

**RELACIÓN ENTRE BURNOUT ACADÉMICO E INTELIGENCIA EMOCIONAL  
EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA**



**UDEC**  
UNIVERSIDAD DE  
CUNDINAMARCA

**GÓMEZ DELGADILLO JOSÉ DANIEL FERNANDO**  
**MONTENEGRO ALMEIDA NILSEN SMITH**

**UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES, HUMANIDADES Y CIENCIAS POLÍTICAS**  
**PROGRAMA DE PSICOLOGÍA**  
**FACATATIVÁ, abril 27 del 2018**

**RELACIÓN ENTRE BURNOUT ACADÉMICO E INTELIGENCIA EMOCIONAL  
EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA**



**UDEC**  
UNIVERSIDAD DE  
CUNDINAMARCA

**GÓMEZ DELGADILLO JOSÉ DANIEL FERNANDO**

**MONTENEGRO ALMEIDA NILSEN SMITH**

**TRABAJO DE GRADO PARA OBTENER EL TÍTULO DE PSICÓLOGOS**

**ASESOR**

**RAFAEL LEONARDO CORTÉS LUGO**

**PSICÓLOGO**

**UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA**

**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES, HUMANIDADES Y CIENCIAS POLÍTICAS**

**PROGRAMA DE PSICOLOGÍA**

**FACATATIVÁ, abril 27 del 2018**

**Tabla de contenido**

	pág.
Resumen.....	7
Abstract.....	8
Línea de Investigación.....	9
Introducción.....	10
Justificación.....	12
Planteamiento del problema.....	16
Objetivos.....	22
Fundamentación teórica.....	23
Historia del Burnout.....	23
Burnout Académico.....	24
Inteligencia Emocional.....	26
Marco Metodológico.....	39
Paradigma Epistemológico.....	39
Enfoque utilizado.....	39
Diseño.....	40
Participantes.....	41
Instrumentos.....	42
Procedimiento.....	45
Lineamientos Éticos.....	48
Resultados.....	49
Discusión .....	58

Conclusiones.....	62
Recomendaciones.....	63
Referencias.....	66
Anexos.....	75

**Lista de tablas**

	pág.
Tabla 1. Baremo Burnout Estudiantil.....	43
Tabla 2. Componentes de la Inteligencia Emocional.....	44
Tabla 3. Baremo Atención Emocional.....	44
Tabla 4. Baremo Claridad Emocional.....	44
Tabla 5. Baremo Reparación Emocional.....	45
Tabla 6. Promedio Burnout Estudiantil.....	50
Tabla 7. Inteligencia Emocional Género Femenino.....	51
Tabla 8. Inteligencia Emocional-Género Masculino.....	52
Tabla 9. Inteligencia Emocional-Campo Educativo.....	54
Tabla 10. Inteligencia Emocional-Campo Social.....	54
Tabla 11. Inteligencia Emocional-Campo Organizacional.....	55
Tabla 12. Resultados de Burnout Estudiantil e Inteligencia Emocional.....	56
Tabla 13. Correlación Spearman entre Inteligencia Emocional y Burnout Estudiantil.....	56

**Lista de gráficas**

	pág.
Gráfico 1.....	49
Gráfico 2.....	50
Gráfico 3.....	50
Gráfico 4.....	52
Gráfico 5.....	53
Gráfico 6.....	54
Gráfico 7.....	55
Gráfico 8.....	55

**RELACIÓN ENTRE EL BURNOUT ACADÉMICO Y LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE NOVENO SEMESTRE DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA**

**Resumen**

La comunidad científica ha evidenciado en los últimos tiempos la relación que se presenta entre las habilidades de la Inteligencia Emocional (IE) y una mejor adaptación psicológica por parte de los estudiantes en el ámbito educativo; a pesar de esto, no existe amplitud de estudios que lleven a establecer relaciones entre las variables IE-Burnout Académico en Colombia y una nulidad de estudios en la Universidad de Cundinamarca. La presente investigación de carácter cuantitativo cuenta con una muestra de 50 estudiantes de la Universidad de Cundinamarca, del programa de Psicología que se encuentran en noveno semestre y realizando prácticas profesionales en su segundo periodo, cuyo análisis se centra en la relación entre la IE y el grado en que el estudiante presenta Burnout. Los resultados obtenidos demuestran que existe una correlación moderada entre las variables Burnout Académico e Inteligencia Emocional, aunque no en su totalidad, sino en sus variaciones de Claridad Emocional y Reparación Emocional.

**Palabras clave:** Inteligencia Emocional, síndrome de Burnout, Burnout académico.

### **Abstract**

The scientific community has recently shown the relationship between the skills of Emotional Intelligence (EI) and better psychological adaptation by students in the field of education; In spite of this, there is no amplitude of studies that lead to establishing relationships between academic IE-Burnout variables in Colombia and a nullity of studies at the University of Cundinamarca. The present research has a sample of 50 students of the University of Cundinamarca, of the Psychology program who are in the ninth semester and doing professional practices in their second period, the analysis of which focuses on the relationship between EI and the degree to which the student experiences burnout. The results demonstrate that there is a moderate correlation between the variables Academic Burnout and Emotional Intelligence, although not in its totality, but in its variations of Emotional Clarity and Emotional Reparation.

**Keywords:** Emotional Intelligence, Burnout syndrome, academic Burnout.



### **Línea de investigación**

La presente investigación se adhiere a la línea de investigación Desarrollo Humano, ya que, dentro de sus componentes, asume que el desarrollo del ser humano se desplaza en ciclos vitales y en diversas dimensiones, cuya constante es la evolución y la concordancia. De igual forma, parte de los criterios para agregar la presente investigación a la línea de desarrollo humano, se centra en la búsqueda de identificar, explicar y comprender relaciones entre variables que generan implicaciones en la calidad de vida y el bienestar psicosocial de los estudiantes en el ámbito universitario.

## **Introducción**

El contexto académico de Educación Superior es considerado uno de los escenarios más estresantes (García & Zea, 2012), en él se desarrollan los futuros profesionales con miras a impactar y vislumbrar la sociedad en todos sus escenarios, es por esta razón que se hace importante la mirada científica desde el área de la Psicología, en donde se genere una perspectiva que permita estudiar todos los posibles factores que puedan incidir en el fortalecimiento de las actividades académicas; de allí que surja la necesidad de identificar y evidenciar si se presenta una relación entre las habilidades de la Inteligencia Emocional (IE) y una mejor adaptación psicológica por parte de los estudiantes en el ámbito educativo que favorezca la no aparición del Burnout Académico o Estudiantil, como también es conocido en la comunidad científica.

Ligado a ello, las múltiples tensiones acumuladas y manifestadas a través de la conducta, dan cuenta de lo complejo que puede llegar a ser el vivir y mantenerse en medio del contexto universitario, dentro de lo cual implica no solo ir a clases y recibir una clase magistral, hacer trabajos, presentar exposiciones, realizar ensayos y prepararse para los parciales; sino que de una u otra manera es el centro de operaciones donde también se forjan las relaciones interpersonales e intrapersonales, donde se expresa el carácter, la personalidad y donde se enfrentan los estudiantes al mundo de la libertad y el libre albedrío.

Al identificar cada uno de los componentes del ámbito académico en su globalidad, surge la importancia de estudiar este tipo de variables en torno a lo experimentado frente a los niveles de agotamiento y las formas de afrontamiento referentes a la variable inicial, por parte de los estudiantes. Para ello, se inicia un abordaje desde la conceptualización del Síndrome de Burnout y la Inteligencia Emocional como variable de afrontamiento.

La literatura sostiene que se habló de Burnout inicialmente gracias a Freudenberger (1974), quien veía esa experimentación de emociones y reacciones fisiológicas como el resultado o expresiones características de los profesionales de la salud y definiéndolo como un agotamiento de energías, que es experimentado por los profesionales cuando generan una sobrecarga de problemáticas propias y de terceros. De igual forma al abordar las estrategias de afrontamiento frente a dichas sensaciones, surge la conceptualización de Mayer & Salovey (1997) en donde se define la Inteligencia Emocional como aquella capacidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y generar sentimientos que faciliten el pensamiento, además de sumarle la habilidad para comprender emociones y para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual.

Al parecer, la Inteligencia Emocional estaría estrechamente vinculada al Burnout, lo cual sugeriría que juega un papel importante en términos de convertirse en un factor protector frente a la presencia, desarrollo y mantenimiento del mencionado Burnout; por tanto, la presente investigación pretende determinar si existe una relación entre las dos variables. Además, el documento de investigación presenta una comprometida contextualización de los diferentes conceptos manejados a través de la historia, estudios desarrollados a partir de las variables estipuladas y el desarrollo del comportamiento de las mismas, expresadas a través de los resultados arrojados y su interpretación.

### **Justificación**

Cada individuo, desde las diferentes áreas en las que se desempeña, se enfrenta continuamente a diversos desafíos determinados por la sociedad, que exige habilidades con el objetivo de que cada persona pueda responder consecuentemente a todos los compromisos, los deberes y las obligaciones de un contexto sumamente competitivo, todo esto sumado a las dificultades personales o situaciones adversas de la vida diaria, ha permitido evidenciar la existencia de cargas emocionales que conducen a la tensión, ocasionando el agotamiento del sujeto y finalmente el síndrome de Burnout (Hernández, 2003).

Álvarez & Fernández (1991), mencionan que los estudios sobre el síndrome han iniciado en los profesionales de los servicios humanos, es decir, profesionales que deben mantener un contacto directo con diversidad de individuos como trabajadores sanitarios, de la educación, del área de salud mental o del ámbito social, y aunque en un primer momento se consideraba este síndrome como exclusivo de estas profesiones y disciplinas, lo cierto es que todos los profesionales sin distinguir las laborales y cual sea la ocupación en la que se desempeñan, son susceptibles de desanimarse y perder el entusiasmo por su trabajo, esto debido a que entre los factores inmersos en el síndrome están la edad, sexo, variables familiares, personalidad y el entrenamiento profesional; siendo los jóvenes y en este caso los practicantes universitarios, los más desfavorecidos, por su falta de preparación y experiencia para enfrentarse a la dinámica laboral (Gil & Marucco, 2008).

Ante esto, autores como Torres & Guarino (2013); Fernández, Morán & Liébana (2017) y Norabuena (2017) indican como resultado de sus investigaciones, que quienes padecen el síndrome se ven sometidos diariamente a presiones laborales que pueden originar niveles considerables de tensión, relacionadas con el contacto cercano a diferentes personas, atención y cuidados asociados con la salud física y/o emocional de las personas e incluso de su propia salud. Frente a ello, se ha evidenciado

también, que este síndrome generado como respuesta al estrés laboral crónico y manifestado a través del agotamiento emocional, desemboca en un sentimiento de escasa realización personal.

Lo anterior representa un problema de Salud Pública y de Salud Laboral, vinculado al absentismo y en el caso del contexto educativo la deserción (Rosales & Rosales, 2013), esta situación lleva a catalogar las instituciones de educación superior, como lugares altamente estresantes y a los profesionales en formación como población altamente vulnerable, debido a la exposición cotidiana a una serie de demandas generadoras de estrés y Burnout.

Debido a la alta vulnerabilidad mencionada, se considera que el síndrome tiene implicaciones negativas sobre la salud, las cuales afectan aquellos aspectos emocionales que se manifiestan a través de indefensión, sentimientos de fracaso, desesperanza, irritabilidad, desilusión, pesimismo, hostilidad, falta de tolerancia, y supresión de síntomas (Domínguez, Hederich & Sañudo, 2010). Es por esto que se considera pertinente estudiar el área de la Psicología en virtud que el síndrome de Burnout, o el agotamiento físico y mental es un problema de gran repercusión social para los profesionales en estos días (Rosales & Rosales, 2013).

Teniendo en cuenta a la Psicología como área en la que se vive en constante interacción con el otro, se hace importante su inclusión en el interés investigativo, además porque esta temática no presenta un abordaje en los estudios llevados a cabo en la Universidad de Cundinamarca sobre Burnout Académico. De esta manera, Caballero, Abello & Palacio (2007) desde un enfoque tridimensional del Burnout (agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal), demuestran la prevalencia del síndrome, en el que el 41,6% de los estudiantes de Psicología presentan Burnout Académico, lo cual sugiere que en este tipo de carreras, los alumnos experimentan la sensación de no poder dar más de sí mismos, reflejándose un agotamiento de 38,2%, lo cual permite concluir que la presencia del síndrome, es más evidente en semestres finales.

Ante la preocupación por el síndrome de Burnout y sus efectos, Pacheco, Durán & Rey (2007) estudiaron el síndrome en estudiantes universitarios de diversas carreras, en el que se vincula la Inteligencia Emocional (IE) como factor protector, concluyendo que las personas que presentan habilidades emocionales procesan y asimilan la información emocional producida por los sucesos vitales cotidianos, laborales y/o académicos, en donde se evidencian altos niveles de bienestar debido a las estrategias de solución de problemas y por tanto, una regulación emocional más adaptativa.

Frente a esta afirmación, Martínez, Piqueras & Inglés (2011) indican que una persona emocionalmente saludable, tiene la capacidad de prolongar las emociones positivas, a través de estrategias más asertivas basadas en la reflexión y en el afrontamiento activo y positivo de los problemas.

Parte de la importancia del presente ejercicio investigativo, radica en que no existe hasta el momento un estudio correlacional que vincule el Burnout Académico con la Inteligencia Emocional, en los repositorios de investigaciones en la Universidad de Cundinamarca, incluso a nivel general existe una limitación de investigaciones del Burnout Académico con orientación correlacional, desde un enfoque Unidimensional, pero aun así el estudio de Cabanach, Souto, Cervantes & Freire (2011) es la aproximación científica que más se asemeja a lo pretendido en el presente trabajo de investigación, quienes concluyen que las emociones y en concreto su regulación (la regulación emocional) desempeñan un papel relevante en la aparición del Burnout; por otro lado, se encontró el escaso uso del enfoque unidimensional del Burnout para abordar este síndrome, por lo tanto, este estudio es un aporte novedoso para el alcance investigativo de la Universidad.

Aunque actualmente no se encuentre investigaciones sobre la Inteligencia Emocional y Burnout Académico desde un enfoque unidimensional en la Universidad de Cundinamarca y esto le dé al trabajo pertinencia y novedad, cabe destacar que la importancia se enfoca en el valor agregado

o adicional que este tipo de investigaciones le genera a la Universidad, con proyectos que incluyan a sus propios estudiantes, lo que indica que las soluciones y nuevos planteamientos van a afectar directamente a dicha población, e incluso va a permitir alinear los objetivos de la comunidad académica en función de generar espacios propicios para la investigación en Psicología e influir positivamente en la gestión de una investigación con miras a impactar la población.

Por tal motivo, se postula que es importante apoyar los estudios que aporten a una comprensión más amplia y holística de los procesos vinculados al comportamiento del ser humano en su desarrollo personal y social.

### **Planteamiento del problema**

Partiendo de la concepción que tienen Caballero, Bresó & González (2015) respecto al ámbito académico y el rol del estudiante como tal, se visualiza al universitario como un trabajador no formal, que cumple con funciones, responsabilidades y obligaciones que se asemejan a las de un trabajador del común, cuyas características lo llevan a formar parte de una organización y cumplir un rol específico, lo cual requiere de esfuerzos, dedicación y una constante evaluación de su desempeño, trayendo consigo múltiples desafíos, retos o dificultades.

Rosales & Rosales (2013) plantean que en el ámbito universitario como en la vida misma, el estudiante se ve influenciado por las características biopsicosociales propias del ser humano, dentro de las cuales se debe contemplar a cada individuo teniendo en cuenta diferencias, habilidades y competencias que le permitan negociar problemas personales y sociales necesarios en su proceso formativo, que por un lado favorecen la consecución de metas académicas pero en caso contrario podrían llevarle incluso a desertar debido a que el estudiante se enfrenta a situaciones de estrés, sentimientos de impotencia, poco control, comportamientos de escape o evitación como formas de afrontamiento no funcionales en consecuencia al plan de estudios, carga académica, intensidad horaria y contenido temático.

Es así, como los estudiantes de la Universidad de Cundinamarca podrían estarse viendo involucrados y afectados con las diversas situaciones propias del contexto académico y del escenario de prácticas, independientemente de su campo de aplicación; bien sea el campo social, educativo u organizacional, cada uno de los escenarios tienen características particulares que generan influencia en los estudiantes de último semestre de la Universidad, que sumadas a las cargas de culminación de materias, compromisos y funciones en los respectivos sitios de práctica, además de la probable



generación de monografía como opción de grado entre otras, se convierten en una combinación casi que idónea para que problemáticas como la presentación y desarrollo del Burnout Académico se den.

Son muchos los efectos negativos que se asocian al Burnout en el ambiente académico, ante ello Alarcón, Mojica, Castillo, Vega & Celis (2017) mencionan que sus consecuencias negativas afectan a la institución, a los usuarios y por supuesto a quien lo padece, manifestándose tanto a nivel físico, conductual y emocional. En cuanto a los síntomas emocionales se encuentran: irritabilidad, ansiedad, baja tolerancia a la frustración, depresión, desconfianza, baja autoestima, sentimiento de culpa, agotamiento emocional, falta de motivación; frente a los síntomas conductuales se presenta una alteración en el estado de ánimo, falta de concentración, problemas en las relaciones interpersonales, comportamientos agresivos e impulsivos y faltar a clases. Dentro de los síntomas cognitivos se encuentran, ideas de derrota, pensamiento de abandono escolar, pensamientos catastróficos. Con respecto a los síntomas físicos están las alteraciones de sueño, dolores de cabeza, cansancio, al grado del agotamiento, dolores musculares y malestares en general.

Dichas reacciones, llevan a concebir las instituciones de educación superior como escenarios con alta predisposición al estrés, ante esto, Berrocal & Pacheco (2005) mencionan que estas instituciones han reconocido que además de aportar formación intelectual, los universitarios necesitan desarrollar otro tipo de habilidades no solo cognitivas, resaltando la importancia del aprendizaje de los aspectos emocionales y sociales, para facilitar la adaptación global de los ciudadanos en un mundo cambiante, con constantes peligros y desafíos, ya que según Rosales & Rosales (2013) en este contexto, los alumnos deben enfrentarse de manera cotidiana a una serie de demandas que resultan ser situaciones generadoras de estrés y cuando son prolongadas y frecuentes, estas situaciones pueden conducir al síndrome de Burnout.

Este síndrome, ha sufrido algunas modificaciones en cuanto a su desarrollo teórico-conceptual, una de ellas se origina en el trabajo de Maslach & Jackson (1981) quienes definen este síndrome a través de una visión tridimensional, agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal; por otro lado, un segundo enfoque, inicia por medio del trabajo de Pines, Aronson & Kafry (1981) quienes gracias a sus estudios difieren de la anterior conceptualización y contemplan la definición de este síndrome mediante un constructo unidimensional agotamiento (Barraza, 2011), el cual será el enfoque conceptual en la presente investigación; es así como bajo este enfoque unidimensional, Barraza, Carrasco & Arreola (2008), definen el Burnout como un estado de agotamiento físico, emocional y cognitivo, producido por el involucramiento prolongado en situaciones generadoras de estrés.

La investigación sobre esta problemática ha tenido aceptación ante la comunidad académica, en la que se encuentran estudios a través del enfoque tridimensional, esta forma de conceptualizar el Burnout se ha convertido en la tradición hegemónica dentro del campo, debido básicamente, a la popularización de su instrumento de medición, el Maslach Burnout Inventory (Barraza, 2011). Casanova, Benedicto, Luna & Maldonado (2016) plantean una temática de investigación poco abordada y es la existencia limitada de publicaciones que relacionen el Burnout Académico desde una perspectiva unidimensional con la Inteligencia Emocional, evidencia de lo anterior refleja que la bibliografía más predominante trata dicha relación desde el enfoque tridimensional; de allí que la presente investigación, genere un abordaje novedoso y poco explorado.

Marcó & Ramos (2010) plantean que este tipo de síndrome afecta la salud emocional y el disfrute de un ambiente saludable tanto a nivel laboral como académico, lo que implica de la Psicología una rigurosa, cuidadosa y minuciosa investigación, razones suficientes para que desde escenarios de educación superior concernientes al área de la Psicología, se apoyen este tipo de

intereses investigativos; a su vez la ley 1090 (2006) define esta rama como “ciencia sustentada en la investigación y una profesión que estudia los procesos de desarrollo cognoscitivo, emocional y social del ser humano” (p.1). Características que hacen que el papel de la Psicología, esté dirigido a investigar y conocer estos aspectos, para posteriormente generar estrategias que puedan ayudar a disminuir el impacto de estas problemáticas, sobre la calidad de vida de diferentes grupos de interés y en este caso, de los estudiantes universitarios teniendo en cuenta sus responsabilidades.

La práctica profesional como responsabilidad del universitario, también es considerada un factor que conduce al Síndrome de Burnout, es el caso del estudio realizado por Camacho (2016), en el que se evidencia la frecuencia del mencionado síndrome en estudiantes de Psicología en proceso de titulación es decir en último semestre. Según el autor, el Burnout se origina causado por la excesiva carga académica, estrés, dificultades de afrontamiento, varios tipos de distorsiones cognitivas y sucede durante el período de titulación de la carrera universitaria, es decir ya finalizando el proceso de formación, razón por la cual para efectos del presente ejercicio científico se propone como población objeto de la investigación, aquellos estudiantes que se encuentren cursando el último semestre académico en el programa de Psicología de la Universidad de Cundinamarca.

Según la Oficina de admisiones y registros, actualmente el programa de Psicología ofertado por la Universidad de Cundinamarca cuenta con 577 alumnos matriculados, de los cuales el 10,39% se encuentra en último semestre. Para ese porcentaje que culmina la carrera, la Universidad por medio del reglamento de práctica profesional de Psicología, plantea unos principios generales que aplican para el practicante Udecino, basándose en la Ley 1090 (2006), para lo cual se confiere que el estudiante debe ofrecer sus servicios Psicológicos manteniendo los más altos estándares de la profesión, debe aceptar de manera responsable las consecuencias de su quehacer, empeñarse en brindar de manera correcta los servicios, mantener altos estándares de competencia, apoyando,

formulando procesos y proyectos que integren aspectos tanto prácticos como teóricos, teniendo en cuenta las necesidades de las instituciones en las que se desempeña el proceso de práctica.

Como puede observarse a través de los principios generales para los diferentes campos de formación, los contextos de prácticas son exigentes, lo que para Montgomery (2005) implica una exposición a situaciones de estrés, debido al miedo que el estudiante experimenta al enfrentarse a un escenario completamente nuevo, en este medio el estudiante debe aprender prácticamente todo, y su conocimiento se ve confrontado con la praxis de una realidad nueva, en la que debe poner a prueba todas sus habilidades para asumir los cambios en el ambiente que debe enfrentar.

Por ello, dentro del marco de esta investigación resulta importante el papel de la Psicología, dando respuesta a las múltiples necesidades del ser humano como consecuencia de la diversidad contextual, principalmente el ámbito colombiano, en el que es necesaria la vinculación del Psicólogo desde su ejercicio, en una amplia gama de escenarios y campos por medio de los cuales según el Colegio Colombiano de Psicólogos-Colpsic (2014), deberá enfocarse en el cuidado y conservación de la salud mental, dando respuestas y posibles soluciones por medio de los resultados investigativos a los innumerables problemas que afronta, desde la prevención de problemas psicológicos hasta la promoción de la salud en los diferentes campos de acción.

**Pregunta de investigación.**

Por lo anterior, se formula la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es la relación entre el Burnout Académico y la Inteligencia Emocional en estudiantes de noveno semestre que realizan su práctica profesional de Psicología de la Universidad de Cundinamarca?

**Hipótesis.**

Para la anterior pregunta de investigación, se formula las siguientes hipótesis:

H1: Existe correlación entre el síndrome de Burnout y atención emocional.

H2: Existe correlación entre el síndrome de Burnout y claridad emocional.

H3: Existe correlación entre el síndrome de Burnout y reparación emocional.

## **Objetivos**

### **Objetivo General.**

Determinar el grado de relación entre el Burnout Académico y la Inteligencia Emocional en estudiantes de noveno semestre que realizan su práctica profesional en Psicología de la Universidad de Cundinamarca.

### **Objetivos Específicos.**

Estimar el nivel de Burnout Académico en los estudiantes de noveno semestre, que estén realizando práctica profesional a partir de la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil.

Conocer el grado de Inteligencia Emocional de los estudiantes de noveno semestre, que estén realizando práctica profesional a partir de la Trait Meta-Mood Scale.

Analizar correlacionalmente, los resultados obtenidos en las pruebas Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil y la Trait Meta-Mood Scale.

## **Fundamentación Teórica**

### **Historia del Burnout.**

Las primeras definiciones del Burnout, aparecen gracias al descubrimiento por el Psiquiatra Freudenberger (1974), de una problemática características en los profesionales de la salud, el mencionado Psiquiatra define este síndrome como el agotamiento de energía experimentado por los profesionales cuando se sienten sobrepasados por los problemas de los demás; de ahí en adelante, las diversas definiciones del síndrome empezaron a surgir, aparece Storlie (1979) describiéndolo como un colapso de tipo espiritual.

Fueron sin embargo Maslach & Jackson (1981) quienes abren la brecha y popularizan el término, gracias al invento del primer instrumento de medición sistemático del Burnout, definiéndolo como un síndrome de cansancio emocional, despersonalización y reducción de la realización personal, como se puede observar esta definición trae consigo tres variables: el cansancio emocional, según el instrumento, implica un aumento en los sentimientos de desgaste emocional, debido al agotamiento de los recursos emocionales, desarrollando actitudes y sentimientos negativos y cínicos hacia los pacientes; la despersonalización, implica minimizar la intensa activación emocional, afectando a la ejecución del trabajo, aún más en situaciones de alto estrés y la reducción de la realización personal, como una tendencia de los profesionales a autoevaluarse negativamente ante la consecución de sus actividades profesionales.

Más adelante aparecen Pines & Aronson (1988), con un nuevo instrumento de medición denominado Tedium Measure, definen el Burnout como un estado de cansancio físico, emocional y mental causado por una persistente implicación en situaciones que son emocionalmente exigentes, que no limitó el estudio del concepto, únicamente a profesionales asistenciales, y que a su vez categorizan el Burnout en una sola puntuación global, que se explica como un estado de agotamiento

físico, emocional y mental causado por afrontar situaciones de estrés crónico junto con muy altas expectativas, de esta manera la nueva forma de visualizar el Burnout, se vio claramente influenciada por los trabajos de Shirom (1989), quien al estudiar los instrumentos de Maslach, se da cuenta de que el agotamiento emocional, es la variable más característica del Burnout.

Este descubrimiento logra impulsar la definición del síndrome, desde una perspectiva unidimensional, catalogándolo como una combinación de fatiga física, cansancio emocional y cansancio cognitivo, esta forma de conceptualización según Barraza (2011), evita que este constructo logre confundirse con otros conceptos ya establecidos en la Psicología, este punto de vista, precisa el síndrome de Burnout como un estado de agotamiento físico, emocional y cognitivo provocado por el involucramiento prolongado en situaciones generadoras de estrés. Estos estudios ayudaron a que el síndrome empezase a estudiarse desde otras ópticas, perspectivas y escenarios, entre ellos el contexto educativo, bajo la denominación de Burnout Académico o Estudiantil.

### **Burnout Académico.**

El estudio del Burnout en el ámbito académico, es relativamente nuevo, ya que en su mayoría, las investigaciones estaban concentradas en el ámbito laboral (Paz, 2014), aunque ya un creciente interés venía surgiendo ante el contexto estudiantil, por ejemplo, se habían mencionado los primeros aspectos relacionados al Burnout Académico como el abordado por Bresó (2008), quien había planteado que este síndrome surge a partir del estrés acumulado, debido al rol estudiantil que se cumple, afectando la satisfacción en cada una de las áreas del alumno.

Posteriormente Barraza (2011) logra definir al Burnout Estudiantil como un estado de cansancio corporal, emocional e intelectual, producto de la interacción con situaciones estresantes, siendo esta la definición bajo la cual se concibe el Burnout en la presente investigación, actualmente Caballero, Bresó & González (2015) refieren que en los últimos años se ha tomado mayor interés en



investigar la presencia de Burnout en los estudiantes, definiéndolo como el deterioro emocional y cognitivo producto de las actividades o responsabilidades académicas que el estudiante percibe como fuentes de estrés.

Caballero, Bresó & González (2015) hacen una descripción de las variables asociadas al Burnout Estudiantil, clasificándolas de la siguiente manera:

**VARIABLES DEL CONTEXTO EDUCATIVO.** Son aquellos aspectos que se dan en el contexto de aprendizaje y que impiden al estudiante poder aprender adecuadamente. Entre los cuales se encuentra: Relación con los docentes, falta de retroalimentación con los docentes, inadecuada distribución de los horarios de clase, personal administrativo que no realiza adecuadamente sus funciones y ambientes inadecuados de estudio, tareas excesivas, falta de dominio del tema dado en clase por parte del docente.

**VARIABLES AMBIENTALES O SOCIALES.** Se basa en las redes sociales inadecuadas que experimenta el estudiante, mala relación entre compañeros, poca participación en actividades recreativas o culturales, competitividad desleal entre estudiantes, relaciones familiares conflictivas.

**VARIABLES INTRAPERSONALES.** Se basa en aspectos personales del estudiante, puede ser mal manejo del tiempo, altos niveles de ansiedad ante exposiciones, exámenes o trabajos, tendencia a la depresión, mal afrontamiento de las dificultades académicas, dificultad en el control de las emociones, bajos niveles de iniciativa y motivación.

### **Modelo Unidimensional del Burnout Estudiantil.**

Diversas investigaciones realizadas en estudiantes y trabajadores han permitido determinar que el aspecto que mejor explica el Burnout Estudiantil, es el modelo unidimensional que considera al agotamiento emocional como la causa del Burnout (Barraza, 2011), este enfoque tuvo sus inicios investigativos con Shirom (1987, citado en Barraza, 2011) quien logró reunir resultados de diversas

investigaciones en las cuales utilizaron el cuestionario de Maslach, evidenciándose correlaciones más significativas, con la variable de agotamiento emocional.

Sin embargo, conceptualmente es Pines (1993) quien propone un constructo unidimensional del Burnout, considerando que la persona tiene altos cuadros de estrés, debido a la gran importancia que otorga a las actividades que realiza, además del gran esfuerzo cognitivo y emocional en el cumplimiento de sus obligaciones; ocasionando un alto grado de cansancio y agotamiento.

Ante esto, Barraza (2011) considera que la característica principal del Burnout, es que ocasiona en los estudiantes un desgaste de energía, generando la activación de procesos de ansiedad, estrés o desesperación cuando debe afrontar sus dificultades académicas; este síndrome se presenta en dos dimensiones, por un lado, los indicadores comportamentales que refleja la presencia del Burnout momentáneo, y tiende a desaparecer cuando la persona se aleja del estímulo estresor, y segundo, los indicadores actitudinales, que demuestran la presencia del Burnout severo, producto de la interacción continua con los estímulos estresores y suele tener un tiempo prolongado de duración.

### **Historia de la Inteligencia Emocional.**

Históricamente ha surgido un debate sobre la relación entre las emociones y el pensamiento, a pesar del interés popular, el concepto de Inteligencia Emocional ha sido criticado, Grewal & Salovey (2006) refieren que desde la antigüedad hasta nuestra era, las emociones han sido asociadas a las mujeres y por tanto, representaba debilidad, incluso se ha llegado a catalogar los aspectos emocionales como la particularidad más baja de la humanidad, esta línea de pensamiento estuvo respaldada durante años por el estereotipo, que consideraba a las mujeres como el sexo más emocional, afirmación que aún perdura.

El desarrollo y postura de la Psicología moderna, permitió generar una ruptura entre lo considerado por la época, estableciendo las bases entre Inteligencia y Emoción, de esta manera

conceptos como los anteriores empiezan a generar mayor cobertura investigativa, lo que da inicio a una serie de planteamientos interesantes (Baron & Kalsher, 1996). Goleman (2006) menciona que, entre los pensamientos con gran acogida, se encuentra el de Robert Thorndike, considerado como un acercamiento inicial al constructo en mención, este autor es uno de los primeros en mencionar la posibilidad de que las personas posean Inteligencia Social, lo que implica la capacidad del individuo para divisar el propio estado interno y el de los demás, con la finalidad de actuar de forma consecuente al medio.

Esta propuesta permaneció bastante tiempo bajo especulación, hasta que aproximadamente en los años ochenta florece de nuevo el deseo por difundir la definición de Inteligencia, es Gardner (1987), quien sugiere siete formas distintas de Inteligencia, proponiendo además la Inteligencia intrapersonal, que consiste en inspeccionar los propios sentimientos y emociones; y la capacidad de distinguir los cambios, con la intención de encasillarlos, bajo lo que el autor denomina códigos simbólicos, que serán utilizados como mecanismo para conocer y guiar la conducta, concepto muy próximo a la actual noción de Inteligencia Emocional.

De este modo, precisar la definición de la Inteligencia ha sido una necesidad, pero de igual manera, unificar dichas definiciones ha significado todo un desafío, para efectos de esta investigación, la conceptualización de este constructo ha sido dividida teóricamente. Generalmente, al hablar del concepto Inteligencia Emocional, podría tenderse a ver como un concepto global y unísono, sin embargo, Inteligencia y Emoción deben entenderse como conceptos separados y diferenciadores (Fragoso, 2015), en específico, aquella concepción psicométrica de la Inteligencia, puntualmente la fase de los precursores de la Inteligencia Emocional (Molero, Saiz & Martínez, 1998).

En contraposición a la creencia de que las emociones son el reflejo de la debilidad humana, Mayer & Salovey (1993) proponen ya el concepto de Inteligencia Emocional como conjunto de

talentos o capacidades bajo cuatro dominios determinados como habilidades. Esta conceptualización les permite a estos autores, definir la Inteligencia Emocional como capacidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual (Mayer & Salovey, 1997).

Este planteamiento de la Inteligencia Emocional, asume que las emociones son indispensables y vitales para el organismo, lo que instaura la inclinación por examinar las diferencias individuales, desde el concepto de Inteligencia Emocional se plantea que las creencias personales reflejan en sí mismas sentimientos y que sirven directamente de información para nuestros juicios y toma de decisiones (Gohm & Clore, 2002). Uno de los elementos más destacados de la teoría de Mayer & Salovey (1997), es el factor denominado asimilación o facilitación emocional, esto pone de manifiesto que el estado de ánimo ejerce influencia en nuestra cognición y viceversa, lo que ha permitido revelar que la diferencia en la gestión emocional es determinante al momento de conocer en qué circunstancias la persona usa la información afectiva para tomar decisiones y afrontar situaciones estresantes.

Un aporte importante al estudio de este concepto fue la creación y desarrollo del Trait Meta Mood Scale, que ha constituido una herramienta muy útil para reconocer las diferencias individuales en el metaconocimiento de los estados emocionales y, sobre todo, para indagar cómo estas habilidades propias influyen en las diferentes áreas del individuo (Fernández, Extremera & Ramos, 2004). En efecto este instrumento nace en el marco del interés en los procesos reflexivos asociados al estado de ánimo denominados experiencia de meta-humor, los cuales se encargan de percibir, valorar y regular los estados de ánimo cuyo estudio impulsa la evaluación y desarrollo de la State Meta-Mood Scale

(SMMS) que mide los procesos reflexivos de las personas sobre su estado de ánimo actual (Mayer & Stevens, 1994).

La Inteligencia Emocional, desde estos autores tiene tres componentes señalados de la siguiente manera:

La Atención Emocional. Es definida como la inclinación de las personas a examinar y pensar sobre sus emociones y sentimientos, valorar y percibir cambios en sus estados afectivos y centrarse en verificar cuidadosamente su experiencia emocional (Gohm & Clore, 2000). Las personas que prestan atención a las emociones se caracterizan por estar inspeccionando en todo momento el desarrollo de sus estados de ánimo en un esfuerzo por intentar conocerlos, lo cual no siempre es positivo para el individuo, sobre todo cuando una alta atención a las emociones no va acompañada de una competente capacidad para discriminar sus causas, motivos y consecuencias (Thayer, Magliano, Heiser, Nielsen, Roberts, Lauwers & Antoniu, 2003).

El segundo componente evaluado en la Inteligencia Emocional de Mayer & Salovey (1997) es denominado Claridad Emocional, abarca la habilidad de las personas para identificar, distinguir y describir las emociones que cotidianamente se perciben, es catalogada como la capacidad para denominar las emociones, de tal manera que es posible detectar el estado de ánimo, y discriminar si se trata por ejemplo de enfado, ansiedad o frustración (Extremera & Fernández, 2005).

El último componente es la Reparación Emocional, catalogada como la capacidad para detener estados emocionales negativos y prolongar los positivos. Este factor está muy relacionado con el anterior, la Claridad Emocional, y se ha encontrado que tiene estrecha asociación en la recuperación de estados de ánimo, ya que las personas con alta capacidad de definir lo que emocionalmente se experimenta, son más proclives a regular las emociones (Lanza, 2006). El tipo de regulación emocional puede diferir de acuerdo a la persona, pero, aun así, la mayoría de las estrategias

de regulación evidenciadas, se focalizan en incrementar o mantener la intensidad de las emociones positivas y aminorar o suprimir las emociones negativas (Ben-Ze'ev, 2000).

De este modo, el estudio de la Inteligencia Emocional bajo esta perspectiva ha logrado avances significativos, entre los que se encuentran investigaciones como las de Latorre & Montañez (2004); Limonero, Tomás, Fernández & Gómez (2004); Woolery & Salovey (2004) y Fernández & Extremera (2003); quienes han evidenciado que la Inteligencia Emocional tiene una estrecha relación entre varios aspectos concernientes a la salud física y emocional, actuando en muchos de los casos como factor protector ante dichas afectaciones de salud, lo que pone de manifiesto la importancia de esta dimensión, el papel que cumple en el bienestar individual y la influencia ejercida sobre diferentes criterios de la vida cotidiana.

### **Importancia de la Inteligencia Emocional.**

Son pues, esas características de la IE las que hacen clave e importante su estudio y relación con el Burnout Académico, ya que si se habla de una persona emocionalmente inteligente, deberá tenerse en cuenta la habilidad de percibir, que implica el reconocimiento consciente de las propias emociones, así como la cualidad de identificar y definir lo que se siente; comprender, que implica la integración de lo que se piensa y siente, además de abarcar mentalmente la complejidad de los cambios emocionales y sus efectos; y por último, tendrá la capacidad de regular, identificada como las acciones, pensamientos e intentos dirigidos, al manejo eficaz de las emociones, tanto positivas como negativas (Espinoza, Sanhueza, Ramírez & Sáez, 2015), aspectos que podrían tener un impacto positivo a la hora de blindar o amortiguar la vulnerabilidad al Burnout.

**Contexto de práctica en la Universidad de Cundinamarca.**

La Universidad de Cundinamarca a través del Acuerdo No 001 del 2014, define la práctica académica como estrategia pedagógica debidamente organizada desde una institución educativa que integra la formación académica con la prestación de un servicio en la que se desea fomentar la construcción gradual de las competencias profesionales, por medio de la puesta en práctica de los conocimientos, la formación y desarrollo de habilidades acordes al contexto en el cual se ejerce, y además se proponen proyectos con alcance interventivo y/o investigativo, con los cuales el practicante pretende dar respuesta a las diferentes necesidades y problemáticas identificadas a partir de las vivencias observadas en los diferentes campos.

En la Universidad de Cundinamarca, los estudiantes de Psicología realizan las prácticas académicas bajo tres campos de acción, descritos por el Acuerdo No 001 de 2014 como campos de formación; por un lado se encuentra el Campo de Formación Educativo, este está orientado en abordar procesos de aprendizaje y refiere que no sólo enmarca su plan de acción en el ámbito escolar, en este campo se destacan habilidades como la evaluación e intervención de situaciones relacionadas con la construcción del conocimiento, aspectos cognitivo-afectivos, que impulsen el uso adecuado de las habilidades humanas en dichos escenarios de abordaje pedagógico, con el objetivo de aportar en las mejoras de la calidad de educación regional.

El siguiente campo de formación, mencionado en este acuerdo, es el Social Comunitario, por medio de este campo se pretende impactar a las comunidades desde procesos grupales y comunicacionales a través de conocimientos teóricos que le permitan al profesional en formación, evaluar las necesidades sociales, diseñar estrategias para solución de problemáticas, liderar la investigación el procesos comunitarios y comprender las dinámicas sociales, que afectan e impactan la calidad de vida de las comunidades.

Finalmente, el último campo de formación es el Organizacional, por medio de este campo se busca desarrollar procesos de evaluación, diagnóstico e intervención en contextos empresariales con miras a impactar el sector productivo a nivel regional proponiendo e implantando mejoras en la calidad de vida a través del fortalecimiento del capital humano. En este campo se requieren habilidades de liderazgo, participación, análisis y solución de problemáticas tanto individuales como grupales ya que quienes se desempeñan en este contexto deberán generar estrategias de adaptación para responder de manera eficiente y adaptativa a todas las dinámicas cambiantes el contexto de las organizaciones.

### **Antecedentes investigativos.**

En los últimos años autores como Hernández (2003); Thomaé, Ayala, Sphan & Stortti (2006); Preciado & Vázquez (2010) entre otros, se han visto interesados en el estudio del Síndrome de Burnout en de las ciencias de la salud, pese a esto, Barraza (2011), señala que se ha podido observar investigaciones efectuadas al respecto desde campos como la Medicina, la Psicología y la Educación, lo que obliga de entrada, a tener que abordar y especificar el horizonte conceptual bajo el cual se desencadenan el cúmulo de investigaciones sobre esta tema, para esto, el autor señala que en el campo de investigación del Burnout emergen dos enfoques conceptuales diferentes, por un lado, está el trabajo de Maslach & Jackson, que permitió definir este síndrome por medio de un constructo tridimensional (agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal); por otro lado, el segundo enfoque, se inicia con el trabajo de Pines, Aronson & Kafry, el desarrollo de sus investigaciones, permitieron abordar esta temática desde una perspectiva diferente, mediante un constructo unidimensional.

Bajo este enfoque conceptual, se ha encontrado evidencia científica limitada, la revisión de la literatura sobre los trabajos más destacados permitió identificar en el año 2011, 27 estudios que



toman como sujeto de investigación a los estudiantes; 22 de ellos, desde un enfoque tridimensional y cinco, unidimensional (Barraza, 2011); hoy en día el número de investigaciones al respecto, siguen tomando como predilección el enfoque tridimensional sobre el estudio del Burnout, y escasa referencia bibliográfica bajo el enfoque unidimensional, tomando como comparación al estudio tridimensional. Entre los más recientes se encuentra el estudio de Alarcón, Mojica, Castillo, Vega & Celis (2017), en el que se estudia el síndrome y sus síntomas físicos sobresalientes en universitarios; el estudio de Castelo (2017), en el que se relaciona el síndrome de Burnout y ansiedad en los postulantes a la carrera profesional de medicina humana.

Haciendo una revisión teórica de las investigaciones del Burnout en el ámbito estudiantil desde un enfoque unidimensional sobresalen los estudios de Barraza, Carrasco & Arreola (2009); Barraza (2011) y en el contexto colombiano estudios como el de Salavarieta (2014). Los estudios que relacionan el Burnout Estudiantil con la Inteligencia Emocional son limitados, entre los que se encuentran el de Durán, Extremera, Rey & Fernández-Berrocal (2006); Extremera, Durán & Rey (2007) y Muñoz & Johana, (2016), bajo un enfoque tridimensional, y sólo el estudio de Casanova, Benedicto, Luna & Maldonado (2016) en su investigación Burnout, Inteligencia Emocional y rendimiento académico: un estudio en alumnado de medicina, relaciona estos dos conceptos desde el enfoque desarrollado en el presente trabajo.

En el estudio de Durán, Extremera, Rey & Fernández-Berrocal (2006) se indicó la relevancia de la Inteligencia Emocional como recurso individual, relacionado negativamente al Burnout Académico, gracias a que mayores habilidades en la reparación de los estados de ánimo se asociaron con menor agotamiento emocional; sin embargo, estos autores proponen el entrenamiento en habilidades emocionales para que el estudiante pueda administrar sus recursos de manera efectiva ante las demandas educativas, haciendo además un llamado al sistema y en especial a los educadores,

para que sean conscientes del impacto constante del agotamiento del alumno ante los métodos de evaluación obsoletos, la concentración exagerada de exámenes en un corto período de tiempo, la falta de mecanismos de orientación y asesoramiento; considerando que las consecuencias del síndrome no solo afectan al estudiante, sino también trae como una consecuencia potencial, muchas problemáticas al sistema educacional.

Extremera, Durán & Rey (2007) encuentran que, los adolescentes con altas percepciones de habilidades emocionales (en particular, alta claridad y reparación) generalmente muestran mayor satisfacción con la vida y menor estrés percibido, concluyendo que las diferencias individuales de cada sujeto, representa un factor importante a la hora de enfrentar situaciones altamente estresantes.

El estudio de Muñoz & Johana (2016) tenía como objetivo determinar el grado de asociación existente entre el Burnout Académico y la Inteligencia Emocional en estudiantes de una Universidad privada de Trujillo, encontrando que, respecto a las correlaciones entre las dimensiones de Burnout Académico e Inteligencia Emocional, en donde se hallaron relaciones negativas entre la dimensión agotamiento con el factor Claridad y con Reparación Emocional. De esta manera, las autoras, concluyen que, al existir una baja claridad de los sentimientos, el agotamiento emocional aumenta, ya que el estudiante al no comprender adecuadamente sus emociones, se siente con poca energía para sobrellevar las situaciones diarias; asimismo, los alumnos, al tener la capacidad de regular las emociones adecuadamente, reducen significativamente el agotamiento que poseen, sintiéndose con recursos para afrontar los acontecimientos que se presenten.

En la investigación de Casanova, Benedicto, Luna & Maldonado (2016) se tuvo como objetivo, describir las relaciones existentes entre Burnout, Inteligencia Emocional y rendimiento académico. Para ello se utilizó una muestra de 50 estudiantes de medicina de la Universidad de Granada, bajo un enfoque unidimensional, con el instrumento de medición Escala Unidimensional

del Burnout Estudiantil EUBE, y el Trait-Meta Mood Scale TMMS-24 para evaluar Inteligencia Emocional, en este estudio se obtuvieron resultados contradictorios, a los estudios obtenidos en el enfoque tridimensional, ya que no se encontraron aspectos significativos en relación con el Burnout en dos de las tres subescalas de IE (Coeficiente Emocional y Reparación Emocional), asimismo la dimensión atención a las emociones (AE) se ha relacionado positivamente con este síndrome.

Un estudio en profesores de Extremera, Fernández-Berrocal & Durán (2003) planteó como hipótesis que la AE se relacionaría positivamente con algunos componentes del Burnout, sin embargo no obtuvieron resultados significativos, en este estudio se concluyó que resultados obtenidos contrarían la literatura abarcada en el desarrollo teórico-conceptual, añadiendo que es necesario desde el ámbito de la investigación, realizar estudios que tengan en cuenta el enfoque unidimensional, con el resto de variables, con el fin de contrastar los resultados obtenidos en dicha investigación.

**Marco Legal.**

La presente investigación, se rige bajo la ley estatutaria 1581 del 2012, en la que el Congreso de la República de Colombia (2012) dicta las disposiciones generales para la protección de datos personales, contemplados en el Título II de los principios rectores; en donde en su artículo 4° se mencionan los principios de legalidad en materia de tratamiento de datos, finalidad, libertad, veracidad o calidad, transparencia, acceso y circulación restringida, seguridad y de confidencialidad en los literales a-h respectivamente.

De igual forma, fundamenta el ejercicio investigativo plasmado en el presente documento la ley 1090 de 2006 establecida en el Código Deontológico y Bioético (2006) por la cual se reglamenta el ejercicio del profesional de Psicología en Colombia, que a través de los artículos 23, 24, 25 y 26 manifiestan la obligación por parte del profesional a guardar el secreto profesional cuando se realicen evaluaciones o intervenciones de las cuales obtenga información, de esta manera solo podrá comunicarse a terceras personas a través de la autorización expresa del interesado y dentro de los límites de la misma; a no difundir o relevar la información obtenida excepto en casos específicos y mencionados en la citada ley, además de no realizar difusión de los resultados más allá de la finalidad establecida y por la cual fueron recabados.

Por otra parte, el trabajo investigativo mencionado, también se basa en la ley 30 de 1992 en la que el Congreso de la República de Colombia (1992), organiza el servicio público de la educación superior, en su Título I-Fundamentos de la Educación Superior, capítulo II-objetivos en el artículo 6° en sus literales a, b y d tienen por objetivo generar la profundización en la capacitación integral para el cumplimiento de funciones investigativas y profesionales que requiere el país, el trabajar constantemente para la creación desarrollo y transmisión del conocimiento en sus diversas formas y

expresiones, además de ser factores de desarrollo científico, ético, político, económico y cultural en el país.

Adaptando el presente apartado a las dinámicas del contexto universitario propio de los investigadores y participantes del trabajo realizado, se trae a colación el acuerdo No. 010 de Julio 12 del 2006 por el cual se expide el reglamento estudiantil para los programas de pregrado de la Universidad de Cundinamarca. Ante ello, la Universidad de Cundinamarca (2006) acuerda en el Capítulo II- de los estudiantes artículo 5, que es estudiante la persona que posea matrícula vigente dentro de la Institución; en el artículo 8-deberes, en sus numerales 1 y 2 asume que el estudiante de la Universidad de Cundinamarca realiza ejercicios académicos en pro de aplicar los conocimientos adquiridos bajo una mirada ética, de solidaridad social y de responsabilidad, además de comprometerse en el desarrollo, proyección y engrandecimiento de la Universidad en los diversos procesos; y, finalmente en el artículo 38- Investigación, Docencia y Proyección Social, se considera al estudiante como eje central del proceso de aprendizaje en donde asume la investigación y proyección social como eje central en los procesos de educación y formación.

Continuando con la reglamentación anterior, se pone en manifiesto el acuerdo No. 001 DEL 2014 – 07 – 21 por el cual se reglamenta la práctica académica en el programa de Psicología de la Universidad de Cundinamarca, en donde la Universidad de Cundinamarca (2014) a través del mencionado acuerdo, considera diversas disposiciones que regulan la práctica académica, teniendo en cuenta los siguientes capítulos enunciados: Capítulo I-Disposiciones generales, definiciones; Capítulo II-Principios éticos y deontológicos que orientan las prácticas y objetivos; Capítulo V-Sitios de práctica y el Capítulo X-de los derechos y deberes del practicante.

Finalmente, el Ministerio de Educación Nacional (2015) relata y/o refiere las leyes que amparan a los pasantes y practicantes en Colombia, basándose o en conformidad con solicitudes de

tipo informativo por parte de los usuarios, ante ello, refieren que el artículo 7° del Decreto 933 de 2003, establece que las prácticas en los programas sociales y educativos no constituyen o se consideran como un contrato de aprendizaje; que en el caso en que existen contratos de aprendizaje se cita la ley 789 de 2002 en los artículos 30 al 39 en donde se establecen las normas en pro de apoyar el empleo y ampliar la protección social; que los estudiantes que se encuentran en práctica universitarias y que se pueden considerar dentro del marco del contrato de aprendizaje, los reglamenta la ley 789 de 2002 en sus artículos 30 y 31, en donde se describen horarios en término de horas semanales e implicaciones con la carga académica; finalmente, se afirma que las prácticas de estudiantes que se establezcan con empresas por medio de las instituciones de educación superior aprobadas por el estado y de acuerdo a la ley 30 de 1992, tendrán el propósito de afianzar los conocimientos teóricos.

## **Marco Metodológico**

### **Paradigma.**

La corriente de pensamiento bajo la cual se fundamenta este trabajo de investigación es la positivista, este paradigma es el más idóneo para abordar el presente estudio, ya que el interés del mismo está fundamentado en datos numéricos y empíricos como el análisis de los resultados obtenidos por escalas de medición, como la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil y el Trait Meta Mood Scale, con el objetivo de comprobar cuantitativamente hipótesis relacionadas con la posible vinculación de los conceptos de Inteligencia Emocional y Burnout Académico. En este orden de ideas, la investigación cuantitativa fue elegida gracias a su veracidad y confiabilidad (Arellano, 2013).

### **Enfoque.**

El presente estudio es de enfoque cuantitativo, este enfoque es el más adecuado para responder la pregunta de investigación ya que con este trabajo se busca una visión objetiva, fiable, estructurada y que pueda comprobarse, para dar respuesta clara al interrogante planteado; además una de las ventajas de este enfoque es su facilidad para replicar estos estudios y profundizar en este tipo de fenómenos como los planteados en el presente trabajo investigativo (Arellano, 2013). En este sentido, este enfoque permite recolección y el análisis de los datos relacionados a las variables medidas para este proyecto con el objetivo de probar las hipótesis establecidas previamente, que plantean la correlación del Agotamiento con Claridad, Atención y Reparación Emocional.

### **Diseño.**

La manera más idónea para llegar a responder el planteamiento, es por medio del 1. Diseño no experimental, 2. Transaccional, de tipo 3. Correlacional ya que:

1. No experimental, porque NO está dentro de los objetivos de esta investigación, tomar una acción como por ejemplo intervenir en la variable de Burnout y/o Inteligencia Emocional y después observar las consecuencias, o ejercer control de la situación; cualidades, que caracterizan a los experimentos.
2. De tipo transaccional, porque sólo se desea medir los conceptos en un único momento del tiempo.
3. Correlacional, ya que desea conocerse relaciones entre dos o más categorías, conceptos o variables en un momento determinado.

La presente investigación se aborda desde un enfoque cuantitativo, transaccional de tipo correlacional.

### **Población.**

Este estudio toma como objeto de investigación a los estudiantes de la Universidad de Cundinamarca, del programa de Psicología, de noveno semestre, que están realizando la práctica profesional, ya que existe evidencia de que los estudiantes de último semestre, son más vulnerables al Burnout, ante esto Camacho (2016) plantea que los estudiantes en proceso de titulación, es una población altamente vulnerable, aspecto que influyó a los investigadores en delimitar el estudio a los estudiantes de último semestre.

El programa de Psicología, cuenta actualmente con 60 estudiantes inscritos en noveno semestre, los cuales se encuentran realizando las prácticas profesionales organizados de la siguiente manera: en el campo social 16 estudiantes; en el campo educativo 23 estudiantes y, en el



campo organizacional 21 estudiantes. Dentro del estudio, se cuenta con la participación de 39 mujeres y 11 hombres, cuyo rango de edad en el sexo femenino oscila entre 20 y 36 años de edad; para el caso del sexo masculino se ubica entre 21 y 30 años de edad respectivamente. Al abordarlo por campos de práctica, la participación se expresa de la siguiente forma: por el campo social 12 sujetos; en el campo educativo 18 individuos y, en el campo organizacional 20 estudiantes.

### **Participantes.**

Para efectos de la investigación se escogió el Censo como técnica para la elección de los participantes, este método es muy útil, cuando se tiene acceso al universo de población, como en el caso de esta investigación los estudiantes de último semestre, lo que permite la aplicación a la mayoría los miembros, esta forma de aplicación es la más adecuada para responder a la pregunta problema ya que una de sus ventajas es que brinda mayor confianza; al tener la posibilidad de una aplicación y estudio de la población completa, se obtienen respuestas de todos o la mayoría de los elementos que pertenecen a la población y por ende es posible llegar a generalizar (Dieterich, 1996).

Es importante indicar que se realizó una exclusión forzosa de tres (3) de los individuos inscritos en noveno semestre, que realizaban la práctica profesional, ya que estos tenían conocimiento tanto de la prueba, como de su aplicación e interpretación, por motivos de realización de monografía en el actual semestre; argumento y conocimiento que haría perder objetividad en la investigación y probablemente sesgaría la misma. De igual forma, cinco (5) sujetos de los matriculados en noveno semestre y que cumplen requisitos anteriormente mencionados para la inclusión, por motivos ajenos a los investigadores y de asistencia a la sesión programada para la aplicación de las pruebas, no fueron partícipes de la misma; además de dos (2) sujetos matriculados de igual forma en noveno semestre, quienes son los investigadores del presente trabajo.

**Instrumentos.**

Para la presente investigación se eligió la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil (EUBE) y el Trait Meta Mood Scale (TMMS-24), ante lo cual se pidió el permiso académico para su uso a los creadores de la prueba. Para el caso de la EUBE al Dr. Arturo Barraza Macías, y en el caso de la TMSS-24 al Dr. Pablo Fernández Berrocal. (Ver anexo 1 y 2)

La elección de la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil se vio influenciada por el enfoque, ya que esta forma de contextualizar el síndrome no ha sido alimentada de la manera en la que ha sucedido con el enfoque tridimensional a través de su instrumento de medición más popular como todas las versiones de los Maslach Burnout Inventory, por otro lado cabe destacar lo que Barraza (2008), menciona sobre estas escalas y es el hecho de que de las tres escalas de las que se compone estos instrumentos, es la escala de agotamiento emocional la que se correlaciona mejor con las variables relacionadas con el trabajo y con las observaciones hechas, esto permitió la conclusión de que el contenido central del Burnout tiene que ver con una sola variable y esta es el agotamiento, medida por el Instrumento Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil-EUBE.

Este instrumento de investigación, cuenta con las siguientes propiedades psicométricas, en cuanto a su confiabilidad Barraza (2008) argumenta que se estableció través del programa estadístico SPSS en su versión número 11, obteniéndose una confiabilidad en Alfa de Cronbach de .86, una confiabilidad por mitades de .90; lo que afirmar que es muy buena la confiabilidad de la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil. En relación a la validez, está basada en el análisis de consistencia interna y el análisis de grupos contrastados, se confirmó la homogeneidad y direccionamiento de los ítems que componen la escala unidimensional, por ende, dichos resultados están centrados en la relación existente entre los ítems y el puntaje global de la escala; en otras

palabras, todos los ítems forman parte del constructo que se establece, o sea, el Burnout Estudiantil, referente a su aplicación, la escala es auto administrada, con una duración de aproximadamente 10 minutos. En la tabla 1, se muestra el baremo de calificación del Burnout Académico.

Tabla 1  
*Baremo Burnout Estudiantil.*

NIVEL	PORCENTAJE
No presenta	0% a 25%
Leve	26% a 50%
Moderado	51% a 75%
Profundo	76% a 100%

*Fuente: Construcción propia, basada en Barraza (2008).*

Para la medición de la Inteligencia Emocional, se tienen instrumentos como los mencionados por Extremera & Fernández (2003), estos autores mencionan como los más importantes la escala TMMS (Salovey, Mayer, Goldman, Turvey & Palfai, 1995), y su adaptación al castellano por Fernández, Alcaide, Domínguez, Fernández, Ramos & Ravira (1998) la escala de Inteligencia Emocional de Schutte (Schutte, Malouff, Hall, Haggerty, Cooper, Golden & Dornheim, 1998) y su correspondiente adaptación al castellano por Chico (1999), el inventario EQ-i de Bar-On (1997) o el CIE Cuestionario de Inteligencia Emocional (Mestre & Guillén, 2003), de los cuales se encontró mayor uso y validación en el contexto colombiano de la escala TMMS-24, razón por la cual se eligió este instrumento.

El TMMS-24 (Fernández, Extremera & Ramos, 2000), está basado en Trait Meta-Mood Scale (TMMS) de Mayer & Salovey (1997). La escala original es una escala rasgo que evalúa el metaconocimiento de los estados emocionales mediante 48 ítems. En concreto, las destrezas con las que el ser humano puede ser consciente de las propias emociones, así como de nuestra capacidad para regularlas. La TMMS-24 contiene tres dimensiones claves de la IE con 8 ítems cada una de ellas:

Atención emocional, Claridad de sentimientos y Reparación emocional. En la Tabla 2 se muestran los tres componentes.

Tabla 2  
*Componentes de la Inteligencia Emocional.*

COMPONENTE	DEFINICIÓN
Atención	Soy capaz de sentir y expresar los sentimientos de forma adecuada.
Claridad	Comprendo bien mis estados emocionales.
Reparación	Soy capaz de regular los estados emocionales correctamente.

*Fuente: Construcción propia, basada en Fernández, Extremera & Ramos (2000).*

Para corregir y obtener una puntuación en cada uno de los factores, se suman los ítems del 1 al 8 para el factor atención emocional (ver Tabla 3), los ítems del 9 al 16 para el factor claridad emocional (ver Tabla 4) y del 17 al 24 para el factor reparación de las emociones (ver Tabla 5). Luego se mira la puntuación en cada una de las tablas que se presentan. Se muestran los puntos de corte para hombres y mujeres, pues existen diferencias en las puntuaciones para cada uno de ellos.

Tabla 3  
*Baremo Atención Emocional.*

Puntuaciones Hombres	Puntuaciones Mujeres
Presta poca atención < 21	Presta poca atención < 24
Adecuada atención 22 a 32	Adecuada atención 25 a 35
Demasiada atención > 33	Demasiada atención > 36

*Fuente: Construcción propia, basada en Fernández, Extremera & Ramos (2000).*

Tabla 4  
*Baremo Claridad Emocional.*

Puntuaciones Hombres	Puntuaciones Mujeres
Baja Claridad < 25	Baja Claridad < 23
Adecuada claridad 26 a 35	Adecuada claridad 24 a 34
Excelente claridad > 36	Excelente claridad > 35

*Fuente: Construcción propia, basada en Fernández, Extremera & Ramos (2000).*

Tabla 5

*Baremo Reparación Emocional.*

Puntuaciones Hombres	Puntuaciones Mujeres
Baja reparación < 23	Baja reparación < 23
Adecuada reparación 24 a 35	Adecuada reparación 24 a 34
Excelente reparación > 36	Excelente reparación > 35

*Fuente: Construcción propia, basada en Fernández, Extremera & Ramos (2000).*

Finalmente para el análisis estadístico, se hizo uso del programa R-Studio, programa que es gratuito y de libre acceso, con un uso de lenguaje de programación especializado en cálculos estadísticos; Mulero, J., Forner, O., Gandía, C., Molina, M., Nueda, M. & Pascual, A. (2017) manifiestan que R es un lenguaje y entorno de programación, creado en 1993 por Ross Ihaka y Robert Gentleman del Departamento de Estadística de la Universidad de Auckland, el cual se caracteriza principalmente porque se enmarca en un entorno de análisis estadístico para la manipulación de datos, su cálculo y la creación de gráficos, añadiendo que es un instrumento que permite hacer uso en asignaturas de estadística aplicada a las Ciencias Sociales, especialmente en asignaturas de Criminología; argumentos y características que al programa R-Studio lo han llevado a posicionarse en investigación de docencia universitaria, a partir de la innovación educativa, en donde a pesar de ser de acceso gratuito, es base de la estadística y un software especializado que se equipara a programas como SPSS y PYTHON, con la favorabilidad de prestarse para una óptima y mejor comprensión de cada uno de sus componentes y análisis.

### **Procedimiento.**

El procedimiento que se aplicó para la ejecución del presente estudio está basado en las siguientes fases:

#### **Fase 1: Planteamiento.**

Planteamiento de la pregunta de investigación y objetivos. Este estudio tuvo diferentes modificaciones en términos de las variables de correlación que se vincularon al Burnout, concepto que genera interés en los investigadores como consecuencia del impacto que estaba generando el síndrome a nivel académico y los posibles factores académicos vinculados a su prevención, esta idea de investigación fue fortaleciéndose y enriqueciéndose con los aportes de los núcleos temáticos de trabajo de grado I y II, finalmente se decidió trabajar con la variable de Inteligencia Emocional, como variable personal vinculada en el afrontamiento y solución de las dinámicas circundantes en el medio.

### **Fase 2: Elección procedimental.**

Para la elección procedimental, se tuvo en cuenta la teoría vista en el núcleo temático de Trabajo de grado II, en ella se determinó a profundidad la población objetivo, y se decide finalmente los estudiantes de último semestre de psicología, ya que son los estudiantes en práctica que se encuentran en proceso de titulación; en esta fase se define el carácter cuantitativo de la investigación debido al deseo de tener resultados científicamente comprobables.

Se decidió que la técnica para determinar la población fuese el censo, gracias a la facilidad en el acceso a la población objetivo y el aporte de esta técnica para la consecución de los objetivos del estudio. Finalmente el marco metodológico, ya estaba determinado en el establecimiento de los objetivos debido a que desde la fase de planteamiento, se tenía claro el deseo de conocer y estimar la existencia de Burnout académico y el nivel de Inteligencia Emocional para finalmente analizar los resultados obtenidos mediante la correlación de estas variables, situación que pone de manifiesto el rigor positivista; por último, teniendo en cuenta los tiempos estipulados para la investigación y la conciencia de que es un ejercicio académico, se decide que el tipo de estudio sería Transaccional.

**Fase 3: Instrumentación.**

Para el caso de la medición del Burnout Académico, la elección del instrumento se hace una vez se decide el enfoque bajo el cual se plantea la variable, en este caso teniendo en cuenta que es de enfoque Unidimensional, se decide escoger la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil-EUBE (Barraza, 2009) y para Inteligencia Emocional, el Trait Meta Mood 24/TMMS-24 (Fernández, Extremera & Ramos, 2000), ya que se tomó como base teórica la inteligencia definida bajo los estudios de Mayer & Salovey (1997). Para esta fase se solicitó el permiso por escrito a Dr. Pablo Fernández Berrocal y al Dr. Arturo Barraza Macías, Inteligencia Emocional y Burnout Estudiantil respectivamente, para la aplicación de los instrumentos.

**Fase 4: Medición.**

Aplicación de los instrumentos a la muestra de estudio. En esta fase se hizo uso de los instrumentos de medición Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil y la versión en español del Trait Meta Mood Scale a los estudiantes de último semestre de Psicología que están realizando la práctica profesional, luego de la contextualización y la firma del consentimiento informado (ver anexo 3).

Una vez se obtienen los datos de las pruebas, se inicia con la calificación de las mismas y la tabulación de la información en Excel, para posteriormente ser analizada en el paquete estadístico.

**Fase 5: Conclusión.**

Se realizó la comparación de resultados con la bibliografía consultada, para dar respuesta a las hipótesis que se había planteado y así generar conclusiones, análisis y recomendaciones pertinentes.

**Lineamientos Éticos.**

La presente investigación se rige bajo las consideraciones éticas establecidas en la ley 1090 (2006) mediante la cual se dicta el Código Deontológico y Bioético por el cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología en Colombia. Frente a ello se pone de manifiesto la no discriminación de personas fundamentado bajo el respeto a la dignidad y la vida del ser humano, cuyas actividades en el marco de la profesión se realicen en términos de la máxima imparcialidad, a guardar el secreto profesional, a la no difusión fuera del propósito para el que fueron obtenidos los resultados, a no servirse ni en beneficio ni en perjuicio, personal o de terceros de la información adquirida y, cuya información recabada estará bajo responsabilidad del personal del Psicólogo y en condiciones que impidan que terceros o personas ajenas puedan tener acceso.

Finalmente, el Código Deontológico y Bioético, plasma los deberes del psicólogo para con las personas que son objeto de su ejercicio profesional: hacer un uso adecuado del material psicotécnico, conservando el rigor ético y metodológico prescrito; evitar las etiquetas o diagnósticos definitivos; usar únicamente procesos aceptados y reconocidos por la comunidad científica; notificar a los entes competentes sobre aquellos casos que comprometan la salud o seguridad de los consultantes y, finalmente comunicar de forma clara y explícita a los usuarios las intervenciones a realizar, el sustento de dichas intervenciones, los riesgos favorables o adversos que podrían surgir, el tiempo y evolución de las mismas.

Cabe resaltar la importancia de la utilización del consentimiento informado para este tipo de ejercicios académicos, motivo que llevó a los investigadores a diseñar, socializar y realizar las respectivas aclaraciones por parte de los sujetos partícipes la investigación frente a cada uno de los componentes del mencionado consentimiento. (Ver anexo 3)



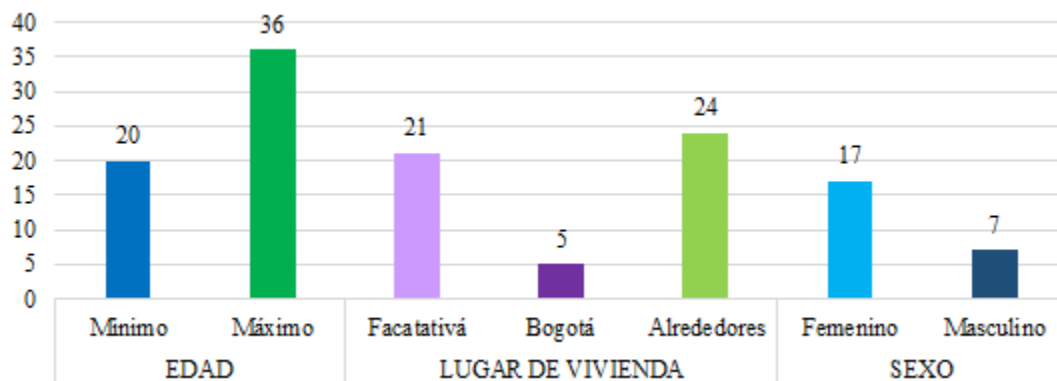
### Análisis de resultados

El análisis de los resultados del presente trabajo de investigación se enfoca en responder el objetivo general del mismo, dirigido a determinar la relación entre el Burnout Académico e Inteligencia Emocional en estudiantes de Psicología de noveno semestre, que estén realizando la práctica académica. Para su cumplimiento se aplicaron los instrumentos Trait Meta Mood 24 (TMM-24) (Fernández, Extremera & Ramos, 2000) y la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil (Barraza, 2009).

#### Datos Sociodemográficos.

Los datos sociodemográficos que se incluyeron en esta investigación fueron la edad, lugar de vivienda y sexo como se muestra y evidencia en el gráfico 1.

Gráfico 1



*Fuente: Propia*

El primer objetivo específico está orientado a estimar el nivel de Burnout Académico en los estudiantes de noveno semestre de Psicología de la Universidad de Cundinamarca, que estén realizando práctica profesional. Para evidenciar los hallazgos obtenidos en esta investigación y dar respuesta al mencionado objetivo, se muestra en la Tabla 6. los promedios globales de la variable Burnout Estudiantil, la cual permite observar una media de 38,92%, que corresponde un nivel leve

de Burnout, se evidencia también un valor máximo de 65,00%, que corresponde a nivel Moderado y un valor mínimo, de 26,66%, concerniente al nivel leve.

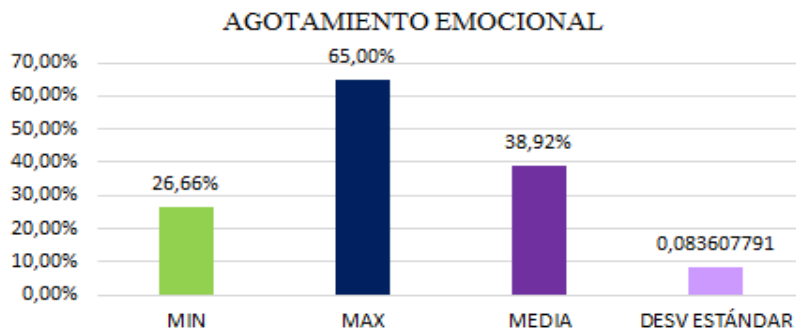
Tabla 6

*Promedio de Burnout Estudiantil.*

VARIABLE: BURNOUT	MIN	MAX	MEDIA	DESV ESTÁNDAR	NIVEL
AGOTAMIENTO EMOCIONAL	26,66%	65,00%	38,92%	0,083607791	LEVE

*Fuente: propia.*

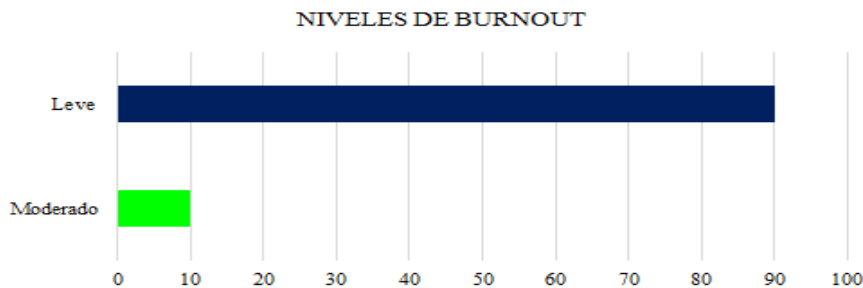
Gráfico 2.



*Fuente: Propia*

En la Gráfica 3 se muestra que el 90% de los estudiantes presentan un nivel leve de Burnout Académico y el 10% evidencia un nivel Moderado de Burnout Académico.

Gráfico 3.



*Fuente: Propia.*

El segundo objetivo de esta investigación, estaba orientado a conocer el grado de Inteligencia Emocional de los estudiantes de noveno semestre de Psicología de la Universidad de Cundinamarca, que estén realizando práctica profesional.

Por medio de esta investigación, se logró cumplir el objetivo anteriormente mencionado, y los resultados obtenidos se muestran en la Tabla 7, con el análisis estadístico correspondiente a los tres componentes: atención, claridad y reparación emocional, discriminadas por sexo y campo de práctica.

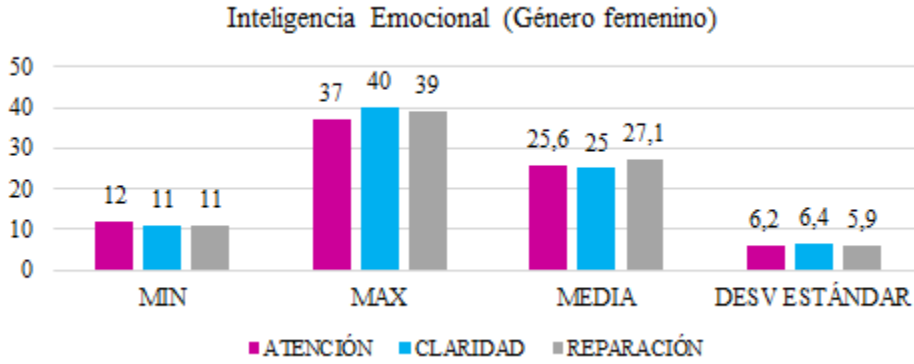
En la tabla 7, se logra evidenciar que las mujeres en general obtuvieron un puntaje mayor en el componente de reparación emocional, con una media de 25,6, seguido del componente de atención, con una media de 25,6 y por último el componente de claridad emocional con una media de 25,08, lo anterior indica que las mujeres estudiantes de noveno semestre de Psicología de la Universidad de Cundinamarca, tienen un nivel de Inteligencia Emocional adecuado.

Tabla 7  
*Inteligencia Emocional Género Femenino.*

VARIABLE:	MIN	MAX	MEDIA	DESV ESTÁNDAR	NIVEL
ATENCIÓN	12	37	25,6938776	6,225632771	ADECUADA
CLARIDAD	11	40	25,0816327	6,473782816	ADECUADA
REPARACIÓN	11	39	27,1632653	5,962895475	ADECUADA

*Fuente: propia.*

Gráfico 4.



Fuente: propia.

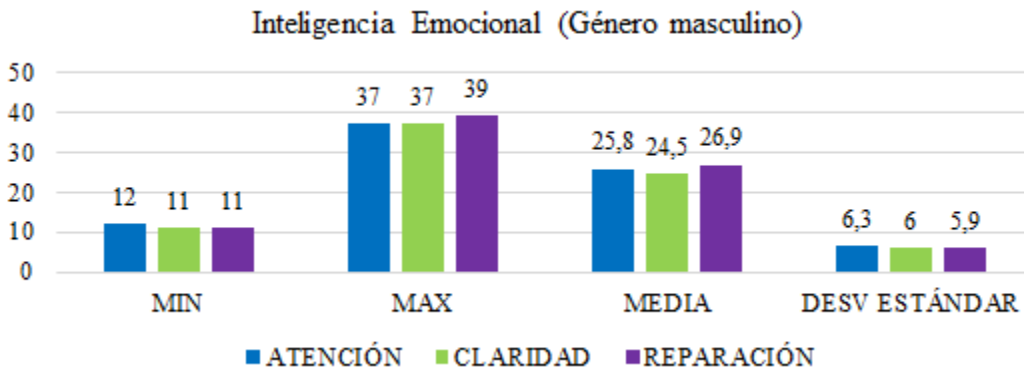
En la tabla 8, se observa que los hombres obtuvieron mayor puntaje en el componente de reparación emocional, se obtuvo una media de 26,9 para este ítem, atención emocional con 25,8 ocupa el segundo lugar y por último claridad emocional con 24,5 en la media a nivel grupal.

*Tabla 8*  
*Inteligencia Emocional Género Masculino.*

VARIABLE	MIN	MAX	MEDIA	DESV ESTÁNDAR	NIVEL
ATENCIÓN	12	37	25,8478261	6,369955141	ADECUADA
CLARIDAD	11	37	24,5869565	6,090342399	BAJA
REPARACIÓN	11	39	26,9347826	5,934464963	ADECUADA

Fuente: propia.

Gráfico 5



*Fuente: propia.*

### **Discriminación por campos.**

En los resultados obtenidos por este trabajo se hizo un análisis estadístico de los campos de práctica de la Universidad de Cundinamarca, Educativo, Social y Organizacional, en el que se puede evidenciar diferencias significativas, relacionadas al factor de Inteligencia Emocional, en las anteriores tablas se puede constatar que el campo Educativo tiene el máximo puntaje relacionado a la Atención Emocional con un puntaje de 37, seguido del campo Organizacional con un puntaje de 36, quien tiene el menor puntaje es el campo Social con un puntaje de 30.

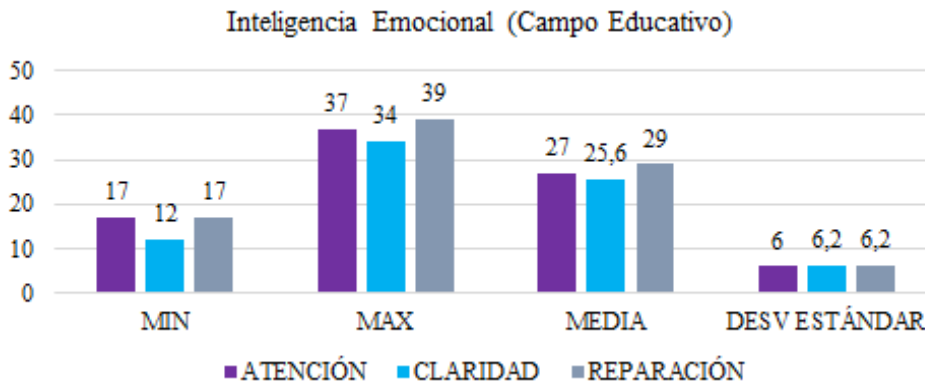
En cuanto al componente de Claridad Emocional el campo organizacional (ver tabla 11) tiene el máximo nivel con un puntaje de 40, seguido por el campo Educativo (ver tabla 9) con un puntaje de 36, y el campo Social (ver tabla 10) con puntaje de 32. En la variable de Reparación Emocional, el campo Educativo tiene el puntaje más de 39, seguido del campo Organizacional con 36 puntos y el campo Social con un puntaje de 33.

Tabla 9  
Inteligencia Emocional-Campo Educativo.

VARIABLE:	MIN	MAX	MEDIA	DESV ESTÁNDAR	NIVEL
ATENCIÓN	17	37	27	6,048820984	ADECUADA
CLARIDAD	12	34	25,61111111	6,213258015	ADECUADA
REPARACIÓN	17	39	29,05555556	6,216413021	ADECUADA

Fuente: propia.

Gráfico 6



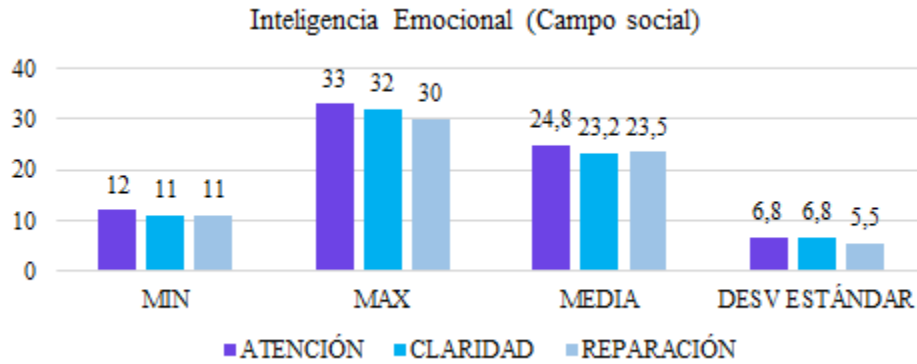
Fuente: propia.

Tabla 10  
Inteligencia Emocional- Campo Social.

VARIABLE	MIN	MAX	MEDIA	DESV ESTÁNDAR	NIVEL
ATENCIÓN	12	33	24,83333333	6,820201721	BAJA
CLARIDAD	11	32	23,25	6,850680125	BAJA
REPARACIÓN	11	30	23,5	5,551412597	BAJA

Fuente: propia.

Gráfico 7



Fuente: propia.

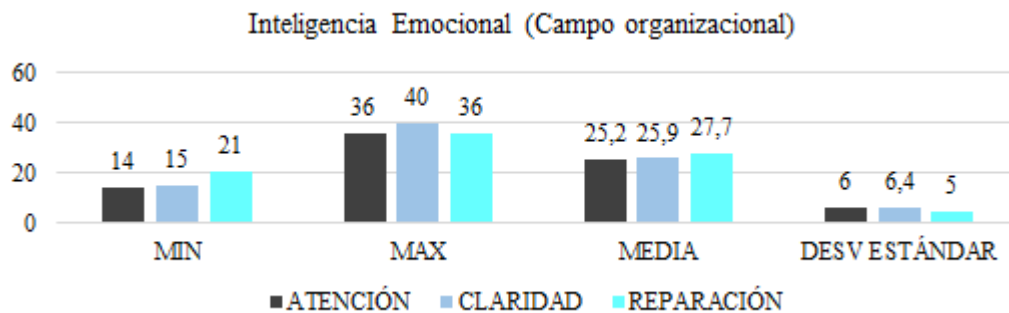
Tabla 11

Inteligencia Emocional-Campo Organizacional.

VARIABLE	MIN	MAX	MEDIA	DESV ESTÁNDAR	NIVEL
ATENCIÓN	14	36	25,25	6,077352263	ADECUADA
CLARIDAD	15	40	25,9	6,471801181	ADECUADA
REPARACIÓN	21	36	27,736842	5,035400993	ADECUADA

Fuente: propia.

Gráfico 8



Fuente: propia.

En la Tabla 12, se muestran los resultados generales de las dos variables, Inteligencia Emocional y Burnout Estudiantil, en el que se puede observar lo siguiente:

Para determinar el grado de relación existente entre el Burnout Académico y la Inteligencia Emocional de los estudiantes, se puede observar un coeficiente de correlación de Spearman,

discriminando cada uno de los componentes de la Inteligencia Emocional. Para el componente de Atención, se evidencia una correlación de 0.13 lo cual es equivalente a muy baja correlación, para el caso de Claridad Emocional se encontró una correlación moderada de negativa de -0.42, y una correlación moderada negativa con Reparación Emocional de -0.40.

Tabla 12

*Correlación Spearman entre Inteligencia Emocional y Burnout Estudiantil.*

VARIABLE	CORRELACIÓN SPEARMAN	NIVEL DE CORRELACIÓN
ATENCIÓN	0.13	Muy baja correlación
CLARIDAD	-0.42	Moderada
REPARACIÓN	-0.40	Moderada

*Fuente: Construcción propia basada en Martínez, Tuya, Martínez, Pérez & Cánovas (2009).*

En la Tabla 13, se muestra el rango de calificación e interpretación del nivel de correlación existente bajo el coeficiente de correlación de Spearman.

Tabla 13

*Interpretación de Correlación.*

RANGO	NIVEL DE CORRELACIÓN
0.00 a 0.19	MUY BAJA
0.20 a 0.39	BAJA
0.40 a 0.59	MODERADA
0.60 a 0.79	BUENA
0.80 a 0.89	MUY BUENA
0.90 a 1	PERFECTA

*Fuente: Construcción propia, basada en Martínez, Tuya, Martínez, Pérez & Cánovas (2009).*

Con lo anterior, se puede evidenciar lo siguiente: Se logró responder a la pregunta problema, sin embargo, no se encontró una relación entre el componente de Atención Emocional y Burnout Académico, lo que indica que la H1 no se pudo comprobar, por otro lado, la H2: existe correlación entre el síndrome de Burnout y Claridad Emocional y la H3: existe correlación entre



el síndrome de Burnout y Reparación Emocional sí pudieron comprobarse por medio de este trabajo de investigación.

### **Discusión**

El presente proyecto de investigación logró responder a la pregunta de investigación, es así como por medio de este estudio se logra determinar la existencia de relación entre el Burnout Académico y la Inteligencia Emocional en estudiantes de Psicología en noveno semestre de la Universidad de Cundinamarca que realizan la práctica profesional.

Los resultados encontrados en la presente investigación, apoyan los hallazgos obtenidos por Barraza, Carrasco & Arreola (2009) en el que se evidenció que todos los estudiantes universitarios de la carrera de medicina presentaban el Síndrome de Burnout Estudiantil, aunque, mayoritariamente éste se presentó con un nivel leve; lo que permite determinar e inferir que, en los estudiantes de Psicología, sucede de manera similar. El 90% de los participantes presentaron un nivel leve y un 10% un nivel moderado; lo anteriormente mencionado, permite estimar la media de 38,92% lo que corresponde a un nivel leve de Burnout, esto responde a uno de los objetivos, se logró estimar el nivel de Burnout estudiantil en estudiantes de Psicología de último semestre de la Universidad de Cundinamarca, que realizan su práctica profesional.

Como se mencionó anteriormente, los estudios del Burnout están divididos por dos enfoques, el tridimensional y el unidimensional, en esta ocasión se desea comparar los resultados obtenidos, con estudios desde ambas perspectivas.

Los resultados obtenidos, en este estudio de enfoque unidimensional, coinciden con los desarrollados por Durán, Extremera, Rey & Fernández-Berrocal (2006) y Muñoz & Johana, (2016) y de enfoque tridimensional, en el que se evidencia que las mayores habilidades en los estados de reparación se asociaron con un menor agotamiento emocional. En el presente estudio, se evidenció una correlación negativa moderada de -0.40, lo que apoya lo planteado por los anteriores autores, ellos proponen que el tener buenas habilidades en la reparación de los estados de ánimo se asocia

con menor agotamiento emocional, lo que permite identificar a la Inteligencia Emocional como recurso individual importante a la hora de proteger al individuo ante los factores generadores de estrés. Frente a esto, Extremera, Durán & Rey (2007) habían planteado que las personas con habilidades emocionales altas (en particular, alta claridad y reparación) generalmente muestran mayor satisfacción con la vida y menor estrés, concluyendo que son estos factores individuales los que representa un elemento importante a la hora de enfrentar situaciones estresantes.

En cuanto a la investigación desde un enfoque unidimensional, se encontraron diferencias con el aporte de Casanova, Benedicto, Luna & Maldonado (2016), ellos a diferencia del presente trabajo, no encontraron resultados significativos en relación con el burnout en dos de los componentes de inteligencia emocional: Claridad Emocional y Reparación Emocional, pero sí hallaron una asociación positiva con la variable de atención a las emociones, en este estudio sucede todo lo contrario, se encuentra una muy baja relación con la Atención Emocional, pero en su defecto, los resultados de este evidencian correlación moderada con los componentes de Claridad y Reparación, estas diferencias podrían estar asociadas a las características de la población.

Todos los aspectos resultantes de la presente investigación, demuestran y ponen de manifiesto, que la Inteligencia Emocional es clave a la hora de sobrellevar los aspectos en el contexto académico; estos hallazgos logran responder a cada uno de los objetivos planteados, determinando que sí existe relación entre la Inteligencia Emocional y el Burnout Estudiantil, lo que implica que estos resultados pueden ser claves, para justificar la necesidad que hay en la Universidad de Cundinamarca de un entrenamiento en habilidades emocionales, ya sea como materia o como proyecto clínico, que brinde estrategias y recursos para que los futuros profesionales de la salud, sepan y puedan sobrellevar las exigencias de la sociedad; esto pondría

al profesional de la Universidad de Cundinamarca, por encima del promedio de profesionales que cada semestre generan la apertura en el ámbito laboral.

Como se evidenció en la profundización teórica, la diversidad de los estudios frente al tema, se ha realizado con profesionales de la salud del área de la Medicina, por esta razón, este proyecto permite evidenciar que el Psicólogo, visto por la ley como profesional de la salud, también presenta Burnout, y también debe ser objeto de investigación en la materia. Uno de los estudios abordados al respecto fue el de Caballero, Abello & Palacio (2007), que desde un enfoque tridimensional del Burnout, que demuestra la prevalencia del síndrome, en donde el 41,6% de los estudiantes de Psicología presentan Burnout Académico, y se evidencia agotamiento de 38,2% , resultados que respaldan los encontrados en la presente investigación, ya que desde un enfoque unidimensional, se obtuvo una media de agotamiento de 38,92% en los estudiantes de último semestre de Psicología, lo cual también respalda los resultados de estos autores al plantear y concluir que la presencia del síndrome, es más evidente en semestres finales.

Las diferencias en los resultados de Inteligencia Emocional en términos de sexo, arrojaron algunas diferencias entre las mujeres y hombres. Como se pudo evidenciar, en el componente de atención, las mujeres obtuvieron una media de 25,6 y los hombres 25,8; la diferencia obtenida, fue en términos de claridad emocional, las mujeres obtuvieron 25,08, correspondiente a una Claridad Emocional adecuada y los hombres 24,5 lo que corresponde a una Claridad Emocional baja; para efectos de reparación emocional, las mujeres puntuaron 27,1 y los hombres 26,9.

Estos resultados obtenidos, indican que los hombres a diferencia de las mujeres, tiene bajo nivel en Claridad Emocional, lo que según Extremera & Fernández (2005) abarca la escasa habilidad de las personas para identificar, distinguir y describir las emociones que cotidianamente se perciben, debido a que este componente es catalogado como la capacidad para denominar las

emociones, lo que permite detectar el estado de ánimo y discriminar si se trata por ejemplo de enfado, ansiedad o frustración.

Adicionalmente, se coincide con los hallazgos de Cabanach, Souto, Cervantes & Freire (2011) ya que los datos permiten confirmar que cuanto mayor es la Regulación Emocional de los estudiantes menor es la presencia de Burnout. En el estudio en cuestión, se correlaciona desde el enfoque tridimensional, dos dimensiones (cansancio emocional y despersonalización), para esta ocasión se evidenció que el control emocional, uso efectivo de estrategias de Regulación Emocional, autoconocimiento y Claridad Emocional, se asocia a la baja presencia de Burnout, adicionalmente, una elevada Regulación Emocional, es considerada un factor que previene la aparición de Burnout en los estudiantes universitarios.

Por lo anterior, se concluye que deben seguirse abordando estudios de esta temática, desde el enfoque unidimensional, ya que es un enfoque con limitado abordaje e investigación. Por otro lado, este tipo de estudios, enfocados a conocer los factores que puedan disminuir este tipo de problemáticas ayudan a generar estrategias interesantes para potencializar la praxis profesional. Todo esto, va en función de mejorar la calidad de vida del futuro profesional, ya que como hace mención Rosales & Rosales (2013), el síndrome de Burnout o el agotamiento físico y mental es un problema de gran repercusión social para los profesionales de la salud en estos días.

### **Conclusiones**

A partir de los resultados obtenidos en la presente investigación, se logra concluir que la Inteligencia Emocional, está asociada al Síndrome de Burnout es decir que hay un factor de facilitación emocional, que ejerce influencia en la cognición de los sujetos y viceversa. Esto lleva a pensar que, si se trabaja desde la adecuada gestión de las emociones, el individuo estará en capacidad de hacer frente a todas las situaciones estresantes de la mejor manera posible, en donde al ser visto desde un foco clínico, puede llevar a proponer el entrenamiento en Inteligencia Emocional como mecanismo de terapia contra el Burnout, ya sea académico o incluso podría tener repercusiones positivas en términos laborales.

Por otro lado, la escasa evidencia de estudios desde el enfoque Unidimensional, puede considerarse un factor limitante, debido a la poca evidencia de estudios del Burnout Estudiantil e Inteligencia Emocional, desde un enfoque correlacional. Dicha falta de estudios puede verse ligada al poco conocimiento de la Escala Unidimensional del Burnout Estudiantil y a la diferencia de resultados evidenciada en la investigación, es el caso del presente trabajo, que se ve respaldado por los hallazgos encontrados en el enfoque tridimensional, como los estudios de Muñoz & Johana, (2016) y Durán, Extremera, Rey & Fernández-Berrocal (2006), pero en su defecto contradice lo mencionado por el estudio de Casanova, Benedicto, Luna & Maldonado (2016), realizado desde un enfoque unidimensional; esto incentiva a que se sigan llevando a cabo investigaciones desde este enfoque, para determinar y estudiar las variables que puedan estar influyendo en la variabilidad de resultados obtenidos.

### **Recomendaciones**

Se recomienda realizar más investigaciones, desde el enfoque Unidimensional, a los profesionales en formación del programa de Psicología de todos los semestres, para evidenciar los factores que están inmersos en la adquisición del Burnout. Por otro lado, a través de este estudio ya se evidenció la relación de la Inteligencia Emocional y el Burnout Estudiantil, así que un segundo trabajo puede estar enfocado en determinar si el entrenamiento en habilidades emocionales, pueden disminuir los niveles de Burnout, ya desde un estudio longitudinal, esto podría ser clave a la hora de generar un tratamiento y manejo para este síndrome.

También por medio de lo hallado en este estudio, se recomienda considerar la posibilidad de incluir dentro de los núcleos temáticos de la universidad, materias relacionadas al conocimiento, y regulación de las emociones, esto se apoya en lo mencionado por Berrocal & Pacheco (2005) que proponen que las Instituciones de Educación Superior no solo deben aportar en formación de carácter intelectual, debido a que los universitarios necesitan desarrollar otro tipo de habilidades no únicamente las cognitivas.

Lo anteriormente planteado, permite poner de manifiesto la importancia de que el escenario de Educación Superior impulse el aprendizaje de otro tipo de destrezas, en este caso, es menester resaltar la necesidad de desarrollar competencias, en los aspectos emocionales de los futuros profesionales, que no solamente van a representar a la Universidad de Cundinamarca en los diferentes escenarios laborales, sino que además deberán enfrentar los múltiples desafíos puestos por una sociedad sumamente competitiva, que demandará diversidad en las estrategias que faciliten la adaptación global de los ciudadanos a un mundo en constante cambio.

Por tal motivo, para que desde el escenario de educación superior, pueda impulsarse la participación efectiva en campos de acción, se propone además la realización de talleres

formativos relacionados al conocimiento personal y manejo emocional; electivas de campo de carácter práctico que puedan hacer un acercamiento más efectivo a todos los aspectos a los que un joven puede enfrentarse en la práctica académica; y que las ferias de práctica puedan complementarse con visitas a los diferentes campos de acción como una manera de acercamiento a la praxis laboral.

Adicionalmente, a partir de la presente investigación surgen propuestas de tipo interventivo que se podrían ejecutar por parte del equipo interdisciplinario que tiene campo de acción dentro de la comunidad académica en la Universidad de Cundinamarca. Inicialmente, se podría considerar la posibilidad de generar espacios a nivel de los denominados consejeros dentro del contexto universitario; su rol podría desarrollarse desde el entrenamiento en habilidades que permitan desarrollar estrategias en pro de favorecer el afrontamiento de situaciones adversas, así como el desarrollo y mantenimiento de la Inteligencia Emocional, además de favorecer la no aparición del Burnout en los estudiantes del programa de Psicología.

Se propone considerar como población inicial la anteriormente mencionada, en vista que este ejercicio investigativo se realizó con ellos; lo cual no implica que se deba desarrollar y centrar exclusivamente en el programa de Psicología, sino que, en una segunda fase de la planteada intervención a través de los consejeros, poder abarcar la comunidad académica en general, con estudios entre carreras, en otros campos disciplinares, lo cual incluye a todos los estudiantes inscritos y matriculados en la extensión de Facatativá. Aclarando de igual forma, que el Burnout no sólo se presenta a nivel estudiantil, sino también en el ámbito laboral, motivo que lleva a sugerir tener en cuenta a la población docente, administrativa y operativa de la Universidad de Cundinamarca.



Por otra parte, ligando la idea y/o sugerencia anterior, se podrían plantear, diseñar y ejecutar campañas de promoción y prevención del Burnout Académico a través de las diversas actividades que se realizan por medio de Bienestar Universitario, apoyándose en las aportaciones de la presente investigación, pero también de las que se generen en el futuro tomando como consideración la problemática planteada; de allí se podría hacer uso de otros canales de acompañamiento en los diferentes procesos que se vincule a la Inteligencia Emocional, como factor protector de la aparición y desarrollo del Burnout, ante esto se realizó una guía de prevención del burnout académico (Ver anexo 4)

Es importante alimentar este tipo de estudios a través de una de las líneas de investigación con las que cuenta la Universidad de Cundinamarca, de allí que de igual forma se sugiera anexar investigaciones que no sólo consideren la relación entre el Burnout Académico y la Inteligencia Emocional, sino que por ejemplo se realice con Engagement, estrés, rendimiento académico, entre otras. Estas líneas de investigación y proyectos de grado deben tener una continuidad en el tiempo, en la dedicación por parte de estudiantes y profesores, pero de igual forma requiere un esfuerzo económico, el cual probablemente podría ser aportado por los entes competentes dentro de la Universidad e incluso la empresa privada, con el fin de dar cumplimiento a la misión y visión que tiene tanto la Universidad de Cundinamarca como el programa de Psicología y genere aportaciones de carácter científico que impacten a los diversos municipios que componen Sabana Occidente.

### Referencias

- Alarcón, M. E. B., Mojica, N. F., Castillo, R. D., Vega, S. E. S., & Celis, C. I. A. (2017). *Burnout y síntomas físicos sobresalientes en universitarios*. Revista Electrónica Sobre Cuerpos Académicos y Grupos de Investigación, 4(8).
- Álvarez Gallego, E., & Fernández Ríos, L. (1991). El Síndrome de " Burnout" o el desgaste profesional. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría., 11(39), 257-265.
- Arellano, E. O. (2013). *Epistemología de la Investigación Cuantitativa y Cualitativa: Paradigmas y Objetivos*. Revista de Clases historia, (12), 3.
- Bar-On, R. A., & Kalsher, M. J. (1996). *Psicología*. Prentice-Hall.
- Bar-On, R. (1997). The emotional intelligence inventory (EQ-I): Technical manual. Toronto, Canada: Multi-Health Systems.
- Berrocal, P. F., & Pacheco, N. E. (2005). *La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey*. Revista Interuniversitaria de Formación del profesorado, 19(3), 63-93.
- Barraza, A., Carrasco, R., & Arreola, M. G. (2009). *Burnout estudiantil. Un estudio exploratorio*. Alumnos y profesores en perspectiva, 68-84.
- Barraza, A. (2008). *Burnout estudiantil: un enfoque unidimensional*. Revista Psicología Científica, com, 10, 30.
- Barraza, A.; Carrasco, R. & Arreola, M. G. (2008). *Burnout Estudiantil. Un estudio exploratorio*. En Alumnos y profesores en perspectiva de A. Barraza; D. Gutiérrez & D. I. Cenicerros (coord.). México: Universidad Pedagógica de Durango.
- Barraza Macías, A. (2011). *Validación psicométrica de la escala unidimensional del burnout estudiantil*. Revista intercontinental de Psicología y Educación, 13(2).

- Bresó Esteve, E. (2008). *Well-being and performance in academic settings*. The predicting role of self-efficacy. Universitat Jaume I.
- Barragán, A. B., del Carmen Pérez-Fuentes, M., del Mar Molero, M., del Mar Simón, M., Martos, Á., Hernández-Garre, C. M., & Gázquez, J. J. (2017) *Síndrome de burnout en estudiantes deficiencias de la salud*. Comps. José Carlos Núñez M<sup>a</sup> del Carmen Pérez-Fuentes M<sup>a</sup> del Mar Molero, 202.
- Caballero, C. C., Abello LL, R., & Palacio, J. (2007). *Relación del burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios*. Avances en psicología latinoamericana, 25(2).
- Cabanach, R. G., Souto-Gestal, A., Cervantes, R. F., & Freire, C. (2011). *Regulación emocional y burnout académico en estudiantes universitarios de Fisioterapia*. Revista de Investigación en Educación, 2(9), 7-18.
- Caballero, C. C., Bresó, E., & González Gutiérrez, O. (2015). *Burnout en estudiantes universitarios*. Psicología desde el Caribe, 32(3), 424-441.
- Camacho Espinoza, M. D. L. A. (2016). *Influencia de las distorsiones cognitivas en la intensidad y frecuencia del síndrome de burnout en estudiantes en proceso de titulación de la escuela de psicología de la PUCESA* (Bachelor's thesis, Pontificia Universidad Católica del Ecuador).
- Casanova Diez, J., Benedicto Álvaro, S., Luna Delgado, F., & Maldonado Conchillo, C. (2016). *Burnout, inteligencia emocional y rendimiento académico: un estudio en alumnado de medicina*.
- Castelo Cataldo, C. V. (2017). *Síndrome de Burnout y Grado de Ansiedad Percibido en los Postulantes a la Carrera Profesional de Medicina Humana y su Relación con el Número de Intentos Fallidos, Arequipa 2017*.

- Chico, E. (1999). Evaluación Psicométrica de una Escala de Inteligencia Emocional. Boletín de Psicología (Spain).
- Congreso de la República de Colombia. (1992). *Ley 30 de diciembre 28 de 1992*. Recuperado de: [https://www.cna.gov.co/1741/articles-186370\\_ley\\_3092.pdf](https://www.cna.gov.co/1741/articles-186370_ley_3092.pdf)
- Congreso de la República de Colombia. (2012). *Ley Estatutaria 1581 de 2012*. Diario Oficial No. 48.587 de 18 de octubre de 2012. Recuperado de: <https://docs.supersalud.gov.co/PortalWeb/Juridica/Leyes/L1581012.pdf>
- COLPSIC, C. C. (2014). Perfil y competencias del psicólogo en Colombia, en el contexto de la salud. Documento de trabajo. Recuperado de [https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/TH/Psicologia\\_Octubre](https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/TH/Psicologia_Octubre).
- Cuadra, H., & Florenzano, R. (2003). *El bienestar subjetivo: hacia una psicología positiva*. Revista de Psicología, 12(1).
- Díaz Martín, Y. (2010). *Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de Medicina*. Humanidades Médicas, 10(1), 0-0.
- Dieterich, H. (1996). *Nueva guía para la investigación científica (No. 04; Q180. 55. M4, D5)*. Editorial Planeta Mexicana.
- Durán, M. A., Extremera, N., Rey, L., Fernández-Berrocal, P., & Montalbán, F. M. (2006). *Predicting academic burnout and engagement in educational settings: Assessing the incremental validity of perceived emotional intelligence beyond perceived stress and general self-efficacy*. Psicothema, 18.
- Domínguez, C. C. C., Hederich, C., & Sañudo, J. E. P. (2010). *El burnout académico: delimitación del síndrome y factores asociados con su aparición*. 42(1), 131-146.

- Espinoza-Venegas, M., Sanhueza-Alvarado, O., Ramírez-Elizondo, N., & Sáez-Carrillo, K. (2015). *A validation of the construct and reliability of an emotional intelligence scale applied to nursing students*. *Revista latino-americana de enfermagem*, 23(1), 139-147.
- Extremera, N., Durán, A., & Rey, L. (2007). *Perceived emotional intelligence and dispositional optimism–pessimism: Analyzing their role in predicting psychological adjustment among adolescents*. *Personality and Individual Differences*, 42(6), 1069-1079.
- Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2003). *La inteligencia emocional en el contexto educativo: hallazgos científicos de sus efectos en el aula*. *Revista de educación*, 332(2003), 97-116.
- Fernández-Martínez, E., Morán Astorga, C., & Liébana-Presa, C. (2017). *Relación entre la inteligencia emocional y el burnout en estudiantes de enfermería*.
- Fernández-Berrocal, P., Alcaide, R., Domínguez, E., Fernández-McNally, C., Ramos, N. S., & Ravira, M. (1998). *Adaptación al castellano de la escala rasgo de metaconocimiento sobre estados emocionales de Salovey et al.: datos preliminares*. In *Libro de actas del V Congreso de Evaluación Psicológica* (Vol. 1, pp. 83-84).
- Fragoso-Luzuriaga, R. (2015). *Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior ¿un mismo concepto?* *Revista iberoamericana de educación superior*, 6(16), 110-125.
- Freudenberger, HJ (1974). *Agotamiento del personal*. *Revista de problemas sociales*, 30 (1), 159-165.
- García, N. B., & Zea, R. M. (2012). *Estrés académico*. *Revista de psicología Universidad de Antioquia*, 3(2), 55-82.
- Gardner, H. (1987). *La nueva ciencia de la mente: historia de la revolución cognitiva* (No. 159.954). Paidós.

- Gil-Monte, P. R. (2003). *El síndrome de quemarse por el trabajo (síndrome de burnout) en profesionales de enfermería*. Revista Eletrônica InterAção Psy, 1(1), 19-33.
- Gil-Monte, P. R., & Marucco, M. A. (2008). Prevalencia del " síndrome de quemarse por el trabajo"(burnout) en pediatras de hospitales generales. Revista de Saúde Pública, 42, 450-456.
- Grewal, D., & Salovey, P. (2006). *Inteligencia emocional*. Mente y cerebro, 16(1), 10-20.
- Goleman, D. (2006). *Inteligencia social: la nueva ciencia de las relaciones humanas*. Editorial Kairós.
- Güell, P. I., & Unceta, K. (Eds.). (2001). *Ensayos sobre el desarrollo humano* (Vol. 8). Icaria Editorial.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (1998). *Metodología de la investigación*. México: Editorial Mc Graw Hill, 15-40.
- Hernández, J. R. (2003). *Estrés y Burnout en profesionales de la salud de los niveles primario y secundario de atención*. Revista cubana de salud pública, 29(2), 103-110.
- Ley 1090 (2006). *Código Deontológico y Bioético y Otras disposiciones*. Recuperado de: <http://www.psicologiapropectiva.com/introley1090.html>
- Londoño, C., Valencia, S., & Vinaccia, S. (2006). El papel del psicólogo en la salud pública. Revista Psicología y SaludVol, 16, 199-205.
- Marcó, L. & Ramos, M. (2010). *Síndrome de burnout y su posible incidencia en el rendimiento académico de los estudiantes de trabajo social de la Universidad de Oriente-Núcleo de Sucre*. Período II-2008. (Tesis de licenciatura, Universidad de Oriente) Recuperado de: <http://hdl.handle.net/123456789/1683>.

- Martínez, A. E., Piqueras, J. A., & Inglés, C. J. (2011). *Relaciones entre inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento ante el estrés*. Revista electrónica de motivación y emoción, 37, 20-21.
- Martínez Ortega, R. M., Tuya Pendás, L. C., Martínez Ortega, M., Pérez Abreu, A., & Cánovas, A. M. (2009). *El coeficiente de correlación de los rangos de Spearman caracterización*. Revista Habanera de Ciencias Médicas, 8(2), 0-0.
- Martínez Martínez, I. M., & Marques Pinto, A. (2005). *Burnout en estudiantes universitarios de España y Portugal y su relación con variables académicas*. Aletheia, (21).
- Martínez Martínez, I., Marques Pinto, A., Salanova, M., & Lopes da Silva, A. (2002). *Burnout en estudiantes universitarios de España y Portugal*. Un estudio transcultural. Ansiedad estrés, 13-23.
- Maslach, C., y Jackson, SE (1981). *La medida del desgaste experimentado*. Revista de comportamiento organizacional, 2 (2), 99-113.
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. (2000). *Models of emotional intelligence*. RJ Sternberg (ed.).
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1993). *La inteligencia de la inteligencia emocional*.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1989). (1997). *What is emotional intelligence*. J. & Mayer, What is emotional intelligence, 37.
- Mestre, J. M., Guil, R., & Guillén, C. (2003). *Clima familiar e inteligencia emocional percibida*. Encuentros en Psicología Social, 5, 291-292.
- Meza, L. (2003). *El paradigma positivista y la concepción dialéctica del conocimiento*. Revista Digital Matemática, 4(2), 1-5.

- Ministerio de Educación Nacional. (2015). *Leyes que amparan a los pasantes y practicantes en Colombia*. Recuperado de: [https://www.mineducacion.gov.co/1759/articulos-357166\\_archivo\\_pdf\\_Consulta.pdf](https://www.mineducacion.gov.co/1759/articulos-357166_archivo_pdf_Consulta.pdf)
- Molero Moreno, C., Saiz Vicente, E., & Esteban Martínez, C. (1998). *Revisión histórica del concepto de inteligencia: una aproximación a la inteligencia emocional*. Revista latinoamericana de Psicología, 30(1).
- Montgomery, C. (2005). La vivencia interior de las pasantes de la enseñanza primaria<sup>1</sup>. Paradigma, 26(2), 163-194.
- Mulero, J., Forner, O., Gandía, C., Molina, M., Nueda, M. & Pascual, A. (2017). *Cuestionarios aleatorios en Moodle con R y Latex en Estadística aplicada a las Ciencias Sociales*. Colegio Fundación Ribera/Universidad de Alicante. Recuperado de: [https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/71186/1/Investigacion-en-docencia-universitaria\\_68.pdf](https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/71186/1/Investigacion-en-docencia-universitaria_68.pdf)
- Muñoz y Johana, (2016). *Burnout académico e inteligencia emocional en estudiantes de una universidad privada de Trujillo*.
- Norabuena Granda, M. A. (2017). *Nivel de Síndrome de Burnout en estudiantes de enfermería de la segunda especialidad de Enfermería en Centro Quirúrgico de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos*. Lima. 2016.
- Pacheco, N., Durán, A., & Rey, L. (2007). *Inteligencia emocional y su relación con los niveles de burnout, engagement y estrés en estudiantes universitarios*. Revista de educación, 342, 239-256. ISO 690
- Paz, C. (2014). *Estrés laboral y Síndrome de Burnout en los profesionales de enfermería de Atención Hospitalaria*.



- Pines, A., & Aronson, E. (1988). *Career burnout: Causes and cures*. Free press.
- Malakh-Pines, A., Aronson, E., & Kafry, D. (1981). *Burnout: From tedium to personal growth*. Free Pr
- Preciado-Serrano, M. D. L., & Vázquez-Goñi, J. M. (2010). *Perfil de estrés y síndrome de burnout en estudiantes mexicanos de odontología de una universidad pública*. Revista chilena de neuro-psiquiatría, 48(1), 11-19.
- Rosales Y., Rosales F., (2013). *Burnout estudiantil universitario. Conceptualización y estudio*. Universidad de Ciencias Médicas de Holguín, Cuba. Recuperado de: <http://www.scielo.org.mx/pdf/sm/v36n4/v36n4a9.pdf>.
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C., & Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale.
- Salavarieta, D. A. M. (2014). *Síndrome de burnout en estudiantes de medicina en una universidad colombiana. sujetos educativos y contextos diferenciados*, 47.
- Shirom, A. (1989). *Burnout in work organizations*.
- Storlie, F. J. (1979). *Burnout: the elaboration of a concept*. AJN The American Journal of Nursing, 79(12), 2108-2111.
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J., & Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and individual differences*, 25(2), 167-177.
- Torres, B., & Guarino, L. (2013). *Diferencias individuales y burnout en médicos oncólogos venezolanos*. Universitas Psychologica, 12(1).
- Thomaé, M. N. V., Ayala, E. A., Sphan, M. S., & Stortti, M. A. (2006). *Etiología y prevención del síndrome de burnout en los trabajadores de la salud*. Clínica, 10(14), 15.

Universidad de Cundinamarca. (2006). *Acuerdo No. 010 Julio 12 de 2006, “por el cual se expide el reglamento estudiantil para los programas de pregrado de la universidad de cundinamarca”*.

Universidad de Cundinamarca. (2014). *Acuerdo No. 001 DEL 2014 – 07 – 21. “por el cual se reglamenta la práctica académica en el programa de psicología de la universidad de cundinamarca”*.

Viloria Marín, H., & Paredes Santiago, M. (2002). *Estudio del síndrome de burnout o desgaste profesional en los profesores de la Universidad de los Andes*. *Educere*, 6(17).

Woolery, A., y Salovey, P. (2004). Inteligencia emocional y salud física. Expresión emocional y salud. *Avances en teoría, evaluación y aplicaciones clínicas*, 154-168.

**ANEXOS****Anexo 1. Instrumento de Medición de la Inteligencia Emocional**

TMMS-24.

A continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase e indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una “X” la respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. Recuerde que la veracidad y la confianza de los resultados obtenidos dependen de lo sincero que haya sido al responder a las preguntas.

No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Nada de acuerdo</b>	<b>Algo de acuerdo</b>	<b>Bastante de acuerdo</b>	<b>Muy de acuerdo</b>	<b>Totalmente de acuerdo</b>

1.	Presto mucha atención a los sentimientos.					
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.					
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.					
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.					
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.					
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.					
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.					
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.					

9.	Tengo claros mis sentimientos.					
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.					
11.	Casi siempre sé cómo me siento.					
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.					
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.					
14.	Siempre puedo decir cómo me siento.					
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.					
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.					
17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.					
18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.					
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.					
20.	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.					
21.	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.					
22.	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.					
23.	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.					
24.	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.					

**Anexo 2 Instrumento de Medición del Burnout Académico**

Nombre \_\_\_\_\_ Edad \_\_\_\_\_ Semestre \_\_\_\_\_

Lugar de vivienda \_\_\_\_\_ Sexo: M \_\_\_ F \_\_\_ Campo de práctica \_\_\_\_\_

**Instrucciones**

Señale la frecuencia con la que siente o percibe, en su caso, cada una de las situaciones expresadas en las siguientes afirmaciones

	NUNCA	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
1. El tener que asistir a clases me cansa				
1. Mis problemas escolares me deprimen fácilmente				
1. Durante las clases yo me siento somnoliento				
1. Creo que estudiar hace que me sienta agotado				
1. Cada vez, me es más difícil concentrarme en las clases				
1. Me desilusionan mis estudios				
1. Antes de terminar mi horario de clases ya me siento cansado				
1. No me interesa asistir a clases				
1. Cada vez me cuesta más trabajo ponerle atención al maestro				
1. El asistir a clases se me hace aburrido				
1. Siento que estudiar me está desgastando físicamente				
1. Cada vez me siento más frustrado por ir a la escuela				
1. No creo terminar con éxitos mis estudios				

RELACIÓN ENTRE EL BURNOUT ACADÉMICO Y LA INTELIGENCIA EMOCIONAL 78

1. Siento que tengo más problemas para recordar lo que estudio				
1. Creo que estudiar me está desgastando emocionalmente				

### **Anexo 3. Consentimiento Informado**

#### ***CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA APLICACIÓN DE PRUEBA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y BURNOUT ACADÉMICO***

##### ***1. INFORMACIÓN DE LA PRUEBA Y SU APLICACIÓN***

Las pruebas a aplicar son:

- a) La TMMS-24. La TMMS-24 mide inteligencia emocional (I.E), contiene tres dimensiones claves de la IE con 8 ítems cada una de ellas: Atención emocional, Claridad de sentimientos y Reparación emocional.
- b) Cuestionario Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBISS).

La aplicación se realizará en las instalaciones de la Universidad de Cundinamarca, extensión Facatativá, la cual se ubica en la Calle 14 Avd. 15.

Los evaluadores son estudiantes del programa de Psicología, de la Facultad de Ciencias Sociales, Humanidades y Ciencias Políticas de la Universidad de Cundinamarca, y que se encuentran debidamente asesorados para la aplicación, y en estricto cumplimiento del artículo 45 de la ley 1090.

##### ***2. USO Y CONFIDENCIALIDAD DE LOS DATOS.***

Los datos que se obtengan de la participación del estudiante, *SERÁN UTILIZADOS ÚNICA Y EXCLUSIVAMENTE POR PARTE DEL EQUIPO DE EVALUADORES CON FINES ACADÉMICOS*, garantizando lo dispuesto en el capítulo II *“Principios rectores” de la ley estatutaria 1581 de 2012*, además se garantizara el cumplimiento de Lo dispuesto en los artículos **23, 24, 25** de la ley 1090 del año 2006.

##### ***3. ACUERDOS GENERALES CON EL PARTICIPANTE***

**3.1.** El estudiante, deberá informar si presenta algún contratiempo medico menor o mayor, 24 horas antes de la sesión programada.

**3.2** La aplicación de las pruebas mencionadas en el literal uno del presente consentimiento se realizará en un único momento.

**3.3.** La inasistencia a la sesión, anteriormente mencionada por causas injustificadas, sopena, de enfermedad medica mayor; llevará inmediatamente a la cancelación del procedimiento.

##### ***4. CANCELACIÓN DEL CONSENTIMIENTO***

Que, en el caso de participar y consentir la colaboración inicialmente, en algún momento del desarrollo de la prueba usted desea dejar de participar, se le solicita comunicarlo de manera escrita, esto en cumplimiento del artículo 22 de la ley 1090.

## **5. REFERENTES JURIDICOS**

**5.1** Ley 1090 de 2006 “Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones”

**5.2** Ley estatutaria 1581 de 2012 “Por la cual se dictan disposiciones generales para la protección de datos personales”

## **5. DECLARACION DEL CONSENTIMIENTO**

Yo, \_\_\_\_\_, identificado/a con cedula ciudadanía numero \_\_\_\_\_, expedida en \_\_\_\_\_. He leído el documento de consentimiento informado que me ha sido entregado, he comprendido las explicaciones en él facilitadas acerca de la aplicación de las pruebas: “TMMS-24 de I.E” y el “Cuestionario Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBISS)”, he podido resolver todas las dudas y preguntas que he tenido al respecto. También comprendo que, en cualquier momento puedo revocar el consentimiento que ahora presento. También he sido informado/a de que mis datos personales serán protegidos y serán utilizados **ÚNICA Y SOLAMENTE PARA FINES ACADÉMICOS.**

Tomando todo ello en consideración y en tales condiciones, **CONSIENTO**, mi participación en la aplicación de las pruebas, y que los datos que se deriven de la participación de ella, sean utilizados para cubrir objetivos académicos.

Dado en Facatativá a los \_\_\_ días del mes de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_.

## **FIRMA DEL PARTICIPANTE:**

\_\_\_\_\_  
**NOMBRE:**  
**CEL.**

C.C.

## **FIRMA DE LOS EVALUADORES**



---

**NOMBRE**

C.C  
CEL

---

**NOMBRE**

C.C  
CEL.

**FIRMA DEL ASESOR**

---

***NOMBRE***


*C.C  
CEL*

***REDACTÓ:***


*GOMEZ DELGADILLO JOSÉ DANIEL F.  
MONTENEGRO ALMEIDA NILSEN SMITH  
Universidad de Cundinamarca*

Anexo 4. Guía de prevención contra el burnout

## Guía básica para la prevención del



# BURN OUT




Académico ✓ Síntomas

### ¿Qué es?

*Estado de agotamiento físico, emocional y cognitivo producido por el involucramiento prolongado en situaciones generadoras de estrés.*

### ¿Cómo prevenirlo?

Es importante que ponga atención a los cambios de estado de ánimo que experimenta, intente identificar la emoción y retenga más estados emocionales positivos que negativos:



### Técnicas Fisiológicas:

Quando se sienta muy estresado y/o tensionado, saque unos minutos de su tiempo para respirar profundamente y oxigenar su organismo.

### Síntomas Emocionales:

Irritabilidad, ansiedad, baja tolerancia a la frustración, depresión, desconfianza, baja autoestima, sentimiento de culpa, agotamiento emocional, falta de motivación,

### Síntomas Conductuales:



Alteración en el estado de ánimo, falta de concentración, problemas en las relaciones interpersonales, comportamientos agresivos e impulsivos y faltar a clases.

### Síntomas Cognitivos:

Ideas de derrota, pensamiento de abandono escolar, pensamientos catastróficos.

### Síntomas Físicos:

Alteraciones de sueño, dolores de cabeza, cansancio, al grado del agotamiento, dolores musculares y malestares en general.

### Técnicas Conductuales:

No deje de lado las actividades que disfruta hacer, haga ejercicio, dedíquese tiempo y evite el consumo excesivo de tabaco y energizantes en momentos de cansancio y estrés .

