

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA, LEÓN  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN Y HUMANIDADES  
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS SOCIALES**



**MONOGRAFÍA**

**Tema:** Factores que intervienen en el desarrollo del Estrés Laboral en Profesores de Undécimo Grado del Instituto Nacional de Occidente y Colegio La Salle en León-Nicaragua, durante el período agosto/ noviembre 2013.

**Para optar al título de Licenciatura en Ciencias de la Educación, mención en Ciencias Sociales.**

**Autoras:**

Kenia Yorleni Carrión Gómez.

Irayda Marcela Aráuz Sequeira.

Rebeca de la Concepción Roque Quiñonez.

**Tutor:** Profesor Yovani José Valle.

León, Nicaragua 28 de marzo, 2014.

**¡A la libertad por la Universidad!**

## AGRADECIMIENTO.

---

**A Dios**, por darnos la vida y la salud física y espiritual. Por darnos sabiduría y los conocimientos que nos permitieron cumplir con nuestras metas en nuestra vida profesional. A él primeramente nuestro agradecimiento.

A todos nuestros profesores que nos brindaron sus conocimientos en el transcurso de nuestros estudios y en especial al Msc. Yovani Valle por la valiosa aportación de sus conocimientos y por brindarnos las herramientas necesarias, para ser mejores profesionales.

Al Personal del Instituto Nacional de Occidente (INO) y al Colegio La Salle-León Nicaragua que nos brindaron su amable atención y su valioso tiempo. Por la cortesía de proporcionarnos toda la información necesaria para la realización de este.

A nuestros familiares por ser los pilares incondicionales en las diferentes circunstancias y retos de nuestras vidas, por el amor y el apoyo brindado durante nuestra formación profesional ayudándonos a lograr todas nuestras metas anheladas.

Gracias. **Rebeca de la Concepción Roque Quiñonez.**

## DEDICATORIA.

---

Dedico el presente esfuerzo académico especialmente a:

Dios sobre todas las cosas, por darme la vida y llenármela de bendiciones y guiar mis pasos siempre.

Mi madre Verónica Sequeira, a mi hermano Oswaldo Arauz por brindarme su apoyo incondicional para salir adelante y muy en especial a mi padre Oswaldo Israel Arauz que aunque tristemente hoy no está conmigo se que desde el cielo está feliz, al ver que he logrado las metas que me he propuesto y que él quería verme cumplir. Por ser mi inspiración para poder finalizar y cumplir mis sueños con sabiduría y dedicación.

Mi tutor Msc. Yovani Valle por brindarme sus conocimientos, su tiempo y dedicación para culminar con éxito este trabajo.

**Irayda Marcela Arauz Sequeira.**

## DEDICATORIA.

---

Dedico esta monografía a Dios Padre misericordioso que me bendice y protege siempre.

A mis padres Julio Carrión y Felipa Gómez por darme la vida, educación e instruirme en el camino del bien. Y a mis familiares que me apoyaron en este proceso de mi vida.

Y muy en especial a mi abuelita Susana Leticia Campos que fue la fuente de inspiración y base fundamental para cumplir todos mis sueños y que tristemente hoy no está conmigo para verme lograr mis metas.

Al Msc. Yovani Valle que nos apoyó en éste proceso de investigación y que fue guía para culminar con éxito nuestro trabajo.

**Kenia Yorleni Carrión Gómez.**

## DEDICATORIA.

---

El presente trabajo investigativo se lo dedico:

- A DIOS por haberme brindado la fortaleza y sabiduría para poder llevar a cabo este trabajo investigativo.
  
- A mis padres por haber estado siempre conmigo proporcionándome día a día su apoyo incondicional en todos los momentos.
  
- A los docentes con quienes tuve la oportunidad de que me brindaran sus conocimientos durante todo el periodo de mi carrera y esto me permitió lograr ser una profesional en la sociedad.
  
- A Msc. Yovani valle por brindarnos su tiempo y conocimiento para culminar con éxito este trabajo monográfico.

# ÍNDICE

I.	INTRODUCCIÓN.....	8
1.1.	Planteamiento del problema.....	9
1.1.1.	Descripción del problema.....	9
1.1.2.	Formulación del Problema.....	10
1.1.3.	Sistematización del Problema.....	10
1.1.4.	Justificación.....	10
1.1.5.	Antecedentes.....	11
II.	OBJETIVOS E HIPÓTESIS DE INVESTIGACIÓN: .....	12
2.1.	Objetivo General.....	12
2.2.	Objetivos Específicos.....	12
2.3.	Hipótesis.....	12
III.	MARCO CONCEPTUAL.....	13
3.1.	¿Qué es el Estrés?.....	13
3.2.	¿Es nocivo el estrés?.....	14
3.3.	Estrés laboral.....	14
3.4.	Síndrome del profesor quemado.....	15
3.5.	Manifestaciones del estrés en el aula de clase.....	16
3.6.	Manifestaciones diagnósticas: es posible observar:.....	19
IV.	DISEÑO METODOLÓGICO.....	21
4.1.	Tipo De Investigación.....	21
4.2.	Población y Muestra.....	22
4.3.	Aplicación de Instrumentos.....	22
4.4.	Procesamiento de la información.....	23
V.	RESULTADOS Y ANÁLISIS .....	24
5.1.	Encuesta a profesores del INO.....	24
5.1.1.	Representación Gráfica.....	25
	Gráficos del INO.....	25

5.1.1.1.	Valoración analítica.....	29
5.2.	Encuesta a profesores de La Salle, León, Nicaragua. ....	30
5.2.1.	Representación Gráfica.....	31
5.2.1.1.	Valoración analítica.....	34
5.3.	Cuadro de comparación de entrevistas a directivos del INO y el colegio La Salle. ....	36
5.3.1.	Valoración.....	39
5.4.	Cuadro de comparación de entrevistas a Profesores del Colegio La Salle. ...	40
5.4.1.	Valoración.....	44
5.5.	Cuadro de comparación de profesores entrevistados en el INO.....	45
5.5.1.	Valoración. ....	47
5.6.	Síntesis comparativa de las entrevistas. ....	48
5.6.1.	Síntesis valorativa: El estrés laboral en los colegios muestreados: .....	49
VI.	CONCLUSIONES. ....	50
VII.	RECOMENDACIONES. ....	53
VIII.	BIBLIOGRAFÍA.....	54
	Apéndice.....	55

## **I. INTRODUCCIÓN.**

La presente investigación habla sobre el estrés laboral en la docencia como un estado patológico, crónico ocasionado por las condiciones habituales en que se encuentran las personas. Se encontraron factores que generan esta problemática y que hoy en día repercuten sobre el rendimiento y bienestar personal del docente.

Se dan a conocer algunos de los síntomas (baja economía, sobre carga de tarea, irritados, intranquilos, angustiados, etc.,) y las reacciones que el estrés ocasiona a los individuos así como también la forma de controlarlo y tratarlo.

El objetivo que perseguimos con esta investigación es, determinar los factores asociados al estrés y la incidencia que estos han tenido en los docentes del INO y el Colegio La Salle-León, además el nivel de estrés en que se encuentran y que están haciendo las instituciones para mejorar este problema.

Además comparar el comportamiento de este problema en un Instituto Público y un Colegio Privado ante este fenómeno poco reconocido y menos atendido que afecta al sector educativo NO ES una tarea sencilla, pues, se expone a lo largo del trabajo cómo lo ven y lo sienten los profesores y cómo lo enfocan los directivos

## **1.1. Planteamiento del problema.**

### **1.1.1. Descripción del problema**

De acuerdo con el informe presentado por el CTERA 2006, "La vida laboral cotidiana, como una rutina que "anestesia", realizada en locales inadecuados para la tarea escolar - puede provocar daño físico y constituyen, a la vez, un factor de tensión y sufrimiento psíquico en el trabajo tanto para la auto- protección del docente como para la enseñanza, control y cuidado de los alumnos". El estrés laboral ha sido identificado como uno de los mayores problemas emergentes en el panorama laboral actual, perjudicando la producción y afectando la salud física y mental de los docentes, debe ser uno de los principales retos de seguridad hoy en día, y buscar maneras que ayuden a analizar y superar este estado.

El estudio del estrés laboral en los docentes no es un hecho novedoso, pues vemos evidencia de estos sucesos en pasados estudios monográficos mayormente universitarios, columnas periodísticas, artículos de revista, etc. que datan del siglo XX hasta nuestros días dando los últimos estudios nuevos aportes significativos para ayudar a controlar este comportamiento o desequilibrio emocional conocido como estrés laboral.

En el INO y en el colegio La Salle de León Nicaragua no existen estudios previos hacia este fenómeno. Por lo tanto hemos decidido investigar y comparar el nivel de estrés laboral en los docentes de estas dos instituciones.

### **1.1.2. Formulación del Problema.**

¿Qué factores influyen en el desarrollo del Estrés Laboral en los docentes del Instituto Nacional de Occidente y del Colegio La Salle - León?

### **1.1.3. Sistematización del Problema.**

¿Qué es el estrés laboral?

¿Qué factores son los que conllevan al desarrollo del estrés laboral en la docencia?

¿Cómo se manifiesta el problema en el ambiente de la docencia?

¿Cuál es la atención que las instituciones educativas dan a este fenómeno?

¿Son conscientes los docentes de padecer los síntomas del estrés laboral?

### **1.1.4. Justificación.**

Con este estudio monográfico se pretende alcanzar un nivel mayor de concientización en la población en general sobre el estrés laboral en la docencia y qué repercusiones tiene en las personas que lo padecen y quiénes están a su alrededor.

Debido al contenido que posee el estudio, se puede decir que es de valor psicológico y social, porque se valoran las dificultades que deben superar los docentes, tomando el estrés, no como el “alto” en su profesión, sino como una motivación de querer seguir trabajando

para lograr un mayor control de ellos mismos, de sus alumnos y que ambos progresen conjuntamente.

Valorar que sea necesaria la elaboración de un trabajo de esta índole para analizar o evaluar detenidamente y obtener de la propia fuente, la información.

Se pretende lograr con este nuevo enfoque, una mejor educación y progreso como institución al valorar que el estudio realizado puede servir de referencia para nuevas investigaciones.

#### **1.1.5. Antecedentes.**

Se han realizado diferentes investigaciones referentes al Estrés Laboral por estudiantes de la Facultad de Psicología de la UNAN-León. Estos han dado un aporte positivo a la búsqueda de una solución al Estrés.

Otros antecedentes del mismo fenómeno es “Causas del estrés laboral en mujeres docentes y administrativas de la facultad de medicina de la UNAN-León, 2004.

También encontramos otro estudio en este mismo sentido “factores de riesgos asociados a alto niveles de estrés laboral en maestros de centros preescolares de la ciudad de León periodo marzo-octubre. León, Nicaragua” UNAN, 2005.

El presente trabajo se diferencia porque lo enfocamos en un espacio laboralmente complejo en el sentido que es, un nivel (undécimo grado) de mucha actividad académica correspondiente al diversificado y adicionada una carga administrativa en el manejo del currículum y atención estudiantil.

## **II. OBJETIVOS E HIPÓTESIS DE INVESTIGACIÓN:**

### **2.1. Objetivo General**

Determinar los factores más influyentes del estrés laboral docente y su efecto en profesores de Undécimo grado de Secundaria del Instituto Nacional de Occidente y del Colegio La Salle en la ciudad de León.

### **2.2. Objetivos Específicos.**

- Analizar los principales factores que permiten el desarrollo del estrés laboral y sus consecuencias en el personal docente.
- Describir el proceso de desarrollo del estrés laboral, a través de las manifestaciones en los docentes que trabajan en el ciclo diversificado.
- Valorar los esfuerzos que hacen las instituciones educativas en función del establecimiento de mecanismos de control físico y emocional en el personal docente.

### **2.3. Hipótesis.**

El apremio económico y la sobrecarga de trabajo, son los factores de mayor incidencia del desarrollo del estrés laboral en los docentes de secundaria.

### III. MARCO CONCEPTUAL.

#### 3.1. ¿Qué es el Estrés?

Si tomamos como punto de partida a quienes ya han estudiado el estrés, veremos que este síndrome ha estado presente siempre el desarrollo de la humanidad “El estrés consiste en un esquema de «reacciones arcaicas» frente a la exposición a estresores, que preparan al organismo humano para la pelea o la huida, es decir, para la actividad física”. Fíjese en este caso que no se está refiriendo a la actividad intelectual que, es majestuosa a la actividad del maestro parece no tener consecuencias físicas. Imposible.

El argumento continua exponiendo que es como «revolucionar el motor» o «pisar el acelerador». El estrés era la respuesta adecuada cuando el hombre prehistórico tenía que enfrentarse a una manada de lobos, pero no lo es cuando el trabajador actual tiene que esforzarse para adaptarse a turnos cambiantes, tareas muy monótonas y fragmentarias o a clientes amenazantes o excesivamente exigentes».

**El estrés** relacionado con el trabajo **puede definirse** como el conjunto de reacciones emocionales, cognitivas, fisiológicas y del comportamiento a ciertos aspectos adversos o nocivos del contenido, la organización o el entorno de trabajo. Es un estado que se caracteriza por altos niveles de excitación y angustia, con la frecuente sensación de no poder hacer frente a la situación.

### **3.2. ¿Es nocivo el estrés?**

La respuesta es: sí y no.

El estrés puede conducir a la enfermedad cuando los imperativos profesionales son elevados y es reducida la influencia que el trabajador ejerce en sus condiciones de trabajo, cuando el apoyo social de la dirección o de los colegas es insuficiente, o cuando la recompensa que recibe –en cuanto a remuneración, estima o control de la situación– no corresponde al trabajo realizado. También, de modo más general, cuando todas estas situaciones son intensas, crónicas o se repiten a menudo. El resultado de ellas es una amplia gama de enfermedades corporales, mentales, e incluso la muerte»

### **3.3. Estrés laboral<sup>1</sup>**

El estrés es la “presión o tensión experimentada por la percepción de un desequilibrio entre la demanda de la situación y la capacidad personal para responder con éxito a esa demanda, cuando las consecuencias de la resolución son percibidas como importantes”. Aunque el estrés se experimenta psicológicamente, también afecta a la salud física de las personas.

---

<sup>1</sup> <http://atlante.eumed.net/estres-laboral-magisterio/>

### **3.4. Síndrome del profesor quemado**

El síndrome burnout o síndrome de “estar quemado”, acumula una cadena de respuestas a situaciones de estrés que suelen provocar la “tensión” al relacionarse y tratar frecuentemente con otras personas. El síndrome se empieza con los siguientes aspectos: psicósomáticos que son la fatiga crónica, frecuentes dolores de cabeza, problemas de sueño, úlceras y otros desórdenes gastrointestinales, pérdida de peso, dolores musculares, etc.

Síntoma: Manifestación de una alteración orgánica o funcional apreciable solamente por el paciente; si puede ser comprobada también por el observador, se considera signo. También es un indicio de una cosa que está sucediendo o está a punto de suceder.

Hay manifestaciones de esta problemática en la realidad nicaragüense pero, es conocimiento de tipo común, no se ha analizado con base en investigaciones serias en el país, al menos en el ámbito leonés. Tal vez nos ilustramos de la situación con esta nota de un estudio que se realizó en Argentina.

«La enseñanza tiene una imagen social de actividad laboral sin riesgos, mal remunerada pero con algunas ventajas en comparación a otros trabajos.

La realidad y la experiencia histórica procesada en diversas investigaciones, señalan la existencia de fatiga residual, malestar docente y sufrimiento psíquico, depresiones, angustia y diversas formas de padecimientos psicofísicos que se manifiestan en la pérdida de la voz, dolores y contracturas en espalda, cuello y extremidades, úlceras gástricas e hipertensión, las más comunes.

Últimamente se registran ataques de pánico y diabetes por stress con una frecuencia de alerta.

Al ser dolencias que se generan a lo largo de cierto tiempo de trabajo, son menos evidentes que un accidente de trabajo o enfermedad profesional, en general se perciben -subjetiva y socialmente- como problemas personales no laborales. Muchas veces, ni ocasionan licencia por enfermedad.

Un equívoco muy común se expresa en la “culpabilización de la víctima”, instalado como mecanismo socio-burocrático emisor de inadecuados juicios técnico-administrativos, descalificadores de los y las docentes sobre sus problemas de salud, por personas o autoridades no competentes en el tema».<sup>2</sup> Realmente diremos que hablamos con todos estos síntomas de docentes próximos a quemarse.<sup>3</sup>

### **3.5. Manifestaciones del estrés en el aula de clase.**

El informe al que se ha hecho referencia también señala que “El docente, queda expuesto e involucrado en un imaginario social (expectativas) en el que representa una función pública que en realidad muchas veces excede su capacidad de respuesta.

---

<sup>2</sup> FACTORES DE RIESGO PSÍQUICO EN EL TRABAJO DOCENTE. Deolidia Martínez y equipo de investigación del AREA de SALUD en la ESCUELA . Instituto de Investigaciones Pedagógicas “Marina Vilte”. Confederación de Trabajadores de la Educación de la República Argentina. (CTERA) Buenos Aires, noviembre 2006 . Desarrollo de dimensiones observables de los factores de riesgo psíquico.

<sup>3</sup> [http://www.search.ask.com/web?tpid=ATU4-V7&o=APN10946&l=dis&pf=&p2=%5EB1V%5Ezz000%5EYY%5ENI&gct=&itbv=12.10.3.4584&doi=2014-03-13&apn\\_uid=E9EA655E-3486-4229-B42C](http://www.search.ask.com/web?tpid=ATU4-V7&o=APN10946&l=dis&pf=&p2=%5EB1V%5Ezz000%5EYY%5ENI&gct=&itbv=12.10.3.4584&doi=2014-03-13&apn_uid=E9EA655E-3486-4229-B42C)- Estudio completo de Nb012 Marta Silvero Miramón. Directora de Formación. Fundación Laboral de la Construcción Navarra [msilvero@fundacionlaboral.org](mailto:msilvero@fundacionlaboral.org)

Si bien es cierto, que el trabajo investiga sólo la realidad de un colegio público, también se debe dejar conciencia de que la mayoría de aspectos de este informe coinciden con los aspectos observados. En consultas exploratorias para la redacción de los items de entrevistas se encontró afirmativamente la idea de que los maestros son obligados a realizar otras tareas en las que se involucran las tareas políticas, pues parece que este asunto es común con nuestra realidad pero, los maestros lo niegan.

“Lo público, como concepto, está variando su significado, en un sentido que amplía lo estatal e involucra contenidos y acciones de la sociedad civil o de la ciudadanía en general. Esto no es cuestionable para “La vida laboral cotidiana, como una rutina que "anestesia", realizada en locales inadecuados para la tarea escolar - puede provocar daño físico y constituyen, a la vez, un factor de tensión y sufrimiento psíquico en el trabajo tanto para la auto-protección del docente como para la enseñanza, control y cuidado de los alumnos. La tarea pedagógica así limitada, provoca vivencias de desamparo en alumnos y docentes.

En estas condiciones "la naturalización del riesgo", cuando éste "ya no se ve" por los protagonistas y es visible para un observador externo al local de trabajo, constituye un riesgo mayor.

Lógicas de organización diversas y a veces contrapuestas - en el sentido que históricamente se desarrollaron en aula, escuela y sistema educativo- "estallan" en la subjetividad docente cuando

falta la reflexión crítica y la posibilidad de analizar colectivamente su construcción en cada espacio de trabajo.<sup>4</sup>

El informe que deviene de una investigación, lo tomamos como referente porque estrecha aquel escenario de los maestros con los de Nicaragua, se ha encontrado similitud casual, porque no es una investigación de nuestra realidad ni toma contenidos de la situación del país. Veamos “La falta de separación entre trabajo y descanso durante la jornada laboral y la carga de tareas que obliga llevar "pendientes" al hogar, dificulta otra necesaria separación de ámbitos personales: el laboral y el familiar.

La carga de trabajo simple (número de alumnos por grupo) es ya normal que aumente sin adecuar la norma de organización escolar ni el tiempo real de trabajo remunerado.

Arbitrariamente aumenta así la exigencia y el control directo en el cumplimiento de resultados "educativos", previstos fuera del ámbito concreto de realización curricular

---

<sup>4</sup> [También se puede contrastar con el siguiente](http://disde.minedu.gob.pe/xmlui/bitstream/handle/123456789/148/058.%20El%20estr%C3%A9s%20de%20los%20maestros%20Percepci%C3%B3n%20y%20realidad.%20Estudios%20de%20casos%20en%20Lima%20Metropolitana.pdf?sequence=1)

[estudio:http://disde.minedu.gob.pe/xmlui/bitstream/handle/123456789/148/058.%20El%20estr%C3%A9s%20de%20los%20maestros%20Percepci%C3%B3n%20y%20realidad.%20Estudios%20de%20casos%20en%20Lima%20Metropolitana.pdf?sequence=1.](http://disde.minedu.gob.pe/xmlui/bitstream/handle/123456789/148/058.%20El%20estr%C3%A9s%20de%20los%20maestros%20Percepci%C3%B3n%20y%20realidad.%20Estudios%20de%20casos%20en%20Lima%20Metropolitana.pdf?sequence=1)

### **3.6. Manifestaciones diagnósticas: es posible observar:**

- ✓ "Todo es trabajo", no hay reconocimiento de fatiga, en detrimento de la salud personal. .
- ✓ Temor al ocio sin reglas. Se establece una adicción a una imagen que da valoración social, a expensas de sufrimiento corporal y psíquico.
- ✓ . Dificultad en el registro del dolor o del malestar.
- ✓ . Trastornos en el dormir y soñar.
- ✓ . Descansa sólo cuando "no-da-más".
- ✓ . No hay expresión gestual o verbal de emociones. El cuerpo manifiesta signos de rechazo o aceptación de situaciones y personas. El sujeto no tiene buen registro de necesidades corporales (frío, sueño, hambre, sed...).

Otra manifestación es la "alexitimia": No tiene palabras para designar sus emociones, tanto en los afectos dolorosos como en la satisfacción y el placer. Dificultad para describir y distinguir un afecto de otro en sí mismo y en otros, en las relaciones sociales o de trabajo.

Quienes padecen este trastorno suelen aparecer al observador como personas realistas, prácticas, siempre muy preocupadas por cumplir con exigencias y obligaciones. Rechazan vincular sus afecciones a conflictos con la afectividad. La ansiedad, inquietud y excitación están ligadas a las exigencias de la tarea. Suelen tener dificultad en el manejo de la agresión al no registrar internamente sus emociones. Hay rechazo ante cualquier propuesta que vincule sus síntomas a un conflicto o sufrimiento

psíquico. No aceptan buscar ayuda psicoterapéutica. No lo registran necesario o la descalifican” Si unimos estos síntomas de estrés en Argentina con los que registra el informe de la Unión Europea: “Soledad, temor, desconfianza, desolado, ira, depresión, tensión, miedo, nerviosismo, desesperación, pánico”.

Martínez C, Suleiry, Vázquez G, Alma. Citando a González, Manuel, “Manejo del Estrés”, (2006:41) afirman “En la actualidad el mayor desgaste que se presentan en los trabajadores es el estado de crónico del estrés. Es de suma importancia definir cuáles son los síntomas del ESTRÉS porque no todas las tensiones que sufrimos se pueden catalogar estrés. Las dificultades del ESTRÉS se dan en origen cuando el organismo no es capaz de restablecer el equilibrio interno, manifestándose entonces la tensión como ansiedad, miedo, preocupación, agresividad o depresión”<sup>5</sup>

También explican las 5 causas de la sensación de estrés en Docentes:

1. Las relaciones intrainstitucionales más allá del aula
2. La irrupción en el espacio privado
3. Las exigencias laborales dentro de la Institución
4. Los problemas sociales en la escuela
5. Las demandas externas políticas, educativas y sociales

---

<sup>5</sup> ESTRÉS LABORAL EN EL MAGISTERIO : Suleiry Martínez Cruz y Alma Nelly Vazquez Garza. 12-nov-2013: 3:30 pm. Disponible en <http://atlante.eumed.net/wp-content/uploads/estres-laboral.pdf>

## IV. DISEÑO METODOLÓGICO.

### 4.1. Tipo De Investigación

Cuando un equipo de investigación se interroga acerca del tipo de estudio que puede realizar, la respuesta depende básicamente de dos factores: el estado del conocimiento en el que se encuentra el tema de investigación. Si se revisa con atención, se demuestra por la revisión de los antecedentes que no existen estudios a nivel de **monografía específicos** a los docentes de secundaria en el ámbito leonés, en ese sentido, lo que destacamos en el presente trabajo es de tipo exploratoria y descriptiva. Por otra parte el enfoque que se pretendió dar al estudio es de carácter mixto puesto que, se utilizan instrumentos de ambos estilos paradigmáticos: cuantitativo y cualitativo.

El estudio no trata de enfocar una causa sino a determinar los factores que se encuentran en su propio ambiente laboral. Las variables que se establecieron, se hicieron con el conocimiento previo y fueron el apremio económico y la sobrecarga de trabajo. Un elemento situacional y un elemento interno.

También es de tipo descriptivo porque trata de especificar las propiedades importantes de la comunidad educativa INO – La Salle para ser sometido al análisis como fundamento metodológico y se trató de medir, en Escala Likert, a través de la encuesta, para evaluar diversos aspectos del fenómeno del estrés laboral en los docentes. Combinar diversos enfoques nos permitió encontrar similitudes y diferencias importantes en la concepción del fenómeno

del estrés laboral docente, de ahí que las entrevistas sacaran a luz cuestiones que las encuestas no revelaron.

#### **4.2. Población y Muestra.**

La muestra es la misma que la población, son todos los maestros de undécimo grado en ambos colegios.

19 de 20 profesores. Previsto eran 10 de cada colegio.

1 Director de Colegio Privado de La Salle

4 profesores entrevistados; 2 de cada colegio.

1 Director del Instituto Nacional de Occidente. (Público)

Dentro del muestreo obtenido para esta investigación, se ha seleccionado los docentes de 11mo. grado del Colegio La Salle y el INO, en su labor educativa comprendida de Agosto -Noviembre 2013.

#### **4.3. Aplicación de Instrumentos.**

Toda aplicación de instrumentos conlleva procedimientos de aplicación, en el presente trabajo de investigación era conveniente en las entrevistas el face to face. Se permitió el uso de grabación digital en uno de los casos. El procedimiento de aplicación de las encuestas se hizo con acompañamiento, de modo que cada profesor que necesitara de alguna aclaración de cierto ítem no quedara sin responder.

Las entrevistas se desarrollaron en tiempo y forma en el instituto público, en el privado no fue posible realizarla con el director ni con el subdirector por problemas de agenda pero autorizaron al guía disciplinario para responder a nuestras interrogantes.

#### **4.4. Procesamiento de la información.**

Se determinó en el equipo utilizar una manera sencilla y práctica con los resultados de las encuestas. La versión de Microsoft excel 2010 para representar los datos en gráficos y nos resultara más fácil la comparación.

Los resultados de las entrevistas se han ilustrado usando el mecanismo de la comparación en matrices que se constituyen paralelamente con respecto a los respondientes y resulta que va quedando el desarrollo de las preguntas en columnas, es lo que se conoce como matrices de respuestas.

Al final de cada pregunta se hace una valoración particular de las respuestas brindadas pero que resultan muy valiosas al momento de hacer la valoración por cada sector y facilita después confrontar toda la valoración resultante al momento de analizar los parciales de cada entrevista.

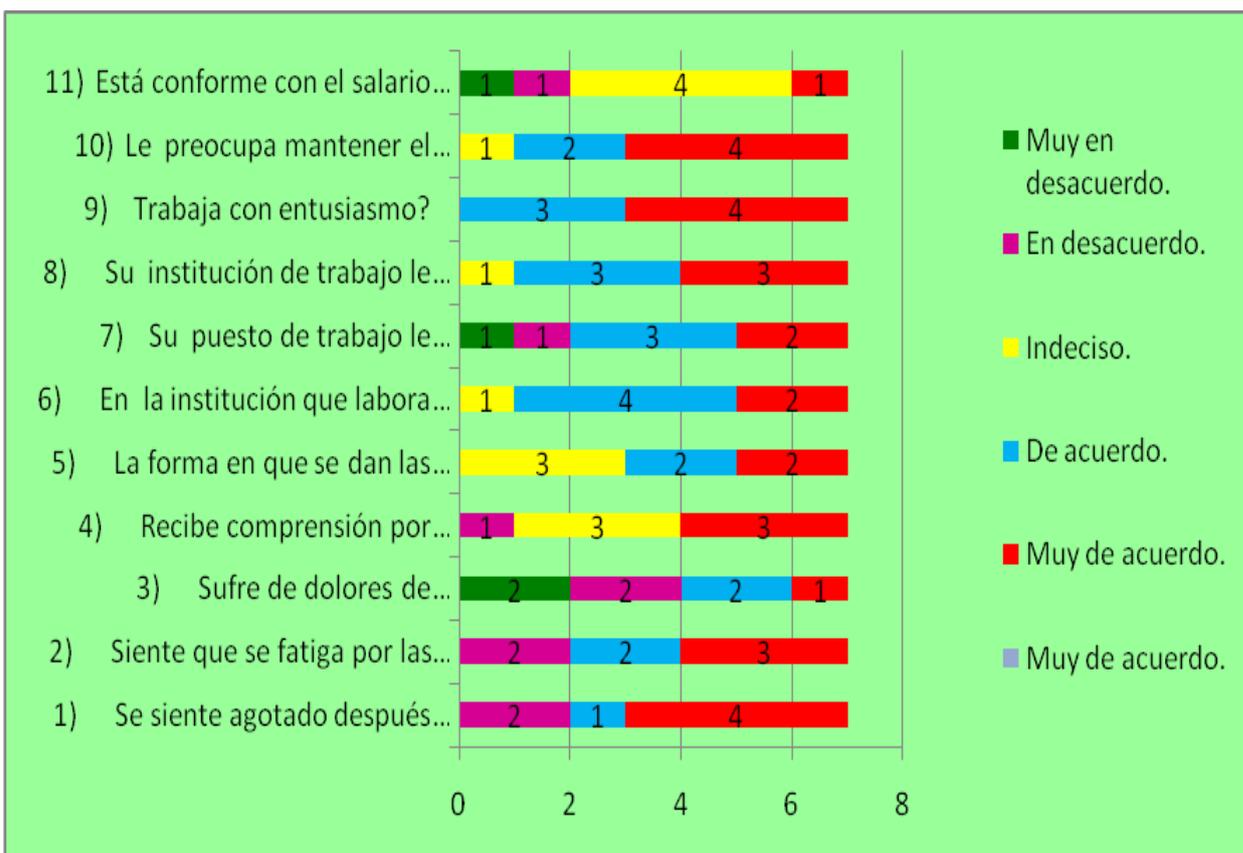
El análisis logrado posterior a cada momento de los resultados de encuestas y las comparaciones de las resultantes de las entrevistas luego le permitió al equipo de investigación hacer las conclusivas con base en los argumentos teóricos que se había previsto realizar.

## V. RESULTADOS Y ANÁLISIS

### 5.1. Encuesta a profesores del INO.

	Muy en desacuerdo.	En desacuerdo.	Indeciso.	De acuerdo.	Muy de acuerdo.
1) Se siente agotado después de cada jornada laboral?		2		1	4
2) Siente que se fatiga por las presiones laborales?		2		2	3
3) Sufre de dolores de cabezas, tensiones u otros malestares físicos por algunas tareas de laborales?	2	2		2	1
4) Recibe comprensión por parte de sus superiores cuando tiene alguna dificultad familiar o laboral?		1	3		3
5) La forma en que se dan las negociaciones en la institución en aspecto laboral son las indicadas?			3	2	2
6) En la institución que labora tiene la oportunidad de hacer lo que le gusta con respecto a su trabajo?			1	4	2
7) Su puesto de trabajo le brinda seguridad económica?	1	1		3	2
8) Su institución de trabajo le brinda seguridad laboral?			1	3	3
9) Trabaja con entusiasmo?				3	4
10) Le preocupa mantener el prestigio de su desempeño laboral?			1	2	4
11) Está conforme con el salario que recibe?	1	1	4		1

### 5.1.1. Representación Gráfica



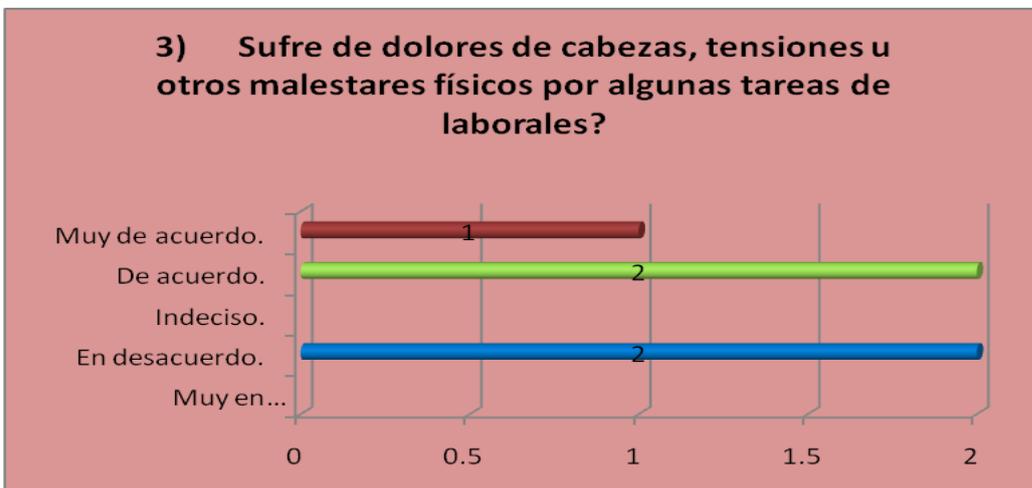
Gráficos del INO.



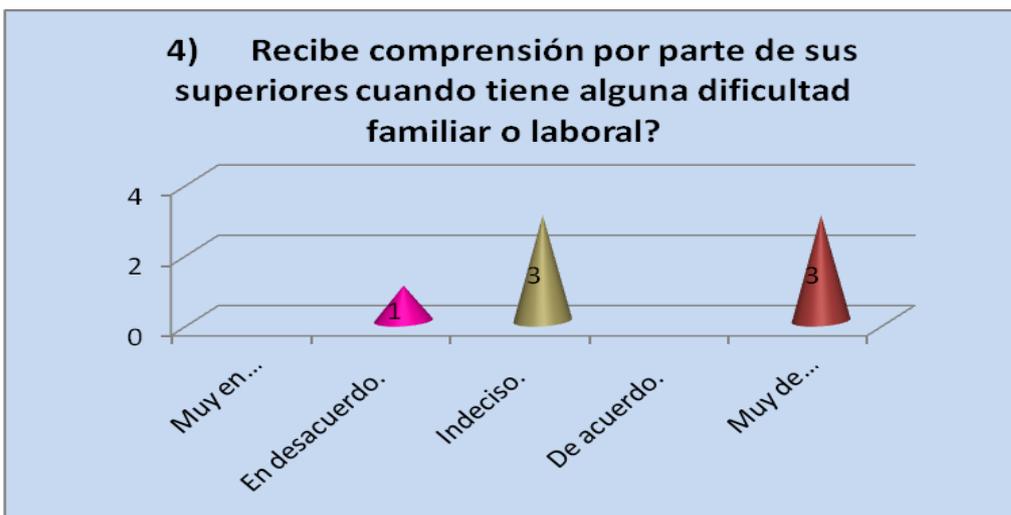
Gráfico N°1.



**Grafico N°2.**



**Grafico N°3.**



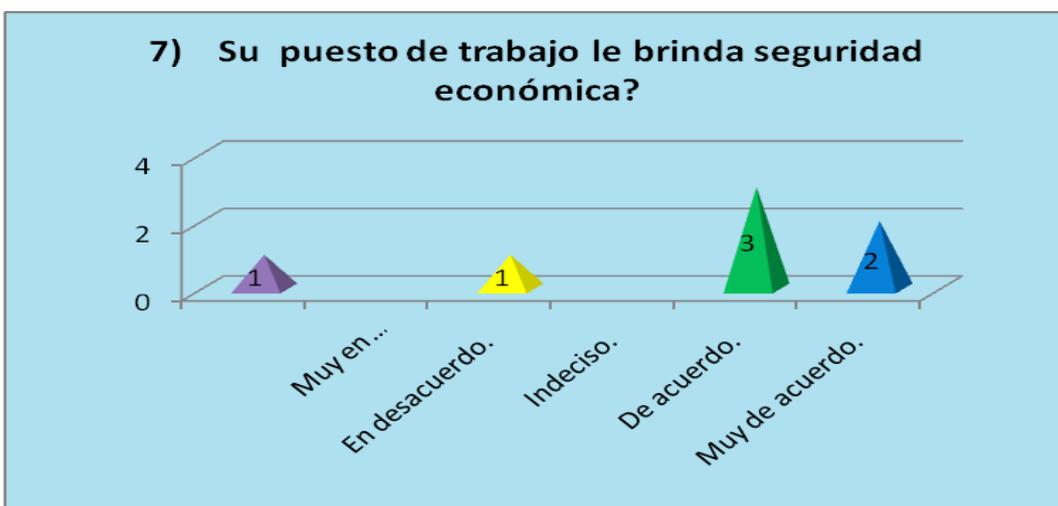
**Grafico N°4.**



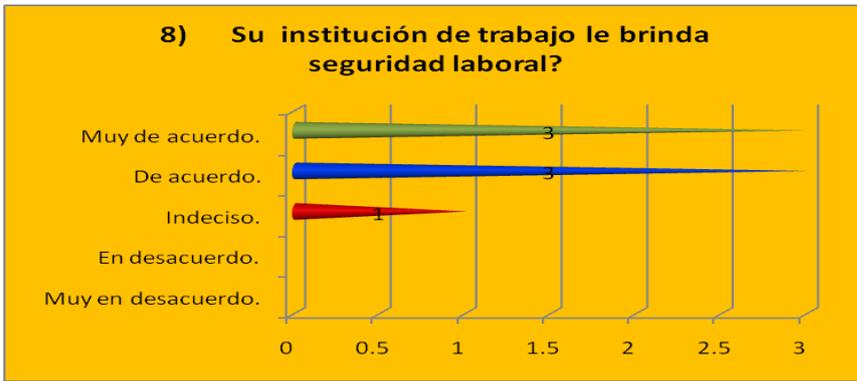
**Grafico N°5.**



**Grafico N°6.**



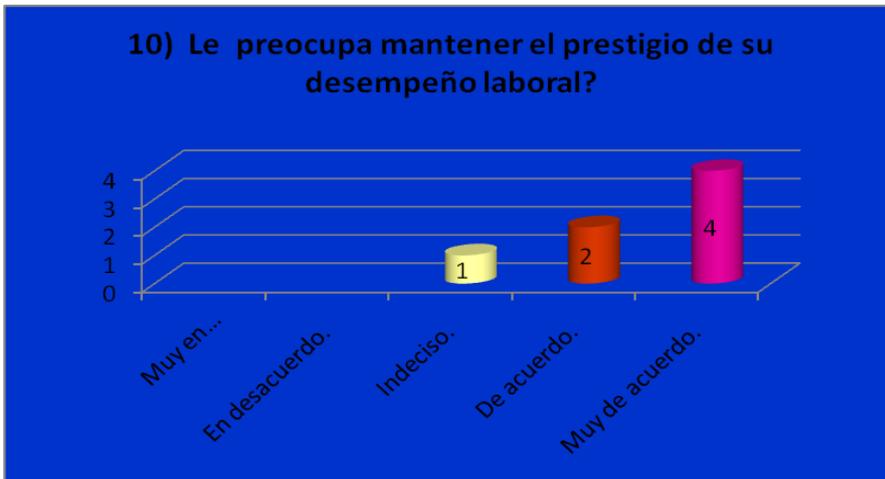
**Grafico N°7.**



**Grafico N°8.**



**Grafico N°9.**



**Grafico N°10.**



**Grafico N°11.**

**5.1.1.1. Valoración analítica.**

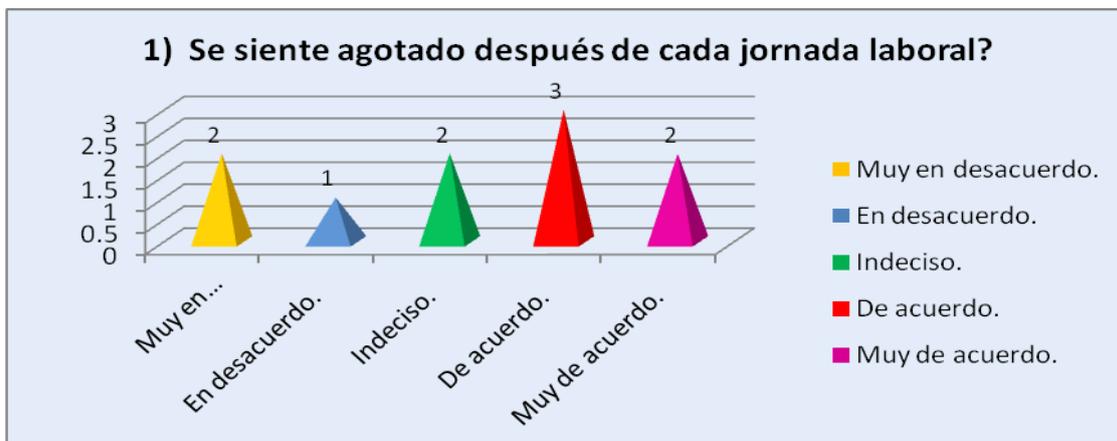
Más del 50% de los profesores encuestados se sienten agotados después de cada jornada laboral, se sienten fatigados por las presiones laborales, sufren de dolores de cabezas, siendo éste uno de los síntomas más comunes; la mayoría perciben que reciben comprensión por parte de sus superiores cuando tienen alguna dificultad ya sea familiar o laboral y facilitadas por la forma en que se dan las negociaciones en la institución, indicó la muestra que tienen la oportunidad de hacer lo que les gusta respecto a su trabajo (100%), siente que se les brinda seguridad laboral con un acuerdo de 100%, además se trabaja con entusiasmo así también por el prestigio en su desempeño profesional e institucional. Existe el convencimiento de que su puesto de trabajo no les brinda seguridad económica y que estos también no están conformes con el salario que reciben.

## 5.2. Encuesta a profesores de La Salle, León, Nicaragua.

	Muy en desacuerdo.	En desacuerdo.	Indeciso.	De acuerdo.	Muy de acuerdo.
1) Se siente agotado después de cada jornada laboral?	2	1	2	3	2
2) Siente que se fatiga por las presiones laborales?		4	2	2	2
3) Sufre de dolores de cabezas, tensiones u otros malestares físicos por algunas tareas de laborales?	1	3	3	1	2
4) Recibe comprensión por parte de sus superiores cuando tiene alguna dificultad familiar o laboral?	2		2	2	4
5) La forma en que se dan las negociaciones en la institución en aspecto laboral son las indicadas?	2	1	1	5	1
6) En la institución que labora tiene la oportunidad de hacer lo que le gusta con respecto a su trabajo?	2		1	6	1
7) Su puesto de trabajo le brinda seguridad económica?	3	1	3	2	1
8) Su institución de trabajo le brinda seguridad laboral?	2		2	5	1
9) Trabaja con entusiasmo?	2		1	3	4
10) Le preocupa mantener el prestigio de su desempeño laboral?	2		1	2	5
11) Está conforme con el salario que recibe?	4	2	4		

## 5.2.1. Representación Gráfica

### Gráficos de La Salle, León, Nicaragua.



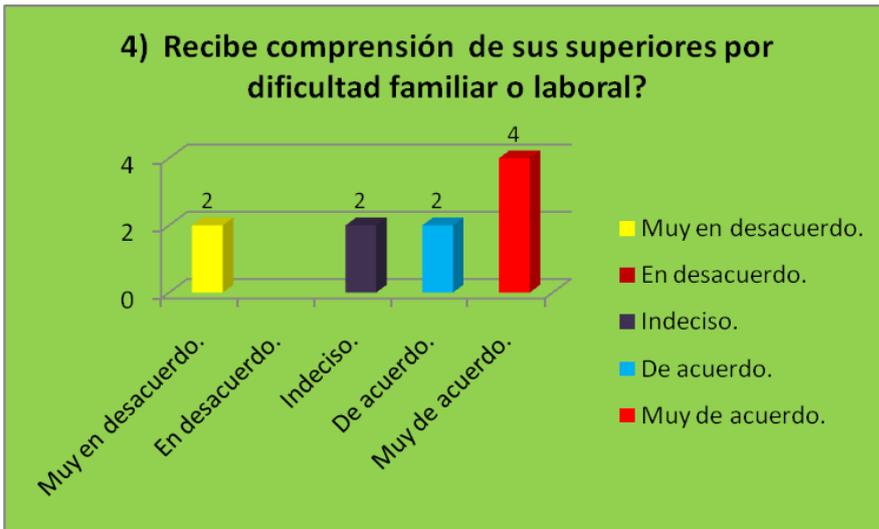
**Gráfico N°1.**



**Gráfico N°2.**



**Gráfico N°3.**



**Grafico N°4.**



**Grafico N°5.**



**Grafico N°6.**



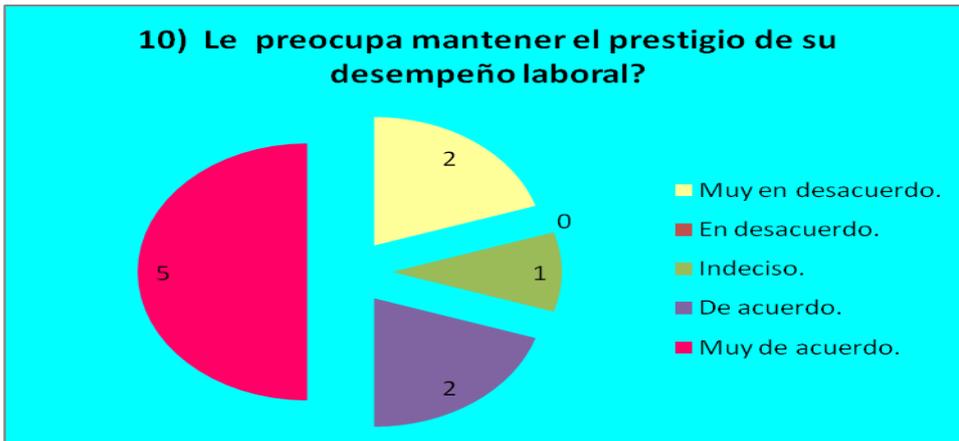
**Grafico N°7.**



**Grafico N°8.**



**Grafico N°9.**



**Grafico N°10.**



**Grafico N°11.**

### 5.2.1.1. Valoración analítica.

El cansancio después de cada jornada es uno de los síntomas más frecuentes en los profesores, la fatiga, dolores de cabeza, tensiones u otros son también síntomas de las presiones laborales así lo muestra el 70% de los encuestados al respecto, en el colegio se da la comprensión de superiores cuando ellos presentan dificultades familiares o laborales y también se sienten seguros en las negociaciones con la instituciones, perciben que tienen la oportunidad de hacer lo que les gusta respecto a su trabajo, el 65% ahí sí reconocen que su puesto de trabajo no les brinda seguridad

económica la inconformidad más notoria es con el salario que reciben y aseguran que la institución les brinda seguridad laboral; la inmensa mayoría (80%) realiza su trabajo con entusiasmo ya que le preocupa mantener el prestigio de su desempeño laboral e institucional.

### 5.3. Cuadro de comparación de entrevistas a directivos del INO y el colegio La Salle.

PREGUNTAS GUÍAS	Dir. INO. CMR	Coordinador de Disciplina. La Salle
<p><b>¿A nivel de la institución se considera el problema del estrés laboral?</b></p>	<p>Si, generalmente nosotros consideramos debido a la carga de trabajo que hay en la institución porque nosotros siempre consideramos y le damos el tratamiento adecuado.</p>	<p>Si es una realidad que tienen todas las instituciones escolares, casualmente los muchachos egresados que acaban de salir del bachillerato hicieron un trabajo del estrés laboral de los docentes del colegio La Asunción. Ya se había hecho un estudio aquí en el colegio y quedó demostrado que sí había un nivel de estrés medio, estrés laboral medio.</p>
<p><b>¿Qué síntomas de estrés laboral ha observado en su personal?</b></p>	<p>Cansancio, aburrimiento y las enfermedades que provienen del mismo estrés laboral.</p>	<p>La actitud, el cambio de actitud, puede ser de las distintas imposiciones de parte de la institución pero a veces hay un cierto reacio.</p>
<p><b>¿A qué factores podemos atribuir esta incidencia del estrés laboral en los docentes?</b></p>	<p>A la <b>demasiada carga</b> de trabajo, generalmente el 95 por ciento de nuestro personal trabaja en dos o tres instituciones. Más los problemas de las familias y los mismo problemas de la sociedad.</p>	<p>Juega bastante <b>la parte económica y la emocional</b> la situación que se vive en sus hogares en las parejas pues lamentablemente una gran parte de los docentes son padre y madre y están separados y tienen que buscar cómo salir adelante con sus hijos. Pues yo los ubicaría en estos dos factores.</p>

PREGUNTAS GUÍAS	Dir. INO. CMR	Coordinador de Disciplina. La Salle
<p>¿Qué consideración tiene en la dirección escolar cuando detectan algún grado de estrés en su personal?</p>	<p>Generalmente hacemos <b>un dialogo</b>, aquí existe un departamento de consejería, entonces los consejeros tratan de hacer un dialogo junto con él para que se desahogue y miremos la forma de ir mejorando cada día aunque <b>la situación es de aspecto persona.</b></p>	<p><b>Se procura dar acompañamiento</b> también se <b>le pide ayuda a la psicóloga</b> para que mire los casos y si están disponibles bueno si tienen disposición ellos de ayuda Tal vez cuando hay maestros que no quieren aceptar que si necesitan un poco lo que es el respeto darse un alto e iniciar nuevamente sus actividades y su función hay <b>un desgaste de hecho.</b></p>
<p><b>Algo que estresa a los docentes es el bajo salario</b> ¿Cree usted necesario incrementar el salario a los docentes?</p>	<p>Cuando nosotros metimos por vocación a estudiar, ya sabíamos esto y generalmente el maestro es creativo. No necesariamente lo debería de considerar yo como unos de los problemas del estrés laboral, sino <b>la situación y el modo de vida que tiene el maestro</b></p>	<p>En el caso de La Salle no es que el salario sea bajo, bajo con respecto a los del estado pero si pues así como vas ganando un poquito más vas creando nuevas necesidades y nuevas expectativas y te vas enjaranando diría yo un poquito más incrementan los gastos, el estilo de vida cambia y es <b>un estilo de vida de más gasto eso también le va creando otra situación de estrés</b> de ansiedad porque ganas más o menos bien pero las necesidades se aumentan.</p>
<p>¿Qué acciones de recuperación implementa la institución cuando un profesor manifiesta altos niveles de estrés laboral?</p>	<p>Le damos el reposo absoluto, el departamento de consejería le levanta un expediente, después ellos viene a la dirección del centro e instalamos un dialogo, dependiendo las situaciones</p>	<p>Mira, primero se le recomienda el tratamiento que ayuda si miramos que la situación tiene que ver con la parte de la salud también que es la parte física que es notorio inmediatamente se le pide que agarre un</p>

<b>PREGUNTAS GUÍAS</b>	<b>Dir. INO. CMR</b>	<b>Coordinador de Disciplina. La Salle</b>
	<p>mismas del contexto, entonces yo le digo ándate a descansar, anda divertite o sino generalmente cuando nosotros vemos que la mayoría de los profesores, entonces hacemos seminarios de capacitación de relajamiento para que la cadena surja y se mejore la institución.</p>	<p>subsidio de un determinado tiempo.</p>
<p><b>¿Aquí se han visto casos bastante de estrés laboral?</b></p>	<p>Generalmente la mayoría.</p>	<p>Bueno mira, te decia que está ubicado en el nivel medio está demostrado de que es un estrés medio, en casos esporádicos se ve uno o dos casos de estrés al año. Y quienes lo padecen mas son las mujeres, hay mujeres que cuando salen de laborar se van al hogar hacer actividades del hogar porque algunos varones no lo hacemos y esta situación las estresa mas. No les está dando las condiciones del hogar y las necesidades que puede haber ahí esto las estresa mas y al tiempo viene agotadas se va creando un ciclo algo repetitivo.</p>
<p><b>¿Qué podrían hacer los profesores para mantener ese equilibrio para no estresarse tanto con los problemas del colegio, como los de la casa?</b></p>	<p>Mantener una energía positiva, una autoestima alta y ser un servidor público a lo que ellos son unos meramente profesionales.</p>	<p>Yo diría más bien aprender a administrar el dinero, la plata, el salario. El salario puede ser bajo pero si lo sabes administrar no vas a tener tantas deudas, ni vivir ansioso todo el tiempo yo diría que ese es el principal factor de la gran mayoría.</p>

### 5.3.1. Valoración

En ambos colegios se considera que si existe el estrés laboral, y en La Salle se han realizado Estudios

La principal causa del estrés es la carga docente.

En las dos instituciones se reflejan síntomas del estrés como:

- Cansancio.
- Aburrimiento.
- Cambio de actitud.
- Reacios a las imposiciones de la institución.

Destacan los siguientes factores:

- La carga de trabajo,
- La economía y
- Las relaciones familiares y emocionales

En ambos colegios se les atiende cuando presentan algún grado de estrés, ya sea dialogando y dándole acompañamiento al docente en el proceso para que se reintegre a sus actividades.

Se considera que el problema no es el bajo salario, sino el modo de vida ya que si el docente gana un poco más, también crea nuevas necesidades y esto aumenta su situación de estrés.

Las acciones que son evidentes en estos dos colegios y que son las indicadas en estos casos, son el tratamiento y el reposo para una recuperación satisfactoria.

Se refleja que si existen casos de estrés laboral y que las más propensas son las mujeres debido a la carga de actividades que realizan en el trabajo y el hogar.

Ambos consideran que una actitud positiva y una buena administración económica les darían ese equilibrio.

#### 5.4. Cuadro de comparación de entrevistas a Profesores del Colegio La Salle.

Preguntas	Prof. La Salle.	Prof. La Salle.
<p><b>¿A nivel de la institución se considera el problema del estrés laboral?</b></p>	<p>Mira, muchas veces el estrés no meramente te lo genera la institución como tal, por ejemplo cuando hablas de la institución nos referimos específicamente a todo lo que es el gremio, que es la parte administrativa, que eso incluye todo, la organización de laboral, las coordinaciones como le llamamos verdad, entonces a nivel de las instituciones se considera el problema de estrés laboral;</p>	<p>El estrés laboral, bueno generalmente cuando estamos hablando de un colegio privado y de un colegio público a veces como que se desligan en el aspecto del estrés laboral, entonces es un tema que abiertamente se conoce en el conjunto de los maestros pero generalmente no se trata como una problemática, sino como aquella problemática que va a rescribir en los maestros desde el punto de vista de su rendimiento, no solo es conmigo sino que es algo que se da por etapa que abarca a otro tipo de institución.</p>
<p><b>¿Qué síntomas de estrés laboral ha observado en su personal?</b></p>	<p>Por ejemplo una persona se estresa cuando se le recarga el trabajo y cuando lo agobian un montón de situaciones como el dinamismo de los estudiantes de hoy en día en donde él tiene que explotar ese potencial y donde si estas estresado no vas a rendir en tu potencial pedagógico o en el proceso de la enseñanza aprendizaje.</p>	<p>Por ejemplo mira, hablando de estrés es hablar específicamente de tensión emocional que al fin y al cabo va a tener deficiencia física y si no se trata a tiempo pues lógicamente es un hecho fatídico que están expuestos a caer en depresión y que conlleva a perder la vida también podemos ver a maestros con síntomas de estado de ánimo bajo y que se manifiesta en condiciones que a veces no es la ideal y que se dan malos gestos estas son situaciones que se viven a diario y que vemos en el mundo laboral.</p>

<b>Preguntas</b>	<b>Prof. La Salle.</b>	<b>Prof. La Salle.</b>
<p><b>¿A qué factores podemos atribuir esta incidencia del estrés laboral en los docentes?</b></p>	<p>Muchas veces si lo miramos desde el punto de vista económico que pasa hoy en día, los peores pagados son los maestros, el sistema educativo es el más mal pagado sin embargo es el que más debería ser remunerado entonces que es lo que pasa los maestros para poder solventar las necesidades de sus hogares tienen que trabajar hasta en dos instituciones y no tienen tiempo para actualizarse, entonces son los factores económicos y muchas veces también la no actualización del maestro.</p>	<p>A veces tiene que ver con la presión de la vida cotidiana, puede haber muchos factores como por ejemplo el hecho del salario en lo económico , cualquier situación económica, el hecho de no poder tener dinero para pagar X o Y, medicamento cualquiera tipo de situación puede desarrollar estrés, la carga laboral también y bueno nosotros como país el hecho de vivir en América latina en donde tenemos un índice elevado de desempleo donde la mayor cantidad de personas desempleadas por no enfrentar este problema también pueden enfrentar esta situación de estrés.</p>

<b>Preguntas</b>	<b>Prof. La Salle.</b>	<b>Prof. La Salle.</b>
<p><b>¿Qué consideración tiene la dirección escolar cuando detectan algún grado de estrés en su personal?</b></p>	<p>Mira, generalmente cuando el maestro y yo lo he visto, que le dicen que vaya a pasar consulta entonces vos sabes que generalmente las clínicas te dan 2 o 3 días entonces que es lo que es, como el maestro está de subsidio ellos buscan una persona que cubra el espacio del maestro por que el proceso tiene que continuar y que es lo que pasa no puedes dejar el espacio libre en las instituciones privadas es bastante delicado esto de las horas libres, que los muchachos estén holgazaneando o haciendo otras cosas que no contribuye al desarrollo de su enseñanza entonces lo que hace la institución es buscar un sustituto.</p>	<p>Como te decia al inicio esto es un problema que se considera una problemática de salud pública que está afectando a todas las personas y yo sin temor a equivocarme no creo que haya instituciones que sean capaz de darle esa seriedad y ese tratamiento a su personal y esto no quiere decir que solo sea en al colegio sino como te decia en cualquier esfera laboral o social de eso se trata porque el estrés no se ve como una enfermedad publica, entonces lógicamente creo que el estrés como tal, no está ni dentro de las reglas que rigen el seguro social y no se toma como enfermedad sino como otro tipo de evento y es una situación difícil que la institución con el aparato administrativo no le dan esta seriedad a lo que es la condición personal o estrés.</p>
<p><b>¿Algo que estresa a los docentes es el bajo salario ¿Cree usted necesario incrementar el salario a los docentes?</b></p>	<p>Yo creo que es necesario, incrementar el salario, el maestro de Nicaragua a nivel de Centroamérica es el más mal pagado, en Costa Rica el maestro gana muy bien no tiene la necesidad de tener 2 trabajos, el salario que nosotros ganamos no cubre la canasta básica nosotros estamos por debajo del salario mínimo a nivel centroamericano, no es que es necesario es que debe de dársele prioridad a</p>	<p>Sí, pero no solamente al docente sino que también es un mal generalizado así, no solo es el magisterio sino todas las esferas laborales que tienen bajo salario recordemos que estamos en un país pobre pero como maestros aspiramos a tener una mejor reivindicación salarial y de eso muchas veces se trata el estrés y desde ese punto de vista se miraría como estrés.</p>

Preguntas	Prof. La Salle.	Prof. La Salle.
	<p>la educación y salud, nosotros necesitamos tener un salario digno, porque si comemos no nos podemos vestir, a veces no tenemos ni acceso a una computadora hay muchas limitaciones para los maestros.</p>	
<p><b>¿Qué acciones de recuperación implementa la institución cuando un profesor manifiesta altos niveles de estrés laboral?</b></p>	<p>En principio te mandan a reposo, te mandan a la clínica para que vaya a verse contratan un sustituto, hay unas instituciones que solo le importa el trabajo y no la persona.</p>	<p>Por ejemplo es lo mismo como te decia en el campo de la educación siempre nos mandan a distraer la mente de las situaciones que te agobian, como ejemplo cuando se hace un corte de semestre se entra en un ambiente de estrés, pero siempre se recomienda una actitud positiva.</p>

### **5.4.1. Valoración.**

Es un problema que se da por etapas en todas las instituciones y no solamente a nivel educativo. Se confunde el gremio con la institución

Manifestaciones del estrés;

- Recarga de trabajo.
- Tensión emocional.
- Depresión.
- Estado de ánimo bajo.
- El dinamismo acelerado de los jóvenes.

La economía es el factor de mayor incidencia en los maestros del Colegio La Salle, y que debido al bajo salario no pueden cubrir todas sus necesidades.

No existe una atención al problema de estrés en los maestros. Acuden a los servicios médicos para atenderse las consecuencias del estrés. El colegio de forma inmediata busca quien cubra el espacio mientras el maestro se recupera. No se aclara quién paga la sustitución si es el maestro o es la institución.

En el Colegio La Salle ven como una necesidad que se incremente el salario a los docentes ya que consideran que el maestro a nivel de Centroamérica es el más mal pagado y que ésta también es otra causa de estrés.

Las acciones de recuperación que se implementan son;

- Reposo, si la clínica lo manda.
- Distracción de la mente.
- Una actitud positiva.

### 5.5. Cuadro de comparación de profesores entrevistados en el INO.

	<b>Prof. INO.</b>	<b>Prof. INO.</b>
<b>¿A nivel de la institución, se considera el problema del estrés laboral?</b>	A nivel de la institución consideramos que no mantenemos el estrés. El estrés laboral se genera simple y sencillamente por el exceso de trabajo, pero a veces no nos mantenemos en ese estado.	Si, muchas veces claro.
<b>¿Qué síntomas del estrés laboral ha experimentado como profesor?</b>	Mi mayor síntoma es una agitación en cuanto al aspecto físico, me siento a veces un poco cansado, a veces un poco deprimido y es producto del exceso de trabajo.	Talvez, uno de los primeros es un poco de ansiedad, pérdida del control emocional y un poco quizás de la evasión de la presión por lo menos.
<b>¿Qué factores puede atribuir a esta incidencia?</b>	A veces el comportamiento de la disciplina de los alumnos, el exceso de trabajo, la situación precaria que a veces se mantiene en todos los maestros desde el punto de vista económico.	La economía es uno de los principales factores.
<b>¿Aquí en la dirección del colegio existe consideración cuando un profesor presenta síntomas de lo que es el estrés laboral?</b>	A nivel de dirección, si alguien pone en conocimiento de la situación aquí se han dado casos en que se le autoriza permiso para ir a la clínica o para ausentarse uno o dos días, depende de la situación de cada maestro.	Bueno, la verdad es que a nivel de centro el estrés no sea tratado como algo que se vea perjudicial para el docente. Cuando el docente presenta una enfermedad va a su clínica, trae su constancia y la presenta al colegio, pero la parte relacionada con el estrés laboral nunca se ha tomado como un elemento que la institución diga: vamos a realizar algo para tratar de bajar los niveles de estrés en el trabajo.

<p><b>¿Existen Psicólogos para profesores?</b></p>	<p>Directamente para maestros aquí en la institución no.</p>	<p>Absolutamente no.</p>
<p><b>¿Cree que es necesario que el Gobierno reajuste el salario?</b></p>	<p>Claro que sí, el salario es fundamental para dar un cien por ciento más aquí</p>	<p>Por supuesto que sí.</p>
<p><b>¿Qué acciones de recuperación implementa la institución a los profesores?</b></p>	<p>A veces se les da un estímulo, ciertas consideraciones para que la situación le sea mejor al maestro.</p>	<p>En nuestro caso nunca he experimentado esta situación.</p>
<p><b>¿Se le presiona en las participaciones políticas?</b></p>	<p>No, no necesariamente porque cada quien ya es responsable por sus propios actos y cada quien actúa de acuerdo a lo que dicte su conciencia, nadie nos presiona para que vayamos a algún lugar.</p>	<p>En actividades tal vez, pero a mí nunca me han invitado a alguna reunión de partido.</p>
<p><b>¿Qué partido político ejerce mayor presencia aquí en el colegio?</b></p>	<p>Aquí prácticamente de todos, pero el partido de Gobierno, que es el que está dando el bienestar para los maestros y alumnos, por eso su presencia es más.</p>	<p>Predomina el partido a cargo del poder y de manera directa no he sentido alguna presión, pero se le toma como una parte laboral.</p>

### **5.5.1. Valoración.**

Ambos consideran que si existe el estrés laboral y que puede ser generado por exceso de trabajo.

Los síntomas más evidentes son;

- Cansancio
- Depresión
- Ansiedad
- Pérdida del control emocional.
- La economía es el factor principal que genera esta incidencia en los docentes.

Otros:

- Disciplina de los alumnos
- Exceso de trabajo

Comparando ambas situaciones dan cuenta que no existe una atención adecuada y si se da lo hacen de manera superficial.

No tienen atención profesional para este problema.

Si, es necesario

No precisan datos.

Ambos docentes dicen; no sentirse presionados para participar en actividades políticas el partido que está en el gobierno es quien tiene mayor presencia en ambos colegios.

## 5.6. Síntesis comparativa de las entrevistas.

Director. INO. y coordinador de disciplina, La Salle.	Profesores del INO.	Profesores La Salle.
<p>Ambos llegan a la conclusión de que el estrés laboral en la docencia se debe a diversas situaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• lo que <b>causa mayor</b> nivel de estrés es el <b>factor económico</b>,</li> <li>• las más propensas son <b>las mujeres, juegan un doble rol</b> en sus vidas, lo <b>familiar y lo laboral</b>.</li> <li>• Los representantes de cada institución están de acuerdo en brindar la mejor atención a sus docentes</li> <li>• recomiendan tener una <b>actitud positiva</b></li> <li>• <b>administrar mejor</b> su dinero y su tiempo</li> </ul>	<p>Los profesores del INO, coinciden en:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• que <b>la economía es el factor principal de estrés</b>.</li> <li>• provoca tensión física y emocional.</li> <li>• <b>El estrés laboral</b> es un problema, al cual debería dársele</li> <li>• <b>una atención adecuada</b> para un <b>mejor desempeño laboral</b>,</li> <li>• No reciben atención por parte de la institución</li> </ul> <p>Superficialmente sí.</p> <p>Coinciden en que el partido de gobierno ejerce mayor presencia no son presionados a participar en las actividades que se realizan y por lo tanto no es causa de estrés laboral para ellos.</p>	<p>La muestra deja el siguiente balance:</p> <p>El estrés laboral es un problema que se da por etapas en todas las instituciones</p> <p>En caso de presentarse el estrés laboral, inmediatamente se le brinda la atención requerida para su recuperación.</p> <p>En los <b>casos</b> reconocidos como problemas de <b>estrés</b> el factor <b>económico</b> y la <b>sobre carga de trabajo</b>. Coincidiendo que para tener un mejor equilibrio en su vida social y laboral, una <b>actitud positiva</b> frente a este tipo de problemas es la más adecuada para obtener un mejor resultado y evitar así estresarse.</p>

### **5.6.1. Síntesis valorativa: El estrés laboral en los colegios muestreados:**

- El factor económico es el de mayor incidencia en los docentes del INO y La Salle,

Manifestaciones:

- tensión física y emocional, puede llegar a ser mortal.
- El estrés es un problema, al cual debe una atención adecuada
- tener una actitud positiva que conlleve a un equilibrio en su vida diaria.
- administrar el tiempo y el dinero.

El estrés es un problema de salud pública en el mundo laboral.

A pesar de ser dos instituciones diferentes en lo que respecta el sector educativo, la comparación da cuenta de coincidencias que para lograr un mejor equilibrio en sus vidas deben mantener una actitud positiva ante la vida.

En este estado de cosas destacan que para evitar el estrés laboral no existe medida alguna de parte de las instituciones

## **VI. CONCLUSIONES.**

1. Con base en los resultados de la aplicación y triangulación de los instrumentos, se demuestra que la causa de mayor incidencia del estrés es el factor económico. Al analizar los factores que permiten el desarrollo del estrés laboral y sus consecuencias en los docentes de secundaria se descubre que el apremio económico y la sobrecarga de trabajo, son los de mayor incidencia. De hecho, sus consecuencias en el personal docente en una expresión acumulativa que se manifiesta en la aparición de dolores de cabeza cansancio, aburrimiento y reacios a las imposiciones de la institución, según lo reafirman los directivos entrevistados.
2. Una valoración a los esfuerzos que hacen las instituciones educativas en función del establecimiento de mecanismos de control físico y emocional en el personal docente se logra identificar, tanto en las encuestas a maestros del Instituto Nacional de Occidente como en el Colegio La Salle, un balance positivo hacia la institución respecto a la comprensión y actuación ante el fenómeno de estrés laboral. Sin embargo los propios directivos señalaron que quien determina finalmente si un docente está quemado es la clínica. Por eso al valorar los esfuerzos que hacen las instituciones educativas en función del establecimiento de mecanismos de control físico y emocional en el personal docente lo más que han hecho en ambos colegios es diálogo y acompañamiento al docente en el proceso para que se

reintegre a sus actividades, pero no existe ninguna instancia de atención en el centro educativo.

3. A pesar de que el docente afirma en las encuestas no estar de acuerdo con su salario y de las presiones laborales, A los profesores les preocupa mantener el prestigio del colegio y trabajan con entusiasmo.
4. En la muestra consultada se refleja que en ambas instituciones el estrés se da por etapas no solamente en el sector educativo. Los entrevistados se mostraron de acuerdo en que esta problemática ha pasado a formar parte de los problemas psicosociales, además, en la descripción de la problemática del estrés reflejan que especialmente las mujeres con miembros de la familia a cargo, con hijos menores y cónyuges desocupados o con trabajos precarios. Incluso, muchas de ellas están solas, separadas/divorciadas o solteras, sufren o están más expuestas a sufrir el estrés laboral.
5. Se ha demostrado la no coincidencia en el resultado de comparación de fuentes que la administración educativa no abona a la búsqueda de condiciones preventivas y de mejoras de la salud laboral de los docentes que están a su servicio. Sin embargo, a través de la literatura consultada, se manifiesta que los docentes están sumergidos en condiciones laborales donde coexisten diversas fuentes estresantes con efectos acumulativos y permanentes, algunas inherentes a su

puesto de trabajo como la sobrecarga de trabajo y la falta de tiempo.

6. No aparecieron suficientes evidencias que nos permita hacer un vínculo con variables tales como las relaciones interpersonales con: Alumnos, padres, colegas y superiores, como causantes del estrés laboral.

## **VII. RECOMENDACIONES.**

### **A los centros Educativos.**

- Acompañar a los docentes con la estricta vigilancia a los posibles casos de estrés. Vigilar las causas.
- Realizar evaluación permanente de los riesgos que conllevan el trabajo diario para prevenir el estrés docente. Evitar quemados.
- Atender la problemática psicosocial del docente como un efecto acumulativo y por tanto debe ser atendido bajo la tutela del centro educativo.

### **AI MINED.**

- Si bien los colegios poco pueden hacer ante los bajos salarios, es una competencia del MINED.
- Estar vigilante a la sobrecarga de trabajo en los colegios, incluyendo el excesivo “trabajo político” del maestro.

### **A los Maestros.**

- Ser vigilantes de sus propios problemas, para que no se sumerjan el estado laboral que justifican la no implicación de la institución en el problema del estrés laboral.
- Que demanden de su sindicato mayor presencia en comisiones para prevenir un maestro quemado por el estrés.

## VIII. BIBLIOGRAFÍA.

Deolidia Martínez. Factores de Riesgo Psíquico en el Trabajo Docente. Instituto de Investigaciones Pedagógicas “Marina Vilte”. Buenos Aires, noviembre 2006.

Natalio. Extremera, Lourdes. Rey y Mario Pena. La Docencia Perjudica Seriamente La Salud: Análisis de los síntomas asociados al estrés docente. España, Noviembre 2010. Boletín de Psicología, No. 100.

<http://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N100-3.pdf> Visto el 4-01-14  
2:00 pm.

Ricardo Cuenca y Jéscica O’Hara. El estrés y los maestros: Percepción y Realidad, Ministerio de Educación, DINEOCAD-PROEDUCA-GTZ. Lima 2006.

<http://disde.minedu.gob.pe/xmlui/bitstream/handle/> . Visto el 2-01-14  
3:00 pm.

Silvero Miramón Marta: Estrés y Desmotivación Docente: El Síndrome del “Profesor Quemado” en Educación Secundaria  
En pdf: <http://dspace.unav.es/dspace/bitstream/10171/9010/1/>

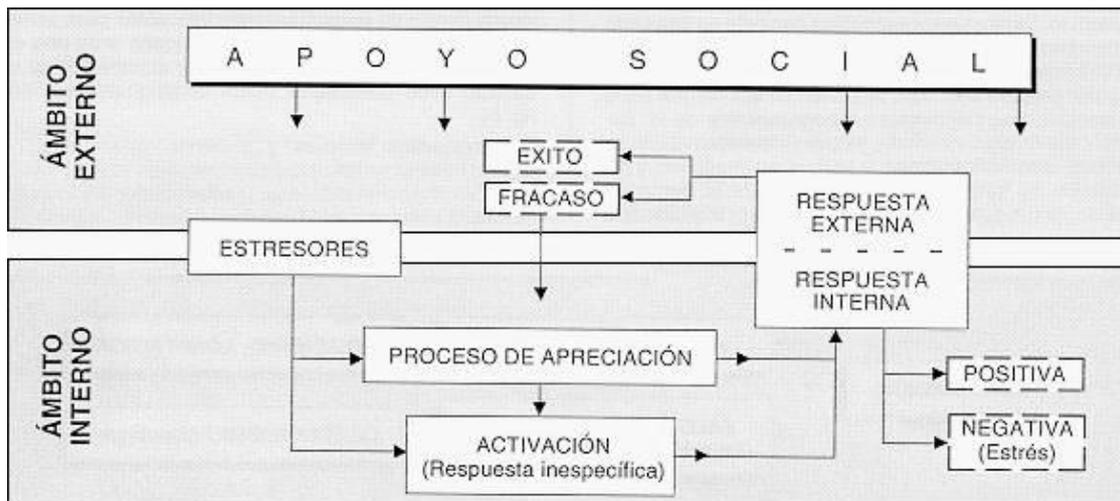
Suleiry. Martínez C. Alma N. Vazquez G. Estrés Laboral en el Magisterio. Universidad Autónoma de Tamaulipas

<http://atlante.eumed.net/estres-laboral-magisterio/> Visto el 2-01-14  
7:00 pm.

## Apéndice

Tomado: Evaluación del Estrés Laboral. Alberto Lacort Burgos

4º ESO C



## Definición del comité mixto OIT/OMS sobre factores psicosociales

