



ECUADOR
UNIVERSIDAD
INTERNACIONAL
SEK
SER MEJORES

Estrategias de Afrontamiento al Estrés y Burnout en Psicólogos.

Alba, P. Vargas Espín y Maria, A. Reyes Silva.

Universidad Internacional SEK, Quito, Ecuador

Director del proyecto: Erick Arguello, M.A., M.Ed.,
Psy.D., CMPC

Tutor Principal: PhD. Anna Costales.

Introducción



- En profesionales de la salud mental, se busco *el relacionar las Respuestas de Afrontamiento al estrés y el Síndrome de Burnout en psicólogos, ya que el Trabajo de los psicólogos puede desarrollarse en situaciones de vulnerabilidad-relación terapéutica. Que puede desencadenar esta dos variables.*
- Se pretende una visibilización de estrategias para mejorar la formación profesional.
- Implementación de procesos preventivos, de cuidado y autocuidado para los profesionales y de esta manera su rendimiento profesional.

Objetivo e hipótesis



- La presente investigación tiene como objetivo el relacionar las Respuestas de Afrontamiento al estrés y el Síndrome de Burnout en psicólogos.
- Como objetivo específico Medir las Respuestas de Afrontamiento al estrés y el Síndrome de Burnout
- Su finalidad es el conocer la relación o grado de asociación que existe entre las Respuestas de Afrontamiento al estrés y el Síndrome de Burnout en un contexto en específico
- Como hipótesis de la presente investigación se considera que existe una relación entre la variable de burnout “agotamiento emocional” y la variable de las estrategias de afrontamiento “focalización en la solución del problema”.

Materiales y métodos



- Cuantitativo con un enfoque correlacional.
- Procedimiento transversal, no experimental.
- La modalidad es de campo.
- La muestra es de Psicólogos que trabaja en el sector público y privado en procesos terapéuticos en distintas provincia del Ecuador- Población para este trabajo son psicólogos que trabajan en su mayoría de la sierra
- Para medir las variables se ha empleado el Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE) y el Inventario de Maslach Burnout.
- Para cumplir los objetivos se procesa los datos con el programa Statgraphics Centurion, se utilizará estadística descriptiva y análisis factorial.

Resultados

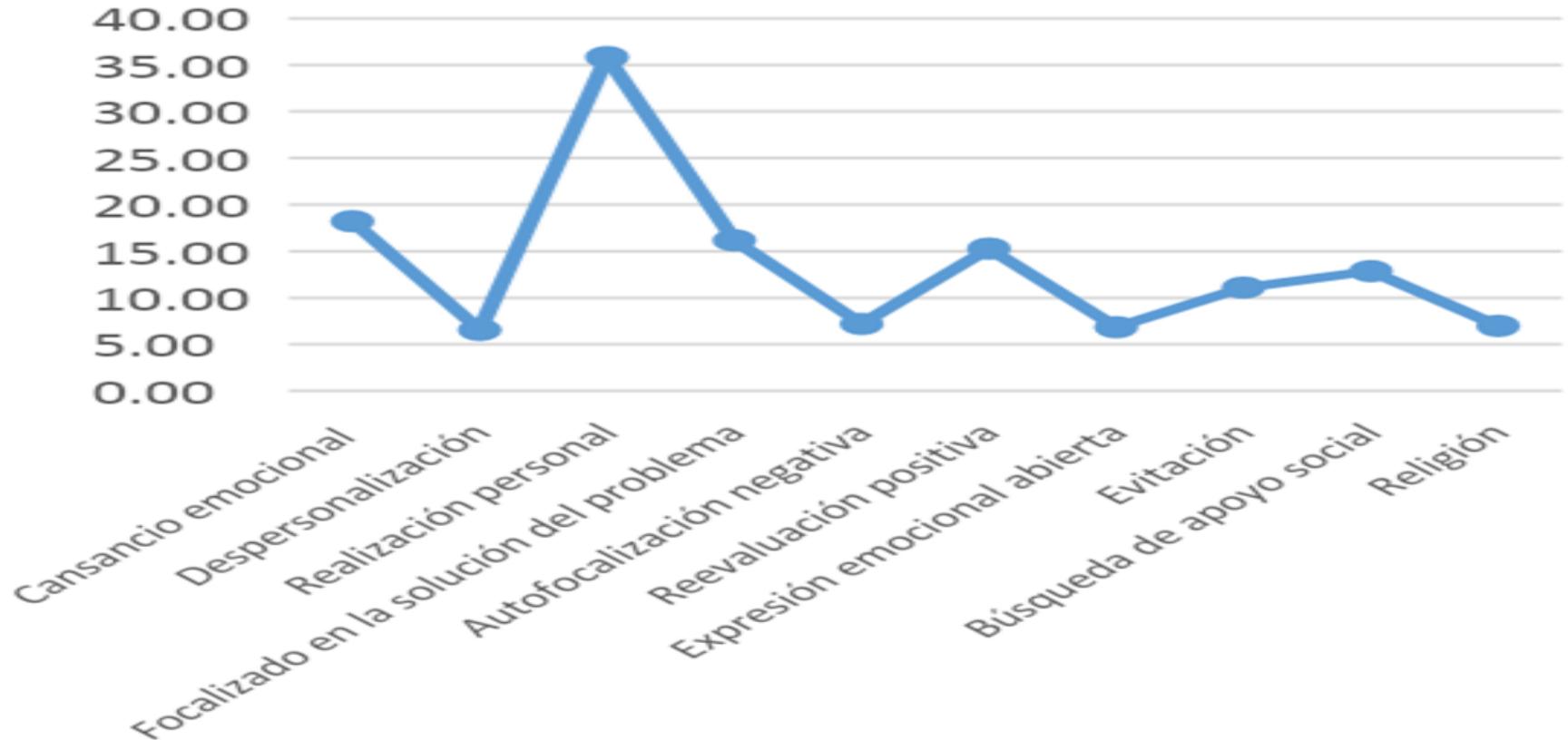


Figura 1. Medias de las variables de burnout y estrategias de afrontamiento

	<u>CA</u>	<u>DPZ</u>	<u>RP</u>	<u>FSP</u>	<u>AFN</u>	<u>REP</u>	<u>EEA</u>	<u>EVT</u>	<u>BAS</u>	<u>RLG</u>
Media	18,22	6,55	35,83	16,17	7,20	15,28	6,85	11,09	12,86	6,98

Resultados

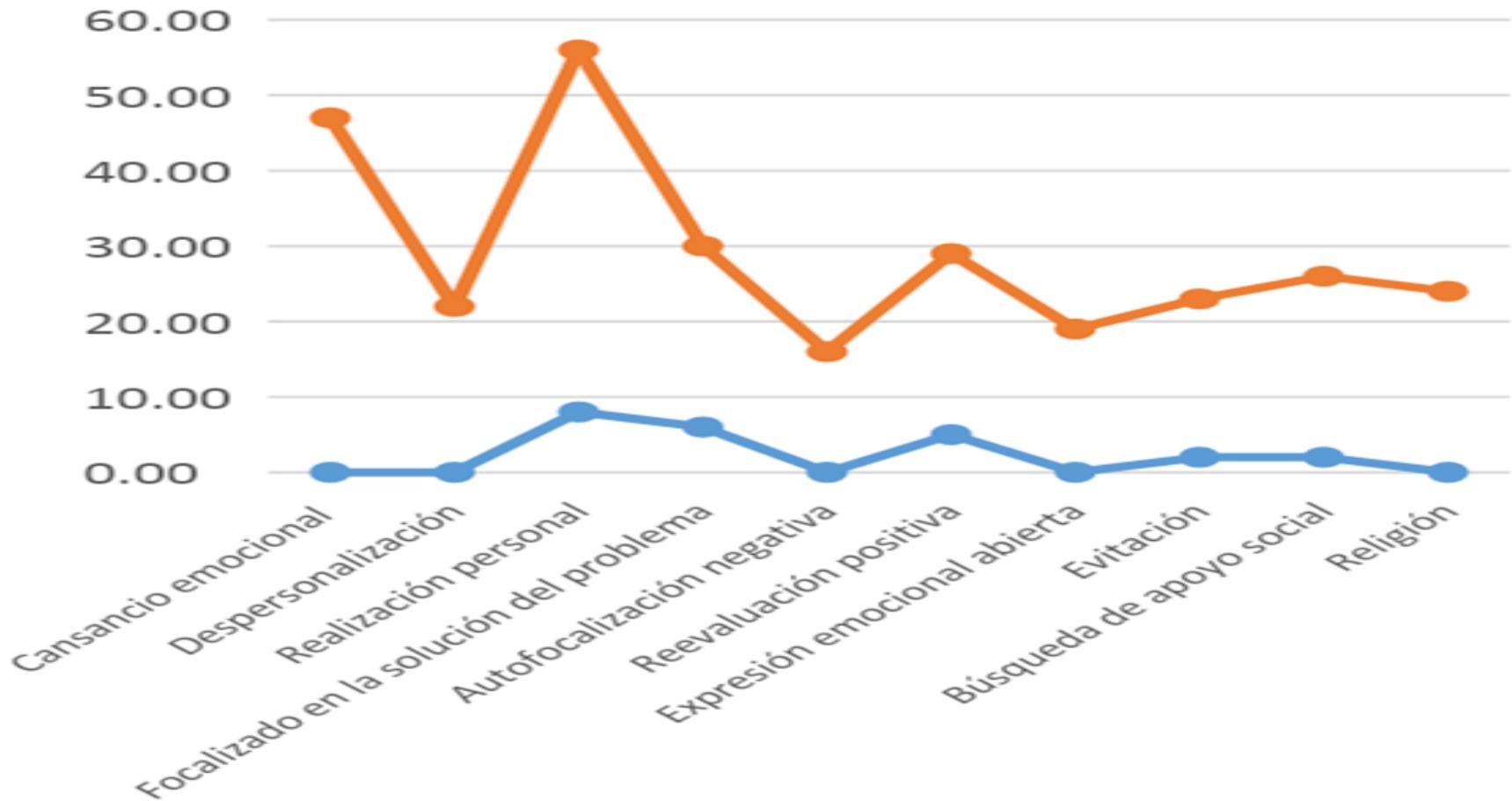


Figura 2. Mínimas y máximas de las variables de burnout y estrategias de afrontamiento.

Mínima	0,00	0,00	8,00	6,00	0,00	5,00	0,00	2,00	2,00	0,00
Máxima	47,00	22,00	48,00	24,00	16,00	24,00	19,00	21,00	24,00	24,00

Análisis Factorial

Tabla 2: Análisis Factorial de las Variables de Burnout y Estrategias de Afrontamiento.

	FACTOR 1: “Estrategias pasivas”	FACTOR 2: “Estrategias activas”	FACTOR 3: “Agotamiento profesional”
Cansancio emocional	0,0858107	-0,0376627	0,887714
Despersonalización	0,230915	-0,207653	0,821933
Realización personal	-0,448779	0,675019	-0,204001
Focalizado en la solución de problemas	-0,108743	0,865067	-0,143958
Autofocalización negativa	0,812808	-0,0400194	0,291575
Reevaluación positiva	0,344978	0,798483	0,0439992
Expresión emocional abierta	0,759256	-0,165648	0,287901
Evitación	0,723297	0,173688	0,201144
Búsqueda de apoyo social	0,431635	0,56631	-0,131866
Religión	0,643118	0,175426	-0,315439

Conclusiones

- Diversidad en los indicadores de niveles de burnout y estrés; con diferentes necesidades de acciones protectoras para la prevención.
- Las Respuestas de Afrontamiento al estrés: unas orientadas a la resolución del conflicto y al acercamiento al mismo para la modificación y otros más bien al alejamiento del conflicto, evitación, mismos que están relacionados con altos niveles de estrés percibidos,

Conclusiones

- Se descartar la hipótesis inicial del trabajo: la variable de burnout “agotamiento emocional” y la variable de las estrategias de afrontamiento “focalización en la solución del problema” – no están en relación estadísticamente comprobable en el grupo estudiado.

Conclusiones

- Se ha encontrado otro tipo de relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés y el Síndrome de Burnout, las cuales han generado 3 factores llamados: Estrategias pasivas, estrategias activas y agotamiento profesional.

Conclusiones

- En el grupo de profesionales que se ha tomado para este estudio, estos factores variados, indican que se está utilizando de manera frecuente distintas estrategias, que dan resultado para la adaptación y en ciertos casos la resolución de problemas.

Conclusiones

- La tendencia bastante alta en cuanto a la realización personal puede estar relacionada a los años de experiencia, pues se encuentran en una etapa de logros importantes al mantener actividades de inicio profesional entre los 3 - 5 años, o también con el rol central que los especialistas pueden otorgar a su labor, lo cual podría generar condiciones de burn out, por lo que es necesario, abrir las posibilidades de nuevas investigaciones que corroboren lo investigado.