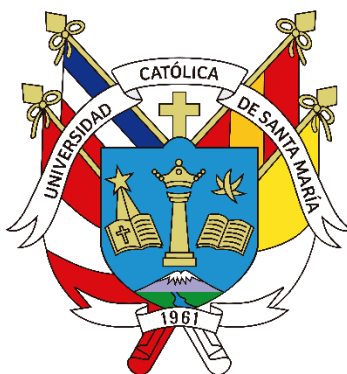


Universidad Católica de Santa María
Facultad de Ciencias y Tecnologías Sociales y
Humanidades
Escuela Profesional de Psicología



**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SÍNDROME DE BURNOUT EN
DOCENTES DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL DISTRITO LA JOYA**

Tesis presentada por las Bachilleres:

Cuentas Granda, Melaní Glenda

Rojas Zavala, Milagros Milene

para optar el Título Profesional de
licenciadas en psicología.

Asesor:

Mg. Chirinos Castillo, Jol Milton

Arequipa- Perú
2023

UCSM-ERP

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

PSICOLOGIA

TITULACIÓN CON TESIS

DICTAMEN APROBACIÓN DE BORRADOR

Arequipa, 22 de Agosto del 2023

Dictamen: 006594-C-EPSIC-2023

Visto el borrador del expediente 006594, presentado por:

2017800962 - CUENTAS GRANDA MELANI GLENDA

2017248912 - ROJAS ZAVALA MILAGROS MILENE

Titulado:

**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE EDUCACIÓN BÁSICA
DEL DISTRITO LA JOYA**

Nuestro dictamen es:

APROBADO

**29247715 - GUZMAN GAMERO RUFINO RAUL LIZANDRO
DICTAMINADOR**



**43075225 - GOMEZ CORNEJO BAZAN ROSALUZ YANET
DICTAMINADOR**



**40293944 - CHAVEZ LUQUE YURI FELIX
DICTAMINADOR**



INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SÍNDROME DE BURNOUT EN DOCENTES DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL DISTRITO LA JOYA

INFORME DE ORIGINALIDAD

8%

INDICE DE SIMILITUD

10%

FUENTES DE INTERNET

6%

PUBLICACIONES

6%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	3%
2	repositorio.usil.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	Submitted to Universidad Católica San Pablo Trabajo del estudiante	1%
5	www.eumed.net Fuente de Internet	1%
6	revistas.unimilitar.edu.co Fuente de Internet	1%
7	documents.mx Fuente de Internet	1%

Dedicatoria

A mis padres y hermanos quienes son los pilares más importantes en mi vida, quienes han creído en mí siempre, quienes con su ejemplo de superación y humildad forjaron la persona que soy ahora y quienes son mi mayor fuente de inspiración y fortaleza. A ustedes les dedico este logro y todos los que me queda por cumplir.

Milagros Rojas

Dedico este trabajo principalmente a mi padre Héctor y madre Gladis por haberme brindado su apoyo incondicional, por confiar en mí y haberme dado una oportunidad en la carrera que deseé y nunca dejarme sola en el camino, este logro también es de ellos.

Melani Cuentas

Agradecimientos

Mi gratitud también a la Universidad Católica de Santa María por tan lindos recuerdos y en especial a la escuela de Psicología por brindarme los conocimientos principales para aplicarlos en mi vida profesional.

Milagros Rojas

Agradecer a la Universidad Católica de Santa María y a los docentes. Agradecer a mis padres porque son el motivo y la base principal del tema de investigación, ya que de cerca pude conocer el trabajo de un docente y lo que implicaba serlo. También mi gratitud a los profesores de las instituciones educativas del Distrito de La Joya por el apoyo con el llenado de los cuestionarios, pues sin ellos no habría sido posible este trabajo de tesis.

Melani Cuentas

Resumen

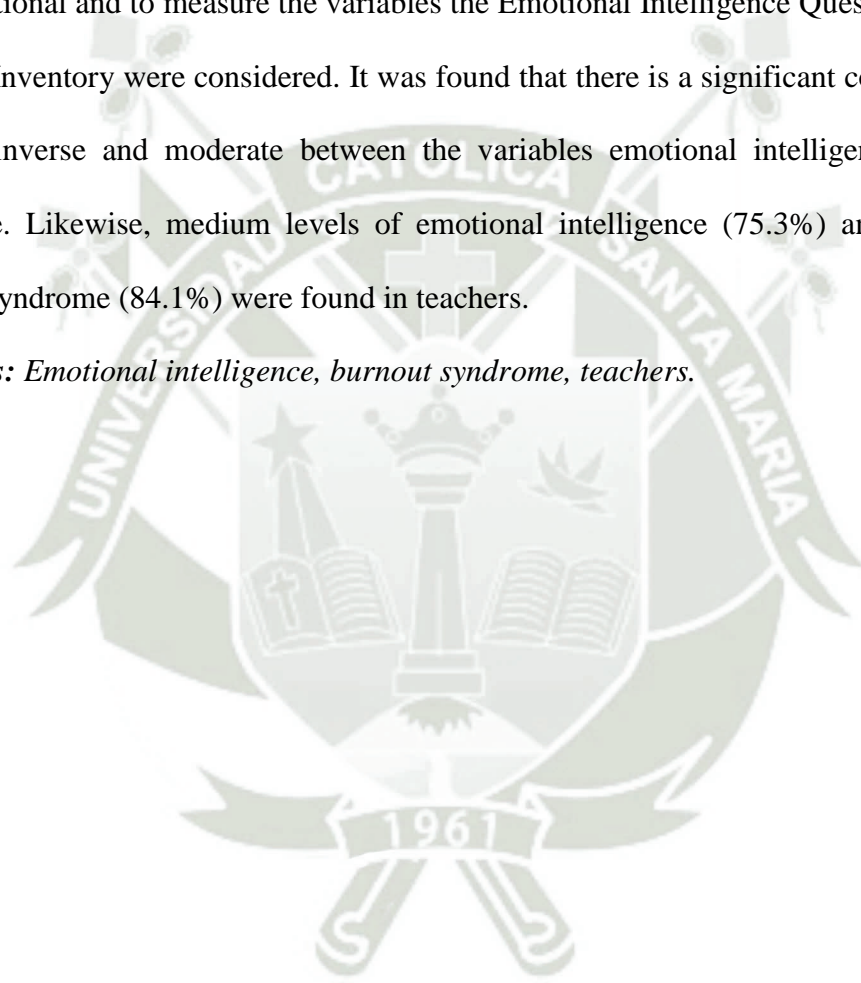
El objetivo principal de la investigación fue determinar la relación entre la inteligencia emocional y el síndrome de burnout en docentes de educación básica del distrito de La Joya. Este estudio recolectó la información en el año 2022 y la muestra estuvo conformada por 69 docentes de educación básica de colegios nacionales del distrito de La Joya. El diseño es correlacional simple, cuantitativo, de corte transversal y para medir las variables se consideró el Cuestionario de Inteligencia Emocional y el Inventario de Burnout. Se encontró que existe una correlación significativa de $Rho = -.499$ (p valor < 0.05) inversa y moderada entre las variables inteligencia emocional y el síndrome de burnout. Así mismo, se encontraron niveles medios de inteligencia emocional (75.3%) y niveles bajos de síndrome de burnout (84.1%) en los docentes.

Palabras claves: *Inteligencia emocional, síndrome de burnout, docentes.*

Abstract

The main objective of the research was to determine the relationship between emotional intelligence and burnout syndrome in basic education teachers in the La Joya district. This research was carried out in 2022 and the sample consisted of 69 basic education teachers from national schools in the district of La Joya. The design is simple correlational, quantitative, cross-sectional and to measure the variables the Emotional Intelligence Questionnaire and the Burnout Inventory were considered. It was found that there is a significant correlation of $Rho = -.499$ inverse and moderate between the variables emotional intelligence and burnout syndrome. Likewise, medium levels of emotional intelligence (75.3%) and low levels of burnout syndrome (84.1%) were found in teachers.

Keywords: *Emotional intelligence, burnout syndrome, teachers.*



Índice

Dedicatoria	iii
Agradecimientos	iv
Resumen.....	v
Abstract	vi
CAPÍTULO I. PROBLEMA Y TEÓRICO	1
Introducción	1
Pregunta de investigación	4
Variables	4
Definición operacional de las variables	5
Objetivos	5
Objetivo general.....	5
Objetivos específicos	5
Antecedentes teórico-investigativos	6
Hipótesis	22
CAPÍTULO II. MÉTODO	23
Método	23
Instrumentos.....	23
Ficha sociodemográfica	23
Cuestionario de Inteligencia Emocional	23
Inventario de Burnout de Maslach para Docentes	24
Participantes.....	25
Población.....	25
Muestra y muestreo.....	26
Procedimiento	27
Consideraciones éticas	27
Análisis de datos	28

CAPÍTULO III. RESULTADOS.....	29
Discusión.....	45
Conclusiones.....	56
Sugerencias.....	57
Limitaciones.....	59
Referencias.....	60
Anexos.....	69



Índice de tablas

Tabla 1	Características sociodemográficas participantes N=69.....	26
Tabla 2	Niveles de las dimensiones e Inteligencia Emocional.....	29
Tabla 3	Niveles de las dimensiones y Síndrome de burnout.....	30
Tabla 4	Tabla descriptiva de inteligencia emocional según género con Chi cuadrado.....	31
Tabla 5	Tabla descriptiva de inteligencia emocional según edades con Chi cuadrado.....	32
Tabla 6	Tabla descriptiva de inteligencia emocional según estado civil con Chi Cuadrado.....	33
Tabla 7	Tabla descriptiva de inteligencia emocional según años de servicio con Chi cuadrado.....	34
Tabla 8	Tabla descriptiva de inteligencia emocional según modalidad de trabajo con Chi cuadrado.....	35
Tabla 9	Tabla descriptiva de inteligencia emocional según tipo de trabajo con Chi cuadrado.....	36
Tabla 10	Tabla descriptiva de síndrome de burnout según género con Chi cuadrado.....	37
Tabla 11	Tabla descriptiva de síndrome de burnout según edades con Chi cuadrado.....	38
Tabla 12	Tabla descriptiva de síndrome de burnout según estado civil con Chi cuadrado.....	39
Tabla 13	Tabla descriptiva de síndrome de burnout según años de servicio con Chi cuadrado.....	40
Tabla 14	Tabla descriptiva de síndrome de burnout según modalidad de trabajo con Chi cuadrado.....	41
Tabla 15	Tabla descriptiva de síndrome de burnout según tipo de trabajo con Chi Cuadrado.....	42
Tabla 16	Correlación de Spearman entre inteligencia emocional y síndrome de burnout.....	43
Tabla 17	Pruebas de normalidad.....	72

CAPÍTULO I. PROBLEMA Y TEÓRICO

Introducción

En el Perú, tanto en las instituciones públicas como privadas, la atención que se brinda en el sector laboral educativo sobre los distintos factores de riesgo emocional son escasos; el no brindar espacios de soporte emocional a docentes, siendo uno de los aspectos más importantes con lo que respecta a su labor educativa, podría traer en consecuencia un riesgo de estrés laboral, que repercute desfavorablemente en el clima laboral, originando un desencadenamiento de conductas y comportamientos que no son adecuados, afectando a la vez su contexto físico como psíquico (Llanos, 2017). En un estudio realizado por Schoeps et al. (2020), obtuvieron como resultado que el desarrollo de las habilidades emocionales se asocia directamente a un nivel bajo de estrés laboral; es por este motivo, que es de gran importancia hablar sobre inteligencia emocional, ya que el reconocimiento de esta va a permitir a los trabajadores identificar las competencias que le van a posibilitar interactuar dentro de la sociedad con las demás personas (Isaza y Calle, 2016).

La inteligencia emocional es definida como la forma que el individuo tiene para interactuar con el mundo, reconocer emociones, saber controlar impulsos, mantener el entusiasmo, perseverancia y agilidad mental (Goleman, 2013 citado por García, 2015). Así mismo, es importante mencionar que tanto hombres como mujeres no viven con la misma intensidad cada una de las emociones y, por lo tanto, como hace frente a ellas, también es diferente.

Esta concepción de inteligencia emocional se ajusta al medio social y laboral, y puede servir como un factor protector ante la aparición de enfermedades como puede ser el síndrome de burnout. El síndrome de burnout es una respuesta ante el estrés laboral, la cual se manifiesta mediante emociones y actitudes negativas de los trabajadores hacia las personas con las que se relaciona en el centro laboral, por lo tanto, esta enfermedad presenta un riesgo

para los profesionales que tienen contacto con otros individuos y trabajos como la educación y salud (Rodríguez et al. 2017).

El síndrome de burnout también es conocido como el síndrome del “quemado”, que refleja un agotamiento emocional y laboral, en consecuencia, hay una presencia constante de desgaste físico y mental, donde el individuo se siente con poca energía como si estuviera llegando a su propio límite. También hay una alteración en las relaciones que se establecen con las personas a quienes asiste, haciendo que la relación se vuelva distante e indiferente. Y por último una falta de realización personal o sentimientos de insuficiencia, fracaso, baja autoestima y desmotivación (Contreras, 2013).

Según un informe de CREER (2018), el 20% de la población peruana se encuentra ubicada en las zonas rurales del país y se observa que 24% de los estudiantes presentan cierto retraso o dispersión escolar en comparación a los que se encuentran en zona urbana y solo el 13% de ellos, alcanza un nivel satisfactorio en comprensión lectora como en matemática. Evidentemente esto representa un reto para los docentes pues las escuelas rurales tienden a desarrollar un ambiente de cooperación, solidaridad y con cierto grado de organización, especialmente cuando son colegios multidocentes. Pero en muchas ocasiones es un solo docente el que se encarga de llevar todos los cursos ya que las políticas educativas propuestas por el sistema no han logrado alcanzar los estándares educativos requeridos como ambientes con buena infraestructura o contar con docentes altamente capacitados (Sistema Nacional de Evaluación, Acreditación y Certificación de la Calidad Educativa [Sineace], 2015).

También muchos de ellos viven en zonas cercanas u otras comunidades con diferentes culturas a la escuela donde van a laborar, por lo que realizan largas horas o tramos de viajes que sin duda influye negativamente en su desempeño, por el desgaste físico y anímico que implica el tiempo y las condiciones de traslado hacia su centro de trabajo. Otro aspecto que afecta notablemente el bienestar del docente es la limitación de materiales y recursos en las

instituciones ya que no siempre se cuenta con libros, recursos tecnológicos o metodologías que aporten significativamente al alumno, lo cual puede generar un desgaste improductivo, insatisfacción y ansiedad en la labor del docente (Contreras, 2013).

Ahora bien, la incertidumbre vivida en el periodo de pandemia del año 2020, exacerbó los niveles de estrés docente debido a los cambios radicales en la metodología de enseñanza; aunque este estudio fue aplicado en el año 2022, la metodología que utilizaban los docentes seguía siendo virtual y presencial, por lo tanto en un reporte de la UNESCO (2020), hubo un impacto negativo en la calidad de vida de los docentes que contrajo la aparición de nuevos síntomas como agotamiento, ansiedad, depresión y síndrome de burnout, que hasta la actualidad se hacen presentes.

En una investigación realizada por Reyes en el 2020, sobre inteligencia emocional y el síndrome de burnout en docentes de la Institución Educativa Emblemática Juan Alvarado N° 81028 de la provincia de Otuzco, 2020. Evaluó a 48 docentes con los cuestionarios de inteligencia emocional de Goleman y el Cuestionario de Malash para síndrome de burnout. La autora encontró una relación inversa y moderada entre las variables; así mismo encontró que un nivel promedio en la inteligencia emocional (56%) y un nivel moderado en síndrome de burnout (54%). Así mismo Álvarez et al. (2022), buscaron identificar la relación que existe entre la inteligencia emocional y el síndrome de burnout en los docentes de una universidad pública de Puno. Para ello se encuestó a 97 y llegaron a la conclusión que existe una relación significativa e inversa entre las variables y se observó que no existen diferencias significativas según el sexo en cuanto a la inteligencia emocional y síndrome de burnout.

En general se puede notar que la enseñanza en zonas rurales en Perú representa uno de los desafíos únicos, que incluyen recursos limitados, altos índices de pobreza y dificultades para acceder a la educación, por ello nace la necesidad de obtener nuevos resultados que aporten a la evidencia empírica anteriormente mencionada.

Es por ese motivo que, el presente trabajo tuvo como finalidad poder conocer si existe relación entre la inteligencia emocional y el síndrome de burnout en docentes de la educación básica. Así mismo, la utilidad de este trabajo fue también el de comprender los estilos de vida y la forma de trabajo educativo durante la pandemia y post pandemia, donde los docentes se han visto forzados en capacitarse sobre el uso de las tecnologías, lo que ha representado un cambio en su metodología de enseñanza-aprendizaje. Además, con los resultados obtenidos en este trabajo de investigación, es con la posibilidad de concientizar sobre la importancia de la inteligencia emocional en el sector laboral educativo, y así poder beneficiar a la triada educativa (docentes, alumnos y padres de familia), evitando conductas y comportamientos que no solo afectan al docente sino también al alumno. Se debe tomar en cuenta que, si se combinan los factores que se han mencionado anteriormente (metodología de enseñanza-aprendizaje, capacitación sobre el uso de las tecnologías durante y post pandemia) y a estos se les suman las malas condiciones laborales, el desplazamiento al centro educativo, la sobrecarga de alumnos por sección, la tutoría, los problemas de aprendizaje, etc. se genera un excedente laboral, donde se considera como una de las principales causas de síndrome de burnout manifestándose a su vez con problemas sociales, físicos y psicológicos (Rodríguez et al, 2017).

Pregunta de investigación

¿Existe correlación entre la inteligencia emocional y el síndrome de burnout en docentes de educación básica del distrito de La Joya?

Variables

Variable 1: Inteligencia Emocional. Conceptualmente podemos decir que, la inteligencia emocional es la habilidad que tenemos para poder conocer nuestras propias emociones y la de los demás, así como gestionar eficientemente los sentimientos para interactuar y generar buenas relaciones sociales (Goleman, 1997).

Variable 2: Síndrome de Burnout. El síndrome de burnout es definido como el síndrome tridimensional, en el cual el trabajador presenta una forma inadecuada de afrontar el estrés, debido al gran agotamiento físico y emocional que este conlleva (Maslach y Jackson, 1981).

Definición operacional de las variables

Variable 1: Inteligencia Emocional. Abarca un conjunto de habilidades no cognitivas que permiten al individuo el manejo de las emociones (Arias y Ceballos, 2016).

Variable 2: Síndrome de Burnout. Respuesta inadecuada ante el estrés laboral emitidas por el trabajador causándole agotamiento físico o psicológico, sentimiento de inadecuación ante las labores que debe realizar y actitud despersonalizada (Maslach y Jackson, 1981).

Objetivos

Objetivo general

Determinar la correlación entre la inteligencia emocional y el síndrome de burnout en docentes de educación básica del distrito La Joya.

Objetivos específicos

Identificar el nivel de inteligencia emocional y sus dimensiones en docentes de educación básica del distrito de La Joya.

Identificar el nivel de síndrome de burnout y sus dimensiones en docentes de educación básica del distrito de La Joya.

Analizar el nivel de inteligencia emocional según el género, edad, estado civil, modalidad de trabajo, tipo de trabajo y años de servicio en docentes de educación básica del distrito de La Joya.

Analizar el nivel de síndrome de burnout según género, edad, estado civil, modalidad de trabajo, tipo de trabajo y años de servicio en docentes de educación básica del distrito de La Joya.

Antecedentes teórico-investigativos

A nivel internacional se encontraron investigaciones como las de Puertas et al. (2022) donde buscaron establecer la evolución de la producción científica y el estado actual de la cuestión del síndrome de burnout, inteligencia emocional y práctica de actividad física en docentes. Para ello realizaron una revisión bibliográfica de 387 artículos científicos desde el 2018 al 2022, se pudo encontrar que la cantidad de aportes a la comunidad académica con respecto a las variables ha aumentado debido a la problemática existente (burnout). También ha quedado demostrado que la inteligencia emocional puede actuar como un factor predictivo ante la aparición de síntomas de síndrome de burnout; así mismo la práctica de actividad física mejora las capacidades de expresión, conocer, comprender y regular emociones en los docentes.

Por otro lado, se analizó con la ayuda del estudio de Castañeda y Vargas (2021) una mirada retrospectiva sobre la educación a distancia, virtual y remota de emergencia, así como sobre las buenas prácticas docentes. Por lo tanto, se revisó los conceptos en torno a la educación a distancia, la educación virtual y la educación remota; permitiendo reflexionar acerca de las nuevas dificultades, oportunidades y retos a nivel de uso de TICS y la implementación de nuevas metodologías de enseñanza que los docentes debían poner en práctica. Este estudio permitió concluir que cada contexto de enseñanza demanda adaptarse a las nuevas exigencias y se recomienda a los docentes las buenas prácticas en las clases remotas para mejorar y facilitar el aprendizaje en los estudiantes.

También Benítez et al. (2020) en su estudio sobre inteligencia emocional y síndrome de burnout en una escuela primaria de México, realizó un estudio exploratorio simple en 17

docentes de primaria. Los instrumentos utilizados fueron el Maslach Burnout Inventory (MBI-Ed) y el Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24), los autores encontraron que no existe una relación entre la inteligencia emocional y el síndrome de burnout, pero si halló una relación positiva y moderada entre realización e inteligencia emocional. Por otra parte, los niveles de inteligencia emocional fueron bajos por lo que se sugiere que los docentes trabajen en los factores y aspectos interpersonales e intrapersonales para un mejor desempeño.

Así también se encontró la de Oramas y Quiles (2018) donde buscaron la relación entre el burnout y la inteligencia emocional percibida en los docentes universitarios, así como saber si la inteligencia emocional puede resultar como un factor protector ante este síndrome. Usaron un diseño no experimental de corte transversal del tipo relacional y encuestaron a 43 maestros, para ello usaron las pruebas de Traid Meta-Mood Scale-24 (TMMS-24) y el Maslach Burnout Inventory Student-Survey (MBI-SS), donde se encontró relaciones significativas e inversas entre las dimensiones y las variables de inteligencia emocional y síndrome de burnout, por otro lado, la inteligencia emocional sirve como un valor predictivo para el síndrome de burnout.

También Salinas (2020) realizó un estudio sobre el manejo de la inteligencia emocional en docentes universitarios. El autor aplicó un estudio observacional transversal prospectivo, durante el periodo del 2019 a un total de 170 docentes de la facultad de enfermería. Para la evaluación se usó el test de inteligencia emocional (TIE). Se concluye que se encontraron niveles altos de inteligencia emocional, donde hubo predominancia de las mujeres, también se evidencio que aquellos que tenían de 5 a 10 años mostraron niveles más altos de IE a diferencia de los que tenían de 11 a más.

De igual manera Molina et al. (2015) en su estudio comparativo sobre burnout en docentes y enfermeras, encontraron diferencias estadísticas significativas entre los grupos. Para ello aplicaron una un método descriptivo – comparativo y para medir la variable usaron

el Maslach Burnout Inventory a 105 participantes. Después de aplicar una prueba de Anova se demostró que los docentes tienen mayores niveles de burnout a diferencia de las enfermeras, así mismo la edad, la antigüedad y el tiempo de servicio era un factor que se relacionaba con la aparición del burnout.

A nivel nacional, Reyes en el 2020 realizó una investigación sobre inteligencia emocional y el síndrome de burnout en docentes de la Institución Educativa Emblemática Juan Alvarado N° 81028 de la provincia de Otuzco, 2020. Este estudio fue correlacional simple y se evaluó a 48 docentes con los cuestionarios de inteligencia emocional de Goleman y el Cuestionario de Malash para síndrome de burnout. La autora llegó a la conclusión de que existe una relación inversa y moderada entre las variables; así mismo encontró que un nivel promedio en la inteligencia emocional (56%) y un nivel moderado en síndrome de burnout (54%).

De la misma manera Sempergueti y Alvarado (2022) realizaron un estudio descriptivo sobre los niveles de inteligencia en docentes en el periodo del 2021, para ello evaluaron a 102 participantes con el instrumento Traid Meta-Mood Scale (TMMS-24), donde se observó que alrededor de 63.7% de ellos mostraban niveles adecuados de inteligencia emocional, del mismo modo un 65.7% en cuanto a la regulación emocional y un 50%, niveles normales de comprensión de sentimientos; pero en la percepción emocional los docentes mostraron niveles por debajo del promedio.

En esta línea Aguado (2016) había realizado un estudio descriptivo – comparativo sobre los niveles de inteligencia emocional en docentes de diferentes instituciones educativas de Pampa. Para ello el autor utilizó el Inventario Emocional Bar-On ICE en 124 docentes y concluyó que no encontró diferencias significativas en la inteligencia según las variables sociodemográficas como: sexo, estado civil y condición laboral.

Otra investigación realizada por Álvarez et al. (2022), buscaron identificar la relación que existe entre la inteligencia emocional y el síndrome de burnout en los docentes de una universidad pública de Puno. Para ello se utilizó un diseño no experimental del tipo correlacional y se encuestó a 97 maestros con los cuestionarios EQ-I para inteligencia emocional y el inventario de Maslach para síndrome de burnout. Los autores llegaron a la conclusión que existe una relación significativa e inversa entre las variables; también se observó que no existen diferencias significativas según el sexo en cuanto a la inteligencia emocional y síndrome de burnout.

También Valeriano (2022), buscó determinar la relación entre las variables mencionadas en docentes de instituciones públicas y privadas, en total fueron 131 encuestados. Utilizaron un diseño no experimental del tipo relacional, también aplicaron la Escala de Inteligencia Emocional de Wong-Law (2002), adaptado por Merino et al. (2016), y la versión para docentes del Inventario de Burnout de Maslach, Jackson y Schwab (1986) adaptado por Fernández (2002). Los resultados que se obtuvieron fue una relación inversa y débil entre inteligencia emocional y síndrome de burnout; así mismo una relación inversa y moderada entre agotamiento emocional y valoración de las emociones, también se muestran correlaciones inversas entre las dimensiones de inteligencia emocional y síndrome de burnout.

Rodríguez y Sánchez, en el 2019 también realizaron un estudio sobre burnout en docentes y las variables sociodemográficas que se relacionaban con esta variable. Para ello aplicaron un diseño no experimental, del tipo descriptivo – comparativo en 260 docentes. Aplicaron la adaptación del Inventario Burnout de Maslach y una ficha sociodemográfica para medir las variables y encontraron que, en cuanto al cansancio emocional y el turno dictado, existían diferencias significativas según el sexo; así mismo se halló diferencias en cuanto al estado civil, la especialidad, el nivel de estudios que el docente alcanzó y los años

de experiencia impartiendo en la escuela. Estos resultados resultan relevantes para la investigación pues mencionan que las mujeres presentan mayor cansancio que los varones y que el estado civil, si va a predisponer la aparición del burnout al igual que los años de experiencia.

A nivel local Gómez (2020) buscó una relación entre inteligencia emocional y su influencia en el desempeño de los docentes, para ello se encuestaron a 9 docentes administrativos. Se utilizó un diseño exploratorio simple y se aplicó el Inventario Emocional Bar On – Ice para la variable referida a inteligencia emocional, y el Cuestionario sobre el Desempeño Docente también estandarizado por el Ministerio de Educación e investigaciones de Posgrado de las principales universidades del país. Teniendo como resultados una relación significativa y directa entre las variables y también se encontraron que solo el 10% de los docentes poseían niveles altos de IE y el 90% de los docentes con niveles bajos de desempeño académico.

También Manrique (2021) realizó un estudio sobre síndrome de burnout y estilos de afrontamiento en docentes del distrito de Cayma, Arequipa. Para ello encuestó a 93 docentes con las pruebas del Maslach Burnout Inventory (MBI) y el Cuestionario de modos de afrontamiento al estrés (COPE) y se encontraron que los estilos de afrontamiento se relacionan directamente con el síndrome de burnout. Además, que se encontraron niveles altos de burnout y el estilo de afrontamiento más frecuentemente usado es el de reorganización.

A pesar de que existen investigaciones recientes con una antigüedad de 5 años, se tomó en cuenta investigaciones pasadas de una extensión de alrededor ocho años. Dentro de esta bibliografía se encuentra el estudio de Gonzales et al. (2015) sobre burnout en docentes universitarios, los autores encontraron una relación positiva entre despersonalización y el tiempo de servicio en los docentes; adicionalmente los autores encontraron que el 66,66 % de

las docentes presentaron cansancio emocional alto, el 80 % alto nivel de realización personal. Por lo tanto, se concluyen que el tiempo de servicio influye directamente en la sintomatología de burnout.

En esta línea Arias y Jiménez (2013) en su estudio de burnout en docentes de educación básica regular de Arequipa, evaluaron a 233 docentes y se encontró que el 93.7% de los docentes tienen niveles medios y un 7.5% niveles severos. Adicionalmente se halló una relación significativa entre el tipo de gestión educativa y la despersonalización, por otro lado, se vio que los varones son los más afectados con el síndrome de burnout.

Por otro lado, Huanca (2012), en su estudio descriptivo buscó hallar los niveles de inteligencia emocional en una institución educativa en docentes. Lo interesante de este estudio es que realizó una comparación según el sexo en los docentes, los resultados mostraron que las mujeres poseen niveles más altos de inteligencia emocional mientras que los varones, lo tienen como una de las habilidades por mejorar.

Así mismo Cuenca y O'hara (2006), realizó un estudio de caso sobre la percepción y la realidad del estrés en docentes de Lima, donde se concluye que en determinadas ocasiones las exigencias sobrepasan las capacidades de los docentes y la baja remuneración no ayuda a motivar o incentivar a los trabajadores. En muchas ocasiones el manejo del alumno no es posible por la cantidad que se asignan en cada salón de clases, por lo que existen más dificultades en el entorno para poder desarrollarse al máximo, tanto alumnos como docentes.

Emociones

Son las encargadas de representar una parte importante de la esencia de las personas, ya que van a determinar el comportamiento del ser humano frente a su entorno y frente a los individuos con los que interactúa, es por este motivo que se pueden calificar como positivas o negativas, dependiendo del resultado que ofrezcan (Duque et al., 2017). Por ello, la inteligencia emocional es la que va a permitir a la persona, primero que nada, a identificar sus

emociones y luego, a poder conocer cuáles de estas emociones le va a permitir tener un resultado más favorable en lo que realiza, identificado las emociones que tienen más relevancia en su personalidad (Duque et al., 2017).

Teniendo en cuenta esto, en España, Schoeps et al. (2020) realizó un trabajo que como objetivo tenía analizar la relación entre las habilidades emocionales y el síndrome de burnout y si el equilibrio afectivo media esta asociación, las escalas utilizadas fueron Trait Meta Mood Scale y Spanish Burnout Inventory, en este estudio, se llegó a la conclusión que el desarrollo de las habilidades emocionales está directamente asociados a un nivel más bajo de estrés laboral.

Inteligencia Emocional

La inteligencia emocional es definida por Mayer y Salovey (1997, como se citó en Fernández Berrocal y Extremera, 2005) como la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emoción; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional; y la habilidad para regular las emociones y promover crecimiento emocional e intelectual. Esta definición perfila cuatro habilidades básicas que conceptualizan la institución educativa que son: la percepción emocional, la facilitación o asimilación emocional, la comprensión emocional y la regulación emocional.

Se puede decir que la inteligencia emocional es un término nuevo, ya que la primera documentación sobre éste fue en 1990 por los autores Salovey y Mayer; fue recién en el año de 1995 cuando el termino de inteligencia emocional se volvió popular por el autor David Goleman (Oliveros, 2018), antes de continuar, debemos mencionar que la inteligencia emocional vendría a ser el producto de dos inteligencias que describió Gardner (1983), como se sabe, Gardner describe siete tipos de inteligencia, de los cuales la inteligencia intrapersonal y la inteligencia interpersonal serían las que componen la inteligencia emocional (Oliveros,

2018). Así mismo, hay un análisis sobre la perspectiva de Bisquerra sobre la inteligencia emocional, la cual nos habla que, si se tiene una práctica y desarrollo adecuado de la inteligencia emocional, va a existir la posibilidad de que la persona pueda ampliar y mejorar su calidad de vida, ya que, al poder identificar, comprender, manejar y regular sus emociones, tendrá una visión más positiva del mundo (Oliveros, 2018). Teniendo en cuenta el trabajo de Rafael Bisquerra, se debe de hablar sobre su obra donde describe las definiciones de cada competencia de la inteligencia emocional.

Competencias de la inteligencia emocional

Conciencia emocional. Es la que va a permitir identificar y comprender las emociones y sentimientos que tenemos (Oliveros, 2018). Según Perera (2017) esta competencia se puede definir como la capacidad de tomar conciencia de los demás y las propias emociones en cualquier situación. La autora también menciona que se pueden experimentar emociones múltiples y reconocer la incapacidad de tomar conciencia de los propios sentimientos debido a inatención selectiva o dinámicas inconscientes, entre ellas se puede:

- Dar nombre a las emociones, es decir utilizar las emociones en el contexto preciso para responder a los estímulos que provocan.
- Comprensión de las emociones de los demás. Es la capacidad para percibir con precisión las emociones y sentimientos de los demás y de implicarse empáticamente en sus vivencias emocionales. Incluye la pericia de servirse de las claves situacionales y expresivas (comunicación verbal y no verbal) que tienen un cierto grado de consenso cultural para el significado emocional.
- Tener en cuenta la triada: pensamiento, emoción y comportamiento, pues los estados emocionales influyen notablemente en los comportamientos de la persona y la emoción que puede generar. Estos estados pueden ser controlados

con la cognición (razonamiento, conciencia); en cambio, hacer que las tres estén alineadas es más complicado pues en ocasiones la emoción prima sobre la razón.

Regulación emocional. Se encarga de comprender las competencias de una expresión emocional apropiada, las habilidades de afrontamiento, la regulación de emociones y las competencias para poder autogenerar emociones positivas (Oliveros, 2018).

También Perera (2017), supone una relación entre emoción, comportamiento y cognición para manejar las emociones de forma apropiada y esta están compuestas por la siguiente micro competencias:

- La expresión apropiada de las emociones, que implica comprender el estado emocional interno, de uno mismo como de los demás.
- Regulación de emociones y sentimientos.
- Habilidades de afrontar retos y situaciones de conflicto que generan las emociones.
- Saber autogenerarse y experimentar de forma voluntaria y consciente emociones positivas (alegría, amor, humor, fluir) y disfrutar de la vida.

Autonomía emocional. Encargada de describir características como la responsabilidad, la eficacia emocional, la actitud positiva y la resiliencia (Oliveros, 2018). Para Perera (2017) es un conjunto de elementos relacionados con la autogestión personal y contiene los siguientes microcomponentes:

- Autoestima, que refiere tener una visión positiva de uno mismo.
- Automotivarse emocionalmente en actividades diversas de la vida personal.
- Autoeficacia emocional que es aceptar la propia experiencia emocional.
- Responsabilidad en la toma de decisiones.
- Actitud positiva ante la vida.

- Análisis crítico de normas sociales.
- Resiliencia, para enfrentarse con éxito a unas condiciones de vida sumamente adversas.

Competencia social. Encargada de dominar las habilidades sociales, la comunicación expresiva, compartir emociones y gestionar situaciones emocionales (Oliveros, 2018). Perera (2017) es la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas. Lo que refiere saber dominar las habilidades sociales básicas y está compuesta por los siguientes microcomponentes:

- Respeto por los demás.
- Practicar la comunicación receptiva.
- Practicar la comunicación expresiva.
- Compartir emociones.
- Comportamiento prosocial y cooperación.
- Asertividad.
- Prevención y solución de conflictos.
- Capacidad para gestionar situaciones emocionales.

Competencias para la vida y el bienestar. En esta competencia se representa fijar objetivos adaptativos, toma de decisiones y buscar el bienestar emocional (Oliveros, 2018).

Entonces, es así como se conoce que la inteligencia emocional es también la gestión consciente de las emociones, y tiene una gran importancia en todas las decisiones y pasos que vamos dando durante nuestra vida (Arrabal, 2018), debemos tomar en cuenta que el desarrollo de la inteligencia emocional, va a generar en las personas habilidades internas de autoconocimiento, motivación, conciencia propia y gestión emocional; de igual forma va a generar habilidades externas, como la destreza social, la empatía, liderazgo y eficacia interpersonal (García, 2015).

Las competencias para la vida y el bienestar son la capacidad para adoptar comportamientos apropiados y responsables para afrontar satisfactoriamente los desafíos diarios de la vida, ya sean personales, profesionales, familiares, sociales, de tiempo libre, etc.

Según Perera (2017) tiene los siguientes microcomponentes:

- Fijar objetivos positivos y realistas.
- Saber tomar decisiones.
- Buscar ayuda y recursos.
- Ciudadanía activa, participativa, crítica, responsable y comprometida.
- Bienestar emocional, que permite gozar de forma consciente de bienestar (emocional, subjetivo, personal, psicológico) y procurar demostrarlo a los demás.

Dimensiones de la inteligencia emocional. Según el modelo de Baron de 1988 citado en García y Giménez (2010) mencionan que el modelo en aspectos que son: componentes intrapersonales, interpersonales, componente del estado de ánimo en general, manejo del estrés y adaptabilidad.

Según Gómez et al. (2000) se tiene las siguientes habilidades:

Autoconocimiento. Refiere a la capacidad para conocerse uno mismo, saber los puntos fuertes y débiles de la persona. Chernicof y Rodríguez (2018) menciona que autoconocerse posee tres pilares fundamentales: desarrollo de atención, conciencia de emociones e identificar metas y logros. Por lo tanto, se puede decir que es una habilidad que busca que la persona tome conciencia de su mundo interno, entienda sus emociones, sus conductas, sus experiencias y las exprese en el momento que sea adecuado, también los autores mencionan que son el conjunto de creencias y actitudes que la persona tiene de sí mismo y la confianza para lograr sus metas.

Autocontrol. Se define como la capacidad de controlar los impulsos y mantener la calma. También es conocida como la habilidad que tienen las personas para mejorar sus reacciones, controlar impulsos, recuperarse y superar los obstáculos de la vida. Esta capacidad es necesaria al momento que uno toma dirección de sus propios pensamientos pues tiene que aprender a conducirlos para dar solución a los problemas (Goleman, 1995, como se citó en Serrano & García, 2010).

Empatía. Este componente interpersonal refiere en la capacidad de ponerse en el lugar del otro, es decir, comprender las situaciones y emociones de las demás personas. Según López et al. (2014) mencionan que es una habilidad social en la que se comprende y reconoce los estados mentales de los demás, así como responder a todos ellos de manera adecuada.

Manejo inadecuado de emociones. Según García y Giménez (2010) el manejo de emociones es la comprensión de los actos sociales en las emociones y tener una adecuada regulación de emociones en uno mismo y en los demás, por lo tanto, presupone a la persona a estar abierto a emociones positivas y negativas. Es así que un inadecuado manejo de emociones impedirá esta regulación emocional, comprensión, flexibilidad emocional, percepción emocional y dirección de emociones no se da correctamente.

Emotividad negativa. Este componente se refiere a un estado emocional que supone una diversidad de emociones como la ira, culpa, nerviosismo y temor, que es la contraposición de la calma y la serenidad (Watson, Clark & Tellegen, 1988 citado en Santandreu & Ferrer, 2014). Por lo tanto, se centra en buscar estímulos negativos, interpretando la realidad desde una perspectiva pesimista que favorece a la rumiación de pensamientos negativos.

Síndrome de Burnout

La definición más importante sobre el síndrome de burnout la da Maslach y Jackson, quienes definieron que el síndrome se caracteriza por agotamiento emocional,

despersonalización y baja realización personal en el ámbito laboral, esto ocurre en personas en las que las tareas diarias con un excesivo contacto con otros individuos y fuertes niveles de tensión y presión laboral, va a producir cambios de forma negativa en las actitudes y conductas que van a presentar estas personas (Olivares, 2017), por ello, según Maslach, un aspecto que diferencia el concepto de estrés y síndrome de burnout sería, que el estrés es considerado una respuesta general del cuerpo ante la presión, entendido como un proceso que tendrá efectos tanto positivos como negativos para la persona; sin embargo, el síndrome de burnout es un tipo específico de agotamiento relacionado con el trabajo y es una forma más grave de estrés crónico (Olivares, 2017).

Dimensiones del Inventario de Burnout de Maslach (1996)

Agotamiento emocional. Esta dimensión hace referencia al agotamiento de energía y de recursos tanto personales como emocional, lo cual será como consecuencia por el contacto diario con otros individuos, en este caso alumnos (Rodríguez et al. 2017), la persona se siente como si estuviera llegando a su propio límite (Contreras et al. 2013). Según Abreu (2011) el agotamiento emocional refiere al conjunto de síntomas físicos y signos emocionales y conductuales, que se presentan en la persona que está sometida a un estrés constante, crónico y prolongado en el tiempo. Esto refiere a que se presenta de manera cíclica y continua que pone en riesgo la salud de los trabajadores, si no se trata a tiempo.

Despersonalización. Esta dimensión hace referencia a todas las actitudes y sentimientos negativos que tendrá el trabajador hacia otros, como el maltrato (Rodríguez et al. 2017). Dentro de los síntomas que presenta la despersonalización según Perez (2010) los síntomas de despersonalización refieren a:

- Agotamiento que percibe el trabajador:
- Desilusión.
- Sentimientos cínicos y negativos sobre los clientes.

- Irritabilidad.
- Dificultad en la realización personal.
- Sentimientos de insuficiencia.
- Desconfianza.

Baja realización personal. Esta dimensión aparece como una inclinación del trabajador a evaluarse negativamente con relación a su persona y con su labor (Rodríguez et al., 2017).

Un estudio realizado en Irán-Juzestán con el cuestionario de síndrome de burnout Maslach fue el de Abdulmir et al. (2011), en el que llegaron a la conclusión de que existe una relación entre el síndrome de burnout y los componentes de la inteligencia emocional. Así mismo, un estudio más reciente que también utilizó el cuestionario de burnout de Maslach en su versión hispana fue el de, Benítez et al. (2020), en su estudio por determinar la relación entre inteligencia emocional y síndrome de burnout.

Consecuencias del Síndrome de Burnout. En general, en el ámbito laboral, los docentes tienen a implicarse tanto en su trabajo y se sienten tan comprometidos con la enseñanza, que cuando se sienten presionados, tienden a actuar de manera contraria, y tienden a tener sentimientos de culpa, se sienten estresados y tienen una pérdida de autoestima, como consecuencia van a ignorar sus propias necesidades, debido a que consideran que las satisfacciones de su trabajo, que vendría a ser la de la enseñanza, depende de sacrificarse por las necesidades de los demás (León, 2011).

Consecuencias sobre el individuo. Las principales manifestaciones se van a centrar en los sentimientos de desgaste, nerviosismo, tensión y fatiga extrema, las principales consecuencias sobre la personalidad será la insatisfacción, el estrés, la ansiedad, el agotamiento como consecuencia de la tensión, el ausentismo laboral, entre otros (León, 2011).

Consecuencias sobre la organización. El deterioro tanto físico como psíquico del trabajo va a incidir en el funcionamiento de la institución y en el rendimiento de la institución, en el sector educación, se verá reflejado en el empeoramiento de la atención de los estudiantes, ya que la calidad de enseñanza se verá afectada, también conllevará a situaciones de conflicto con sus colegas y en ocasiones se darán las separaciones de la práctica profesional (León, 2011).

Inteligencia Emocional y Síndrome de Burnout

Por los motivos expuestos anteriormente, se debe tomar en cuenta la importancia de la inteligencia emocional en el ámbito laboral, y más aún en los docentes que se están desempeñando en educación básica, ya que son víctimas del estrés docente o también llamado síndrome de Burnout, se debe tomar en cuenta que, permanece afectando la salud mental de los trabajadores y esto permanece influyendo en su rendimiento laboral (Benítez et al. 2020). Es importante mencionar que, en Perú, en las instituciones del sector educativo, es escasa la atención sobre los distintos factores de riesgo emocional que existen en este sector, a pesar de que es uno de los factores más importantes sobre riesgo por estrés laboral, ya que esto generara un mal clima laboral, lo que va a terminar desencadenando conductas y comportamientos que no son adecuados (Llanos, 2017).

A lo largo del trabajo se mencionaron estudios internacionales, por lo que es importante mencionar los realizados en Perú, por ejemplo, Llanos (2017), realizó un estudio sobre inteligencia emocional y síndrome de burnout en docentes de una institución educativa, con un enfoque cuantitativo, con diseño no experimental en la ciudad de Cajamarca. En años posteriores, Reyes (2020), realizó un estudio en una institución educativa de Otuzco, el resultado de este estudio fue, que existe una relación significativa entre la inteligencia emocional y el síndrome de burnout, concluyendo que, a mayor nivel de inteligencia emocional, menor grado de síndrome de burnout, sin ir muy lejos, en Arequipa se realizó un

estudio investigativo por Martínez y Concha (2018), en el que obtuvieron como resultados que, los docentes presentan una inteligencia emocional superior destacando sus habilidades de auto control, de auto conocimiento y de empatía y que los niveles de inteligencia emocional influyen de manera significativa con las dimensiones del síndrome de burnout.

Así mismo, Abarca et al. (2020), realizaron una investigación en Ayacucho con una muestra de 294 docentes de género femenino de educación inicial que comprendía entre los 23 y 65 años de edad, concluyeron que la inteligencia emocional se relaciona negativamente con el burnout, sin embargo, encontraron relación positiva entre la edad y la inteligencia emocional y de la misma manera se evidencio que a mayor tiempo de servicio, mayores valoraciones de las propias emociones.

De igual manera el autor Sommerfeldt (2020), realizó una investigación en docentes de Educación Escolar Básica en Paraguay donde su principal objetivo fue determinar el nivel de inteligencia emocional y el grado de estrés laboral durante la pandemia COVID 19, su muestra estuvo conformada por 12 docentes, 6 mujeres y 6 varones entre los 37 y 68 años de edad. Los resultados indicaron que los mejores puntajes lo obtuvieron los varones en cuanto a los componentes de Manejo de estrés, Adaptabilidad, Intrapersonal y Estado de Ánimo General, sin embargo, las mujeres tuvieron mejor puntaje en el componente Interpersonal. Así concluyeron que las docentes femeninas presentan mayor estrés laboral y se demuestra que, a mayor nivel de Inteligencia Emocional, menor grado de Estrés laboral.

Por otro lado, se realizó un estudio en Lima- Callao a docentes de instituciones educativas privadas donde su objetivo principal fue determinar la relación entre dimensiones de inteligencia emocional y dimensiones de Burnout en un contexto de COVID-19, su muestra fue compuesta por 131 docentes con edades entre 22 y 66 años, el autor concluyó que las dimensiones de inteligencia emocional y las dimensiones de burnout se correlacionaron significativamente excepto en dos dimensiones de inteligencia emocional que

son el agotamiento emocional y la valoración de emociones de otros y despersonalización y la valoración de emociones de otros (Valeriano, 2022).

Finalmente, debido al cambio que se ha presentado en la actualidad por la pandemia, los docentes están presentando una carga laboral mayor, no solo atienden a los alumnos fuera de horas de clases, si no también atienden a padres, colegas, actividades de su institución y a instituciones que se encargan de su monitoreo. Es por esto por lo que, al ser compleja la adaptación de una nueva modalidad de trabajo, los docentes son todavía más propensos a desarrollar un desgaste psíquico, el cual se va a manifestar a través de síntomas fisiológicos (Celio, 2021).

Hipótesis

Para la presente investigación, se propuso la siguiente hipótesis:

Existe una correlación significativa inversa entre la inteligencia emocional y el síndrome de burnout en docentes de educación básica del distrito de La Joya.

CAPÍTULO II. MÉTODO

Método

De acuerdo con Ato et al. (2013), la presente investigación tiene un enfoque cuantitativo, con diseño correlacional simple, debido a que se buscó la asociación que permitió explorar la relación entre inteligencia emocional y síndrome de burnout, con una temporalidad transversal, ya que la información recopilada se da en un tiempo determinado.

Instrumentos

La técnica que se utilizó fue la encuesta y fueron tres los instrumentos aplicados: una ficha sociodemográfica, el Cuestionario de Inteligencia Emocional por Arias y Ceballos (2016) y el Inventario de Burnout de Maslach para Docentes adaptado por Fernández (2002).

Ficha sociodemográfica

Se recolectaron los siguientes datos: edad, género, estado civil, años de servicio, modalidad de trabajo y tipo de trabajo.

Cuestionario de Inteligencia Emocional

Se aplicó el Cuestionario de Inteligencia Emocional que fue elaborado y validado por Arias y Ceballos (2016), en Arequipa, Perú, el cuestionario consta de 12 ítems, que están valoradas en una escala de tipo Likert, que va de siempre (4), normalmente (3), a veces (2), raramente (1) y nunca (0), cuatro ítems serán valorados inversamente, los ítems 3, 4, 6 y 10, el cuestionario posee tres componentes:

- Autoconocimiento, control y habilidad empática (compuesta por los ítems 1, 2, 7, 8, 9, 11 y 12), que refiere a capacidad para conocerse uno mismo, controlar impulsos y capacidad de comprender al otro.
- Manejo inadecuado de emociones (compuesta por los ítems 6 y 10), que refiere a comprender, asimilar y regular emociones.

- Emotividad negativa (compuesta por los ítems 3, 4 y 5) que refiere a la búsqueda de estímulos negativos, interpretar las situaciones desde una perspectiva negativa.

El cuestionario presenta tres niveles de calificación, la inteligencia emocional es baja si el puntaje es inferior a 24, es media si el puntaje es entre 25 y 35 y es superior si el puntaje es mayor a 35.

Validez y confiabilidad. Los reactivos del instrumento miden el mismo constructo y gozan de homogeneidad, según las correlaciones ítem-test, y posee una estructura factorial de tres componentes que explican el 57.98% de la varianza, lo que permite concluir que es una prueba válida, en cuanto a la confiabilidad del instrumento, se realizó a través del método de consistencia interna con la prueba Alfa de Cronbach, obteniendo un coeficiente de .733 (Arias y Ceballos, 2016).

Inventario de Burnout de Maslach para Docentes

El Inventario de Burnout fue propuesto por Maslach y Jackson, en el año de 1981, el cuestionario fue adecuado para docentes por Seisdedos en 1997; adicionalmente se cuenta con la versión adaptada en Perú por Fernández (2002). Este cuestionario ha sido utilizado en una muestra de docentes, similar a la actual, por lo que, el cuestionario consta de 22 ítems, que están valoradas en la escala de tipo Likert; presenta siete niveles de intensidad: Nunca (0), alguna vez al año o menos (1), una vez al mes o menos (2), unas pocas veces al mes (3), una vez a la semana (4), varias veces a la semana (5), a diario (6), ocho ítems serán valorados inversamente, los ítems 4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21, la escala está conformada por tres dimensiones:

- Agotamiento emocional (compuesta por los ítems 1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, 20), la puntuación máxima es de 54, se considera alto si es mayor a 27, medio si es entre 19 y 26, y bajo si es menor de 27.

- Despersonalización (compuesta por los ítems 5, 10, 11, 15, 22), la puntuación máxima es de 30, se considera alto si es mayor de 10, medio si es entre 6 y 9, y bajo si es menor de 6.
- Realización personal (compuesta por los ítems 4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21), la puntuación máxima es de 48, se considera alto si es igual o mayor de 40, medio si es entre 31 y 39, y bajo si es menor de 30.

Por lo tanto, se ha prescindido de las versiones actuales como el de Maslach y Leiter en el 2016 ya que el instrumento se enfoca en trabajadores en general.

Validez y confiabilidad. Fernández (2002), realizó la estandarización en Perú del inventario de burnout adaptada al español por Seisdedos en 1997, la validez fue utilizando el criterio de 9 jueces, se aplicó el coeficiente V de Aiken, presentando una validez de contenido que va de 0.8 al 1, también se estudió la validez de constructo, en el cual se efectuó el análisis factorial confirmatorio, en el que se concluye que los tres factores de la versión original se mantiene en los datos de la muestra trabajada, por lo tanto presenta validez de constructo, con un puntaje de 0.20 al 0.8. La confiabilidad se realizó en cada dimensión de la prueba, en la dimensión de agotamiento emocional se obtuvo 0.78 en alfa de Cronbach, en despersonalización se obtuvo 0.76, y en realización personal se obtuvo 0.74.

Participantes

Población

La población estuvo compuesta por 84 docentes de educación básica, de 12 colegios nacionales, de primaria y secundaria del distrito de la Joya, en la ciudad de Arequipa, Perú.

Criterios de exclusión

Para nuestra investigación, los criterios de exclusión fueron los directores de las instituciones educativas, docentes que estén con licencia y no estuvieron asistiendo a su

centro de trabajo y docentes que no dieron su consentimiento para el llenado de los cuestionarios.

Muestra y muestreo

La muestra estuvo constituida por 69 docentes de educación básica de 10 colegios nacionales del distrito de La Joya. El muestreo aplicado fue del tipo intencional, con un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%.

Tabla 1

Características sociodemográficas participantes (N=69)

Variable	<i>f</i>	<i>%</i>
Género		
Masculino	35	50.7
Femenino	34	49.3
Total	69	100
Edades		
Menores de 40 años	14	20.3
Mayores de 41 años	55	79.9
Total	69	100
Estado civil		
Soltero/a	20	29.0
Casado	37	53.6
Conviviente	8	11.6
Divorciado	3	4.3
Viudo	1	1.4
Total	69	100
Modalidad de trabajo		
Nombrado	44	63.8
Contratado	25	36.2
Total	69	100
Tipo de trabajo		
Presencial	59	85.5
Ambos	10	14.5
Total	69	100
Años de servicio		
3 a 10 años	16	23.2
11 a 20 años	20	29.0
21 a 35 años	33	47.8
Total	69	100

Como se observa en la tabla 1 el 50.7% de los encuestados son de sexo masculino y el 49.3% de sexo femenino. También el 47.8% están entre los 51 y 62 años, el 31.9% están entre las edades de 41 a 50 años, y el 20.3% entre las edades de 26 a 40 años. Por otro lado, el 53.6% son casados, el 29% son solteros y el 11.6% son convivientes y el 4.3% son divorciados y solo el 1.4% son viudos. En cuanto a la modalidad de trabajo el 63.8% esta nombrado y el 36.2% están contratados. El 85.5% trabaja de manera presencial y el 14.5% ambas, presencial y virtual. Finalmente, el 47.8% de los encuestados tienen 21 a 35 años de servicio, el 29% de 11 a 20 años y el 23.2% de 3 a 10 años.

Procedimiento

Una vez aprobado el tema de investigación, se procedió a presentar dicho proyecto a los directores de las instituciones educativas que fueron evaluadas. Se redactó el consentimiento informado y los cuestionarios de forma virtual en la plataforma *Google Forms* y una vez culminado, en coordinación con los directores de las instituciones educativas se decidió las fechas y las horas de la recolección de datos. La recolección de datos se realizó en el año 2022, como se mencionó, se llevó de modo virtual por criterio de los directores de las instituciones. Finalmente, se tabuló las respuestas en un documento de Excel.

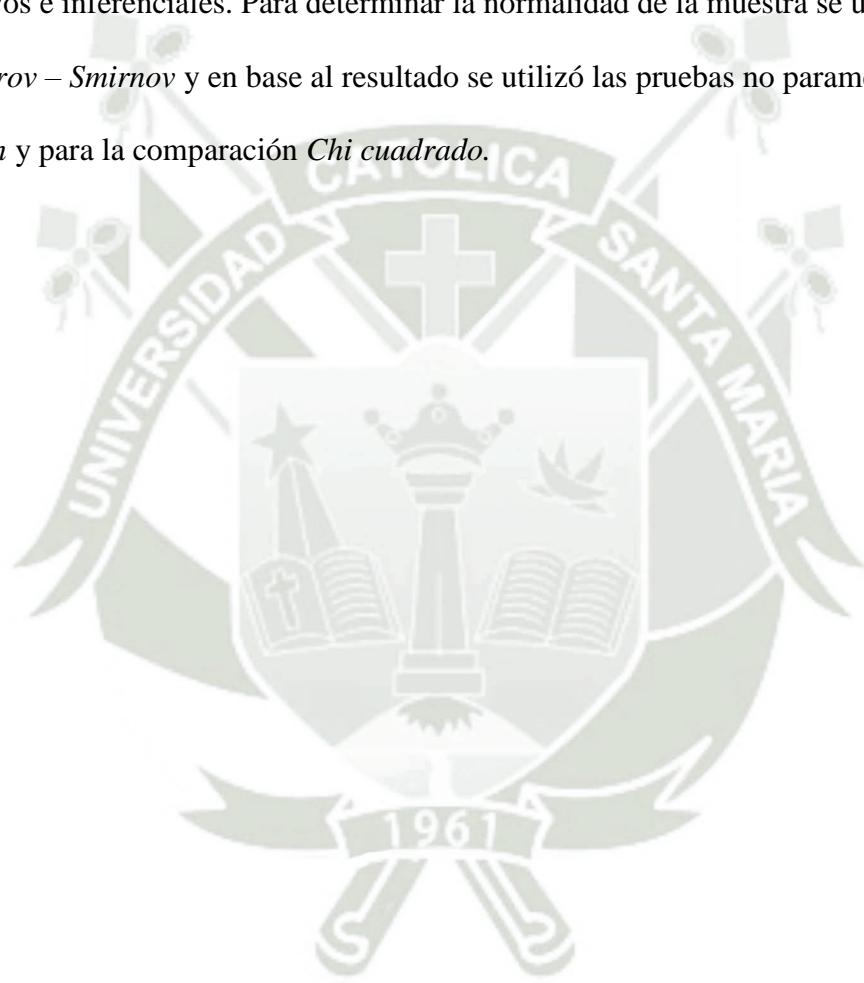
Consideraciones éticas

En esta investigación se tomó en cuenta los principios éticos en su totalidad, de modo que se contó con la autorización de todas las instituciones donde fueron aplicados los instrumentos. Los instrumentos de esta investigación están validados en Perú, se presentó el consentimiento informado a cada uno de los participantes, para que de este modo cuenten con información necesaria sobre el porqué de la investigación. Cabe resaltar que, si bien se tomó en cuenta un total de instituciones, la participación de cada docente para esta investigación fue voluntaria. Las informaciones obtenidas en los cuestionarios son en su totalidad

confidenciales, siendo así que los datos obtenidos en esta investigación fueron usados exclusivamente con fines investigativos. La investigación fue realizada con total transparencia, siendo así que los resultados obtenidos son verídicos.

Análisis de datos

Se utilizó el programa estadístico del SPSS versión 26, donde se obtuvieron los datos descriptivos e inferenciales. Para determinar la normalidad de la muestra se usó la prueba de *Kolmogorov – Smirnov* y en base al resultado se utilizó las pruebas no paramétricas como *Spearman* y para la comparación *Chi cuadrado*.



CAPÍTULO III. RESULTADOS

Resultados

A continuación, se presentan los resultados luego del procesamiento de datos:

Tabla 2

Niveles de las dimensiones e Inteligencia Emocional

	Autoconocimiento, control y habilidad empática		Manejo inadecuado de emociones		Emotividad negativa		Inteligencia emocional	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Baja	1	1.4	7	10.14	8	11.59	5	7.25
Media	10	14.5	33	47.83	35	50.72	52	75.36
Alta	58	84.1	29	42.03	26	37.68	12	17.39
Total	69	100	69	100	69	100	69	100

En la tabla 2 se muestra que el 84.1% de los docentes poseen niveles altos de autoconocimiento, control y habilidad empática, un 14.5% en nivel medio y el 1.4% en bajo. Un 47.8% presenta nivel medio en manejo inadecuado de emociones, el 42.03% en niveles altos y el 10.14% en nivel bajo. Un 50.7% un nivel medio en emotividad negativa, el 37.6% en niveles altos y el 11.5% en nivel bajo. Así mismo se muestra que el 75.3% de los docentes poseen una inteligencia emocional en nivel medio, eso quiere decir que los docentes poseen la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emoción; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; así mismo la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional y la capacidad para regular las emociones. Por otro lado, el 17.3% en nivel alto y el 7.2% en nivel bajo.

Tabla 3

Niveles de las dimensiones y Síndrome de burnout

	Agotamiento emocional		Despersonalización		Realización personal		Síndrome de burnout	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Baja	50	72.5	66	95.7	63	91.3	58	84.1
Media	14	20.3	0	0.0	0	0.0	10	14.5
Alta	5	7.2	3	4.3	6	8.7	1	1.4
Total	69	100	69	100	69	100	69	100

En la tabla 3 se observa que el 84.1% de los docentes poseen el síndrome de burnout en nivel bajo, lo que quiere decir que, hay una leve presencia de agotamiento emocional, falta de empatía con los otros miembros de trabajo y el trabajo no es considerado como negativo para ellos. También se observa que el 7.2% de los docentes presentan niveles altos de agotamiento emocional, un 72.5% en nivel bajo y el 20.3% en nivel medio. El 95.7% en la dimensión despersonalización poseen niveles bajos y el 4.3% niveles altos. Por otro lado, en la baja realización personal el 91.3% está en niveles bajo y el 8.7% en niveles altos.

Tabla 4

Tabla descriptiva de inteligencia emocional según género con Chi cuadrado

	Masculino		Femenino	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Baja	1	2.90%	4	11.80%
Media	27	77.10%	25	73.50%
Alta	7	20%	5	14.70%
Total	35	100%	34	100%

$(\chi^2)=2.196; p=.333$

En la tabla 4 se realizó la prueba de chi cuadrado para inteligencia emocional según el sexo, se observa que el *p* valor excede el .05, por lo que no existen diferencias significativas entre hombres y mujeres; esto quiere decir que el sexo no es un factor que influya al desarrollo de la inteligencia emocional, también se observa que en los varones es ligeramente mayor la inteligencia emocional que es en las mujeres.

Tabla 5

Tabla descriptiva de inteligencia emocional según edades con Chi cuadrado

	Menores de 40		Mayores de 40	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Baja	3	21.40%	2	3.60%
Media	9	64.30%	43	78.20%
Alta	2	14.30%	10	18.20%
Total	14	100.00%	55	100.00%

$(\chi^2)=5.258; p=.072$

En la tabla 5 se realizó la prueba de *chi cuadrado* para inteligencia emocional según las edades, se observa que el *p* valor excede el .05, por lo que no existen diferencias significativas entre los 2 diferentes grupos de edades; esto quiere decir que, la edad no es un factor que influya al desarrollo de la inteligencia emocional.

Tabla 6

Tabla descriptiva de inteligencia emocional según estado civil con Chi cuadrado

	Soltero		Casado		Conviviente		Divorciado		Viudo	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>F</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Baja	2	10%	2	5.40%	1	12.50%	0	0.00%	0	0.00%
Media	13	65%	28	75.70%	7	87.50%	3	100%	1	100%
Alta	5	25.00%	7	18.90%	0	0.00%	0	0.00%	0	0.00%
Total	20	100.00%	37	100.00%	8	100.00%	3	100.00%	1	100.00%

$(\chi^2)=4.543; p=.0805$

En la tabla 6 se aplicó la prueba de *chi cuadrado* para la inteligencia emocional según el estado civil en la cual se observa que el *p* valor excede el .05, por lo que no existen diferencias significativas, es decir el estado civil no va a influir en el desarrollo de la inteligencia emocional.

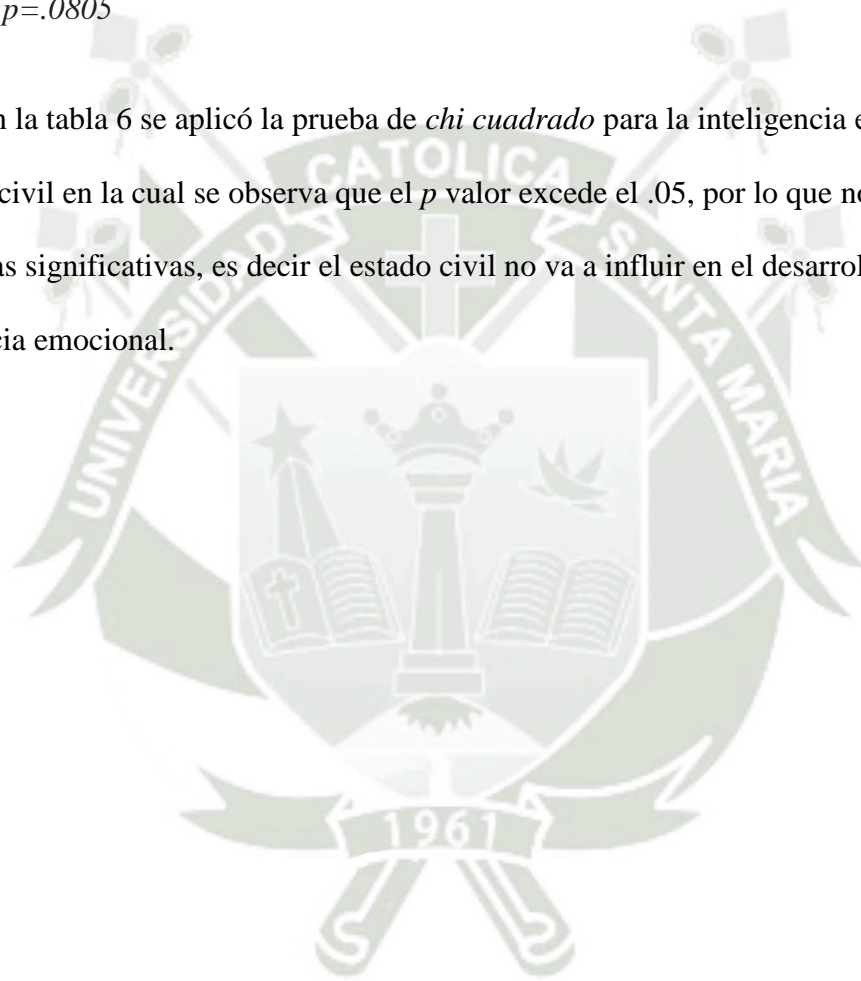


Tabla 7

Tabla descriptiva de inteligencia emocional según los años de servicio con Chi cuadrado

	0 a 10 años		11 a 20 años		21 año a más	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Baja	2	12.50%	1	5.00%	2	6.10%
Media	12	75%	15	75.00%	25	75.80%
Alta	2	12.50%	4	20.00%	6	18.20%
Total	16	100.00%	20	100.00%	33	100.00%

$(\chi^2)=1.124; p=.890$

En la tabla 7 se aplicó la prueba de *chi cuadrado* para la inteligencia emocional según el estado civil en la cual se observa que el *p* valor excede el .05, por lo que no existen diferencias significativas, es decir la cantidad de años trabajando no van a influir en el desarrollo de la inteligencia emocional.

Tabla 8

Tabla descriptiva de inteligencia emocional según modalidad de trabajo con Chi cuadrado

	Nombrado		Contratado	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Baja	2	4.50%	3	84.00%
Media	32	72.70%	20	16.00%
Alta	10	2.30%	2	0.00%
Total	44	100%	25	100%

$(\chi^2)=3.323; p=.190$

En la tabla 8 se aplicó la prueba de *chi cuadrado* para la inteligencia emocional según la modalidad de trabajo y se observa que el *p* valor excede el .05, por lo que no existen diferencias significativas, es decir que el tipo de contrato no va a influir en el desarrollo de la inteligencia emocional.

Tabla 9

Tabla descriptiva de inteligencia emocional según el tipo de trabajo con Chi cuadrado

	Presencial		Ambos	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Baja	2	3.40%	3	30.00%
Media	47	79.70%	5	50.00%
Alta	10	16.90%	2	20.00%
Total	59	100%	10	100%

$(\chi^2)=9.400$ $p=.009$

En la tabla 9 se aplicó la prueba de *chi cuadrado* para inteligencia emocional según el tipo de trabajo y se observa que el *p* valor no excede el .05, por lo que existen diferencias significativas los 2 grupos, por lo tanto, si el trabajo es presencial o virtual, influirá en el desarrollo de inteligencia emocional.

Tabla 10

Tabla descriptiva de síndrome de burnout según género con Chi cuadrado

	Masculino		Femenino	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Baja	31	88.60%	27	79.50%
Media	4	11.40%	6	17.60%
Alta	0	0%	1	2.90%
Total	35	100%	34	100%

$(\chi^2)=1.662; p=.436$

En la tabla 10 se realizó la prueba de chi cuadrado para síndrome de burnout según el sexo y se observa que el *p* valor excede el .05, por lo que no existen diferencias significativas entre hombres y mujeres; por lo tanto, el sexo no influye en la presencia del síndrome de burnout. Finalmente se observa que el síndrome de burnout se presenta más en mujeres que en varones.

Tabla 11

Tabla descriptiva de síndrome de burnout según edades con Chi cuadrado

	Menores de 40		Mayores de 40	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Baja	8	57.10%	50	90.90%
Media	5	35.70%	5	9.10%
Alta	1	7.10%	0	0.00%
Total	14	100.00%	55	100.00%

$(\chi^2)=10.900; p=.004$

En la tabla 11 se aplicó la prueba de *chi cuadrado* para síndrome de burnout según las edades y se observa que el *p* valor no excede el .05, por lo que existen diferencias significativas los 2 grupos de edades, por lo tanto, la edad del trabajador si influye en el desarrollo del síndrome de burnout.

Tabla 12

Tabla descriptiva de síndrome de burnout según estado civil con Chi cuadrado

	Soltero		Casado		Conviviente		Divorciado		Viudo	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Baja	17	85.00%	31	83.80%	6	75.00%	3	100%	1	100%
Media	3	15.00%	6	16.20%	1	12.50%	0	0.00%	0	0.00%
Alta	0	0.00%	0	0.00%	1	12.50%	0	0.00%	0	0.00%
Total	20	100.00%	37	100.00%	8	100.00%	3	100.00%	1	100.00%

$(\chi^2)=4.543; p=.0805$

En la tabla 12 se aplicó la prueba de *chi cuadrado* para síndrome de burnout según el estado civil y se observa que el *p* valor excede el .05, por lo que no existen diferencias significativas, es decir el estado civil no va a influir en el desarrollo del síndrome de burnout.

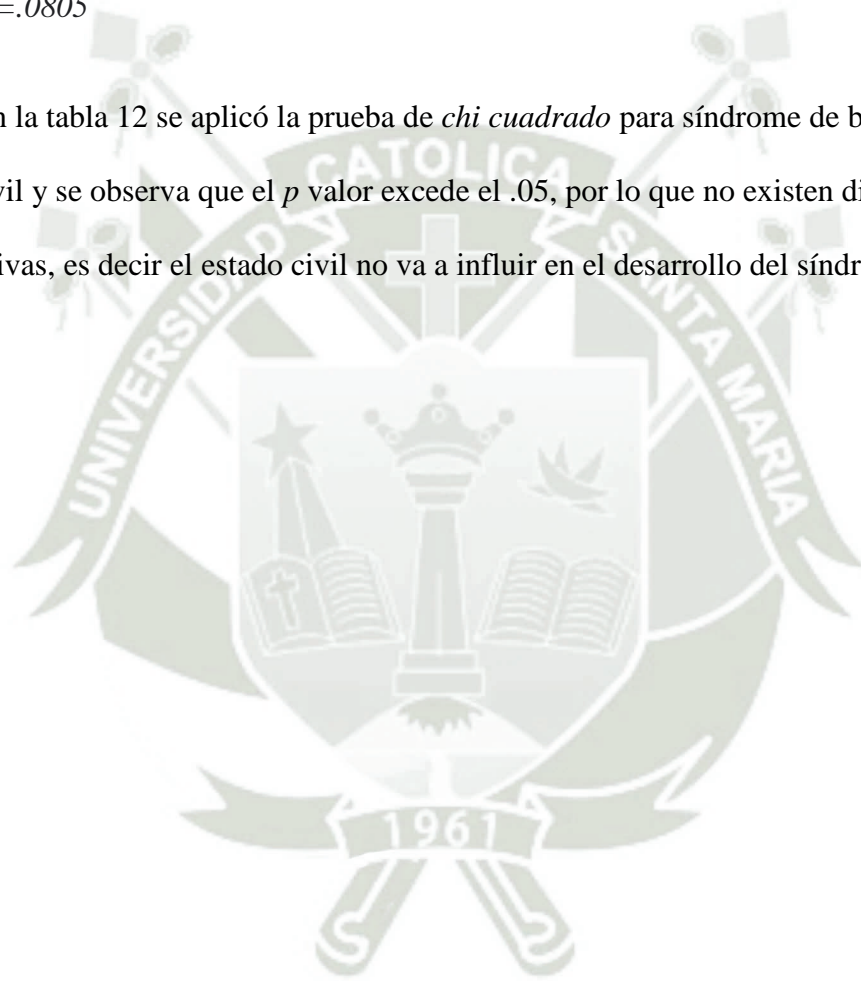


Tabla 13

Tabla descriptiva de síndrome de burnout según los años de servicio con Chi cuadrado

	0 a 10 años		11 a 20 años		21 año a más	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Baja	12	75.00%	16	80.00%	30	90.90%
Media	4	25.00%	3	15.00%	3	9.10%
Alta	0	0.00%	1	5.00%	0	0.00%
Total	16	100.00%	20	100.00%	33	100.00%

$(\chi^2)=4.716; p=.318$

En la tabla 13 se aplicó la prueba de *chi cuadrado* para síndrome de burnout según los años de servicio y se observa que el *p* valor excede el .05, por lo que no existen diferencias significativas, es decir la cantidad de años trabajando no van a influir en el desarrollo del síndrome de burnout.

Tabla 14

Tabla descriptiva de síndrome de burnout según la modalidad de trabajo con Chi cuadrado

	Nombrado		Contratado	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Baja	37	84.10%	21	84.00%
Media	6	13.60%	4	16.00%
Alta	1	2.30%	0	0.00%
Total	44	100%	25	100%

$(\chi^2)=.630; p=.730$

En la tabla 14 se aplicó la prueba de *chi cuadrado* para síndrome de burnout según la modalidad de trabajo en la cual se observa que el *p* valor excede el .05, por lo que no existen diferencias significativas, es decir que el tipo de contrato no va a influir en el desarrollo del síndrome de burnout.

Tabla 15

Tabla descriptiva de síndrome de burnout según el tipo de trabajo con Chi cuadrado

	Presencial		Ambos	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Baja	52	88.10%	6	60.00%
Media	6	10.20%	4	40.00%
Alta	1	1.70%	0	0.00%
Total	59	100%	10	100%

$(\chi^2)=6.225$ $p=.004$

En la tabla 15 se aplicó la prueba de *chi cuadrado* para el síndrome de burnout según el tipo de trabajo y se observa que el *p* valor no excede el .05, por lo que existen diferencias significativas los 2 grupos, por lo tanto, si el trabajo es presencial o virtual, influirá en el desarrollo de burnout.

Tabla 16

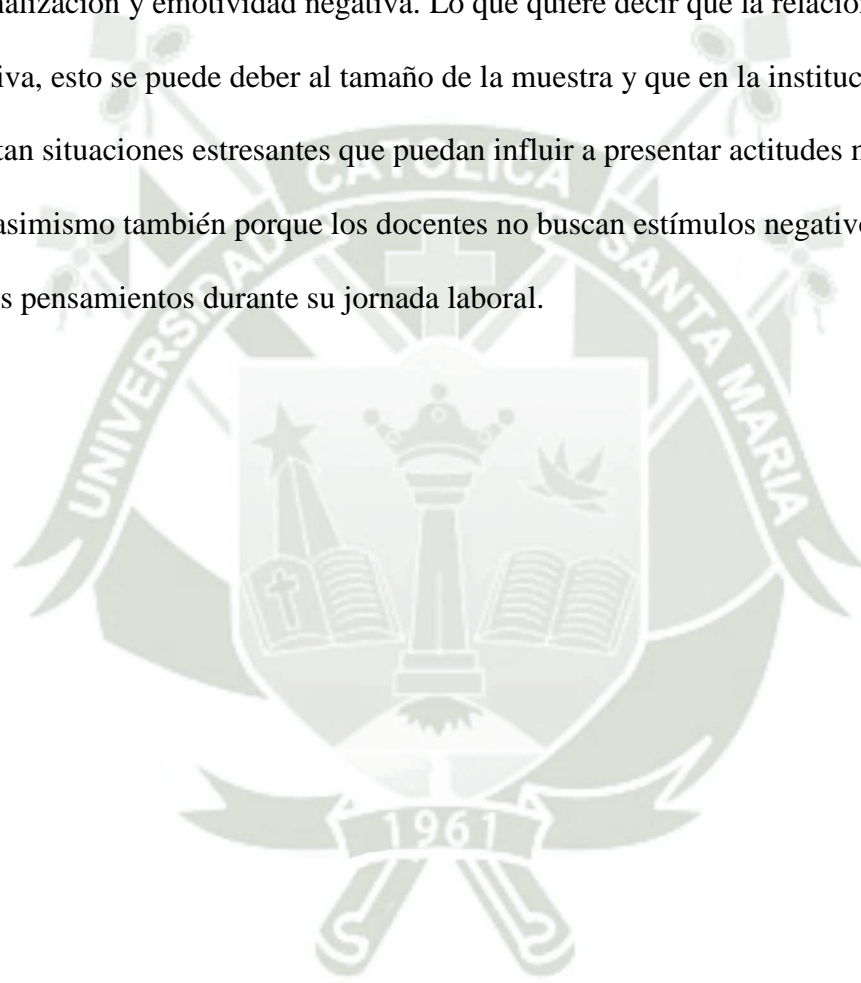
Correlación de Spearman entre inteligencia emocional y síndrome de burnout

	Autoconocimiento, control y habilidad empática	Manejo Inadecuado de emociones	Emotividad Negativa	Inteligencia Emocional	Agotamiento emocional	Despersonalización	Realización personal	Síndrome de burnout
1. Autoconocimiento, control y habilidad empática	—							
2. Manejo inadecuado de emociones	0.228	—						
3. Emotividad negativa	0.104	0.39***	—					
4. Inteligencia emocional	0.647***	0.687***	0.717***	—				
5. Agotamiento emocional	-0.192	-0.355**	-0.419***	-0.437***	—			
6. Despersonalización	-0.187	-0.306*	-0.183	-0.299*	0.262*	—		
7. Realización personal	-0.427***	-0.392***	-0.255*	-0.485***	0.436***	0.371**	—	
8. Síndrome de burnout	-0.318**	-0.421***	-0.356**	-0.499***	0.899***	0.482***	0.701***	—

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

En la tabla 16 se muestra que existe una correlación significativa, inversa y moderada entre inteligencia emocional y síndrome de burnout ($Rho = -.499$; p valor $< .05$), lo que significa que el síndrome de burnout disminuye ante una mejor manera de conectar con las personas, forjar relaciones empáticas, comunicar de manera efectiva, resolver conflictos y expresar mejor los sentimientos. También se muestra que existe una relación significativa, inversa y moderada ($Rho = -.437$; p valor $< .05$) entre inteligencia emocional y agotamiento emocional, lo que significa la inteligencia emocional aumenta si los sentimientos de agotamiento emocional y laboral disminuye y viceversa. También se observa una relación significativa, inversa y débil ($Rho = -.299$; p valor $< .05$) entre inteligencia emocional y despersonalización, esto demuestra que, si los sentimientos y actitudes negativas hacia el trabajo aumentan, se puede ver afectada la capacidad de regular emociones que engloba la inteligencia emocional. Finalmente existe una relación significativa, inversa y moderada

($Rho = -.437$; $p \text{ valor} < .05$) entre inteligencia emocional y baja realización personal, por lo que una mejor manera de conectar con las personas, forjar relaciones empáticas, comunicar de manera efectiva, resolver conflictos y expresar mejor los sentimientos, reducirá la tendencia a autoevaluarse negativamente dentro del ámbito laboral. . No se encontró relación entre agotamiento emocional y autoconocimiento; entre despensalización y autoconocimiento y despensalización y emotividad negativa. Lo que quiere decir que la relación no es significativa, esto se puede deber al tamaño de la muestra y que en la institución educativa no se presentan situaciones estresantes que puedan influir a presentar actitudes negativas en el docente, asimismo también porque los docentes no buscan estímulos negativos que puedan afectar sus pensamientos durante su jornada laboral.



Discusión

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la correlación entre la inteligencia emocional y el síndrome de burnout en los docentes del distrito de la Joya, de acuerdo a lo encontrado, existe una relación significativa, por lo que se puede afirmar la hipótesis de la investigación. Este resultado es similar al encontrado en Álvarez et al., (2022), donde investigó y encontró una correlación entre la inteligencia emocional y el síndrome de burnout en docentes de Puno. El autor llega a la conclusión que los docentes al mantener actitudes positivas y óptimas ante el estrés podrían afrontar asertivamente situaciones adversas o críticas; evidenciando así un equilibrio emocional, adaptabilidad, tolerancia, y también una satisfacción en las labores que desempeña con los estudiantes y sus compañeros de trabajo. En esta misma línea Martínez y Concha (2018), en su estudio sobre síndrome de burnout e inteligencia emocional en docentes, encontraron una correlación inversa y moderada entre las variables. Las autoras concluyen que los docentes al presentar altos niveles de inteligencia emocional se destacaron por sus habilidades de auto control, auto conocimiento y empatía por lo que es menor el riesgo a padecer síndrome de burnout.

La incertidumbre vivida en el periodo de pandemia del año 2020, exacerbó los niveles de estrés docente debido a los cambios radicales en la metodología de enseñanza; aunque este estudio fue aplicado en el año 2022, la metodología que utilizaban los docentes seguía siendo virtual y presencial.

En contra posición a estos resultados está el estudio realizado en docentes de educación primaria por Benítez et al. (2020), donde no encontraron una relación significativa entre las variables; según las autoras esto se debe a que los docentes no presentan una clara comprensión sobre sus emociones negativas propias y ajenas, por lo tanto, es más difícil de reconocer cuando el trabajo está afectando negativamente a su capacidad mental y emocional o la de los pares.

También se encontraron niveles medios de inteligencia emocional en los docentes, por lo que se puede encontrar similitud con lo encontrado por Reyes (2020) en su estudio sobre inteligencia emocional en docentes donde también obtuvo niveles medios (56%). La autora menciona que esto les permite a los docentes la habilidad de expresar, valorar, expresa, regular y comprender las emociones y sentimientos, tanto las propias como las ajenas.

También Goleman (2008), menciona que una de las principales habilidades que se debe desarrollar en el ámbito educativo es el auto control, pues permite dominar los sentimientos y saber expresarlos en el momento adecuado; así como desarrollar la motivación para saber enfrentar situaciones adversas y por consecuencia, logren mejorar las habilidades sociales con el entorno y forjen la empatía. Esto también es respaldado por Extremera y Fernández (2004), donde recalcan la importancia de que el docente desarrolle la inteligencia emocional, ya que no solo le va a permitir conseguir alumnos emocionalmente más preparados, sino que además forjarán habilidades de afrontamiento a situaciones de estrés laboral y manejar adecuadamente las respuestas negativas que constantemente surgen con los compañeros, los padres, la familia, los hijos y los propios alumnos.

Así mismo se identificó que los niveles del síndrome de burnout son bajos en los docentes. Apoyando este resultado esta la investigación por Sánchez (2019) que tuvo como objetivo analizar la prevalencia del síndrome de burnout en los docentes de educación básica, encontrando un 4.8% de prevalencia de burnout. El autor menciona que a pesar de que representa un nivel bajo, más adelante podrían constituir una población de riesgo para padecerlo ya que la edad y la infraestructura de la institución eran factores predisponentes a empeorar los síntomas de agotamiento emocional y baja realización personal. Por otro lado, los resultados se contraponen a los resultados encontrados por Arias y Jiménez (2013) en su estudio en docentes de educación básica regular, pues encontraron que el 93.7% de los encuestados poseen niveles medios de síndrome de burnout. Los autores mencionan que la

docencia suele ser una de las profesiones más estresantes y que las principales fuentes de estrés son la falta de tiempo, el excesivo número de alumnos por clase, la mala conducta de los estudiantes, el desinterés de los padres respecto a sus hijos, la falta de motivación del estudiante y los trámites burocráticos que presenta la institución. En esta misma línea Fernández (2002) mencionan que en Perú los docentes experimentan el síndrome de burnout por las constantes multitareas y desafíos que representa el ámbito académico. Muchos de ellos se encuentran en situaciones de tensión y sin motivación que afecta directamente el desempeño laboral; así mismo el autor observó niveles altos en las dimensiones de baja realización personal, ya que los docentes que trabajan para el estado suelen ver su trabajo como un desarrollo personal y profesional, en cambio, los docentes que laboran en colegios particulares, perciben el contexto social y económico como limitante para su desarrollo profesional.

Existe una relación significativa entre la dimensión de agotamiento emocional e inteligencia emocional. Estos resultados son similares a los encontrados en Valeriano (2022), donde también encontró una relación inversa entre las dimensiones de agotamiento e inteligencia emocional. La autora menciona esto puede darse en los docentes ya que emotivi como aquellas exigidas por la pandemia, pues afecta directamente a su capacidad de entendimiento y expresión de emociones. También Extremera y Fernández (2004) y Martínez (2007), mencionaron que la sobrecarga laboral en los docentes genera dificultades para atender, comprender y manifestar correctamente sus emociones; esto también puede conllevar a un distanciamiento afectivo sobre si mismos, lo que hará que repriman sus emociones y su capacidad de respuestas acertadas a las demandas del entorno educativo.

Existe una relación significativa entre la dimensión de la despersonalización y la inteligencia emocional. Valeriano (2022) también encontraron una relación inversa entre la

despersonalización e inteligencia emocional, la autora resalta que la mayoría de los docentes expresan actitudes negativas, insensibles y despreocupadas con su trabajo y con sus pares.

Por lo tanto, el hecho de reconocer emociones interiorizarlas, expresarlas y reconocerlas se dificulta y causa una sobre carga afectiva e intelectual. También Reyes (2020) encontró una relación inversa entre las variables afirman que padecer de burnout es el resultado de un severo estrés latente en el entorno laboral, donde cada día se convive con situaciones inesperadas que agotan emocionalmente al educador y aparecen sentimientos negativos y de rechazo hacia las personas con las que se trabaja diariamente.

Existe una relación significativa entre la dimensión de baja realización personal e inteligencia emocional; lo cual demuestra que una elevada auto evaluación negativa de los profesionales con respecto a su trabajo, genera mayor insatisfacción con sus resultados laborales, por lo tanto, la inteligencia emocional disminuye y con ella la capacidad de crecimiento intelectual y emocional. Esto es similar a lo encontrado en Valeriano (2022), que encuentra una relación inversa entre la baja realización personal y la inteligencia emocional en docentes. La autora menciona que esto se justifica debido a que los docentes que son capaces de reconocer y expresar emociones, desarrollan una mejor estabilidad emocional por lo que genera satisfacción y sentimientos de éxito con respecto a su trabajo. Bisquerra et al. (2015) menciona que los tiempos libres durante la jornada laboral y los talleres de enseñanza a los maestros, mejora la autoevaluación con respecto a su trabajo, permite a los docentes, alcanzar y obtener logros que tengan sentido dentro de su trabajo.

En esta investigación no se encontraron diferencias significativas en la inteligencia emocional según el sexo, esto se puede deber a que la inteligencia emocional es una habilidad que puede desarrollar cualquier persona y no está sujeta al género. Estos resultados son diferentes a los encontrados en Huanca (2012) ya que, en su estudio de inteligencia emocional en docentes, las mujeres obtuvieron mayores puntuaciones que los varones. La

autora menciona que las profesoras han desarrollado una mejor flexibilidad y solución de problemas, donde hay una mayor empatía y capacidad de expresar emociones. En esta misma línea Aitor et al. (2012) en su estudio sobre inteligencia emocional, demostró que las mujeres se identificaban en mayor medida que los hombres con rasgos de identidad expresivos asociados a las competencias de inteligencia emocional, especialmente en competencias para el estudio y aprendizaje.

En esta investigación no se encontraron diferencias significativas en el síndrome de burnout según el sexo, se puede deber a que la percepción, la expresión del estrés y el burnout pueden variar entre individuos, independientemente de su género, debido a diferencias individuales en la forma en que las personas experimentan y gestionan el estrés; sin embargo, se puede observar que el síndrome de burnout en las mujeres es ligeramente más atenuado que en los varones. Estos similares a los encontrados en Gonzales et al. (2015) ya que el síndrome de burnout se hace más presente en mujeres solteras y sin hijos. De igual manera Pérez et al, (2021), las mujeres de su estudio obtuvieron bajos niveles de síndrome de burnout, donde en las docentes se pudo observar niveles bajos de agotamiento emocional y carga laboral. Por otro lado, estos resultados se contraponen a los de Arias y Jiménez (2013), ya que ellos encontraron una mayor prevalencia de síndrome de burnout en varones con 10 años de tiempo enseñando, con leve agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal. Esto último, afecta directamente a los docentes ya que, al no haber una buena aceptación de la carrera en estos últimos decenios, fomentan la desmotivación y la visión negativa de su trabajo.

Se encontraron diferencias significativas en el síndrome de burnout según las edades. Según Cuenca y O'hara (2006), la edad es un factor que modifica la respuesta al estrés por lo tanto puede influir en el modo que se percibe y se experimenta el estrés, encontrando así en su población de docentes que el grupo de edades entre los 40 a 65 presentaban un nivel bajo

de agotamiento emocional y de despersonalización, mientras que en la dimensión de realización personal obtuvieron los mayores puntajes de prevalencia en el nivel alto. No obstante, en el grupo de 20 a 29 años, el 57% se encontraban en un nivel moderado de agotamiento emocional; mientras que en las dimensiones de despersonalización más de la mitad estaba en los niveles bajos de puntuación y tenían prevalencias mayores en puntajes altos de realización personal. Concluyeron que la edad se relaciona con la experiencia debido a que los docentes más jóvenes perciben y experimentan el estrés en mayores niveles debido a la falta de experiencia entre otros factores.

En caso del estado civil no se encontraron diferencias en la inteligencia emocional, esto se puede presentar así ya que la inteligencia emocional es una capacidad que se relaciona principalmente con la habilidad de reconocer, comprender y gestionar las emociones, tanto propias como ajenas. Estos resultados se contraponen a los encontrados por Salinas (2020) quien encontró diferencias significativas en la inteligencia emocional según el estado civil de los docentes, por lo que se puede afirmar que aquellos que están casados o llevan más tiempo conviviendo, son más capaces de desarrollar la parte de empatía y entendimiento al otro; a diferencia de los que están solteros, pues ellos presentan niveles más bajos. La autora comenta que esta capacidad de desarrollo de la comprensión se va desarrollando con el tiempo es por ello que los que están casados tienen esta habilidad más desarrollada y refuerza la relación de pareja, en contraste a los que aún se mantienen solteros.

Así mismo no se encontró diferencias significativas en cuanto al estado civil y el síndrome de burnout, es decir si son solteros, casados, viudos o divorciados, no va a influir en la aparición de la variable. Esto se puede dar porque el síndrome de burnout se asocia más con factores laborales, como la sobrecarga de trabajo, la falta de apoyo en el entorno laboral, la falta de control sobre el trabajo y otros factores estresantes laborales, en lugar de factores relacionados con el estado civil. Esto resulta similar a lo encontrado en Molina et al. (2015)

quienes no hallaron diferencias significativas en el estado civil, a pesar que en varios estudios se ha demostrado que este dato sociodemográfico está relacionado con el Burnout. Según los autores esto puede deberse a que, en ambos casos, tanto hombres como mujeres, presentan niveles altos de agotamiento, despersonalización y en cuanto a sus niveles de logro personal; manifiestan que los docentes no se ven afectados por su condición de varones o mujeres. Estos resultados difieren con los encontrados por Rodríguez y Sánchez (2018) pues cuando buscaron hallar diferencias significativas entre el estado civil y el burnout en docentes; los autores encontraron que existían diferencias significativas solteros y casados, especialmente en el componente de realización personal. Esto puede deberse a que los docentes casados y divorciados son los que se sienten más realizados a nivel personal y debido a su grado de madurez alcanzado, han adquirido mejores estrategias de afrontamiento ante los problemas; en comparación a los solteros y viudos.

En cuanto a los años de servicio no se encontraron diferencias significativas en la inteligencia emocional. Esto significa que los años de servicio de docencia pueden proporcionar experiencias y oportunidades para aprender a manejar situaciones emocionales en un entorno de trabajo específico, pero esto no significa que alguien que tiene más años de servicio sea automáticamente más inteligente emocionalmente que alguien con menos experiencia. De igual manera Sampertegui y Alvarado (2022) encontraron que aquellos docentes que poseían mayores años de servicio, es decir entre 10 años a más o los que tenían casi igual a 5 años de servicio no mostraban diferencias significativas. Los autores mencionan que esto puede deberse a que ambos grupos poseen niveles adecuados de comprensión de sentimientos (54.5%) y regulación emocional (72.7%); es decir, la cantidad menor de docentes con mayor experiencia laboral que participan en ambos estudios o los años de experiencia laboral, no parecen tener influencia. A diferencia de Salinas (2020), quien encontró diferencias significativas en el desarrollo de la inteligencia emocional con respecto a

los años de servicio; la autora menciona que aquellos docentes que tenían entre 5 a 10 años de experiencia poseían niveles más bajos, los que están entre los 11 años a 26, mostraron una tendencia media; sin embargo, los que superaban los 27 años poseían mayores puntuaciones en inteligencia emocional. Goleman (2000) refuerza esta idea pues el menciona que con el transcurrir de los años se adquieren mayores habilidades personales y sociales.

De igual manera no se encontró diferencias significativas en el síndrome de burnout según los años de servicio. Esto puede deberse a factores individuales, carga laboral, percepción del ambiente laboral, formas de intervención y estrategias de afrontamiento que los docentes manejan de manera individual. Se encuentran diferentes resultados en Molina et al. (2015) quienes hallaron diferencias significativas en agotamiento emocional, despersonalización y logro personal según los años de servicio que el docente indicó tener. Aluden los autores que esto se debe a que los docentes con mayor antigüedad laboral tienen una mayor prevalencia a desarrollar niveles más altos de burnout, por otro lado, explican que, en cuanto al logro personal, aquellos que tienen menos años en el campo laboral poseen un mayor sentido de realización personal. Estos resultados difieren de los de Rodríguez y Sánchez (2018) ya que lograron hallar diferencias significativas en el burnout según los años de experiencia de los docentes. Ellos mencionan que aquellos que ejercían su labor menos de 5 años son los que presentaban mayores niveles de distorsión con el entorno laboral, realización personal y laboral; por otro lado, docentes que ejercían entre 16 y 20 años se encontraban más realizados a nivel laboral y personal.

No se encontraron diferencias significativas la inteligencia emocional y la modalidad de trabajo; en los docentes se puede notar que la modalidad de trabajo, ya sea trabajo a tiempo completo, a tiempo parcial, trabajo independiente o teletrabajo, en sí misma no debería ser un factor determinante en las diferencias en la inteligencia emocional. Esto es similar a lo encontrado por Aguado (2016), donde por medio de una prueba de chi cuadrado

observó que los valores superaban el 0.05 por lo que se pudo concluir que, si son nombrados o contratados, no va a influenciar en el desarrollo de la inteligencia emocional. Menciona que esto se debe a que en ambos grupos la inteligencia emocional es baja; es decir los docentes tienen problemas en comprender y expresar sus emociones, poseen dificultades a nivel social, no se perciben realizados, hay poco control y dominio de las situaciones de estrés; lo cual los predispone a tener niveles bajo de optimismo, felicidad y bienestar psicológico. Esto se contraponen con la investigación realizada por Extremera y Fernández (2004) que mencionan que los docentes al estar expuestos ante diversos factores organizacionales y sociales como la sobre carga de trabajo, presiones temporales, la modalidad de trabajo, escasez de recursos y tantos otros relacionados al alumnado; hacen que desarrollen habilidades para hacer frente y poder evitar situaciones de alto estrés que conlleven a un síndrome de burnout. Por ello los autores mencionan que la inteligencia emocional sirve como una estrategia de afrontamiento ante factores que dejan vulnerable la salud mental y física del docente; especialmente cuando el tipo de contrato y exigencia por parte de la institución, superan las capacidades y ponen al límite los recursos del docente.

No se encontraron diferencias significativas en el síndrome de burnout según la modalidad de trabajo. Si bien es cierto que el síndrome de burnout no está exclusivamente relacionado con la modalidad de trabajo, existen factores individuales y laborales que pueden influir en la prevalencia del burnout en diferentes modalidades de trabajo. Estos resultados contrastan con Cortez-Silva et al. (2021) donde se aprecia que los docentes que se encuentran nombrados poseen niveles más bajos en agotamiento emocional, despersonalización. Los autores mencionan que el 47.5% de los docentes contratados presentan un nivel más alto de despersonalización y baja realización personal (37.7%); esto puede deberse a los beneficios que ofrece la institución cuando los docentes están nombrados, pues hay una mayor motivación, autonomía y desempeño, por otro lado el renovar contratos constantemente,

como en el caso de los contratados, puede generar mayores niveles de preocupación, baja satisfacción laboral y en ocasiones, mostrar más sentimientos de frustración. En línea a estos resultados se observa en la investigación de Arias y Jiménez (2013) que existen diferencias significativas en el burnout según el tipo de trabajo y la institución a la que pertenecen los docentes, pues los autores mencionan que aquellos profesores que se encuentran enseñando en instituciones públicas se encuentran menos realizados que aquellos que pertenecen a instituciones particulares. Este dato resulta congruente ya que mientras los primeros docentes muestran mayor distanciamiento con los alumnos, en los segundos, están expuestos a más trabajo dentro y fuera de la escuela; por ello deviene en su baja realización personal, más aún si el sueldo que se recibe en las instituciones privadas es inferior y el tipo de contrato varía; a diferencia de las instituciones nacionales que el sueldo es más y se puede obtener un contrato por más tiempo.

Se encontraron diferencias significativas en la inteligencia emocional según el tipo de trabajo, es decir aquellos docentes que laboran de manera presencial y virtual poseen más altos niveles de inteligencia emocional, de aquellos que solo trabajan de manera presencial. Esto se contrapone a lo estudiado por Castañeda y Vargas (2021) ya que mencionan que la educación presencial ayuda al desarrollo de las habilidades sociales, tanto de los alumnos como los docentes, ya que, al haber un contacto directo, existe un factor humanizador que permite un mejor entendimiento de las necesidades de los alumnos, mejor manejo de emociones, mejor comprensión de sentimientos y resolución pronta de problemas que puedan presentarse en el momento. Por otro lado, según las autoras, la educación virtual debería presentarse como una solución pasajera ya que priva al docente de ganar experiencia en el manejo del alumno, reduce la capacidad de enseñanza porque se limita a los factores y recursos que están a la mano y reduce la capacidad de comunicación; por tanto, este tipo de enseñanza como sugieren también Abreu (2020), Zimmerman (2020) y Hodges et al. (2020),

debería tomarse como un recurso secundario con una duración máxima de 6 meses ya que si bien es cierto, se busca apoyar a los alumnos en las situaciones cotidianas y que continúen en con el aprendizaje en casa, también se les debe ayudar a desarrollar habilidades sociales para percibir, valorar y expresar sus emociones.

Se encontraron diferencias significativas en el síndrome de burnout según el tipo de trabajo, donde se observa que los que realizan un trabajo solo de manera presencial, presentan niveles más bajos de burnout (88.1%) a diferencia de los que trabajan de forma presencial y virtual. Estos resultados concuerdan con los hallados por Rodríguez y Sánchez (2018) pues hallaron diferencias significativas en el síndrome de burnout especialmente en las dimensiones relacionadas a la despersonalización, distorsión del entorno laboral, realización personal y laboral según el turno de trabajo. Los autores mencionan que esto se presenta más en docentes que trabajan en ambos turnos pues existe un esfuerzo adicional que se genera al trabajar en horarios donde no hay mucho tiempo libre y que, en consecuencia, implica una labor intelectual mayor; a diferencia de los que solo poseen un turno o modalidad pues al ser solo presencial, los espacios libres ayudan a la recreación y el cansancio emocional disminuye.

Conclusiones

Primera: Se encontró una correlación significativa, negativa y moderada entre inteligencia emocional y el síndrome de burnout, esto quiere decir que mientras haya un mejor desarrollo de la inteligencia emocional, el síndrome de burnout disminuye en los docentes de educación básica del distrito La Joya.

Segunda: Se identificaron los niveles medios de inteligencia emocional en los docentes por lo que se puede concluir que poseen una capacidad de comunicación asertiva, el reconocimiento y regulación de emociones y a su vez, desarrollar un crecimiento emocional e intelectual.

Tercera: Se identificó que los niveles del síndrome de burnout son bajos en los docentes, esto quiere decir que el agotamiento de energía y de recursos tanto personales como emocionales son bajos; así mismo no hay actitudes y sentimientos negativos hacia otros y el trabajador no se auto evalúa negativamente en su relación con otras personas y su labor.

Cuarta: Se encontró diferencias significativas en la inteligencia emocional según el tipo de trabajo; sin embargo, en cuanto al género, edad, estado civil, modalidad de trabajo y años de servicio no se hallaron diferencias significativas.

Quinta: Se encontró diferencias significativas en el síndrome de burnout según la edad y el tipo de trabajo; sin embargo, en cuanto al género, estado civil, modalidad de trabajo y años de servicio no se hallaron diferencias significativas.

Sugerencias

Primera: Se recomienda replicar este estudio en otras muestras o poblaciones similares ya que se obtuvieron datos significativos en los resultados. Esto con la finalidad de aportar a la comunidad académica con nuevas investigaciones y así poder ampliar las investigaciones en la región de Arequipa, especialmente realizando estudios comparativos donde se pueda conocer más a fondo la presencia del síndrome de burnout e inteligencia emocional en docentes que laboran en ciudad y docentes que laboran en zonas rurales.

Segunda: Al encontrarse niveles medios de inteligencia emocional, se sugiere a los directores de las instituciones educativas, mejorarlos por medio de talleres impartidos por el departamento de psicología, con la finalidad de promover el crecimiento intelectual y emocional del docente. para mejorar el servicio educativo, las relaciones interpersonales laborales, empatía y la autorregulación emocional.

Tercera: Al encontrar niveles bajos de síndrome de burnout en las instituciones educativas, se sugiere monitorear con una frecuencia trimestral en los docentes, y a su vez realizar talleres y/o capacitaciones sobre este tema, en búsqueda de una reducción de los niveles de este síndrome. A los docentes que ya padecen el síndrome, se les sugiere atención psicológica inmediata y a los que están en riesgo se sugiere la atención en un plazo no menor a un mes de encontrados los resultados anteriormente mencionados.

Cuarta: Al encontrarse una correlación significativa entre las dimensiones de agotamiento emocional, baja realización personal y despersonalización con inteligencia emocional; se sugiere fomentar actividades grupales dirigidas por un profesional de la salud mental para orientar, potenciar sus habilidades emocionales y las relaciones interpersonales a fin de intercambiar experiencias trabajo y mejorar la convivencia entre los docentes.

Quinta: Implementar un plan con estrategias de afrontamiento ante el síndrome de burnout para prevenir acciones que perjudiquen el desenvolvimiento personal y profesional

de los docentes de educación básica de la Joya, en coordinación de los directores y los especialistas de la UGEL, con los conocimientos de los resultados.



Limitaciones

Primera. Una de las limitaciones encontradas en el estudio fue el acceso a la población, pues el lugar de evaluación queda afuera de la ciudad y retraso los procesos de coordinación con el director de las instituciones.

Segunda. Otra limitación fue que la evaluación fue de manera digital, ya que los docentes no contaban con tiempo en horario de trabajo para poder contestar las pruebas, por la que no se pudo dar las indicaciones o aclarar las dudas que pudieron surgir con el llenado del cuestionario; así mismo el periodo de evaluación se extendió más de lo previsto.

Tercera. Al haber realizado un muestreo no probabilístico por conveniencia, no todos los docentes tuvieron la posibilidad de participar en el estudio en el momento de la evaluación por lo que solo llegó al número mínimo de la muestra para que esta sea representativa.

Referencias

Abarca, C., Ramírez, L. & Caycho, T. (2020). Inteligencia emocional y burnout en docentes de educación inicial de Ayacucho. *Apuntes Universitarios*, 10(2), 30–45.

<https://doi.org/10.17162/au.v10i2.438>

Abdulmir, S., Motahareh, M. y Rohollah, V. (2011). Relationship between emotional intelligence and burnout síndrome in sport teachers of secondary schools. *Procedia Social and Behavioral Sciences* 15 (2011) 1786–1791.

<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.04.003>

Abreu, F. (2011). Síndrome de agotamiento emocional en profesionales de la unidad de cuidados intensivos. *Multiciencias*, 11 (4). Recuperado de

<https://www.redalyc.org/pdf/904/90421972006.pdf>

Abreu, J. (2020). Tiempos de Coronavirus: La Educación en Línea como Respuesta a la Crisis. *International Journal of Good Conscience*, 15(1), 1-15. [http://www.spentamexico.org/v15-n1/A1.15\(1\) 1-15.pdf](http://www.spentamexico.org/v15-n1/A1.15(1) 1-15.pdf).

Aguado, J. (2016). *Inteligencia emocional en docentes de instituciones educativas de la ciudad de Pampa*, [Tesis de licenciatura]. Recuperado de:

<https://repositorio.uncp.edu.pe/handle/20.500.12894/4233>

Álvarez, Gutiérrez y Jorge (2022). *Inteligencia emocional y síndrome del burnout en docentes de una Universidad Pública de Puno, 2021 – I*. (Tesis de Maestría).

https://repositorio.utp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12867/5365/M.Alvarez_A.Gutierrez_D.Jorge_Trabajo_de_Investigacion_Maestria_2022.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Arias, W. y Ceballos, K. (2016). Análisis psicométrico del cuestionario de inteligencia emocional en adultos que trabajan en instituciones públicas y privadas de Arequipa.

Revista VÉRITAS, 16 (1), 3-7.

Arias, W. & Jiménez, N. (2013). Síndrome de burnout en docentes de educación básica regular de Arequipa. *Educación*, 22(42), pp. 53-76. Recuperado de <https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/educacion/article/view/5291/5288>

Arrabal, E. (2018). *Inteligencia Emocional*. Elearning, S.L.
<https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=bp18DwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA5&dq=articulos+de+inteligencia+emocional+&ots=RrEYkkm1Du&sig=abTtlSLOOgNbKHQKXluDM5G0ELI#v=onepage&q&f=false>

Ato, M., López, J. & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Scielo*. 29 (3). DOI: doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511

Benítez, D., Vázquez, L. y Navarrete A. (2020): Relación entre Inteligencia Emocional y Síndrome de Burnout. Caso de estudio: Escuela Primaria Leona Vicario de Tejupilco, Estado de México, *Revista de Investigación Latinoamericana en Competitividad Organizacional RILCO*, (7). <https://www.eumed.net/rev/rilco/07/inteligencia-emocional.html>

Bisquerra, R., Pérez, J. & García, E. (2015). *Inteligencia emocional en educación*. Editorial Síntesis. Recuperado de <https://www.sintesis.com/data/indices/9788490770788.pdf>.

Castañeda, K. & Vargas, A. En tiempos de pandemia: una mirada retrospectiva sobre la educación a distancia, virtual y remota de emergencia, así como sobre las buenas prácticas docentes. *Academia y virtualidad*. 14(1), pp. 13-22. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7959911>

Celio, J. (2021). Burnout y Satisfacción con la vida en docentes que realizan clases virtuales en un contexto de pandemia por covid-19. *Revista PURIQ*, 3(1), 185-212.
<https://doi.org/10.37073/puriq.3.1.142>

- Chernicoff, L. & Rodriguez, E. (2018). Autoconocimiento: una mirada hacia nuestro universo interno. *Didac* 72. <https://biblat.unam.mx/hevila/Didac/2018/no72/6.pdf>
- Contreras, F., Espinal, L., Pachón, Ana. y González, J. (2013). Burnout, liderazgo y satisfacción laboral en el personal asistencial de un hospital de tercer nivel en Bogotá. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 9 (1), 65-80. <https://www.redalyc.org/pdf/679/67926246009.pdf>
- Cortez-Silva, D., Campana, N., Huayana, N., & Aranda, J. (2021). Satisfacción laboral y síndrome de burnout en docentes durante el confinamiento por la pandemia COVID19. *Propósitos y Representaciones*, 9(3), e812. <http://www.scielo.org.pe/pdf/pyr/v9n3/2310-4635-pyr-9-03-e812.pdf>
- Cuchumbe, M. y Castilla, L. (2017). *Síndrome de Burnout y la Inteligencia Emocional en los docentes de la Fundación Universitaria los Libertadores*. [Tesis de Grado, Fundación Universitaria los Libertadores]. <https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/1642/cuchumbemiguel2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cuenca, R. & O' hará, J. (2006). *El estrés en los maestros: Percepción y realidad Estudio de casos en Lima Metropolitana*. Recuperado de http://www.repositorio.iep.org.pe/bitstream/handle/IEP/744/Cuenca_El_estres_de_los_maestros_percepcion_y_realidad.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Creciendo con las escuelas Rurales Multigrado del Perú (CREER). 2018. *Cifras sobre la educación rural en el Perú*. <https://www.grade.org.pe/creer/educacion-rural-en-el-peru/cifras/>
- Duque, J., García, M. y Hurtado, A. (2017). Influencia de la inteligencia emocional sobre las competencias laborales: un estudio empírico con empleados del nivel administrativo. *Estudios Gerenciales*, 33, 250-260. <https://doi.org/10.1016/j.estger.2017.06.005>

- Extremera, N. & Fernandez, P. (2004). La importancia de desarrollar la inteligencia emocional en el profesorado. *Universidad Málaga de España*. Recuperado de: <https://rieoei.org/historico/deloslectores/759Extremera.PDF>
- Fernández, M. (2002). Desgaste psíquico (burnout) en profesores de educación primaria de Lima metropolitana. *Persona*, (5), 27-66.
<https://www.redalyc.org/pdf/1471/147118132002.pdf>
- García, I. (2015). *Niveles de inteligencia emocional en un grupo de impulsadoras que labora en una empresa de promociones de la ciudad de Guatemala*. [Tesis de Grado, Universidad Rafael Landívar].
<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2015/05/43/Garcia-Ingrid.pdf>
- Gómez, S. (2021). *Inteligencia emocional como influencia en el desempeño docente de la I.E.P. Percy Gibson Moller. Arequipa 2020* [Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. <http://hdl.handle.net/20.500.12773/13740>
- Gonzales, G., Carrasquilla, D., Latorre, G., Torres, V. & Villamil, K. (2015). Síndrome de Burnout en docentes universitarios. *Revista Cubana de enfermería*, 31 (4).
<https://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/902/138>
- Hodges, C., Moore, S., Lockee, B., Trust, T. & Bond, A. (2020). The Difference Between Emergency Remote Teaching and Online Learning. *Educause Review*.
<https://er.educause.edu/articles/2020/3/%20the-difference-between-emergency-remote-teaching-and-online-learning>
- Huanca, E. (2012). *Niveles de inteligencia emocional de docentes de una institución educativa del distrito de Ventanilla – Callao* [Tesis de maestría]. Universidad San Ignacio de Loyola. Recuperado de <https://repositorio.usil.edu.pe/items/9f6a3286-58bd-4766-9c67-171ae2194140/full>.

- Isaza-Zapata, G. y Calle-Piedrahíta, J. (2016). Un Acercamiento a la Comprensión del Perfil de la Inteligencia Emocional. *Revista Latinoamericana de Ciencias Social, Niñez y Juventud*, 14(1). <http://158.69.118.180/rllcsnj/index.php/Revista-Latinoamericana/article/view/2363/673>
- León, G. (2011). Los profesionales de secundaria, como factores de riesgo en el síndrome de Burnout. *Revista Electrónica Educare*, 15(1), 177-191. <https://www.redalyc.org/pdf/1941/194118804015.pdf>
- Llanos, F. (2017). *Inteligencia Emocional y Síndrome de Burnout en los Docentes de la Institución Educativa Secundaria "Tomas Porfirio Gálvez Quispe" Sinchimache, Cutervo - Cajamarca 2017*. [Tesis de Grado, Universidad Privada Telesup]. <https://repositorio.utelesup.edu.pe/handle/UTELESUP/515>
- López, M., Arán, V. & Richaud, M. (2014). Empatía: desde la percepción automática hasta los procesos controlados. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 32(1). <http://www.scielo.org.co/pdf/apl/v32n1/v32n1a04.pdf>
- Manrique, R. (2021). *Síndrome de burnout y estilos de afrontamiento en docentes del distrito de Cayma*. (Tesis de Doctorado). <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/12275/UPmadira.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Martínez, A. y Concha, Y. (2018). *Niveles de inteligencia emocional y su relación con el síndrome de burnout en docentes de la Escuela Profesional de Educación de la Universidad Católica San Pablo 2018*. [Tesis de Pregrado, Universidad Católica San Pablo]. <http://repositorio.ucsp.edu.pe/handle/UCSP/15673>
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). *Maslach Burnout Inventory--ES Form (MBI)* [Database record]. APA PsycTests. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/t05190-000>

- Maslach, C. & Leiter, J. (1986). *The Maslach Burnout Inventory*. (Zaed) Palo Alto, Consulting Psychologists Press (Versión Española adaptada por Nicolás Seisdedos Cubero, TEA 1987).
- Molina I., Amador, R. & Rodriguez, C. (2015). Síndrome de burnout: estudio comparativo entre docentes y enfermeras. *Revista electrónica de Medicina*, 5(2). Recuperado de: [http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/32409/ZumpangoRodr%
ezGarcia5.-
%20Art.S%
%20de%20burnout%20docentes%20y%20enfermeras.pdf?
sequence=1&isAllowed=y](http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/32409/ZumpangoRodr%c3%adgu%20Art.S%c3%adndrome%20de%20burnout%20docentes%20y%20enfermeras.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Olivares, V. (2017). Laudatio: Dra. Christina Maslach, Comprendiendo el Burnout. *Revista Ciencia y Trabajo*, (58). 59-63. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492017000100059>
- Oliveros, V. (2018). La inteligencia emocional desde la perspectiva de Rafael Bisquerra. *Revista de Investigación*, 42(93). 95-109. <http://revistas.upel.edu.ve/index.php/revinvest/article/viewFile/7503/4288>
- Orama, D. & Quiles, M. (2018). *Burnout e Inteligencia emocional en el profesorado universitario*. (Tesis de Maestría). <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/23649/Burnout%20e%20Inteligencia%20Emocional%20en%20el%20Profesorado%20Universitario..pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Perera, C. (2017). *Conciencia emocional y regulación emocional*. Editorial Universidad de Barcelona. Recuperado de <https://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/118533/7/TFP%20Cristina%20Perera.pdf>

- Pérez, A. (2010). El síndrome de burnout. Evolución conceptual y estado actual de la cuestión. *VitatAcademia*, 112, pp. 42-80. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/5257/525752962004.pdf>
- 9Puertas, P., Gonzales, G., Melguizo, E., Valverde, M., Ortega, M & Ubago, J. (2022). Evolución de la producción científica del síndrome de burnout, inteligencia emocional y práctica de actividad físico-saludable en docentes. *International Journal of Developmental and Education and Psychology*, 2 (2022), p. 359-368. <https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/2364/2044>
- Reyes, V. (2020). *Inteligencia Emocional y el Síndrome de Burnout en docentes de la Institución Educativa Emblemática Juan Alvarado N° 81028 de la provincia de Otuzco, 2020*, (Tesis de Maestría). https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/48041/Reyes_CVM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Rodríguez, E. & Sánchez, M. (2018). Síndrome de Burnout y variables sociodemográficas en docentes de una universidad privada de Lima. *Revista de Investigación Educativa*, 36(2), 401-419. DOI: <http://dx.doi.org/10.6018/rie.36.2.282661>.
- Rodríguez, J., Guevara, A. y Viramontes, E. (2017). Síndrome de burnout en docentes. *Revista de investigación educativa de la Rediech*. <http://www.scielo.org.mx/pdf/ierediech/v8n14/2448-8550-ierediech-8-14-45.pdf>
- Rodríguez, K. (2017). *Síndrome de Burnout y patrón de conducta tipo a en docentes de nivel primario de colegios estatales del distrito de La Esperanza*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada del Norte]. <https://hdl.handle.net/11537/12385>
- Salinas, N. (2020). Manejo de la inteligencia emocional en docentes universitarios. *UniNorteMed*, 9(1). Recuperado de: <https://investigacion.uninorte.edu.py/wp-content/uploads/MED-0901-08.pdf>

- Santandreu, M. & Ferrer, V. (2014). Análisis de la emotividad negativa en mujeres víctimas de violencia de pareja: la culpa y la ira. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 19 (2). Recuperado de: https://www.aepp.net/wp-content/uploads/2020/05/05_2014_n2_santandreu_ferrer.pdf
- Schoeps, K., Tamarit, A., Peris-Hernández, M, y Montoya-Castilla, I. (2020). Impact of Emotional Intelligence on Burnout among Spanish Teachers: A Mediation Study. *Psicología Educativa*, 27(2).135-143. <https://doi.org/10.5093/psed2021a10>
- Sempergueti, J. & Alvarado, I. (2022). Nivel de inteligencia emocional en docentes de dos facultades de medicina humana de la región Lambayeque período 2021, [Tesis de licenciatura]. Recuperado de: https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/11176/Sempertegui_alvarado.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Serrano, M. & García, D. (2010). Inteligencia emocional: autocontrol en adolescentes estudiantes del último año de secunda. *Multiciencias*, 10(3). Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/904/90416328008.pdf>
- Sistema Nacional de Evaluación, Acreditación y Certificación de la Calidad Educativa [Sineace] (2016). RESOLUCIÓN DEL CONSEJO DIRECTIVO N° 000017-2022-SINEACE/CDAH. <https://occaa.unmsm.edu.pe/occaa/storage/uploads/files/RESOLUCI%C3%93N%2000017-2022-CDAH%20-%20MODELO%20DE%20ACREDITACI%C3%93N%20INSTITUCIONAL.pdf>
- Sommerfeldt, T. (2021). Inteligencia emocional y estrés laboral en docentes de educación escolar básica durante la pandemia covid- 19. *La Saeta Universitaria Académica Y De Investigación*, 9(2), 39–51. <https://doi.org/10.56067/saetauniversitaria.v9i2.239>

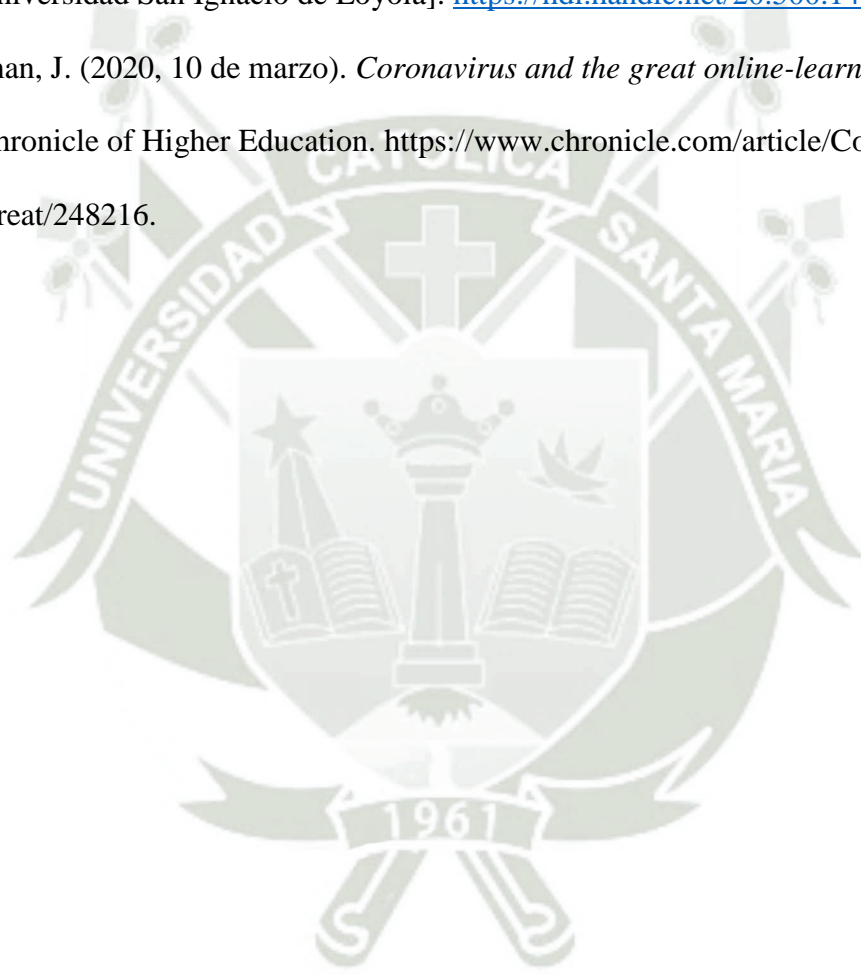
La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura

(UNESCO). (2020). Condiciones de trabajo y salud docente.

<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000142551>

Valeriano, M. (2022). *Inteligencia emocional y Burnout en docentes de instituciones educativas privadas en contexto de Covid-19, Lima - Callao*. [Tesis de Pregrado, Universidad San Ignacio de Loyola]. <https://hdl.handle.net/20.500.14005/12248>

Zimmerman, J. (2020, 10 de marzo). *Coronavirus and the great online-learning Experiment*. Chronicle of Higher Education. <https://www.chronicle.com/article/Coronavirusthe-Great/248216>.



Anexos.

Anexo 1: Ficha Sociodemográfica

FICHA SOCIODEMOGRÁFICA

Edad:

Género: Femenino ()

Masculino ()

Estado civil: Soltero/a ()

Casado/a ()

Viudo/a ()

Divorciado/a ()

Años de servicio:

Modalidad de trabajo: Contratado/a ()

Nombrado/a ()

Tipo de trabajo: Virtual ()

Presencial ()

Ambos ()

Anexo 2: Cuestionario de inteligencia emocional

CUESTIONARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

INSTRUCCIONES

Edad: Sexo: F () M ()

Ficha N°:

Estimado Sr(a), lea detenidamente la pregunta y responda con sinceridad, marcando con una (X) la alternativa que considere adecuada, escoja una respuesta por cada pregunta.

N° ítem	Ítems	Siempre 4	Normalmente 3	A veces 2	Raramente 1	Nunca 0
1.	Tengo conciencia hasta de la más simple de las emociones apenas ellas acontecen en mi vida cotidiana.					
2.	Uso mis sentimientos para ayudar a tomar decisiones importantes en la vida de manera eficiente.					
3.	El mal humor me deprime.	0	1	2	3	4
4.	Cuando estoy molesto pasa una de las dos: reviento o me quedo remordiéndome de rabia en silencio.					
5.	Sé esperar por elogios o gratificaciones cuando alcanzo mis objetivos.					
6.	Cuando estoy ansioso en relación a un desafío como hablar en público o hacer un test, tengo dificultad para prepararme adecuadamente.					
7.	En vez de desistir frente a los obstáculos o decepciones, permanezco optimista y con esperanza.					
8.	Las personas no necesitan hablarme lo que sienten, puedo percibirlo solo.					
9.	Mi atención por los sentimientos ajenos me hace comprensivo delante de los momentos difíciles de esas personas.					
10.	Tengo problemas para lidiar con los conflictos y con la depresión en las relaciones.					
11.	Puedo sentir el pulso de un grupo o de una relación entre personas y expresar sentimientos no dicho.					
12.	Puedo calmar o contener sentimientos negativos de forma que éstos no impidan continuar las cosas que tengo que hacer.					

Anexo 3: Inventario de Burnout

INVENTARIO DE BURNOUT

INSTRUCCIONES

Edad: Sexo: F () M ()

Ficha N°:

A continuación, se presentan un conjunto de enunciados relacionados diferentes ideas, pensamientos y situaciones relacionadas con su trabajo, usted debe indicar la frecuencia con que se presentan. Debe responder marcando con un aspa (X) sobre el número que le corresponda, según la siguiente escala.

N° ítem	ítems	Nunca 0	Alguna vez al año o menos 1	Una vez al mes o menos 2	Algunas veces al mes 3	Una vez por semana 4	Algunas veces por semana 5	Todos los días 6
1.	Debido a mi trabajo me siento emocionalmente agotado.							
2.	Al final de la jornada me siento agotado.							
3.	Me encuentro cansado cuando me levanto por las mañanas y tengo que enfrentarme a otro día de trabajo.							
4.	Puedo entender con facilidad lo que piensan mis alumnos.	6	5	4	3	2	1	0
5.	Creo que trato a algunos alumnos con indiferencia.							
6.	Trabajar con alumnos todos los días es una tensión para mí.							
7.	Me enfrento muy bien con los problemas que me presentan mis alumnos.							
8.	Me siento agotado por el trabajo							
9.	Siento que mediante mi trabajo estoy influyendo positivamente en la vida de otros.							
10.	Creo que me comporto de manera más insensible con la gente desde que hago este trabajo.							

11.	Me preocupa que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente.							
12.	Me encuentro con mucha vitalidad.							
13.	Me siento frustrado por mi trabajo.							
14.	Siento que estoy haciendo un trabajo demasiado duro.							
15.	Realmente no me importa lo que les ocurrirá a algunos de los alumnos a los que tengo a mi cargo en el colegio.							
16.	Trabajar en contacto directo con los alumnos me produce bastante estrés.							
17.	Tengo facilidad para crear una atmósfera relajada a mis alumnos.							
18.	Me encuentro animado después de trabajar junto con mis alumnos.							
19.	He realizado muchas cosas que valen la pena en este trabajo.							
20.	En el trabajo siento que he llegado al límite de mis posibilidades.							
21.	Siento que sé tratar de forma adecuada los conflictos emocionales en el trabajo.							
22.	Siento que los alumnos me culpan de algunos de sus problemas.							

Anexo 4: Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer a los participantes una clara explicación sobre la presente investigación, la cual busca evaluar sus niveles de habilidades sociales y de cansancio con respecto a la realidad actual y al trabajo que están desempeñando, así como de su rol en ella como participantes.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder dos cuestionarios, el tiempo de duración estimado es de unos 45 minutos.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas a los cuestionarios serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación al siguiente correo melanicuentasgran@gmail.com. Si alguna de las preguntas durante la entrevista le parece incómodas, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderlas.

Por favor, firme a continuación si está de acuerdo con lo anteriormente expuesto y decide participar voluntariamente en esta investigación, desde ya le agradezco su participación.

Yo _____ acepto participar voluntariamente en esta investigación.

He sido informado/a de que la meta de este estudio y conozco que la información será confidencial y usada solamente para objetivos de investigación y académicos.

----- **Firma del Participante**

Anexo 17: Tabla 17**Tabla 17***Pruebas de normalidad*

	<i>Kolmogórov-Smirnov</i>		
	<i>Estadístico</i>	<i>Gl</i>	<i>Sig.</i>
Autoconocimiento, control y habilidad empática	.176	69	.000
Manejo inadecuado de emociones	.195	69	.000
Emotividad negativa	.147	69	.001
Inteligencia emocional	.108	69	.045
Agotamiento emocional	.090	69	.200*
Despersonalización	.305	69	.000
Baja realización personal	.179	69	.000
Síndrome de burnout	.119	69	.017

En la tabla 17 observamos la prueba de normalidad de *Kolmogórov-Smirnov* ya que la muestra tiene más de 35 datos. Se observa que solo el agotamiento emocional posee una distribución normal pues no excede el .05. Mientras que manejo inadecuado de emociones, emotividad negativa, inteligencia emocional, despersonalización, realización personal y síndrome de burnout poseen una distribución no normal ya que no exceden el .05.