

El estrés laboral en docentes de enseñanza media de la Ciudad de Buenos Aires

Ana Lía Kornblit, Ana María Mendes Diz y Pablo Di Leo

Instituto de Investigaciones Gino Germani
Facultad de Ciencias Sociales–Universidad de Buenos Aires

Domicilio: Uriburu 950 – 6° piso. Ciudad de Buenos Aires

TE: 4 508 3815

FAX: 4 508 3822

Correo electrónico: areasalud3@mail.fsoc.uba.ar

Introducción

En este trabajo se presentan los resultados de una encuesta realizada a docentes de siete escuelas secundarias públicas de la ciudad Autónoma de Buenos Aires acerca de la percepción que tienen de los factores estresantes tanto del escenario laboral como contextuales y sus vinculaciones con la salud. Los datos se comparan con los hallados en un estudio similar realizado por las dos primeras autoras en 1989.

La muestra del estudio actual quedó constituida por 97 profesores de diversas disciplinas, directivos y preceptores. El 86% son mujeres y la edad de los dos tercios oscila entre los 41 y los 60 años; sólo un 15% son menores de 40 años y el 6% supera los 61. La antigüedad coincide con la edad o sea que sólo un 15% ejerce la docencia hace menos de 10 años.

Comparando la muestra de este estudio con el realizado en 1989 se observa un envejecimiento de la población docente. Este mismo resultado se halló en relación con los docentes universitarios, según el censo realizado por la Universidad de Buenos Aires en 2004.

Cabría plantearse en relación con este dato cuáles son sus causas y cuáles sus consecuencias tanto para los docentes como para el alumnado, pero se trata de un tema que amerita otro trabajo.

Problemas de salud que preocupan a los docentes

Se solicitó a los encuestados que mencionaran los problemas de salud que preocupaba a los docentes en general en relación con su trabajo. Más de la mitad de los encuestados mencionó espontáneamente problemas relacionados con el estrés, que según la OIT es considerado una enfermedad profesional.

Los otros problemas de salud relacionados con la práctica docente mencionados con frecuencias relativamente altas fueron los *problemas de la voz, garganta y/o faringe* (13%), *los problemas cardiovasculares / hipertensión* (9%) y *los problemas en piernas, columna y/o cervicales* (7%).

De estos problemas los cardiovasculares pueden vincularse con el estrés, lo que aumentaría el porcentaje de los que mencionan este tipo de perturbación al 66%.

Cuando se indaga acerca de los problemas que los preocupan a nivel personal, un tercio de la muestra aclara que se sienten bien y que no tienen ninguna preocupación con respecto a su salud.

De los problemas de salud mencionados en este caso también el estrés ocupa el primer lugar, aunque con una frecuencia bastante menor que la que se observó cuando se refirieron a las preocupaciones de los docentes en general (41%). En términos generales se mencionan los mismos problemas de salud que aparecen en la pregunta anterior, pero hay un 12% de encuestados que incorporan otras cuestiones que los preocupan *personalmente*, y son las referidas a *problemas de los alumnos*, como drogas, alcoholismo, sida, trastornos de la alimentación, violencia, entre otras.

La disminución del porcentaje de las respuestas que mencionan al estrés como preocupación personal frente al estrés como preocupación de los docentes

en general refleja el estereotipo acerca de que dicho trastorno afecta a la profesión, aunque no se detecte a nivel personal.

Factores estresantes del escenario laboral

Se suministró a los encuestados un listado de factores del escenario laboral y se les solicitó que expresaran el nivel de estrés que les producía cada uno de ellos. Las frecuencias de las respuestas son las siguientes:

Grado de estrés producido por factores del escenario laboral

| Situaciones | Nivel de estrés (en %) | | |
|--|------------------------|------|----------------|
| | ningún | poco | bastante/mucho |
| Relaciones con los alumnos | 4 | 15 | 81 |
| El salario percibido | 8 | 14 | 78 |
| Escasas posibilidades de capacitación | 9 | 27 | 64 |
| Organización de la actividad docente (horarios, más de una escuela, etc.) | 13 | 23 | 64 |
| Recursos físicos y/o materiales con que cuenta en la escuela para la tarea | 12 | 37 | 51 |
| Las relaciones con las autoridades de la Secretaría de Educación | 38 | 20 | 42 |
| Las relaciones con las autoridades de la escuela | 28 | 42 | 30 |
| Las relaciones con los colegas | 37 | 39 | 24 |
| Las relaciones con otros compañeros de trabajo | 34 | 46 | 20 |

Como se ve en el cuadro, las *relaciones con los alumnos* es el factor que más estresa a los docentes. En el mismo sentido abonan los comentarios de los docentes que agregaron situaciones que les ocasionan un nivel alto de estrés: un 45% menciona “situaciones personales de los alumnos y el estrés que les ocasiona carecer de herramientas para afrontarlas”, un 22% refiere como muy

estresante el trato con los padres y un 9% habla de la violencia escolar como generadora de estrés.

Este estresor está en relación directa con la percepción que tienen los docentes de la eficacia/ineficacia de su desempeño, es decir con la discrepancia que perciben entre el esfuerzo que dedican y los resultados obtenidos con los estudiantes.

En el estudio realizado anteriormente (1989) sólo un 47% consideró muy estresante este factor, por lo que puede deducirse que se ha ahondado la brecha entre profesores y alumnos, y es la percepción de este hecho lo que causa la mayor inquietud entre los docentes.

El segundo factor considerado más estresante es *el salario que perciben*. Evidentemente es un indicador del proceso gradual de pauperización de la profesión docente. Como veremos más adelante éste es uno de los principales factores que pueden llevar al abandono de la profesión.

En el estudio anterior también este factor fue considerado como uno de los más estresantes, pero por un porcentaje algo menor de docentes (63%). La percepción acerca de la insuficiencia del salario ha aumentado, pues, en el lapso transcurrido entre los dos estudios.

Los siguientes factores que estresan *bastante y mucho* a algo más del 60% de los docentes son *las escasas posibilidades de capacitación y la organización de la actividad docente* (horario, trabajo en más de una escuela, etc.). Estos factores pueden generar en los docentes sentimientos de no poder “crecer” en la profesión, aspecto muy vinculado con la insatisfacción laboral.

En el estudio anterior estos factores fueron considerados sólo medianamente estresantes, por lo que podemos concluir que los docentes perciben que su actividad laboral se realiza en peores condiciones y con menos posibilidades de crecimiento que hace quince años.

A la mitad de la muestra de docentes los estresa *bastante y mucho la falta de disponibilidad de recursos físicos y/o materiales con los que cuentan en la escuela para desempeñar su tarea docente* (este dato coincide con lo encontrado en el estudio anterior).

A un 40% de los docentes los estresan *las relaciones con las autoridades de la Secretaría de Educación y/o con los supervisores*. En el estudio anterior son más los docentes que encuentran estresante este factor (50%), por lo que podríamos suponer que en este aspecto ha habido ciertos cambios que han redundado en un mejoramiento de estas relaciones laborales.

Por último, los factores que menos estresan a los docentes son *la relación con las autoridades de la escuela y las relaciones con los colegas y otros compañeros de trabajo*. Sólo aproximadamente un tercio de los docentes se manifiesta *bastante o muy estresados* por estos factores.

Este hallazgo, que coincide con los resultados obtenidos en el estudio que realizamos anteriormente, indica que el clima social es percibido como adecuado en los establecimientos en los que se realizó el estudio. Esto en buena medida es un factor protector en relación con la salud de los docentes. En este sentido, la existencia de una red de apoyo social que puede mediar en situaciones de estrés fue reconocida espontáneamente por algunos docentes, que comentaron la importancia que tenía para ellos el tiempo que transcurrían en la sala de profesores con sus compañeros/as de trabajo. La sala de profesores, por lo tanto, se convierte muchas veces en espacio de contención y de apoyo para los docentes.

En síntesis, podemos decir que los docentes perciben que sus condiciones laborales han empeorado en los últimos quince años y en esta percepción influye de modo significativo su percepción de las situaciones cada vez más críticas con las que llegan al aula muchos alumnos, frente a lo que los docentes sienten que

no tienen recursos para encararlas. Estas percepciones influyen fuertemente en los niveles de estrés de los docentes.

El único factor que parece haber mejorado en el lapso transcurrido entre el estudio anterior y el actual es el de las relaciones con las autoridades de la Secretaría de Educación.

Situaciones estresantes cotidianas

Se evaluaron también los sentimientos y pensamientos que algunas situaciones concretas y puntuales de la actividad de los docente en la escuela y/o en el aula despiertan en ellos.

Del análisis de las respuestas se desprende que existe una suerte de ambivalencia de parte de los docentes en relación con el malestar que les despiertan algunas situaciones vividas en la escuela y al mismo tiempo la satisfacción vivida frente a ciertas situaciones positivas planteadas.

Frecuencia con la que los docentes experimentaron algunas situaciones negativas en relación con la escuela en el último mes (en %)

| Situaciones | Nunca/casi nunca | A veces/a menudo |
|---|------------------|------------------|
| Ha pensado fuera de la escuela en situaciones desagradables ocurridas durante su trabajo en el aula | 8 | 92 |
| Se sintió nervioso y tensionado por situaciones ocurridas en la escuela | 11 | 89 |
| Se sintió disgustado por algo que sucedió en la escuela o en el aula | 12 | 88 |
| Se enojó porque lo que sucedía en el aula no estaba del todo bajo su control | 24 | 76 |
| Estuvo muy preocupado por alguna situación conflictiva en el trabajo | 28 | 72 |
| Sintió que no podía manejarse con todo lo que tenía que hacer en el trabajo | 34 | 66 |
| Se sintió incapaz de controlar las cosas importantes de su profesión | 50 | 50 |

Como puede verse en el cuadro las situaciones negativas que los docentes reconocen haber experimentado se refieren a momentos de tensión que generan sensaciones de disgusto que se prolongan fuera del horario de trabajo.

Con una frecuencia algo menor figuran situaciones que aluden al supuesto de tener que controlar las situaciones, apelando a los recursos y habilidades de cada uno y al malestar por no lograrlo.

Frecuencia con la que los docentes experimentaron algunas situaciones positivas en relación con la escuela en el último mes (en %)

| Situaciones | Nunca/casi nunca | A veces/a menudo |
|---|-------------------------|-------------------------|
| Tuvo éxito al enfrentar algún hecho irritante ocurrido en la escuela o en el aula | 2 | 98 |
| Sintió que su trabajo en la escuela lo satisfacía | 8 | 92 |
| Pensó fuera de la escuela en situaciones agradables ocurridas durante su trabajo en el aula | 12 | 87 |

Como puede verse a partir de los datos del cuadro, casi la totalidad de los docentes han sentido satisfacciones en relación con sus tareas laborales.

No existen diferencias significativas en este aspecto con los datos encontrados en el estudio anterior, por lo que puede decirse que a pesar de que los docentes perciben que sus condiciones laborales se han vuelto más difíciles, en especial en lo que hace a la relación con los alumnos, el ejercicio de la profesión sigue deparándoles momentos conflictivos pero también momentos de satisfacción.

Motivos de elección de la profesión

Existen ciertos factores de índole individual que pueden colocar a los docentes en situación de mayor vulnerabilidad con respecto al estrés. Uno de ellos es la motivación por la que han elegido la profesión, dado que se ha dicho que la elección de la carrera basada en la vocación puede generar sensaciones de

frustración si la actuación laboral es evaluada como insatisfactoria por parte de los mismos docentes, en la medida en que pueden no alcanzar los logros pretendido en relación con los alumnos.

Cerca de un cuarto de los docentes encuestados eligieron la carrera docente *por vocación y por el gusto de ayudar a crecer a las futuras generaciones* y un porcentaje algo menor la eligió por considerarla *una actividad útil a la comunidad*.

Comparando estos datos con los del estudio anterior se observan diferencias significativas: en ese estudio casi la totalidad había elegido la profesión por vocación. En el estudio actual las motivaciones instrumentales (horario, ambiente escolar, etc.) han adquirido un peso mayor, por lo que podría pensarse que la elección de la profesión se realiza en la actualidad con criterios más pragmáticos, lo que coloca a los docentes en una situación de menor vulnerabilidad en relación con el estrés generado por la tarea..

Grado de satisfacción con la profesión

Para evaluar el grado de satisfacción con la profesión se incluyeron preguntas directas e indirectas.

Ante la pregunta *¿en qué medida está satisfecho/a con su profesión?* una gran mayoría manifiesta estar *entre muy y bastante satisfecho*. Este resultado difiere significativamente del obtenido en el estudio anterior, en el que sólo un 29% poseía un nivel alto de satisfacción. Esta diferencia puede atribuirse a la diferencia encontrada entre ambos estudios respecto de la motivación en la elección de carrera. Como dijimos, en el estudio anterior un porcentaje alto de los docentes que respondieron haber elegido la profesión por vocación presentaron niveles altos de insatisfacción.

Los motivos de satisfacción aluden primeramente a aspectos vocacionales: “es lo mío”, “es lo que elegí”, “es lo que me gusta”.

En segundo lugar los docentes se refieren a la satisfacción que encuentran con los alumnos: el reconocimiento de algunos de los estudiantes es muy valorado por los docentes y cuando se expresa es una importante fuente de satisfacción laboral, así como los conflictos con los alumnos es a su vez el principal factor de estrés, como observamos anteriormente.

Estas motivaciones coinciden en porcentajes similares con las encontradas en el estudio anterior.

La desvalorización y el bajo salario son los principales motivos de insatisfacción que se identifican tanto en este estudio como en el anterior.

Para evaluar de un modo indirecto la satisfacción/insatisfacción con la profesión se formularon dos preguntas. La primera se refiere a si *desearía que sus hijos/as siguieran la carrera docente*. Las tres cuartas partes de los docentes actuales no desearían que sus hijos fueran docentes; en el estudio anterior este porcentaje era algo menor (66%), lo que coincide con la mayor conflictividad en el ejercicio de la profesión que es percibida en la actualidad en relación con la percepción acerca de lo mismo hace quince años. La segunda pregunta formulada para evaluar indirectamente la satisfacción laboral es *si desearían cambiar de profesión*. En ambos estudios aproximadamente un tercio desearía hacerlo, esgrimiendo las mismas razones por las que no desearían que un hijo/a fuera docente: las condiciones en las que se ejerce la profesión.

Los dos tercios que no cambiarían justifican sus respuestas en ambos estudios aludiendo a motivaciones intrínsecas: “es lo que elegí”, “es lo que me gusta”, “es lo mío”. Los motivos vocacionales vuelven así a aparecer a la hora de pensar en lo que los hace permanecer en una profesión que les produce altos niveles de insatisfacción por las condiciones laborales en las que se ejerce.

Licencias y problemas de salud

Alrededor del 90% de los docentes encuestados no han tomado licencia nunca o casi nunca en el último año, lo cual contradice muchas noticias y comentarios de los medios de comunicación.

Los motivos más frecuentes por los cuales han tomado licencia tienen que ver con “trastornos pasajeros” y “cuidado o fallecimiento de algún familiar”, motivo este último muy relacionado con el rol tradicional de la mujer como “cuidadora de la salud familiar”. Cabe destacar que un 17% ha solicitado licencia “por estudio”.

Cuando se indaga acerca de problemas de salud que padecen actualmente, casi la mitad de la muestra manifiesta no padecer ningún problema. En cuanto a los problemas que padecen, el estrés que preocupaba a aproximadamente a la mitad de la muestra en las primeras preguntas, como problema concreto se reduce a porcentajes mucho menores y similares a los de los otros problemas que también habían sido mencionados como preocupación (menos del 10%).

Evidentemente el tema del estrés está instalado como idea de padecimiento de los docentes, pero a la hora de pensar en padecimientos concretos y actuales su importancia disminuye. Sólo un tercio aproximadamente de los docentes relaciona las enfermedades que los aquejan con la actividad docente.

Por último se les solicitó que hicieran un balance general del momento actual de su vida: las tres cuartas partes de los docentes encuestados se sienten entre muy y bastante satisfechos/as con su vida.

Síntesis

- El estrés es el problema de salud que más preocupa a los docentes, aunque son muy pocos los que mencionan que lo padecen de modo concreto
- La situación considerada más estresante se refiere a las relaciones con los alumnos. En esto influye no sólo el desinterés y la falta de participación

percibida en ellos sino la preocupación de los docentes por las situaciones personales de estos y su carencia de recursos para paliarlas

- Los factores que menos estresan a los docentes son la relación con las autoridades de la escuela y con los colegas y otros compañeros de trabajo. El clima social institucional se convierte así en un factor de contención para los docentes
- En las situaciones tensionantes cotidianas se sienten menos estresados en relación con aquellas en las que pueden poner en juego sus recursos personales y sociales para encararlas.
- La vocación ha dejado de ser la principal motivación para elegir la profesión docente. Los aspectos pragmáticos como el horario reducido o la seguridad laboral han adquirido mayor peso en dicha elección.
- La mayoría de los docentes (80%) está satisfecho con su profesión.
- Los motivos de satisfacción son el cumplir con la vocación y la satisfacción por el reconocimiento de los alumnos.
- La insatisfacción tiene más que ver con las condiciones de trabajo que con la profesión en sí
- El 90% de los docentes no ha tomado licencia en el último año nunca o casi nunca
- Sólo un tercio de los docentes relaciona sus problemas de salud actuales con la actividad docente
- Las tres cuartas partes de los docentes está entre bastante y muy satisfecho con su vida en el momento actual.

Bibliografía

Dejours C. (1990) *Trabajo y desgaste mental*. Buenos Aires: Humanitas

- Kornblit A.L. y Mendes Diz A.M. (1993) *El profesor acosado*. Buenos Aires: Humanitas.
- Martínez D., Valles I. y Kohen J. (1997) *Salud y trabajo docente. Tramas del malestar en la escuela*. Buenos Aires: Kapelusz
- Mendes Diz A.M. y Kornblit A.L. (1989) "Causas del estrés docente y estrategias para enfrentarlo". *Revista del Instituto de Investigaciones Educativas*, N° 67/68.
- Mendes Diz A.M. y Kornblit A.L. (1993) "Estrategias para prevenir el estrés laboral. El caso de la escuela media". *Estudios del Trabajo*, N° 6.
- OIT (1984) *La situación del personal docente*. Ginebra:OIT.
- Tenti Fanfani E. (2005) *La condición docente*. Buenos Aires: OSDE, IIEP, UNESCO, Siglo XXI.