

LA REALIDAD ESCOLAR COTIDIANA Y LA SALUD MENTAL DE LOS PROFESORES

DAILY SCHOOL REALITY AND MENTAL HEALTH OF TEACHERS

María Isabel Corvalán Bustos
Especialista en Currículum Educacional
Departamento de Educación, Universidad de Chile
Cap. Ignacio Carrera Pinto 1045, Ñuñoa, Santiago
E-mail : macorvalan@uchile.cl

Resumen: La función docente está relacionada con una serie de situaciones que constituyen una enorme presión y ocupan gran parte de la carga horaria del profesor.

En este trabajo se identifican cuáles de estas situaciones tienen mayor incidencia en la generación de estrés o desgaste emocional, en opinión de profesores de Colegios Municipales de una comuna de la Región Metropolitana, lo que origina un número, cada vez más alto, de licencias médicas por este diagnóstico.

Conocer las variables de la realidad escolar a la que los profesores se enfrentan día a día y comprender el significado que estos profesionales atribuyen a dichas situaciones, es el inicio de un proceso cultural de prevención en materia de salud mental en las instituciones educativas.

Palabras clave: estrés, desgaste emocional, malestar docente, realidad escolar cotidiana.

Abstract: The teaching function is related to a series of situations that constitute an enormous pressure and occupy great part of the hour workload of teachers.

This paper identifies those situations with a greater incidence on the generation of stress or emotional wearing away which, in the opinion of teachers from Municipal Schools of a commune of the Metropolitan Region, originate an ever-increasing number of medical licenses by this diagnosis.

To know the variables of the school reality that teachers face day-to-day and the understanding of the meaning that these professionals attribute to these situations is the beginning of a cultural process of mental health prevention in education institutions.

Key words: stress, emotional wearing away, malaise enseignement, daily school reality.

INTRODUCCIÓN

La problemática de la dinámica del cambio social, y cómo ésta afecta a las instituciones escolares, influye de manera determinante en el sistema educativo y, por lo tanto, repercute en el trabajo de los profesores, originando *estrés* y licencias por este diagnóstico.

Las investigaciones realizadas sobre este tema (Esteve et al., 1995) muestran la existencia e intervención de un número importante de factores que

provocan tensión en el docente, los cuales dicen relación con la presión del cambio social sobre la función docente. Algunos de estos factores inciden directamente sobre el desempeño del profesor en su clase generándole tensiones asociadas a sentimientos y emociones que constituyen el origen empírico del malestar docente. Existen otros, que se refieren a las condiciones del ambiente y al contexto en que se ejerce la docencia. La acción de este conjunto de factores es indirecta; afecta la eficacia del pedagogo porque promueve la disminución de la motivación del profesor por su trabajo.

Cobran mayor importancia los factores contextuales porque son los que estarían generando desconcierto e impotencia debido a que, precisamente, son aquellos que el profesor no puede controlar al no poder intervenir en ellos. Dichos factores, por si solos no son importantes, pero en conjunto son una gran carga que actúa sobre la imagen, el trabajo y el rol del profesor.

Resulta difícil describir las diversas reacciones del profesorado ante el cambio social al que se ve enfrentado, tanto en el aspecto personal como en el ejercicio de la profesión. Algunos autores utilizan la palabra **malestar** como término inclusivo que reuniría los sentimientos de los profesores ante una serie de situaciones imprevistas en el desarrollo de su trabajo. Estos profesionales se enfrentan, en la actualidad, a numerosas y variables circunstancias que no les permiten realizar bien su trabajo, afrontando, además, una crítica generalizada en una sociedad que, al no analizar dichas circunstancias, atribuye a los profesores la responsabilidad de las fallas del sistema de enseñanza. La expresión **malestar docente** resume al conjunto de reacciones de los profesores como un grupo profesional desconcertado por el cambio social.

Existe una serie de indicadores que reflejan un descenso en la calidad de la enseñanza. El avance de la ciencia y la tecnología exigen una constante renovación que implica un cambio profundo en la concepción y el desarrollo de la profesión. Se debe evitar el desconcierto que se origina ante los cambios acelerados, de tal manera que la enseñanza pueda responder a las exigencias de formación y especialización que impone el progreso social.

En este contexto, la expresión **malestar docente** se convierte en un nuevo enfoque de estudio a partir de la década de los ochenta, y su interés ha aumentado en los últimos años, originando numerosas referencias en las principales bases de datos sobre educación. El malestar docente es sinónimo de *malaise enseignant* y de *teacher burnout*. Malestar docente se emplea para “describir los efectos permanentes de carácter negativo que afectan a la personalidad del profesor como resultado de las condiciones psicológicas y sociales en que ejerce la docencia, por imperativo del cambio social acelerado” (Esteve et al., 1995, p. 23).

El acelerado cambio del contexto social influye constantemente en el papel que desempeña el profesor en el proceso de enseñanza-aprendizaje y los profesores aún no saben cómo adaptarse a estos cambios, ni las escuelas

han diseñado estrategias adecuadas de adaptación y de formación de los profesores para responder a las exigencias de dichos cambios.

En una investigación realizada en un colectivo de profesores que han tenido licencias por diagnóstico psiquiátrico, se estableció que, en el sistema educativo de nuestro país, existen **factores de la realidad escolar cotidiana** que determinan estrés en los profesores. Estos factores se relacionan con aquellos que los profesores señalan como generadores de licencias por diagnóstico psiquiátrico al interior de la escuela.

A continuación se presentan cuáles son, en mi opinión, estos factores y cómo interactúan entre ellos.

Figura 1. FACTORES ASOCIADOS A LA GENERACIÓN DE ESTRÉS EN LA ACTIVIDAD COTIDIANA DEL PROFESOR

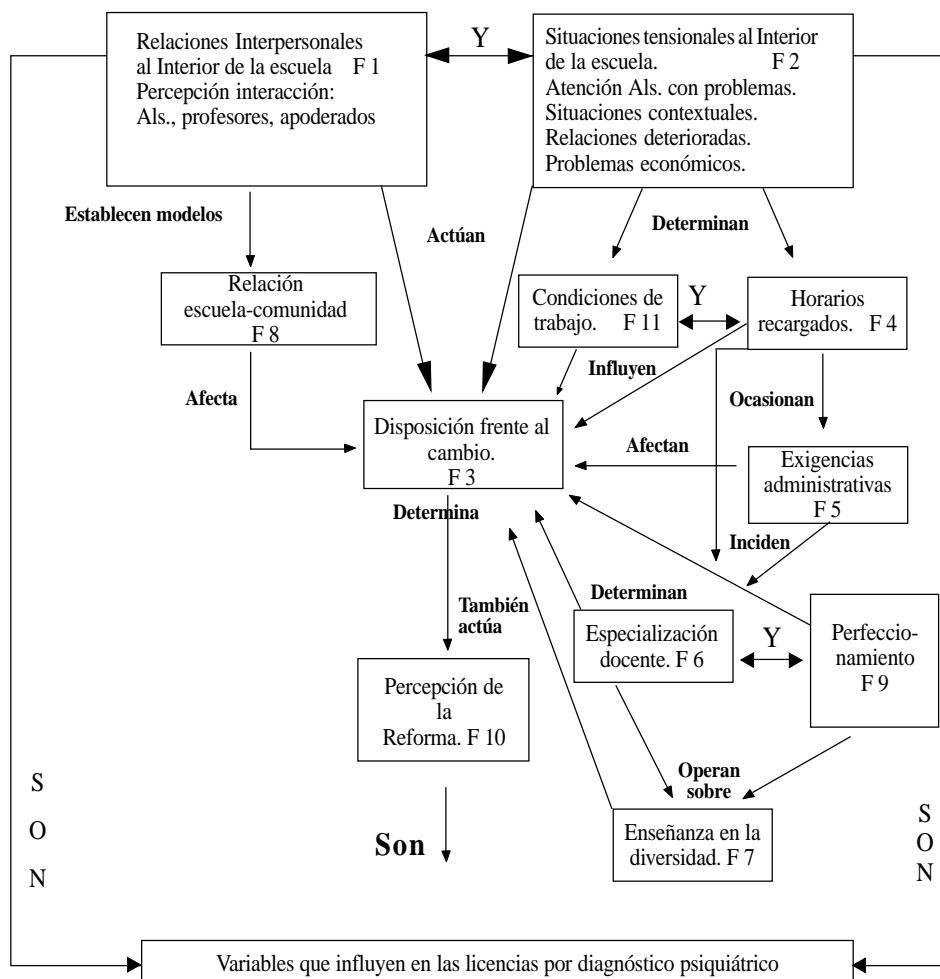


Figure 1. Factors associated with the generation of stress in day-to-day teaching activities

De acuerdo con la teoría, el malestar docente se genera en la dificultad de los profesores para enfrentar la **presión en el ejercicio de la profesión**, producto de los grandes cambios sociales ocurridos en las últimas décadas.

Los otros se relacionan con factores de primer y segundo orden de acuerdo con la teoría de Esteve, Franco y Vera (1995).

1. Las relaciones interpersonales al interior de la escuela (F1) se refieren a la percepción de la interacción profesor-alumno, entre profesores, y profesor-apoderado. Estas relaciones establecen modelos predeterminados de la relación escuela-comunidad (F8), lo que afecta la disposición frente al cambio de los profesores del estudio.
2. Las situaciones tensionantes al interior de la escuela (F2) se relacionan con la atención de alumnos con problemas, situaciones contextuales, relaciones deterioradas y problemas económicos. Estas situaciones determinan las (malas) condiciones de trabajo (F11) y los horarios recargados (F4), ocasionando exigencias administrativas (F5). Los factores 4 y 5 inciden en la especialización docente (F6) y en la visión que tienen los profesores del perfeccionamiento (F9), los que operan sobre la enseñanza en la diversidad (F7). Todos estos factores influyen, afectan, determinan la disposición que tiene el profesor frente al cambio (F3).

La disposición que tiene el profesor para enfrentar el cambio va a determinar la percepción que tiene sobre la Reforma Educacional (F10).

Es importante señalar que se debe poner atención sobre los factores que estos autores denominan factores contextuales porque son los que generan desconcierto e impotencia, dado que, precisamente, son aquellos que el profesor no puede controlar por no tener posibilidad de intervenir en forma aislada sobre ellos. Estos factores por sí solos no tienen mayor significancia, pero en conjunto constituyen una enorme presión que actúa sobre la imagen del profesor y su trabajo profesional; la teoría también señala que la acción de este grupo de factores es indirecta: afecta la eficacia docente al generar una disminución de la motivación, del compromiso y del esfuerzo del profesor en su trabajo. Por lo tanto, las instituciones administrativas y educacionales deben poner el acento en mejorar estas situaciones que generan tensión al interior de la escuela, de tal manera de ir modificando las variables que influyen en las licencias por diagnóstico psiquiátrico (ver Fig. 1).

Es importante profundizar también en el significado que los profesores otorgan a su situación como actores sociales. En este contexto se entrecruza lo personal y lo profesional. Las investigaciones publicadas mencionan que el trabajo cotidiano en la sala de clases requiere de una gran dosis de equilibrio, por lo tanto, si a los problemas profesionales se agregan los personales, los que en muchos casos son agobiantes, resulta muy difícil

mantener un equilibrio psicológico y el nivel de entrega que requieren los alumnos.

Respecto del sentido que se le atribuye a la profesión, existe incertidumbre respecto de lo que se espera de los profesores dada la evolución del contexto social. En este marco y de acuerdo con la teoría, es importante situarse en el proceso de cambio del sistema educativo en los últimos años. En la sociedad actual se debe aceptar la diversidad, el pluralismo y la existencia de grupos sociales que cuentan con medios de comunicación eficaces que les permiten defender modelos contrapuestos de educación, en los que se da una gran importancia a valores diferentes y contradictorios con los sustentados en el sistema educativo formal.

Estas contradicciones valóricas constituyen la base del quehacer docente.

A continuación se mencionan, algunas significaciones que ocasionan tensión en los profesores.

Valoración de la profesión

Respecto de este tema, los profesores tienen una opinión acerca del sentido que la sociedad le otorga a la Profesión Docente, y el que ellos mismos le atribuyen a su profesión.

Los profesores expresan incertidumbre respecto de lo que la sociedad espera de ellos dada la evolución del contexto social, lo que provocaría estrés.

Por el contrario, aceptar que nos encontramos frente a una sociedad divergente, con una gran diversidad propia de una sociedad multicultural y multilingüe, cada vez más extendida, que nos fuerza a modificar constantemente metodologías, programas, contribuiría a disminuir la tensión en el trabajo del docente.

LO EXPLÍCITO (que provocaría estrés)	LO IMPLÍCITO (que no provocaría estrés)
<ul style="list-style-type: none"> * No hay aprecio por el trabajo del profesor. * Importancia de lo material por sobre la persona. El tener más que el ser. * Mala formación profesional: duración de la carrera, poca rigurosidad curricular. * Profesores irresponsables: que demoran, que tratan “de capear”. * Conocimiento de las bajas perspectivas salariales. * Utilización de la escuela y los profesores en diferentes actividades sin apoyo para realizarlas. 	<ul style="list-style-type: none"> * Reconocimiento por el trabajo y en las condiciones que se realiza. * Aprecio de las personas por sobre lo material. * Buena formación en instituciones de prestigio. * Profesores responsables de sus obligaciones. * Tener mejores rentas. * Compromiso de otros agentes sociales que colaboren más activamente con la escuela y los profesores en esas actividades.

Condiciones de trabajo

Los profesores le otorgan sentido a determinadas situaciones que ellos consideran críticas respecto de las condiciones en que realizan su trabajo.

LO EXPLÍCITO (que provocaría estrés)	LO IMPLÍCITO (que no provocaría estrés)
<ul style="list-style-type: none"> * Muchos alumnos por sala. Cuarenta y cinco. * Salas con poca capacidad para el número de alumnos * Espacios físicos comunes para los profesores. * Condiciones de incomodidad para comer y trabajar. 	<ul style="list-style-type: none"> * Menos alumnos por sala. Menos de cuarenta y cinco. * Salas más amplias. * Espacios separados: sala de profesores, comedores, sala de estar. * Condiciones adecuadas para satisfacer las necesidades básicas.

La mayoría de las veces, las motivaciones por las que se elige la profesión docente responden a la imagen idealizada que se tiene de ella. El enfrentamiento con la realidad es el origen de muchos de los conflictos posteriores que viven los maestros, especialmente los relacionados con las condiciones en que se ejerce la profesión.

Manejo de situaciones conflictivas

LO EXPLÍCITO (que provocaría estrés)	LO IMPLÍCITO (que no provocaría estrés)
<ul style="list-style-type: none"> * Incapacidad para manejar fenómenos que se presentan en lo personal, el quehacer profesional y en la dinámica de las instituciones. * Falta en la escuela de otros profesionales que aporten desde su especialidad para atender a los niños de los sectores más deprivados. 	<ul style="list-style-type: none"> * Capacitación para enfrentar y satisfacer las exigencias del medio sin poner en riesgo su salud mental. * Presencia en la escuela de un equipo multidisciplinario que apoye el trabajo del profesor en la escuela.

Las situaciones de conflicto que se originan debido a la estructura, dificultades y necesidades de la organización, crean condiciones de estrés y de **desgaste emocional** en los profesores.

ALGUNAS CONCLUSIONES

La dinámica y la evolución del contexto social han llevado a una nueva configuración del sistema educativo que ha afectado a las instituciones escolares y ha repercutido en el trabajo de los profesores, provocando tensiones que generan estrés entre estos profesionales. Estas constituyen las **variables que influyen en las licencias por diagnóstico psiquiátrico**.

Su análisis permite establecer, en primer lugar, que existen **situaciones al interior de las unidades educativas que influyen en este tipo de licencias**.

Entre estas situaciones se puede señalar que:

1. Los profesores consideran sus **horarios de trabajo muy recargados** con demasiadas horas de trabajo en el aula.

2. Deben asumir una **diversidad de funciones**. En este aspecto, se refleja claramente la fragmentación del trabajo del profesor. Este es un tema central en la generación del malestar docente por un lado, y por otro, uno de los elementos de los problemas de la calidad de la enseñanza.

3. Otro aspecto importante son las **relaciones interpersonales deterioradas** al interior de la escuela. Las relaciones más significativas para el profesor son las que establece con sus alumnos. **La interacción entre colegas es difícil de consolidar** dentro de la escuela y en algunas ocasiones no existe; ocurre lo mismo en la interacción con los apoderados; esto lo corroboran algunos autores cuando sostienen que la actividad docente se desarrolla fundamentalmente en una situación de aislamiento. Este aspecto debe ser considerado en la formación inicial que recibe el profesor actualmente, pero, atendiendo que un alto porcentaje de los docentes es profesional con años de servicio y experiencia, debe ser abordado de manera sistemática dentro del proceso de perfeccionamiento al que debe acceder el profesor.

4. Es importante destacar **las malas condiciones de trabajo** en que los profesores desarrollan su actividad cotidiana, dado que éstas repercuten en forma directa sobre el trabajo del profesor en la sala de clases. La teoría del malestar docente sostiene que éste es uno de los indicadores de primer orden.

5. La capacitación es uno de los ejes importantes en el ejercicio de la Profesión Docente, sin embargo, a raíz de la diversidad de temas que debe enfrentar el profesor como consecuencia de la fragmentación de su trabajo, existe **un número importante de temas en los que el profesor requiere preparación para enfrentarlos**.

6. Para los profesores, **la falta de compromiso de la comunidad** con la escuela cobra una importante significación puesto que, al inhibirse las organizaciones sociales, especialmente la familia, de la responsabilidad en el proceso educativo, la escuela y los profesores se sienten sobrepasados ante una responsabilidad que es colectiva.

7. Una dimensión subjetiva de la enseñanza es la significación que los profesores le atribuyen a su propia actividad. El rol del maestro se desdibuja a raíz de la forma en que se piensa la educación actualmente, cuando los otros agentes socializadores se inhiben, cuando se transforman en problemas educativos todos los problemas sociales pendientes.

Los profesores reaccionan en forma negativa ante la idea del cambio porque sienten que ellos no lo provocaron, y los distintos grupos sociales les atribuyen a ellos la responsabilidad de su éxito, en circunstancias que, como se señaló anteriormente con respecto de la inhibición de los agentes socializadores, se trata de una responsabilidad colectiva.

Los profesores manejan un conocimiento de sentido común con relación a las situaciones de conflicto que se originan al interior de la escuela, relacionadas a la estructura, a las dificultades y necesidades de la organización. Se establece una incapacidad para manejar los fenómenos que se presentan tanto en el orden personal, como en el profesional, y en la dinámica de la propia institución. Además, se debe agregar a esta situación, la inhibición de otros agentes sociales, que es una constante en la dinámica escolar.

Se debe establecer, también, una diferencia "...entre los problemas producidos por las dificultades propias de la enseñanza, y los que, estando latentes en el sujeto, afloran ante la incapacidad para mantener la estabilidad de una profesión llena de situaciones difíciles, que requerirían una personalidad muy equilibrada" (Esteve et al., 1995, p. 218).

En este contexto, concordamos con este autor en que es necesario establecer un tipo de selección inicial en función de criterios de personalidad y no de conocimientos.

Jacinto Invar (1997) propone un Modelo Preventivo y de Aprendizaje en la prevención y el afrontamiento del estrés y la erosión psicológica; el modelo parte de los supuestos básicos de la estrategia preventiva y del acercamiento cognitivo-conductual, integrando conceptos del enfoque sistémico.

Mc Lean (1981), concluye "en los momentos de estrés es imprescindible que exista una 'dirección'. La presencia de personas con autoridad que sean capaces de responder preguntas y de conducir a la gente es esencial. La simple presencia de personas encargadas de dirigir puede lograr gran confianza y tranquilidad. La necesidad de seguridad en los momentos de estrés es enorme y una muestra de que nuestro superior se preocupa y de que reconoce el impacto del estrés sobre un empleado bajo su supervisión puede cosechar incalculables beneficios" (p. 56).

Otro aspecto importante de destacar, respecto al cual los profesores establecen espacios de convergencias, es el sentido que para ellos tienen los

incentivos y estímulos en el ejercicio de la profesión. Surge a través de la conversación la necesidad de incorporar a los horarios de trabajo actividades de recreación, además de que las instituciones inviertan en programas de terapias preventivas y otorguen facilidades a los profesores afectados.

El sentido atribuido por los profesores a la Dirección de la Escuela se relaciona con falta de estrategias y de liderazgo. Esta percepción coincide con la conclusión de Mc Lean (1981) respecto de la importancia de la persona del Director en una institución donde hay casos de situaciones de estrés. Por lo tanto, los directores deben estar preparados y contar con el apoyo suficiente en su gestión educativa, para dirigir una escuela en donde el acelerado cambio del contexto social influye, constantemente, en el papel que desempeña el profesor en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Es importante señalar el sentido que los profesores le otorgan al empleador. Éste aparece como eje significativo. Los profesores requieren del empleador más consideración, respeto y reconocimiento, primero como personas y después como funcionarios y parte de una institución.

ALGUNAS REFLEXIONES FINALES

Sea cual sea la definición que cada uno de nosotros tenga de la educación, siempre tiene implícita la idea de perfección, esto es contribuir a que la persona mejore en lo personal y con relación al grupo desde el punto de vista social. Esta idea enfrenta al profesor a establecer qué valores y cualidades contribuyen a la perfección del hombre, por un lado, y por otro, determinar el límite del trabajo educativo, es decir, si se perfecciona el hombre, al decir de Esteve, Franco y Vera (1995), el trabajo educativo puede extenderse a todas las facetas de la personalidad que puedan mejorarse y, por lo tanto, este proceso se puede extender a lo largo de toda la vida.

En este contexto el trabajo del profesor es abarcar todos esos campos y, además, asumirlos con equilibrio y prudencia. Debe incorporar todos los objetivos que contribuyen al desarrollo integral de la personalidad de los niños y niñas en un todo armónico, cuidando la estabilidad para evitar el desarrollo excesivo de algunas de las áreas, que se pueden traducir en hombres y mujeres desequilibrados.

Los autores plantean que “la sociedad puede desarrollar hasta el límite las peticiones basadas en el componente utópico de la educación, proyectando sobre los profesores unas exigencias desmedidas. Una vez instalado este modelo de discurso, toda actuación educativa, por muy buena que sea y por muchos éxitos que consiga, podrá ser criticada: ya que siempre le faltará algo, o bien, se le podrá achacar la ruptura del equilibrio en el desarrollo de las múltiples tareas que encomendamos a nuestros profesores” (p. 256).

De esta manera, a la diversidad de tareas que asume el profesor siempre se le podrá agregar algo que no ha sido previsto. Sobre todo, cuando en nuestra sociedad se ha generalizado la tendencia de transformar en problemas educativos todos los problemas sociales pendientes. Esto se observa en la gran cantidad de programas y campañas que deben ser asumidos por la escuela, desde el ámbito de la salud, de la educación vial, violencia intra y extra familiar, problemas de delincuencia y otros.

En esta forma de pensar la educación, los problemas sociales se transforman en problemas educativos, por ejemplo, el hecho de que se pretenda dar solución al problema de la drogadicción a través de programas educativos de prevención implicando de esta manera a los maestros y la escuela en la lucha contra la droga. “La sociedad cambia el color de su discurso. Se olvida el enfoque social del fenómeno de la droga o el análisis de las causas de su consumo; y con independencia del origen y de las pautas de desarrollo de este fenómeno social, se añade una nueva utopía a las peticiones utópicas que sobre la educación se proyectan, y se espera que también solucione el problema. La sociedad no se plantea, ante este problema y otros como la violencia y la delincuencia, una responsabilidad colectiva” (op. cit., p. 258).

La sociedad deja la responsabilidad de enfrentar estos problemas sociales a la educación, a la escuela y los profesores. Es cierto que se hacen grandes inversiones en el sistema educativo, pero queda mucho pendiente, por ejemplo, no se han estructurado equipos interdisciplinarios eficientes, que aporten desde sus especialidades al trabajo de la escuela. El problema no está en la dedicación de los profesores. La cuestión es asumir los problemas de la educación con responsabilidad colectiva. La sociedad no puede esperar que la educación de solución a esta problemática social pendiente, dejando a los profesores solos con la tarea, en tanto que el resto de la sociedad se inhibe de su responsabilidad educativa.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Amelang, G. y D. Bartussek, 1991** *Psicología diferencial e investigación de la personalidad*, Herder, Barcelona. 235 pp.
- Canales, M. y A. Peinado J., 1999** Grupos de discusión. En Delgado, J. M. y J. Gutiérrez (eds.): *Métodos y técnicas cualitativas de investigación en ciencias sociales*, Editorial Síntesis S. A. Madrid. pp. 288-311.
- Esteve, J., S. Franco & J. Vera, 1995** *Los profesores frente al cambio*, Anthropos, Barcelona. 297 pp.
- Ghilardi, F., 1993** *Crisis y perspectivas de la profesión docente*, Gedisa, Barcelona. 159 pp.
- Grau, J., 1993** Estrés, ansiedad, personalidad: resultados de las investigaciones cubanas efectuadas sobre la base del enfoque personal. En: *Revista Interamericana de Psicología*, Vol. 27 (1): 37-58.
- Hernández, R., C. Fernández & P. Baptista, 1998** *Metodología de la investigación*, Mc Graw Hill, México, D. F. 501 pp.
- Invar, J., 1997** *Estrategia preventiva y de aprendizaje frente al stress organizacional y la erosión psicológica en las instituciones comunitarias, educativas y asistenciales*, Escuela de Educación y Trabajo Social, Universidad Hebrea de Jerusalén. 40 pp.
- Martí, J. y M. Murcia, 1988** *Enfermedad mental y entorno urbano, metodología e investigación*, Anthropos, Barcelona. 292 pp.
- Mc Lean, A., 1981** *Stress en la sociedad contemporánea. Condicionantes y respuestas en el individuo y la organización*. Trucco M. (ed.). Santiago. 70 pp.
- Rodríguez, G., J. Gil & E. García, 1996** *Metodología de la Investigación Cualitativa*, Ediciones Algibe, Málaga. 378 pp.