al mexicano disponible como referente actualmente.

### ***Burnout y docencia.***

El término burnout es actualmente ampliamente utilizado en la mayoría de los artículos de investigación y medios periodísticos en idioma español, aunque según la Clasificación Internacional de Enfermedades (2021), el término traducido correctamente es síndrome de desgaste ocupacional, este concepto es poco utilizado incluso en las instituciones de salud públicas mexicanas. El síndrome del burnout se refiere a quemarse, es una metáfora del agotamiento de la energía, el agotamiento del fuego o la vida. Implica que el fuego o la pasión laboral existente no puede continuar ardiendo a menos que se haga algo por reestablecer la energía. Los empleados que experimentan burnout, poco a poco pierden la capacidad de proporcionar su contribución laboral, siendo cada vez menos eficaces (Schaufeli et al., 2009).

Mediante observación, entrevistas y desarrollo psicométrico, en 1986 Maslach desarrolló un método para evaluar el burnout, el Maslach Burnout Inventory (MBI), como una construcción multidimensional que sostiene que el agotamiento surge como resultado de un trabajo prolongado bajo presión. Las repetidas fallas para lidiar con situaciones tensas y exigentes en el lugar de trabajo y la disminución de la resistencia al estrés laboral pueden llevar a una persona al burnout (Platsidou y Daniilidou, 2016).

Dentro de las profesiones más afectadas por el Síndrome de Burnout, se encuentran las que tienen directa relación con el servicio y prestación de ayuda, entre ellos, la docencia. La docencia implica enfrentar la desmotivación del alumnado, la presión de familiares, la falta de recursos para solucionar los problemas, la sobrecarga de trabajo, el clima de la clase, escasa participación en la toma de decisiones y la falta de apoyo social recibido por parte de compañeros y supervisores; además, la realización de

actividades fuera del horario laboral debido a lo que implican actividades docentes como la planeación, creación de materiales y evaluación, producen que el docente se agote física y mentalmente (Jiménez et al., 2012).

De acuerdo con Cazales et al. (2020) en México la Administración Educativa Federal (AEF) inició la plataforma virtual Aprende en casa (<https://www.aprendeencasa.mx>) para servir como apoyo a los docentes para realizar su labor en la educación a distancia, sin embargo, la aceptación de la plataforma o el sistema televisivo no han sido exitosos. Este autor también expresó que los profesores promedio no poseen formación en educación a distancia, ni en uso de la tecnología educativa disponible y aun así tienen que mantener el ritmo de trabajo habitual, así que fue necesario el aprendizaje del uso de las aulas virtuales, chats, *classroom*, *podcast*, videos educativos, entre otros; para brindar una atención que permita continuar exitosamente el proceso educativo, lo que produce un estrés considerable, ya que el docente se encuentra sobrecargado de tareas administrativas y pedagógicas.

### ***Problema de investigación***

Las condiciones de distanciamiento social en las que desde hace más de un año los docentes se ven obligados a desarrollar su profesión podrían tener consecuencias psicológicas negativas, de cansancio físico o burnout. Además, se necesita conocer de sus propias palabras como ha sido la enseñanza a distancia desde el inicio de la contingencia hasta marzo del 2021.

### ***Preguntas de investigación***

1. ¿Cuál es el nivel de burnout, según el Maslach *Burnout Inventory*, de un grupo de profesores de educación primaria de Santa Catarina, Nuevo León, México?

2. ¿Qué sentimientos han experimentado los profesores de educación primaria durante el periodo de enseñanza a distancia derivado de la suspensión de actividades presenciales?
3. ¿Qué formas de comunicación y enseñanza han utilizado en la enseñanza a distancia?
4. ¿Los docentes experimentaron problemas para adaptarse a las clases a distancia? ¿Cuáles fueron estos problemas?

## **METODOLOGÍA**

### ***Participantes***

En el estudio participaron un total de 8 docentes, 3 hombres y 5 mujeres, de dos escuelas primarias del municipio de Santa Catarina, Nuevo León, México (tabla 1).

### ***Tipo de estudio***

Se llevó a cabo una investigación que utilizó una metodología mixta para evaluar las dimensiones cuantitativa del burnout entre el personal docente, y cualitativa para conocer las condiciones del trabajo docente a distancia durante la suspensión de actividades presenciales consecuencia de la pandemia por el virus COVID 19 en México y las situaciones estresantes que viven los profesores.

### ***Técnicas de recolección de datos***

Para la evaluación cuantitativa se utilizó el Inventario de Burnout de Maslach (MBI) Maslach et al. (2016) y en la parte cualitativa se utilizó un cuestionario de 10 preguntas de elaboración propia. En el (MBI) se califican tres dimensiones, en el agotamiento emocional se establece la escala de burnout bajo de 0 a 18, medio de 19 a 26 y alto de 27 a 54; en despersonalización burnout bajo de 0 a 5, medio de 6 a 9 y alto de 10 a 30

puntos; en la realización personal, esta es baja de 0 a 33, media de 34 a 39 y alta de 40 a 56 puntos.

## **PROCEDIMIENTO**

Para llevar a cabo la investigación se gestionó el permiso con las autoridades de las escuelas, quienes permitieron hacer la invitación a realizar una encuesta en línea y una entrevista a través de la plataforma zoom sobre el tema de las clases a distancia, sus complicaciones y sus sentimientos en relación a esto. Se les envió la invitación a un total de 24 profesores, sin embargo, varios de ellos manifestaron no tener tiempo disponible pues estaban por aplicar exámenes trimestrales y realizar evaluaciones. Otros llenaron la encuesta de burnout en línea, pero no tuvieron tiempo para la entrevista por zoom. Los 8 docentes finales aceptaron voluntariamente tanto el llenado del cuestionario como la entrevista por zoom. Se acordó, por medio de un formulario, su consentimiento informado, que incluía la garantía de anonimato. Al mismo tiempo, se les informó que, una vez publicado el artículo, les sería enviada una copia. Las encuestas fueron realizadas antes de llevarse a cabo la entrevista por zoom, y el horario fue elegido por el profesor.

## **RESULTADOS**

La consistencia interna del Maslach Burnout Inventory para esta población fue calculada mediante el Alpha de Cronbach con el programa minitab. El alfa de Cronbach de agotamiento emocional fue de 0.9450, el de despersonalización fue 0.7101 y el de realización personal fue 0.8528. Siendo que el tamaño de la muestra es pequeño.

**Tabla 1**

*Descripción de los participantes del estudio y sus resultados en el Maslach Burnout Inventory.*

Sexo	Último grado de estudio	Grado que imparte	Edad	Experiencia	Resultado Cansancio emocional	Resultado despersonalización	Resultado realización personal
Hombre	Maestría	5°	34 años	10 años	medio	bajo	alto
Mujer	Licenciatura	6°	62 años	44 años	bajo	bajo	alto
Mujer	Licenciatura	3° y 6°	28 años	7 años	<b>alto</b>	<b>alto</b>	<b>baja</b>
Mujer	Maestría	3°	39 años	18 años	bajo	bajo	alto
Hombre	Maestría	6°	59 años	43 años	bajo	bajo	alto
Mujer	Licenciatura	1°	28 años	6 años	<b>alto</b>	<b>alto</b>	<b>baja</b>
Hombre	Licenciatura	5°	53 años	27 años	bajo	bajo	alto
Mujer	Licenciatura	3°	40 años	18 años	bajo	bajo	alto

\*La realización personal baja indica burnout y viceversa. El promedio de edad en los docentes fue de 43 años y el promedio de años de servicio de 22 años.

**Tabla 2 Estadísticos descriptivos para el *Maslach Burnout Inventory***

	Resultado Cansancio emocional	Resultado despersonalización	Resultado realización personal
N	8	8	8
Media	14.6250	4.3750	40.2500
Desv. Desviación	13.47948	5.26274	3.49489
Rango	36.00	13.00	10.00
Mínimo	.00	.00	32.00
Máximo	36.00	13.00	42.00

Las siguientes tablas muestran los datos más relevantes encontrados en las entrevistas, a través de las transcripciones originales para una mejor comprensión las tablas muestran las respuestas de los docentes que en la escala obtuvieron puntajes que los colocan con alto y bajo burnout pero que en su entrevista extendieron sobre cada tema.

### **Tabla 3**

Categoría: Sentimientos de los profesores (dimensión de cansancio emocional). Según Maslach et al. (2016), es la respuesta básica al estrés, ya que el agotamiento es el que provoca reacciones de distanciamiento emocional y cognitivo respecto al propio trabajo, como un modo de afrontar su sobrecarga. En este caso se enfatizó sobre los sentimientos que los profesores han sentido desde el inicio del modelo educativo a distancia hasta el momento de las entrevistas.

Sentimientos negativos			
Profesores burnout alto		Profesores burnout bajo	
<p>Profesor 3:</p> <p>“Siento como que estrés o frustración porque yo ya estoy haciendo todo de mi parte”.</p>	<p>Profesor 6:</p> <p>“Me he sentido días bien, me he sentido días muy mal”.</p> <p>“Me sentí un poco agotada por todas las actividades que se nos solicitaban”.</p>	<p>Profesor 2:</p> <p>“Me preocupa mucho que no veamos todos los contenidos”.</p>	<p>Profesor 4:</p> <p>“Estaba super angustiada el ciclo pasado”.</p>
		<p>Profesor 7:</p> <p>“Angustia por cómo iba a hablarle a los niños, las clases o las tareas”.</p>	<p>Profesor 8:</p> <p>“El temor a estar en frente de un monitor. Siempre he estado pues en mi salón de clases y entonces ahorita es más miedo”. “Si, es mucho estrés y sobre todo enojo”.</p>
Sentimientos positivos			
<p>Los profesores con burnout alto no expresaron sentimientos positivos.</p>		<p>Profesor 2:</p> <p>“Yo me he sentido bien y satisfecha de lo que hemos hecho hasta ahorita”.</p>	<p>Profesor 5</p> <p>“Me he sentido muy bien. Lo que pasa es que yo estoy acostumbrado a trabajar con este sistema de distancia”.</p>

Sentimientos hacia los alumnos			
<p>Profesor 3:</p> <p>“Me da coraje porque estoy viendo que viene conectado y dice que no tiene internet, me da coraje y me frustró, me estreso”.</p>	<p>Profesor 6:</p> <p>“Los primeros meses de extrañar a mis alumnos, o sea, yo los extrañaba bastante. Hubo veces en que me agarraba el sentimiento y yo quería llorar porque no los podía ver”.</p>	<p>Profesor 2:</p> <p>“Me angustia que algunos de los niños no pueden tener el acceso”.</p>	<p>Profesor 8</p> <p>“Me estresaba antes de iniciar la clase porque no sabía cómo iban a reaccionar mis alumnos... todos quieren hablar, todos quieren decidir”</p>
Sentimientos hacia los superiores			
<p>Profesor 3:</p> <p>“No funcionan los planes que ellos tienen porque... no son creados por maestros que están frente al grupo, sino son por pedagogos que se dedican a desarrollar ideas de acuerdo a lo que dicen los libros, no a la realidad”.</p>	<p>Profesor 6:</p> <p>“Yo creo que el trabajo excesivo por parte de directivos... No sé si sea así sea en todas las escuelas, si eso se pide desde arriba o lo pidan en la escuela, ¿verdad? Pero ese ha sido lo más demandante”.</p>	<p>Los profesores con burnout bajo no mencionaron a sus superiores.</p>	

Sentimientos hacia padres de familia

Profesor 3:

“Y la señora, bien cumplida, hasta se conectaba a las videollamadas y siempre me enviaba las actividades diarias... cuando el padre quiere, ahí va a estar.”

Profesor 6:

“Ellos me comentan y me dicen yo pongo todo de mi parte, yo pongo al niño, trato de enseñarle, pero hay muchos papás que me dicen, pero no sé cómo. Entonces si hay papás que se sienten yo creo, estresados, cansados, agobiados, pero si se nota el apoyo”.

Profesor 2:

“Quiero que emocionalmente estén bien y no nada más los niños, sino también los padres de familia”.

Profesor 5

“El máximo apoyo de los padres de familia.”

Profesor 8

“Siento estrés, mucho estrés.... Muchos padres de familia, en lugar de ponerse en la situación del maestro, tratan de atacar constantemente al maestro. Entonces me he sentido muy estresada, nerviosa también, por lo mismo de que tanto los padres de familia con esta pandemia han estado pues atacándome constantemente.”

## Tabla 4

Categoría: Aprendizaje de los alumnos (Dimensión de realización personal). La baja realización personal ocurre cuando el trabajador evalúa su desempeño negativamente de modo que esa evaluación negativa afecta su habilidad en la realización del trabajo y el tipo de relación que establecen con los alumnos. Esta circunstancia provoca que los profesores se sientan insatisfechos consigo mismos y con sus resultados laborales (Maslach et al., 2016)

Aprendizaje presente			
Profesores burnout alto		Profesores burnout bajo	
<p>Profesor 3:</p> <p>“Los grandes, eso sí es donde yo digo ahí depende el alumno. Porque hay unos que son bien canijos y que los que te ignoran las publicaciones y andan jugando en la calle, me dicen, Maestra, a estos los vimos jugando en la calle. Y no me envían ninguna actividad”.</p>	<p>Profesor 6:</p> <p>“Pues quisiera estar en el salón para ver cómo se está desarrollando la clase, cómo está desarrollando el alumno su proceso de aprendizaje. En esa cuestión sí he batallado y todavía siento que no me acostumbro al estar yo en una pantalla y ellos detrás”.</p> <p>Profesor 5:</p> <p>“Yo las doy lunes, miércoles y viernes con ellos, con los alumnos. La gran mayoría, por así decirlo, el noventa y ocho por ciento se conectan a la clase.”</p>	<p>Profesor 2:</p> <p>“Y digo ¿sí me estarán poniendo atención? o a veces sí siento que a lo mejor pueden estar más distraídos”.</p>	<p>Profesor 4:</p> <p>“No están aprendiendo al 100, por ejemplo, la lectura o en las operaciones básicas, a pesar de que lo estamos haciendo muy seguido”.</p>
		<p>Profesor 7:</p> <p>“Tenemos que poner en el examen nada más y exclusivamente lo que vimos.”</p>	

Aprendizaje futuro			
Profesor 3:  “Si siguen así no, no van a saber nada, van a estar huecos, porque para mí todo esto de estar a distancia es una simulación, o sea, no es real”.	Profesor 6:  “Vamos a ver ahora ya en presencial, si los conocimientos los adquirió”.	Profesor 4:  “Pues pienso que van a estar muchísimos niños en un nivel muy bajo.”	Profesor 8:  “Muchísimos alumnos van a venir con rezago escolar, no muy académicamente hablando, no van muy bien.

### Tabla 5

Categoría: Estrategias docentes (Dimensión de realización personal). En este caso se enfatizó en las estrategias que usan los profesores, ya sea para enseñar contenido o estrategias de interacción con alumnos a través de los medios y dispositivos utilizados en la educación en línea durante la pandemia. Las respuestas se centraron en la interacción con alumnos y/o padres de familia y algunas estrategias de enseñanza utilizadas.

Estrategias de interacción con alumnos o padres de familia			
Profesores burnout alto		Profesores burnout bajo	
Profesor 3:  “Sólo tengo que escucharlos, darles confianza y motivarlos a que ya está en ellos, o sea así porque es lo que les digo, ya tus papás tienen que salir a trabajar y ya depende de ti también el ponerte a estudiar.”	Profesor 6:  “Yo procuro en las videollamadas no solamente ver temas, sino que también darnos un espacio de platicar, a veces hasta de jugar, este para distraernos emocionalmente de todo lo que estamos viviendo y más con ellos como niños.”	Profesor 2:  “Crear un ambiente favorable es muy, muy importante al inicio de cada clase”  “Yo les digo a los padres ustedes manden la tarea a la hora que quieran, si es muy noche por su trabajo no pasa nada.”	Profesor 4:  “Uno les da la confianza y la facilidad para que lo manden por cualquier medio, cualquier trabajo, cualquier actividad o resolver problemas.”  Profesor 5  “Cuando no entienden alguna cuestión, siempre lo manejamos de forma individual.”

		<p>Profesor 1</p> <p>“Tener mucha energía, tener mucho movimiento, tener el tono de voz, ser positivo, o sea para transmitírselo a ellos.”</p>	<p>Profesor 7:</p> <p>“Trato de incluirlos mucho.” “Me gusta mucho platicar con ellos y escucharlos, sobre todo darles confianza y motivación.”</p>
Estrategias de enseñanza			
<p>Profesor 3:</p> <p>“La forma de trabajo de los demás días que no tengo video llamada les subo como una imagen y las actividades en PowerPoint con diapositivas.”</p>	<p>Profesor 6:</p> <p>“Yo creo que el mantener la comunicación y también la capacidad de pedir ayuda o consejo a mis compañeros también”</p>	<p>Profesor 2:</p> <p>“Aquí tengo mi pizarrón y lo pueden ver, ellos pueden irme diciendo si entendieron o entendieron como si estuviéramos presencial”.</p>	<p>Profesor 8</p> <p>“La compañera de 3° A y yo siempre nos estamos comentando qué tipo de formas y usos de trabajo”.</p>

### Tabla 6

Categoría: Problemáticas (Dimensión de despersonalización). La despersonalización en el trabajo hace referencia a un estado en el cual predomina una actitud emocional de distanciamiento, rechazo, irritabilidad y falta de tolerancia (Maslach et al., 2016). En este caso se enfatizó en los diversos problemas que han experimentado los profesores durante el periodo de contingencia.

Problemas ocasionados por el COVID 19 o el distanciamiento			
Profesores burnout alto		Profesores burnout bajo	
<p>Profesor 3:</p> <p>“Distraernos emocionalmente de todo lo que estamos viviendo y más con ellos como niños, porque ya ves que no les permiten ingresar a ninguna parte, o sea, están literalmente encerrados en su casa urbana”.</p>	<p>Profesor 6:</p> <p>“Los alumnos ya están desesperados que quieren ir a la escuela”.</p>	<p>Profesor 1:</p> <p>“Creo que esto va a ser más grande y no van a saber cómo interactuar unos con los otros.”</p>	<p>Profesor 2:</p> <p>“Algunos sí muestran algo de estrés o de cansancio, pero no es hacia la escuela, sino hacia su trabajo o por los padecimientos de familia que desgraciadamente hasta han fallecido.”</p>
		<p>Profesor 4:</p> <p>“Tuve un alumno que se le murió su mamá y ahí fue, hace como que bien impactante porque el niño está chiquito y de hecho se salió de la escuela porque se fue a vivir con su tía a Veracruz.”</p>	<p>Profesor 8:</p> <p>“Para mí es muy difícil estar trabajando con estas redes sociales, ya que en mi caso siempre había sido presencial”,</p>
Problemas ocasionados por personas o la situación económica			
<p>Profesor 3:</p> <p>“Hay padres de familia que están en total desaparición”. “Yo ya hice todo lo que pude para organizar a mis niños y si el padre de familia no pone a su niño, no va a funcionar, no lo van a hacer, no voy a ir yo a su casa a moverle la mano al niño”.</p>	<p>Profesor 6:</p> <p>“A veces se intenta poner de que mi pizarrón detrás, pero si es un poquito más complicado porque la mayoría de mis estudiantes tiene un celular, entonces puedes estar viendo la pantallita si se les complica un poco”.</p>	<p>Profesor 1:</p> <p>“No nos han ayudado en casa de que puedas hablar con el niño, porque tienen que hacerlo, tienen que tener contacto, tienen que tener un poquito de interacción”.</p>	<p>Profesor 2:</p> <p>“No todos los niños tienen los recursos o los medios para estar en una plataforma o por medio de un celular, de una laptop, de una computadora y tener sus clases en línea”.</p>

## DISCUSIÓN

De acuerdo con Maslach et al. (2016) el cansancio emocional se refiere a que los individuos están emocionalmente agotados y sobrepasados en cuanto a sus recursos emocionales. La media del cansancio emocional en la población muestra fue de 14.62, lo cual es menor comparado con los resultados obtenidos en el estudio realizado por Arís (2005) en 89 docentes de educación preescolar y primaria españoles, media que fue de 20.66.

Maslach et al. (2016.) define a la despersonalización como el manifestar actitudes negativas, cínicas e impersonales, generándose sentimientos demasiado hostiles hacia otras personas. En contraste, la despersonalización media de nuestra población muestra fue de 4.37, mientras en el estudio señalado previamente, la media fue de 3.85. Por lo tanto, en este aspecto, el burnout derivado de la despersonalización es mayor en nuestra población muestra.

Para Maslach et al. (2016) la falta de realización personal se refiere a la disminución de los sentimientos de competencia y éxito en el trabajo, así como una tendencia a evaluarse negativamente a sí mismo, particularmente en el trabajo con otras personas. En esta dimensión, la media de nuestra muestra fue de 40.25, la cual es mayor comparada con la media del estudio de Aris (2005), que fue de 38.13. A mayor realización personal, menor burnout, por lo cual nuestra muestra tuvo menor burnout en esta dimensión que la muestra comparada. El 25% de los profesores presentaron burnout alto en las 3 dimensiones, son del sexo femenino y tienen la menor cantidad de años de servicio de la muestra seleccionada (6 y 7 años).

En el análisis de los datos cualitativos los profesores expresaron haberse sentido tristes, nerviosos, temerosos (dimensión de cansancio emocional),

enojados (despersonalización), y frustrados al no saber cómo realizar su labor (dimensión de falta de realización personal), al inicio de la contingencia, sin embargo, se adaptaron poco a poco, ya están más tranquilos y acostumbrados, por lo cual, el 75% profesores no presentan burnout.

Como señala Senge et al. (2002) los profesores efectivos deben tener capacidad de adaptación constante, tomando en cuenta el cambio de la sociedad. Situación que fue puesta de manifiesto durante la contingencia. Los maestros fueron enfrentados a recurrir a medios y forma de interacción que no eran habituales, pero a las que debieron acceder y dominar en relativamente poco tiempo. Como formas de comunicación, utilizaron el programa zoom, las herramientas de Google como Google meet, what's app y teléfono. Comentaron que sí tuvieron problemas para adaptarse a las clases en línea, ya que no sabían que hacer para desarrollar sus clases al iniciar el distanciamiento, porque no sabían utilizar la tecnología, así que tuvieron que aprenderla, después de unos meses se adaptaron y ya no tienen problemas, pues encontraron estrategias que funcionaron, aunque admiten que existen alumnos que no tienen tecnología y con ellos no pueden avanzar de igual manera que con los demás.

También explicaron que es muy importante darles confianza, seguridad y establecer una conexión emocional con los alumnos para que ellos estén receptivos para recibir el aprendizaje. Esto concuerda con muchos principios de las teorías sobre el aprendizaje, entre ellas la teoría constructivista de Piaget, entre las que se destacan: la creación de un entorno positivo, la estimulación del compromiso activo de cada integrante del aula y la comunicación efectiva entre el alumno y el docente (Hernández Requena, 2008).

Además, comunicaron que consideran primordial para salir adelante con los alumnos que viven esta situación, tener una buena relación con los padres de familia, darles libertades para la entrega de tareas, asistencia a clases y comunicación personalizada, pues la interacción con los alumnos depende de la disposición positiva de los padres. Por último, la mayoría consideran que el verdadero reto a superar se presentará al regresar a clases presenciales, pues tanto alumnos, padres y profesores tendrán que adaptarse de nuevo a condiciones diferentes. Al mismo tiempo, en esa nueva normalidad pronostican que muchos alumnos presentarán un rezago educativo, pues los aprendizajes esperados no se pueden alcanzar en su totalidad, y menos aún con los niños que carecen de la tecnología para participar en las clases de manera virtual.

Por lo que es importante destacar el hallazgo de que en los docentes que participaron se reportan indicios altos de burnout en el 25% de los participantes, pertenecientes a la misma escuela. Resalta también el hecho de que, en las entrevistas cualitativas, estos docentes en particular expresaron conflictos con el director de la escuela, quien les exigía hacer todo lo posible para que los alumnos cumplieran con las tareas y obtuvieran mejores calificaciones. Esto concuerda con los resultados de la revisión de la literatura hecha por Liebowitz y Porter (2019) en la que afirman que el apoyo los directores a los profesores de su centro de trabajo está estrechamente relacionado con su sentido de bienestar.

## CONCLUSIONES

En esta muestra particular, los profesores se adaptaron a las clases a distancia mediante el aprendizaje en el uso de tecnología, la interacción armoniosa con alumnos, padres y directivos, y la adquisición de estrategias de enseñanza. Actualmente el 25% presentaron burnout según el MBI, sin

embargo, según ellos mismos, esto puede cambiar al regresar al modo presencial pues se presentarán riesgos y retos de adaptación. Este estudio no pretende generalizar sus resultados, sólo dar a conocer una mirada a una muestra específica y recomendar la realización de un estudio más grande para la misma población, los profesores de educación básica; con especial importancia en las clases presenciales cuando termine la contingencia en México.

## REFERENCIAS

- Arís, N. (2005). *El síndrome de burnout en los docentes de educación infantil y primaria en la zona del Vallés occidental*. Tesis doctoral, Universidad Internacional de Cataluña, Barcelona, España. <https://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/9344/TEISIS1.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cazales, Z. N., Granados, H. M. M., y Pérez, L. O. (2020). Políticas implementadas por el gobierno mexicano frente al COVID-19. El caso de la educación básica. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 50(ESPECIAL), 143-172. <https://www.redalyc.org/jatsRepo/270/27063237025/html/index.html>
- Copado Rodríguez, A. E. (2021). Reflexión sobre la comunicación entre profesores, estudiantes y padres de familia en tiempos del covid-19. Una guía metodológica para el acompañamiento de estudiantes de educación básica. *Revista educarnos*, 10(40), 29-38. <https://revistaeducarnos.com/wp-content/uploads/2020/12/ana-elizabeth.pdf>
- Diario Oficial de la Federación (2020). *ACUERDO número 02/03/20 por el que se suspenden las clases en las escuelas de educación preescolar, primaria, secundaria, normal y demás para la formación de maestros de educación básica del Sistema Educativo Nacional, así como aquellas de los tipos medio superior y superior dependientes de la Secretaría de Educación Pública*. [https://www.dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5589479&fecha=16/03/2020](https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5589479&fecha=16/03/2020)
- González, J. R., Delgado, M. D. R. M., y Hernández, N. G. (2020). Estrategias docentes para la educación a distancia del programa Aprende en Casa I. *Jornadas de Investigación UAZ*, 14(2), 253-260. [https://www.researchgate.net/publication/348884029\\_Estrategias\\_docentes\\_para\\_la\\_educacion\\_a\\_distancia\\_del\\_programa\\_Aprende\\_en\\_Casa\\_I](https://www.researchgate.net/publication/348884029_Estrategias_docentes_para_la_educacion_a_distancia_del_programa_Aprende_en_Casa_I)
- Hernández Requena, S. (2008). El modelo constructivista con las nuevas tecnologías: aplicado en el proceso de aprendizaje. *RUSC. Universities and Knowledge Society Journal*, 5(2), 26-35. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=78011201008>

- Jiménez Figueroa, A. E., Jara Gutiérrez, M. J., y Miranda Celis, E. R. (2012). Burnout, apoyo social y satisfacción laboral en docentes. *Psicología Escolar e Educativa*, 16(1), 125-134. <https://doi.org/10.1590/S1413-85572012000100013>
- Liebowitz, D. D., y Porter, L. (2019). The Effect of Principal Behaviors on Student, Teacher, and School Outcomes: A Systematic Review and Meta-Analysis of the Empirical Literature. *Review of Educational Research*, 89(5):785-827. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1228066>
- Maslach, C., Jackson, S.E. y Leiter, M.P. (2016). *Maslach Burnout Inventory Manual* (Fourth ed.). Menlo Park, CA: Mind Garden, Inc. <https://www.mindgarden.com/maslach-burnout-inventory-mbi/685-mbi-manual.html>
- Platsidou, M. y Daniilidou, A. (2016). Three Scales to Measure Burnout of Primary School Teachers: Empirical Evidence on their Adequacy. International. *Journal of Educational Psychology*, 5(2), 164-186. [https://www.researchgate.net/publication/303321900\\_Three\\_Scales\\_to\\_Measure\\_Burnout\\_of\\_Primary\\_School\\_Teachers\\_Empirical\\_Evidence\\_on\\_their\\_Adequacy](https://www.researchgate.net/publication/303321900_Three_Scales_to_Measure_Burnout_of_Primary_School_Teachers_Empirical_Evidence_on_their_Adequacy)
- Rivera Guerrero, Á., Segarra Jaime, P. y Giler, G. (2018) Síndrome de burnout en docentes de instituciones de educación superior. *Archivos Venezolanos De Farmacología Y Terapéutica*, 37(2), 78-83. [http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev\\_aavft/article/view/15169/144814481951](http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aavft/article/view/15169/144814481951)
- Schaufeli, W. B., Leiter, M. P., y Maslach, C. (2009). Burnout: 35 years of research and practice. *Career development international*. 14, 204-220. <https://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/311.pdf>
- Secretaría de Educación Pública (2020). “Comunicado conjunto No. 3 Presentan Salud y SEP medidas de prevención para el sector educativo nacional por COVID-19”. <https://www.gob.mx/sep/es/articulos/comunicado-conjunto-no-3-presentan-salud-y-sep-medidas-de-prevencion-para-el-sectoreducativo-nacional-por-covid-19?idiom=es>
- Senge, P., Cambron-McCabe, N., Lucas, T., Smith, B., Dutton, J., y Kleiner, A. (2002). *Escuelas que aprenden. Un manual de la Quinta Disciplina para educadores, padres de familia y todos los que estén interesados*

*en la educación.* Bogotá: Norma. <https://silوtips/download/escuelas-que-aprenden>

UNICEF España (2020). *¿Cómo están afrontando los docentes la crisis del COVID-19?*

World Health Organization (2021). *International Classification of Diseases (ICD-11) - Mortality and Morbidity Statistics.* World Health Organization.

**Envío de Dictamen:** 24 enero 2022

**Reenvío:** 16 febrero 2022

**Aprobación:** 21 febrero 2022

**Angélica Janeth Cortez Soto** Estudiante del Doctorado en Innovación Educativa en el Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey, Maestra en Educación en el Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey. Licenciada en Administración de Empresas en la Universidad TecMilenio. Líneas de investigación: Psicopedagogía, educación, experiencia de 9 años como docente de inglés en primarias.  
**Correo electrónico:** a01683345@itesm.mx

**Yolanda Heredia Escorza** Doctora en Política Social por la UANL y Universidad de Texas en Arlington Maestría en Educación con especialidad en Psicología Educativa en la Universidad Regiomontana. Licenciatura en Psicología con especialidad en Clínica en la Universidad Iberoamericana. Actualmente es Profesora Investigadora de Tiempo completo en el Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey, ha dirigido tesis de Maestría y Doctorado, publicado libros, capítulos de libro y artículos en revistas arbitradas, en las líneas de Psicología, Educación y Psicopedagogía.  
**Correo electrónico:** yheredia@tec.mx