

# UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Psicología



*Una Institución Adventista*

## **Burnout y satisfacción con la vida en docentes de educación sincrónica, Juliaca y Puno – 2021**

Tesis para obtener el Título Profesional de Psicóloga

Por:

Candy Paloma Tahuaya Rios

Asesor:

Mg. Rita Cordova Soncco

Juliaca, octubre de 2021

## DECLARACIÓN JURADA DE AUTORÍA DEL INFORME DE TESIS

Mg. Rita Cordova Soncco, de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

### DECLARO:

Que el presente informe de investigación titulado: **“BURNOUT Y SATISFACCIÓN CON LA VIDA EN DOCENTES DE EDUCACIÓN SINCRÓNICA, JULIACA Y PUNO – 2021”** constituye la memoria que presenta la Bachiller **Candy Paloma Tahuaya Rios** para obtener el título Profesional de Psicóloga, cuya tesis ha sido realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

Las opiniones y declaraciones en este informe son de entera responsabilidad del autor, sin comprometer a la institución.

Y estando de acuerdo, firmo la presente declaración en Juliaca a los 26 días del mes de octubre del año 2021.



---

Mg. Rita Cordova Soncco

Asesor



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En Puno, Juliaca, Villa Chullunquiani, a Veintiún día(s) del mes de octubre del año 2021 a las 11:35 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Juliaca, bajo la dirección del Señor Presidente del jurado Mg. Dora Taiña Vilca, el secretario Mg. Santos Armandina Farceque Huancas y los demás miembros Dra. Rosa María Alfaro Vásquez

y el(la) asesor(a) Mg. Rita Cordova Soncco con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulada Burnout y satisfacción con la vida en docentes de educación sincrónica, Juliaca y Puno - 2021

de el(los)/a(la)s bachiller(es) a) Candy Paloma Tahuaya Ríos b)

Psicóloga (Nombre del Título Profesional)

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al (los)/a(la)(las) candidato(a)s hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas, y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueltas por el(los)/a(la)(las) candidato(a)s. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del jurado.

Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Candidato (a): Candy Paloma Tahuaya Rios

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	16	B	Bueno	Muy Bueno

Candidato (b):

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	

(\*) Ver parte posterior

Finalmente, el Presidente del jurado invitó al(los)/a(la)(las) candidato(a)s a ponerse de pie, para recibir la evaluación final y concluir el acto académico de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.

Presidente

Secretario

Asesor

Miembro

Miembro

Candidato/a (a)

Candidato/a (b)

# Burnout y satisfacción con la vida en docentes de educación sincrónica, Juliaca y Puno – 2021

Tahuaya Rios Candy Paloma <sup>1</sup>; Cordova Soncco Rita <sup>2</sup>.

<sup>a</sup>EP. Psicología, Facultad de Ciencias de la Salud,  
Universidad Peruana Unión ORCID: 0000-0003-0042-9010

**Resumen:** La presente investigación posee un diseño no experimental, de corte transversal y de alcance correlacional, con el objetivo de determinar la relación entre el síndrome de burnout y la satisfacción con la vida, en 29 docente de una institución de las ciudades de Juliaca y Puno, dicha población brinda clases en la modalidad virtual sincrónica debido a la pandemia por Covid-19. Se utilizó la técnica de encuesta virtual, con el Inventario de Burnout de Maslach - Forma (MBI-Es) y la Escala de Satisfacción con la vida (SWLS), instrumentos previamente validados por juicio de expertos con un índice de acuerdo global de 0.95 y de 0.97 respectivamente; asimismo el índice de fiabilidad por Alpha de Cronbach fue analizado dimensionalmente, en el primer instrumento de burnout tenemos un ( $\alpha=0.91$ ) y un ( $\alpha=0.88$ ) en la variable de satisfacción con la vida, evidenciando una validez de contenido y consistencia interna viables. Los resultados evidencian un 58.6% predominante del nivel medio en satisfacción con la vida, del mismo modo en la variable de síndrome de burnout se obtuvo a 24.1% con indicadores de alto para burnout; 44,8% con indicadores de riesgo medio para burnout y 31.0% docentes con indicadores bajo o sin síndrome de burnout. La correlación por R de Pearson ( $r=.004$ )  $< 0.05$  indica que existe una correlación positiva muy baja entre las variables, por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna de investigación. Se discute los resultados en relación a las investigaciones previas y durante la pandemia, así también los principales factores de riesgo del desarrollo del síndrome de burnout.

**Palabras clave:** Síndrome de burnout, satisfacción con la vida, burnout docente, educación sincrónica, docentes en pandemia.

**Abstrac:** The present research has a non-experimental design, cross-sectional and correlational scope, with the objective of determining the relationship between burnout syndrome and life satisfaction in 29 teachers of an institution in the cities of Juliaca and Puno, this population provides classes in the synchronous virtual mode due to the Covid-19 pandemic. The virtual survey technique was used, with the Maslach Burnout Inventory - Form (MBI-Es) and the Satisfaction with Life Scale (SWLS), instruments previously validated by expert judgment with an overall agreement index of 0.95 and 0.97 respectively. 97 respectively; likewise the reliability index by Cronbach's Alpha was analyzed dimensionally, in the first burnout instrument we have a ( $\alpha=0.91$ ) and an ( $\alpha=0.88$ ) in the life satisfaction variable, evidencing a viable content validity and internal consistency. The results show a 58.6% predominance of medium level in satisfaction with life, similarly in the burnout syndrome variable, 24.1% with high risk indicators for burnout; 44.8% with medium risk indicators for burnout and 31.0% of teachers with low risk indicators for burnout syndrome. The Pearson's R correlation ( $r=.004$ )  $< 0.05$  indicates that there is a very low positive correlation between the variables; therefore, the alternative research hypothesis is accepted. The results are discussed in relation to previous research and during the pandemic, as well as the main risk factors for the development of burnout syndrome.

**Key words:** burnout syndrome, life satisfaction, teacher burnout, synchronous education, teachers in pandemic.

---

<sup>1</sup> Tahuaya, Candy:  
Km. 19 Carretera Central, Ñaña, Lima  
E-mail: paloma.tr@upeu.edu.pe

## 1. Introducción

El contexto educativo y las comunidades educativas, son un pilar social afectado por la pandemia mundial del Covid-19, una enfermedad respiratoria que afecta a los tres componentes de salud física, psicológica y social; en todos los niveles sociodemográficos del mundo (Celio, 2021). Dicho evento genera un proceso de adaptación e incertidumbre y dentro de las mayores manifestaciones reportadas en estudios psicológicos se encuentran los trastornos emocionales y de ánimo como, depresión, estrés, apatía, irritabilidad, insomnio, trastorno de estrés postraumático, ira y agotamiento emocional en la mayoría de la población mundial (Broche-Pérez et al., 2020). En el ámbito educativo, los docentes y estudiantes fueron sacados de las aulas para continuar el año académico con clases virtuales en todo el mundo, ya que se establecieron medidas de emergencia sanitaria importantes. En nuestro contexto, el Gobierno Central del Perú, implementó la estrategia denominada “Aprendo en casa”, a partir del 15 de marzo y bajo el cumplimiento de la Resolución Viceministerial N° 093-2020, se estableció la educación a distancia en los centros educativos básicos regulares (Ministerio de Educación & Ramírez Gamarra, 2020). Esta nueva estrategia dio a relucir la brecha tecnológica en nuestro país, especialmente en provincias e instituciones públicas; por otra parte, las instituciones privadas también enfrentan desafíos económicos de autonomía (McEvoy et al., 2020). Actualmente la continuidad de los centros educativos dispone el inicio del año escolar 2021 a través del modo virtual bajo las disposiciones emanadas en la RM N° 273-2021 (MINEDU, 2020).

El uso de la tecnología en la educación virtual juega un papel importante en el actual contexto, la educación sincrónica y asincrónica se refiere especialmente al uso de las herramientas tecnológicas en tiempo real directa o no, en el proceso de enseñanza y aprendizaje. Un ejemplo de educación asincrónica es la estrategia “Aprendo en casa” y de la educación sincrónica el uso de plataformas en tiempo real como zoom, meet, microsoft teams, entre otros. Generando una competencia educativa en el desempeño docente y estudiantil (Huamán Ramos, 2021). El docente antes y después de la pandemia es un actor clave, con influencia y responsabilidad en varios niveles sociales de la comunidad educativa; su proceso de trabajo es complejo, la atención de la enseñanza y aprendizaje bajo las diversas características individuales de los estudiantes, el seguimiento familiar a los padres de familia generalmente con dinámicas disfuncionales o del clima familiar diverso, así también en el contexto de administración de la educación se evidencia permanentemente la falta de compromiso en la dinámica laboral y espacios para el desarrollo personal docente, sumado también la falta de estímulos económicos y organizacionales (Albarracín, 2020).

Dicho contexto demanda adquirir nuevas competencias a nivel tecnológico, a nivel enseñanza - aprendizaje virtual y competencias socioemocionales. Como lo propone Chávez & Assaél (2020) , temas relacionados a el estudio de las emociones discretas en la docencia, resolución del malestar y agotamiento emocional entre los docentes, diferencias personales y contextuales en las experiencias emocionales de los docentes, emociones en la identidad docente, el desarrollo profesional, normativas y trabajo emocional.

Para ello se requiere una adecuada investigación de carácter metodológico para la intervención oportuna en docentes, en este contexto coyuntural nos lleva a profundizar, teórica y metodológicamente en dos variables psicológicas relacionadas: En primer lugar el burnout en el contexto ocupacional, el cual se ha catalogado oficialmente al agotamiento y desgaste emocional como el síndrome de estar quemado; afecta toda actividad laboral, aunque se evidencia que principalmente a trabajadores del área de salud, trabajadores del área educativa y trabajadores de atención directa al público (Gil-Monte, 2012). Así también Závala (2008) refiere que la teoría transaccional o interaccional del estrés planteada por Lazarus y Cohen (1977), es base fundamental del constructo de burnout desarrollado por distintos autores, como: Maslach & Jackson (1982) y Gil-Monte & M<sup>a</sup> Peiró (1999) quien presentó un estudio teórico aún aplicable del burnout, el cual empezó desde una perspectiva psicosocial, así se fue desarrollando un marco teórico

amplio en la búsqueda etiológica del síndrome. Planteando principalmente tres conjuntos teóricos desarrollados por diversos autores relacionados con los elementos que intervienen en el burnout: el primer enfoque cognitivo- aptitudinal basado en la teoría de Albert Bandura, la cual tiene características de baja realización personal en el trabajo. El segundo enfoque es la teoría del intercambio social de enfoque actitudinales con características de despersonalización. Se fundamentan en los principios de la teoría de la equidad, modelo de comparación social de Buunk y Schaufeli, o de la teoría de la conservación de recursos, modelo de Hobfoll y Fredy. El último enfoque se direcciona a la teoría organizacional relacionado al enfoque de agotamiento emocional, esta se caracteriza en las percepciones de falta de equidad o ganancia que generan sentimientos, emociones de agotamiento, a la vez se caracteriza por el énfasis en la dinámica, salud, cultura, estructura y clima organizacional; analizando los estresores y estrategias de afrontamiento del rol u organización.

El burnout es un tema de salud pública y ocupacional considerada como la próxima enfermedad no transmisible a convertirse en la nueva epidemia del siglo XXI. Recientemente la OMS reconoció al estrés laboral (QD85) como una enfermedad psicológica con demanda de profundización, en la revisión número 11 de la Clasificación Estadística Internacional de Enfermedades y Problemas de Salud CIE-11, aprobada el pasado año y cuya entrada en vigor se ha fijado para el próximo 1 de enero de 2022 (Organización Mundial de la Salud, 2020).

En segundo lugar, el estudio de la satisfacción con la vida para el análisis metodológico de la valoración de la calidad de vidas de los docentes, debido a que el factor principal que compartimos como población es el factor ambiental del Covid-19. Desde el enfoque filosófico Calderón-De la Cruz, Gustavo, Lozano Chávez, Fidel, Cantuarias Carthy, Anyela, & Ibarra Carlos, Lidia, (2018) plantean que, la calidad de vida está relacionada dos perspectivas de Bienestar: el Hedónico, bajo el marco de Epicuro, y el Eudaimónico, basado en los postulados de Aristóteles. Del mismo modo desde un enfoque psicológico se estudia el bienestar subjetivo que refiere a la evaluación afectiva y cognitiva de nuestra propia vida, por los afectos positivos o negativos como las emociones placenteras y desagradables; y la satisfacción con la vida y bienestar psicológico desde un enfoque psicológico, así se estudia de manera científica las anteriores perspectivas con diferente terminología; y el segundo, se entiende como el estado de funcionamiento óptimo de la persona, la cual presenta varios modelos teóricos que van desde Jahoda con el modelo de salud mental positiva, quién la define en base a cinco componentes: emociones positivas, compromiso, relaciones interpersonales positivas, el sentido de la vida y los logros alcanzados.

En el contexto internacional en España, se investigó el papel mediador del cinismo una variable relacionada al constructo de calidad de vida en la relación entre burnout y bienestar. Los participantes fueron 326 candidatos a maestros 189 (58%) mujeres, 137 (42%) hombres, con una media de 23,14 años, quienes completaron el cuestionario Burnout de versión corta y la escala de satisfacción con la vida y la escala de cinismo de Hunter. Los datos se analizaron utilizando modelos de ecuaciones estructurales. Los resultados mostraron que el burnout predijo el cinismo positivamente y el bienestar negativamente, y ese cinismo predijo el bienestar negativamente. Se encontró además que el modelo de ecuación estructural que proponía que el burnout tuvo un efecto directo e indirecto a través del cinismo sobre el bienestar (Bakioğlu & Kiraz, 2019).

En el contexto latinoamericano, en Chile Salgado-Roa & Lería-Dulčić (2020), buscaron comparar el Síndrome de Burnout, la satisfacción laboral y la calidad de vida laboral. Por medio del Inventario de Burnout de Maslach (MBI), la Escala de Satisfacción Laboral (S20/23), y el Cuestionario de Vida Profesional (CVP-35). Cuyos hallazgos fueron que un 10% de los trabajadores percibió altos niveles de SB, y una SL y CVP satisfactorias; un 88,8% medio/moderado. La edad cronológica, Motivación Intrínseca, Apoyo Directivo, estado civil y años de servicio explicaron el 33,5% de la variabilidad del Cansancio Emocional; y se plantean buenos predictores del SB. Por ello en este antecedente la edad cronológica y el estado civil se plantean como factores protectores.

Una investigación muy notable e interesante a nivel nacional en Perú, es la que desarrolló Celio (2021) la cual titula: Burnout y Satisfacción con la vida en docentes que realizan clases virtuales en un contexto de pandemia por covid-19. Con una población de docentes de Educación Básica Regular que impartían clases

virtuales durante la pandemia por covid-19 en diversos departamentos del Perú. Bajo metodología cuantitativa, de diseño descriptivo-correlacional, se aplicó de forma virtual el Inventario de Burnout de Maslach Forma Ed (MBI-Es) y la Escala de Satisfacción con la vida (SWLS) a 56 docentes, quienes fueron seleccionados mediante un muestreo no probabilístico intencional. Se realizó el análisis descriptivo e inferencial con SPSS y se encontró que la mayor cantidad de docentes se sienten muy satisfechos con la vida, presentan niveles altos de Agotamiento Emocional, niveles bajos de Despersonalización y niveles altos de Realización Personal. Se hallaron diferencias significativas ( $p < .05$ ) según el sexo solo en la variable Despersonalización, y se encontró una relación estadísticamente significativa, baja y positiva ( $p < .05$ ,  $r = ,323$ ) entre la Realización Personal y la Satisfacción con la Vida.

En la región Puno, Albarracín (2020) desarrolló la tesis de pregrado Síndrome de burnout en docentes del nivel inicial de las instituciones educativas estatales del distrito de Puno – 2019. Un estudio descriptivo y de diseño transversal, con una muestra conformada por 62 docentes. Para la obtención de los datos se aplicó la encuesta de Maslach Burnout Inventory, 28 docentes fueron diagnosticados con dicho síndrome equivalente a un 45% de la muestra total, mientras que el 55% de la muestra total no presentan Síndrome de Burnout, por otro lado, los docentes presentan el mayor porcentaje en agotamiento emocional con un 68%, mientras que el 58% de las docentes presentan un bajo nivel de despersonalización y un 69% de baja realización personal. Por lo que se llega a la conclusión docentes del nivel de educación inicial de las instituciones educativas estatales del distrito de Puno si presentan el Síndrome de Burnout, debido a que ellos experimentan situaciones generadoras de estrés constantes, mostrando así agotamiento, actitudes negativas y aisladas, además de no sentirse satisfechas con las actividades que realiza durante el día.

En vuestra localidad de Juliaca, Huacani (2019) desarrolló la tesis de investigación descriptiva, con el instrumento (MBI) Maslach titulada: Síndrome de burnout en los docentes de la institución educativa de la Gran Unidad Escolar las Mercedes de la ciudad de Juliaca. Se evidenció que el 67,06% de los docentes muestran un alto nivel de Síndrome de Burnout, ante estresores emocionales e interpersonales crónicas en el trabajo. Alto nivel de agotamiento emocional, 77,65%. Alto nivel de despersonalización, 96,47%. Bajo nivel de realización personal, 97,65%. En otro año Pari y Alata (2016) en su tesis de grado desarrollaron: Clima laboral y síndrome de burnout en docentes del Colegio Adventista Túpac Amaru, Juliaca – 2015. En el diseño no experimental, de tipo descriptivo correlacional, se utilizó el cuestionario de clima social de R. H. Moss, compuesto por tres dimensiones (Relación, Autorrealización y Cambio), que consta de 90 ítems a los que se responde con una escala dicotómico de V, F y el Inventario de burnout de Maslach (MBI). Los principales resultados indicaron que el 53.2% de los docentes presentan un nivel de clima laboral bueno, así mismo, el 53.2% presentan un nivel bajo de síndrome de burnout, en cuanto a las correlaciones por dimensiones, obtuvieron que el clima laboral en su dimensión relación se correlaciona indirecta y significativamente con la variable síndrome de burnout, del mismo modo el clima laboral en su dimensión estabilidad/cambio muestra una correlación indirecta y significativa. Por otro lado, el clima laboral en su dimensión autorrealización muestra una correlación, pero esta no es significativa con el síndrome de burnout.

Por ende, después de un análisis teórico y estadístico la presente investigación tiene como objetivo correlacionar el síndrome de burnout y la satisfacción con la vida en un grupo de docentes que imparten clases virtuales de manera sincrónica, en un contexto actual para la labor del docente, con el fin de brindar un aporte práctico social en la prevención o intervención oportuna en el cuidado de la salud mental del docente y su comunidad educativa.

## **2. Materiales y Métodos**

La presente investigación es de método cuantitativo; de diseño no experimental, de tipo correlacional y de corte transversal. (Hernández-Sampieri et al., 2014, 93)

Debido a que las variables son sensibles al análisis cuantitativo sin manipulación de las variables, se realizó en un análisis estadístico correlacional de dos variables, con la obtención de datos procesados bajo

un corte transversal, debido a que la aplicación del instrumento se llevó a cabo en un solo momento.

## 2.1. Participantes

En el siguiente estudio se utilizó un tipo de muestreo no probabilístico de tipo por conveniencia, donde participaron 29 docentes de una institución educativa privada básica regular de los tres niveles educativos, quienes actualmente brindan clases virtuales sincrónicas (uso de plataforma virtual meet, classroom, zoom). La participación de la población de estudio fue de manera voluntaria a través de un formulario virtual donde informaron sus datos sociodemográficos, y respondieron los ítems del Inventario de Burnout de Maslach (MBI) y de la escala de Satisfacción con la vida (SWLS).

En cuanto a los datos sociodemográficos de la población de estudio en la tabla 1 se puede observar que el 44.8% (13 personas) pertenece al sexo femenino y el 55.2% (16 personas) son del sexo masculino. Seguidamente se presentan tres grupos etarios de los participantes, un 48.8% corresponde a 13 de los docentes más jóvenes de entre 23 a 28 años, un 37.9% corresponde a 11 docentes jóvenes – adultos de entre 29 - 35 años y finalmente tenemos a un 27.6% correspondiente a los docentes adultos de entre 36 – 46 años. Con respecto al estado civil, un 13.8% son casados (4 docentes), un 27.6% son convivientes (8 docentes) y un 58.6% son solteros (17 docentes). Se reportó el máximo niveles académicos alcanzados los cuales fueron: con bachiller con un 37,9 % (11 docentes), con especialidad un 10,3 % (3 docentes), con licenciatura un 34,5 % (10 docentes) y con magíster un 17,2 % (5 docentes). El nivel educativo en que los docentes se desempeñan corresponde a un 3.4% a inicial (1 docente); un 27,6 % a primaria (8 docentes) y un 69,0 % al nivel secundario (20 docentes). Refirieron también los años de servicio docente, los cuales se agruparon en 4 grupos: un 48.3 % de 1 – 4 años (14 docentes), un 24.1 % de 6 – 9 años (7 docentes), un 24.1 % de 10 – 15 años (7 docentes) y un 3.4 % de 20 años (1 docentes). Por último, se consignó la filial institucional a la cual pertenecen, teniendo: un 65,5 % a Juliaca (19 docentes) y un 34,5 % a Puno (10 docentes).

Tabla 1  
*Datos sociodemográficos de la población de estudio*

		Frecuencia	Porcentaje (%)
Sexo	Mujer	13	44.8 %
	Varón	16	55.2 %
	Total	29	100%
Edad	23 - 28 años	10	34.5 %
	29 - 35 años	11	37.9 %
	36 – 46 años	8	27.6 %
	Total	29	100 %
Estado civil	Casado/a.	4	13,8 %
	Conviviente	8	27,6 %
	Soltero/a.	17	58,6 %
Mayor nivel académico del docente	Bachiller	11	37,9 %
	Especialidad	3	10,3 %
	Licenciado/a	10	34,5 %
	Magister	5	17,2 %
Nivel educativo de enseñanza	Inicial	1	3,4 %
	Primaria	8	27,6 %
	Secundaria	20	69,0 %
	1 – 4 años	14	48.3 %



Años de servicio	6 – 9 años	7	24.1 %
	10 – 15 años	7	24.1 %
	20 años	1	3.4 %
Filial	Juliaca	19	65,5 %
	Puno	10	34,5 %

## 2.2. Instrumentos

Se utilizó técnica de encuesta, que consiste en la obtención de información de los encuestados a través del uso de cuestionarios previamente establecidos, preparados y diseñados (Ato & Vallejo, 2015).

### *Inventario de Burnout de Maslach - Formal (MBI-Es).*

Originalmente fue creado por Cristina Maslach en Estados Unidos, el instrumento autocalifica cogniciones psicoemocionales con relación a la interacción con la actividad laboral del encuestado; con el objetivo de detectar la presencia o ausencia del síndrome de burnout, mediante 22 ítems, en sus tres dimensiones: 1) Agotamiento Emocional (AE) con 9 ítems (1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16 y 20) los cuales valoran la vivencia de estar exhausto emocionalmente por las demandas del trabajo; su puntuación máxima es de 54 puntos, y cuanto mayor es la puntuación en esta subescala mayor es el agotamiento emocional y el nivel de burnout experimentado. 2) Despersonalización (D) con 5 ítems (5, 10, 11, 15, 22) los cuales valoran el grado en que cada uno reconoce actitudes de frialdad y distanciamiento. La puntuación máxima es de 30 puntos, y cuanto mayor es la puntuación en esta subescala mayor es la despersonalización y el nivel de burnout experimentado. 3) Realización Personal (RP) en el trabajo con 8 ítems (4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21) la puntuación máxima es de 48 puntos, y cuanto mayor es la puntuación en esta subescala mayor es la realización personal, porque en este caso la puntuación es inversamente proporcional al grado de burnout. Su aplicación es individual o colectiva, en un tiempo de 15 a 20 min. (Fernández, 2002; González., 2007; Vásquez, 2020)

En Perú fue adaptada por Fernández (2002) en docentes de primaria, quien halló una adecuada confiabilidad en cada para cada dimensión: Agotamiento Emocional ( $\alpha = 0,78$ ), Despersonalización ( $\alpha = 0,76$ ), y Realización Personal ( $\alpha = 0,74$ ). Otra adaptación tuvo lugar en Arequipa por Arias, Huamaní & Ceballos (2019) donde hallaron un nivel de fiabilidad por alfa de Cronbach para la dimensión AE fue de 0.90, para la dimensión D de 0.79 y la dimensión RP de 0.71. Para población docente de Educación Básica y de Educación Superior, es instrumento busca evaluar el síndrome de Burnout. Es conveniente analizar la baja diferencia en el análisis de fiabilidad de Celio (2021) quien halló una alta fiabilidad del instrumento en las dimensiones AE ( $\alpha = 0,907$ ) y D ( $\alpha = 0,770$ ), solo en la dimensión RP el alfa de Cronbach fue de 0,688. En la tabla 2 podemos observar la validez de contenido por juicio de expertos, desarrollada para en la presente investigación; el instrumento de burnout obtuvo los siguientes indicadores: Con respecto a la con un índice de acuerdo global de 0.95 en el inventario de Burnout, así mismo en sus dimensiones poseen una validez 0.92 en A.E., 0.97 en D. y 0.96 en R.P. En el índice de fiabilidad por Alpha de Cronbach (Tabla 3) se obtuvo ( $\alpha=0.91$ ) en Agotamiento Emocional, ( $\alpha=0.80$ ) en Realización Personal y ( $\alpha= 0.89$ ) en Despersonalización, evidenciando un nivel de consistencia interna en su medición.

Tabla 2

*Validez de contenido por juicio de expertos: Inventario de Burnout de Maslach.*

Dimensión	Claridad	Congruencia	Contexto	Dominio de constructo	I.A.
Agotamiento emocional	0.89	0.98	0.98	0.82	0.92
Despersonalización	0.96	0.96	1.00	0.96	0.97
Realización personal	0.90	0.98	1.00	0.96	0.96

TOTAL	0.92	0.97	0.99	0.91	0.95
-------	------	------	------	------	------

Tabla 3

*Índice de fiabilidad: Inventario de Burnout de Maslach.*

Dimensiones	Items	Alfa de CRONBACH
Agotamiento emocional	1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16 y 20	0.91
Despersonalización	5, 10, 11, 15 y 22.	0.80
Realización personal	4, 7, 9, 12, 17,18, 19 y 21.	0.89
TOTAL		0.88

*La Escala de Satisfacción con la vida (SWLS)*

Originalmente fue creada por Diener, Emmons, Larsen & Griffin (1985) en Estados Unidos, evalúa a la persona adulta en el grado cognitivo subjetivo de satisfacción con la vida. Se utilizará un instrumento de escala likert de 5 ítems con 5 opciones de respuesta, con una duración de aplicación de 5 minutos aproximadamente de modo individual y colectiva. Cuenta con una puntuación mínima de 5 y una puntuación máxima de 25, a mayor puntuación mayor satisfacción con la vida (Celio, 2021).

Fue adaptada al idioma español por Vázquez, Duque & Hervás (2013), quienes hallaron una adecuada validez y una alta confiabilidad ( $\alpha = 0,88$ ). En el Perú fue validada por Calderón, Jozano, Cantuarias & Ibarra (2018), quienes hallaron una alta consistencia interna de ( $\omega = 0.90$ ) en población adulta. Así también Celio (2021) a través de análisis factorial determinó con una validez de constructo positiva, con una medida de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) fue de ,827; el test de esfericidad de Bartlett fue significativo ( $X^2$

= 120,650;  $gl = 10$ ) con un alfa de Cronbach de 0,858. En la tabla 4 podemos observar la validez de contenido por juicio de expertos, desarrollada para la presente investigación, donde se obtuvo un índice de acuerdo global de 0.97; a su vez un nivel de fiabilidad por Alpha de Cronbach es de 0.88 (Tabla 5), evidenciando estadísticamente una validez de contenido y consistencia interna viables (Mayor a 0.7) para la presente investigación.

Tabla 4

*Validez de contenido por juicio de expertos: Escala de Satisfacción con la vida (SWLS)*

Item	Claridad	Congruencia	Contexto	Dominio de constructo	IA
1	1	1	1	1	1
2	1	1	1	1	1
3	0.8	1	1	1	0.95
4	0.8	1	1	1	0.95
5	0.8	1	1	1	0.95
TOTAL:	0.88	1	1	1	0.97

Tabla 5

*Índice de fiabilidad: Escala de Satisfacción con la vida (SWLS)*

Alfa de CRONBACH	
TOTAL	0.88

### 2.3. *Análisis de datos*

Después de recolectar la información, se utilizó el software SPSS en su versión 26. Seguidamente se extrajo los estadísticos de frecuencia respecto a los datos sociodemográficos, de la misma manera se obtienen tablas de frecuencia de personas que se sitúan en determinados niveles por cada variable de estudio. Para determinar el tipo de distribución de las variables, se hizo uso de la prueba de bondad de ajuste por Shapiro Wilks; donde los valores muestran una distribución normal, esto último justifica el uso de la prueba paramétrica R de Pearson para determinar el índice de correlación entre las variables; de la misma manera, esta fórmula se utilizó, para identificar la relación entre las dimensiones.

## 3. **Resultados y Discusión**

### 3.1. *Resultados*

#### 3.1.1 *Análisis descriptivo*

En la tabla 6 podemos observar el análisis descriptivo, respecto al nivel de satisfacción con la vida y las dimensiones del síndrome de burnout. Respecto a la variable satisfacción con la vida, se observa una predominancia de un nivel medio de a con un 58.6% que corresponde a 17 participantes, a diferencia del 20.7% que corresponde a 6 participantes tanto en el nivel alto como en el nivel bajo. Así mismo podemos observar la variable de síndrome de burnout encontramos a 24.1% es decir 7 docentes con indicadores de riesgo alto para burnout; 44,8% es decir 13 docentes con indicadores de riesgo medio para burnout y 31.0% es decir 9 docentes con indicadores bajo de riesgo para síndrome de burnout. Del mismo modo en las dimensiones de la variable síndrome de burnout: se observa en agotamiento emocional una predominancia igual a nivel medio de un 51.7% que corresponde a 15 participantes, dentro del nivel bajo se observa un 41.4% que pertenece a 12 participantes y por último un 6.9% que pertenece a 2 personas dentro del nivel bajo. En despersonalización existe una predominancia igual a nivel medio de un 55.2% que corresponde a 16 participantes, dentro del nivel bajo se observa un 34.5% que pertenece a 10 personas y por último un 10.3% que pertenece a 3 personas dentro del nivel bajo. En la última dimensión realización personal existe una predominancia igual a nivel bajo de un 93.1% que corresponde a 27 participantes, dentro del nivel medio se observa un 6.9% que pertenece a 2 personas y por último un 0% en el nivel alto.

Tabla 6  
*Análisis descriptivo de las variables y dimensiones.*

Variable	Alto		Medio		Bajo	
	F	%	F	%	F	%
Satisfacción con la vida	6	20,7	17	58,6	6	20,7
Síndrome de burnout	7	24,1	13	44,8	9	31,0
Agotamiento emocional	2	6,9	15	51,7	12	41,4
Despersonalización	3	10,3	16	55,2	10	34,5
Realización personal	0	0	2	6,9	27	93,1

#### 3.1.2 *Prueba de normalidad*

Con el propósito de contrastar la hipótesis planteada, se procedió a realizar la prueba de normalidad de Ajuste para precisar si las variables y sus dimensiones presentan una distribución normal. Por tal razón la tabla 7 presenta la prueba de normalidad de ajuste de Shapiro – Wilk, como se observa en la tabla los datos corresponden a las 2 variables donde ambas presentan una distribución normal con un coeficiente significativo ( $p < 0.05$ ). Por tanto, el análisis corresponde a un estadístico paramétrico.

Tabla 7

*Prueba de normalidad para las variables de estudio Shapiro – Wilk.*

Variables y sus dimensiones	Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.
Satisfacción con la vida	,952	32	,159
Síndrome de Burnout	,979	32	,756
Agotamiento emocional	,953	32	,171
Despersonalización	,840	32	,000
Realización personal	,833	32	,000

### 3.1.3 Análisis inferencial

En la tabla 8 el coeficiente de correlación de R de Pearson indica que existe una correlación positiva muy baja, entre síndrome de burnout y satisfacción con la vida ( $r=.004$ )  $< 0.05$  a menor nivel de síndrome de burnout, se asociará a niveles altos de satisfacción con la vida. Respecto a las dimensiones en agotamiento emocional, existe una correlación positiva muy baja con la variable satisfacción con la vida ( $r=.030$ )  $< 0.05$  es decir a un nivel bajo de agotamiento emocional se asocia a niveles altos de satisfacción con la vida. Así mismo, en la segunda dimensión de despersonalización existe una correlación positiva muy baja ( $r=.001$ )  $< 0.05$  a menor nivel de despersonalización se asocia a niveles altos de satisfacción con la vida. Finalmente, entre la dimensión de realización personal y la variable de satisfacción con la vida existe una correlación positiva baja ( $r=.173$ )  $< 0.05$  a mayor nivel de realización personal se asociará a niveles altos de satisfacción con la vida.

Tabla 8

*Tabla de correlación cuantitativa, entre las variables de estudio: Síndrome de burnout y Satisfacción con la vida.*

	Satisfacción con la vida	
	R	p
Agotamiento emocional	-,404	,030
Despersonalización	-,572	,001
Realización personal	-,260	,173
Síndrome de Burnout	-,522	,004

## 4. Discusión

El presente estudio responde a la hipótesis principal de investigación encontrar una relación entre el Síndrome de Burnout y la Satisfacción con la vida en docentes de Juliaca y Puno que brindan una educación sincrónica, debido a la pandemia por Covid-19. Los resultados obtenidos muestran que existe una relación positiva muy baja entre síndrome de burnout y satisfacción con la vida, Este primer hallazgo guarda similitud estadística con el planteamiento de Celio, (2021) quien refiere una correlación positiva media baja, dado en contexto de pandemia. Así mismo Calderón-De la Cruz et al. (2018), refiere una

correlación significativa entre ambas variables, previo al contexto de pandemia, esta referencia es importante analizar ya que Broche-Pérez et al. (2020), refiere un aumento de enfermedades psicológicas post-pandemia, así también Espinosa-Izquierdo et al. 2021, concluyeron necesario estrategias de prevención de burnout para el perfeccionamiento del proceso enseñanza y aprendizaje debido a las pocas herramientas psicoemocionales con las que cuenta un docente de educación básica. Es decir, la relación entre las variables de burnout está relacionada al constructo individual o de autopercepción de la satisfacción muy relacionada a la calidad de vida, la cual después del ambiente emocional interno, afecta el balance externo del individuo (Zavala, 2008) y su comunidad (Espinosa-Izquierdo et al., 2021).

En cuanto a la primera hipótesis específica, los resultados refieren una predominancia de agotamiento emocional igual a nivel medio de un 51.7%. Estos resultados tienen relación con las investigaciones de (Maslach & Jackson, 1981) donde demuestran que el grado de exposición al contacto con estudiantes es un factor importante para el desarrollo de agotamiento emocional e irritabilidad, o las demandas tecnológicas referido por (Chávez & Assaél, 2020) por así también teniendo en cuenta que los docentes de nuestra población son en su mayoría docentes con competencias tecnológicas requeridas para su contratación se infiere un menor agotamiento emocional a comparación de docentes no están familiarizados a las clases virtuales, quienes llevaron un proceso adaptativo con mayor prolongación (Huamán, 2021); un factor importante a resaltar es la diferencia de edad, ya que existe una cantidad significativa de docentes que tienen pocos años ejerciendo la labor docente, y como refiere Zavala (2008) existe un índice de burnout bajo en edades promedios de 20 a 25 años. Finalmente, con respecto a esta dimensión, podemos observar que nuestros resultados difieren levemente con los hallazgos de Celio (2021) quien reportó niveles altos en Agotamiento Emocional, presumiblemente porque su población fue más general en edades y en el tipo de escolaridad.

En cuanto a la segunda hipótesis específica los resultados refieren que existe una correlación positiva muy baja entre despersonalización y satisfacción con la vida, con una 55.2% predominancia en despersonalización igual a nivel medio. Considerando que esta dimensión es un indicador importante de actitud al cinismo, apatía u hostilidad; con manifestaciones cognitivas como autocrítica magnificada, falta de concentración e indicadores conductuales a preverse como el ausentismo, quejas constantes, etc. Así también el cinismo cumple un papel mediador de regulación en la despersonalización, mediante las manifestaciones somáticas, como dolores de cabeza antes o después del horario laboral, úlceras o insomnios, etc. (Zavala, 2008). Por dichos referentes se considera que la despersonalización es un factor de riesgo con bajo nivel de autopercepción, siendo un factor importante en el avance del síndrome de burnout al ser difícilmente detectado (Palacio-Sañudo, 2017); Así también se considera una diferenciación en el sexo de los docentes, puesto que el perfil epidemiológico de mayor riesgo se da a partir de esta dimensión: en una mujer de más de 44 años, sin pareja estable como viudez, divorcio o separación, con más de 19 años de ejercicio profesional (Zavala, 2008). Nuestros hallazgos tienen baja relación con las Celio (2021) quien obtuvo niveles bajos de despersonalización, hace inferencia de buenos niveles de afrontamiento docentes ante la exigencia del trabajo virtual, es decir se reporta resistencia a reacciones negativas o malos tratos hacia los alumnos, refiriendo que la brecha acortada por la educación virtual o la falta de contacto directo fomentan esta resistencia (Espinosa-Izquierdo et al., 2021).

En cuanto al tercera hipótesis específica los resultados refieren que la autovaloración de realización personal y satisfacción con la vida, cumplen criterios subjetivos en las cogniciones y conductas de la población encuestada, refiriendo un bajo nivel adaptativo al cambio social presentado, ya que los no todos docentes los poseen herramientas emocionales para el afrontamiento del estrés, ansiedad o generar el autocuidado de su salud mental (Broche-Pérez, 2020). Los resultados de esta investigación muestran un significativo nivel bajo de realización personal con un nivel predominante bajo de 93.1%, al igual que Albarracín, (2020) con un 69% en docentes de nivel inicial y Pari & Alata, (2016) con un 97,6% de bajo nivel de realización personal en docentes de los tres niveles. Se podría hipotetizar un perfil de nuestro contexto demográfico de la región Puno, las bajas autovaloraciones de realización personal y satisfacción con la vida; de igual forma Pereira y Amacifuen (2018) presentaron niveles altos de despersonalización y niveles bajos de realización personal (Como se citó en Celio, 2021) A diferencia de sus propios hallazgos

con niveles altos de realización personal y adecuados niveles asociados al desempeño docente (Espinosa-Izquierdo et al., 2021).

## 5. Conclusiones

Se llega a las siguientes conclusiones:

Primero: En relación al objetivo general, se encontró una correlación positiva muy baja, entre síndrome de burnout y satisfacción con la vida ( $r=.004$ )  $< 0.05$  a menor nivel de síndrome de burnout, se asociará a niveles altos de satisfacción con la vida. Por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna de investigación.

Segundo: En relación al primer objetivo específico, existe una correlación positiva muy baja ( $r=.030$ )  $< 0.05$  entre la variable satisfacción con la vida y la dimensión de agotamiento emocional. Por lo tanto, se acepta la hipótesis de investigación.

Tercero: En relación al segundo objetivo específico, existe una correlación positiva muy baja ( $r=.001$ )  $< 0.05$  entre la variable satisfacción con la vida y la dimensión de despersonalización. Por lo tanto, se acepta la hipótesis de investigación.

Cuarto: En relación al tercer objetivo específico, existe una correlación positiva muy baja ( $r=.173$ )  $< 0.05$  entre la variable satisfacción con la vida y la dimensión de realización personal. Por lo tanto, se acepta la hipótesis de investigación.

## Recomendaciones

Después de haber concluido con el análisis de datos, resultados y conclusiones de la presente investigación se indicarán las siguientes recomendaciones:

- Para la institución educativa:  
Concientizar y prevenir mediante talleres psicoeducativos con el objetivo de brindar información significativa sobre el síndrome de burnout y cómo se relaciona con la satisfacción con la vida. Ejecutar programas de intervención, como talleres ocupacionales y espacios de pausas activas. Brindar una reevaluación de seguimiento docente, de modo virtual y presencial.
- Para otras investigaciones:  
Se sugiere ampliar el tamaño de la muestra, con el fin de lograr una mayor comprensión y generalización de los resultados.  
Realizar estudios en relación con otras variables y poblaciones.  
Expandir el diseño de investigación bajo las variables de investigación, como el uso del diseño mixto.

## Agradecimientos

Primero a Dios por toda sus dones y obras de gracia en mi vida; también con mucho amor y agradecimiento a mis padres Gregoria Rios y Salvador Tahuaya, docentes que inspiran y anhelan mi crecimiento así mismo a mi abuela Gabina Canaza. Finalmente, a todos mis docentes de pregrado en especial a mi tutora Rita Cordova quien guió esta etapa de aprendizaje.

## Referencias

- Albarracín, Y., (2020). *Síndrome de Burnout en docentes del nivel inicial de las instituciones educativas estatales del distrito de Puno – 2019*. Repositorio Institucional. <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/13653>
- Arias, W., Huamani, J., & Ceballos, K. (2019). Síndrome de Burnout en profesores de escuela y universidad: un análisis psicométrico y comparativo en la ciudad de Arequipa. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 72 - 110. <http://www.scielo.org.pe/pdf/pyr/v7n3/a04v7n3.pdf>
- Ato García, M., & Vallejo Seco, G. (2015). *Diseños de investigación en Psicología*. (1.ª ed.). Ediciones Pirámide. <https://www.edicionespiramide.es/libro.php?id=4093097>
- Bakioğlu, F., & Kiraz, Z. (2019). Burnout and wellbeing of teacher candidates: The mediator role of cynicism. [Agotamiento y bienestar de los candidatos docentes: el papel mediador del cinismo.] *Anales De Psicología*, 35(3), 521-528. <https://www.scopus.com/citation/output.uri?origin=recordpage&view=&src=s&eid=2-s2.0-85071365729&outputType=quikbib>
- Broche-Pérez, Y., Fernández-Castillo, E., & Reyes, A., (2020, Febrero 5). Consecuencias psicológicas de la cuarentena y el aislamiento social durante la pandemia de COVID-19. *Revista Cubana de Salud Pública*, 46(1). <https://www.scielosp.org/article/rcsp/2020.v46suppl1/e2488/es/>
- Calderón-De la Cruz, G., Lozano, F., Cantuarias, A., & Ibarra, L., (2018). Validación de la Escala de Satisfacción con la Vida en trabajadores peruanos. *Liberabit*, 24(2), 249-264. <https://dx.doi.org/10.24265/liberabit.2018.v24n2.06>
- Chávez, R. C., Etcheberrigaray, G., Vargas, S., & Assaél, J. (2020). Emociones y trabajo docente: Organizando un debate científico ausente en América latina. *Currículo Sem Fronteiras*, 20(1), 332-347. <https://www.scopus.com/record/display.uri?eid=2-s2.0-85090705233&origin=resultlist&sort=plf-f&src=s&sid=4dcfa053096c11fa2e3d4fc053ce9335&sot=b&sdt=b&sl=30&s=TITLE-ABS-KEY%28burnout+docente%29&relpos=1&citeCnt=0&searchTerm=>
- Celio, J. (2020, 12 16). Burnout y Satisfacción con la vida en docentes que realizan clases virtuales en un contexto de pandemia por covid-19 José Celio Pillaca. *PURIQ*, 3(1). <https://doi.org/10.37073/puriq.3.1.142>
- Espinosa-Izquierdo, J., Morán-Peña, F., & Granados-Romero, J. (2021, Marzo). El Síndrome Burnout y su efecto en el desempeño docente en tiempos de pandemia. *Polo de Conocimiento*, 6(3), 670-679. [10.23857/pc.v6i3.2395](https://doi.org/10.23857/pc.v6i3.2395)
- Fernández, M. (2002). Desgaste psíquico (burnout) en profesores de educación primaria de Lima metropolitana. *Persona*, (5), 27 - 66. <https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/2088>
- Yudexy Pacheco. García y García, B. E., & Lozano, M. M. (2016) *Instrumentos de Evaluación Psicológica*. (F. Gonzáles, Compiler; Ciencias Médicas ed.) *Escalas de Evaluación Psicológica*. Universidad de las Américas.
- Gil-Monte, P. (2012). Riesgos psicosociales en el trabajo y salud ocupacional. *Rev Peru Med Exp Salud Publica*, 29(2), 37-41. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1726-46342012000200012](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342012000200012)
- Gil-Monte, P., & Mª Peiró, J. (1999). Perspectivas teóricas y modelos interpretativos para el estudio del síndrome de quemarse por el trabajo. *Anales de Psicología*, 15(2), 261-268. [https://www.um.es/analesps/v15/v15\\_2pdf/12v98\\_05Llag2.PDF](https://www.um.es/analesps/v15/v15_2pdf/12v98_05Llag2.PDF)
- Gilla, M., Giménez, S., Moran, E., Olaz, F., (2019) Adaptación y validación del Inventario de Burnout de Maslach en profesionales argentinos de la salud mental *Liberabit*. *Revista Peruana de Psicología*, vol. 25, núm. 2. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68662589004> <https://doi.org/10.24265/liberabit.2019.v25n2.04>
- Hernández - Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2010). *Metodología de la Investigación* (5.ª ed.). McGraw-Hill Education. [https://www.esup.edu.pe/descargas/dep\\_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C](https://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C)

- Hernandez -Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. P. (2018). *Metodología de la investigación*. McGRAW-HILL Education.
- Huacani, A., (2019). *Síndrome de burnout en los docentes de la institución educativa de la Gran Unidad Escolar las Mercedes de la ciudad de Juliaca*.  
<http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/10208>
- Huamán, L., (2021). *Educación remota y desempeño docente en las instituciones educativas de educación secundaria en el distrito de Huancavelica en tiempos de Covid-19*. Repositorio Digital Institucional.  
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/55731>
- Marsollier, R., & Expósito, C. (2021). Afrontamiento docente en tiempos de Covid-19. *CienciAmérica*, 10(1). <http://dx.doi.org/10.33210/ca.v10i1.357>
- McEvoy, C., Paredes, D., Agüero, J. C., Denegri, F., Chirif, A., Yahuarcani, R., Degregori, L. N., Burga, M., Alva, W., Herrán, E. A., Mannarelli, M. E., Acosta, M. P., Rodríguez Rivero, L., Neyra, E., Gago, A., Pulgar Vidal, M., Tokeshi, E., Nugent, G., Bákula, C., ... Paz, Z. d. (2020). *25 ensayos desde la pandemia para imaginar el Perú Bicentenario*. (G. Perona, Ed.). Proyecto Especial Bicentenario. <https://bicentenario.gob.pe/colecciones/25-ensayos-desde-la-pandemia/>
- MINEDU. (2020). *Orientaciones para el desarrollo del año escolar 2021*. MINEDU.  
[http://directivos.minedu.gob.pe/wp-content/uploads/2021/02/Norma\\_BIAE.pdf](http://directivos.minedu.gob.pe/wp-content/uploads/2021/02/Norma_BIAE.pdf)
- Ministerio de Educación & Ramírez Gamarra, C. (2020, abril 25). *Resolución Viceministerial N° 00093-2020-MINEDU*. [https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/632256/RVM\\_N\\_093-2020-MINEDU.pdf](https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/632256/RVM_N_093-2020-MINEDU.pdf)
- OMS (2020, Junio 26). *Consideración de medidas sociales y de salud pública en el lugar de trabajo en el contexto de COVID-19*. Enfermedad por coronavirus (COVID-19): salud y seguridad en el lugar de trabajo. <https://www.who.int/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/coronavirus-disease-covid-19-health-and-safety-in-the-workplace>
- OMS. (2020, 09). *CIE-11*. CIE-11 para estadísticas de mortalidad y morbilidad.  
<https://icd.who.int/browse11/1-m/en#/http://id.who.int/icd/entity/129180281>
- Otzen, Tamara, & Manterola, Carlos. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Pari, J., & Alata, L., (2016). *Clima laboral y síndrome de burnout en docentes del Colegio Adventista Túpac Amaru, Juliaca – 2015*. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/262>
- Pastor, L., & Infante, J. (2020, 11 26). *Satisfacción con la vida y calidad de vida laboral una muestra de PEA ocupada durante estado de emergencia por COVID19, Perú, 2020*. Repositorio UPeU.  
<https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/3602>
- Pillaca, J. (2021) Burnout y Satisfacción con la vida en docentes que realizan clases virtuales en un contexto de pandemia por covid-19. *PURIQ*, 3(1), 185 - 212. <https://doi.org/10.37073/puriq.3.1.142>
- Ryff, C., & Keyes, L., (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719 - 727.
- Salgado-Roa, J., & Lería-Dulčić, F., (2020). Burnout, satisfacción y calidad de vida laboral en funcionarios de la salud pública chilenos. *Universidad y Salud*, 22(1), 06-16.  
<https://revistas.udenar.edu.co/index.php/usalud/article/view/4386/5735>
- Stavroula, L., Griffinths, A., & Cox, T. (2004). Protección de la salud de los trabajadores. In *La organización del trabajo y el estrés*. (3rd ed., pp. 1-37). Bibliotecas OMS.  
[https://www.who.int/occupational\\_health/publications/pwh3sp.pdf?ua=1](https://www.who.int/occupational_health/publications/pwh3sp.pdf?ua=1)
- Vásquez, J. (2020). Propiedades psicométricas del inventario burnout de Maslach en colaboradores de una empresa paraestatal de Trujillo. 1-63.  
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/46900>
- Zavala, J. (2008). Estrés y burnout docente: conceptos, causas y efectos. *Educación*, 17(32), 67-86.  
<https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/educacion/article/view/1802>



## Anexos

### EVIDENCIA DE SUMISIÓN

17/9/21 00:08

Correo de Universidad Peruana Unión - [PSICO] Envío recibido



Correo  
UPEU

Candy Paloma Tahuaya Rios <paloma.tr@upeu.edu.pe>

#### [PSICO] Envío recibido

1 mensaje

Sheyla Blumen <revistas@pucp.edu.pe>

16 de septiembre de 2021, 23:25

Para: Candy Paloma Tahuaya Rios <paloma.tr@upeu.edu.pe>

Candy Paloma Tahuaya Rios:

Gracias por enviarnos su manuscrito "Burnout y satisfacción con la vida en docentes de educación sincrónica, Juliaca y Puno – 2021" a Revista de Psicología. Gracias al sistema de gestión de revistas online que usamos podrá seguir su progreso a través del proceso editorial identificándose en el sitio web de la revista:

URL del manuscrito: <https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/authorDashboard/submission/24198>

Nombre de usuario/a: paloma\_tr

Si tiene cualquier pregunta no dude en contactar con nosotros/as. Gracias por tener en cuenta esta revista para difundir su trabajo.

Sheyla Blumen

<https://mail.google.com/mail/u/0/?ik=8f750df5&view=pt&search=all&permthid=thread-f%3A1711121590171920524&simpl=msg-f%3A1711121590171920524>

1/1

**Revista:** Revista de psicología

**Fecha de sumisión:** 16 de setiembre de 2021.

**Link:** <https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia>

**ISSN:** 0254-9247

**e-ISSN:** 2223-3733

#### 1.1 Instrumentos:

Instrumento digitalizados: <https://forms.gle/efkuRX15iVV5xHsy7>

### Inventario de Burnout de Maslach - Forma (MBI-Es)

#### INSTRUCCIONES

A continuación, se presenta un conjunto de enunciados relacionados con los sentimientos que Ud. Experimenta en su trabajo. Debe señalar la frecuencia con la que se presenta, marcando el número correspondiente de acuerdo a la siguiente escala:

0	1	2	3	4	5	6
nunca	pocas veces al año o menos.	una vez al mes o menos.	unas pocas veces al mes.	una vez a la semana.	pocas veces a la semana.	todos los días.

Por ejemplo: *"Me siento deprimido en mis actividades del trabajo."*

Si nunca se siente deprimido en el trabajo, debe marcar 0, si esto le ocurre alguna vez, indique su frecuencia del 1 -6.

**Recuerda que: tu sinceridad es muy importante, no hay respuestas buenas ni malas, asegúrate de contestar todas.**

N°	Items	0	1	2	3	4	5	6
1	Debido a mi trabajo me siento emocionalmente agotado.							
2	Al final de la jornada de siento cansado.							
3	Me siento fatigado cuando me levanto por la mañana y tengo que enfrentarme con otro día de trabajo.							
4	Puedo entender con facilidad lo que piensan mis alumnos.							
5	Creo que trato a algunos alumnos con indiferencia.							
6	Trabajar todos los días es una tensión para mí.							
7	Me enfrento muy bien con los problemas que me presentan mis alumnos.							
8	Me siento agotado por el trabajo.							
9	Siento que, mediante mi trabajo, estoy influyendo positivamente en la vida de los otros.							
10	Creo que me comporto de manera más insensible con la gente desde que hago este trabajo.							
11	Me preocupa que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente.							
12	Me encuentro con mucha vitalidad.							
13	Me siento frustrado por mi trabajo.							
14	Siento que estoy haciendo un trabajo demasiado duro.							
15	Realmente no me importa lo que les ocurrirá a algunos de los alumnos a los que tengo a mi cargo en el colegio.							
16	Trabajar en contacto directo con los alumnos me produce bastante estrés.							
17	Tengo facilidad para crear una atmosfera relajada a mis estudiantes.							
18	Me encuentro animado después de trabajar junto con mis alumnos.							
19	He realizado muchas cosas que valen la pena en este trabajo.							
20	En el trabajo, he sentido que he llegado al límite de mis posibilidades.							
21	Siento que se trata de forma adecuada los conflictos emocionales en el trabajo.							
22	Siento que los alumnos me culpan de algunos de sus problemas.							

**¡GRACIAS POR TU COLABORACIÓN!**

## Escala de Satisfacción con la vida (SWLS)

### INSTRUCCIONES

A continuación, hay 5 afirmaciones con las que usted puede estar de acuerdo o en desacuerdo. Lea cada una de ellas y marque con el número que corresponde a la respuesta que mejor describa que tan de acuerdo o en desacuerdo está.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	Ligeramente en desacuerdo.	Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	Ligeramente de acuerdo.	Muy de acuerdo.

**Recuerda que: tu sinceridad es muy importante, no hay respuestas buenas ni malas, asegúrate de contestar todas.**

Nº	AFIRMACIONES	1	2	3	4	5
1	En la mayoría de los aspectos, mi vida se acerca a mi ideal.					
2	Las condiciones de mi vida son excelentes.					
3	Estoy completamente satisfecho con mi vida.					
4	Hasta ahora he conseguido las cosas más importantes que quiero en la vida.					
5	Si pudiera vivir mi vida de nuevo, no cambiaría casa nada.					

**¡GRACIAS POR TU COLABORACIÓN!**



## Cuestionario DOCENTE.

Buenos días apreciado docente BALDWINIANO.

Su participación en la resolución del presente formulario es voluntaria, la cual nos es de gran ayuda para generar programas de el "Círculo de autocuidado docente", de antemano le agradecemos su participación y sinceridad; asimismo los datos obtenidos por usted serán resguardados con total confidencialidad.

A continuación,

Cualquier duda o consulta puede realizarla al correo: [psic.palomatahuaya@gmail.com](mailto:psic.palomatahuaya@gmail.com)

He leído lo anterior y reconozco que al llenar el formulario los cuestionarios "INVENTARIO BURNOUT MASLASCH" y "ESCALA DE SATISFACCIÓN CON LA VIDA", doy mi consentimiento informado.

Se registrará tu correo electrónico cuando envíes este formulario

¿No eres [d73001822@baldwin.edu.pe](mailto:d73001822@baldwin.edu.pe)? [Cambiar de cuenta](#)

\*Obligatorio

### DATOS DEL DOCENTE:

Edad: \*

Estado Civil: \*



## ESCALA DE SATISFACCIÓN CON LA VIDA.

### INSTRUCCIONES

A continuación, hay 5 afirmaciones con las que usted puede estar de acuerdo o en desacuerdo. Lea cada una de ellas y marque con el número que corresponde a la respuesta que mejor describa que tan de acuerdo o en desacuerdo está.

1= Muy en desacuerdo.

2=Ligeramente en desacuerdo.

3=Ni de acuerdo ni en desacuerdo.

4=Ligeramente de acuerdo.

5= Muy de acuerdo.

Recuerda que tu sinceridad es muy importante, no hay respuestas buenas ni malas, asegúrate de contestar todas.

\*

	1= Muy en desacuerdo.	2=Ligeramente en desacuerdo.	3=Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	4=Ligeramente de acuerdo.	5= Muy de acuerdo.
--	--------------------------	---------------------------------	--	------------------------------	--------------------------

En la mayoría de los aspectos, mi vida se acerca a mi ideal.

Las condiciones de mi vida son excelentes.

Estoy completamente satisfecho con mi vida.

Hasta ahora he conseguido las cosas más importantes que quiero en la vida.

Si pudiera vivir mi vida de nuevo, no cambiaría casi nada.

Atrás

Enviar

Página 3 de 3



**Colegio & Académias**  
*James Baldwin*  
Inicial, Primaria y Secundaria

R.D. N° 8018 - DREP  
JULIACA

R.D. N° 0195 - DREP  
PUNO

"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia"

Juliaca, 08 de junio de 2021.

**OFICIO N° 005-2021/ ME-DREP-DUGEL-SR/DIEPr. "James Baldwin"- JULIACA.**

Srta. : Candy Paloma Tahuaya Rios  
BACHILLER EN PSICOLOGÍA

ASUNTO : AUTORIZO EL DESARROLLO DE SU TESIS: "Burnout y satisfacción  
con la vida en docentes de educación sincrónica, Juliaca y Puno – 2021."

REF : Solicitud de fecha 4 de mayo 2021.

Tengo el agrado de dirigirme a Usted, con la finalidad de hacer conocimiento, que en atención de su solicitud en la que indica que en su calidad de bachiller de psicología de la Universidad Peruana Unión; se encuentra en la ejecución del Proyecto de Tesis conducente a la obtención del Título Profesional titulada: Burnout y satisfacción con la vida en docentes de educación sincrónica, Juliaca y Puno – 2021.

En tal sentido, AUTORIZO lo solicitado en el documento de la referencia y así pueda aplicar los instrumentos de investigación.

Atentamente.

Sin otro en particular, le deseamos salud en la coyuntura actual y aprovecho la ocasión para expresarle y las consideraciones más distinguidas.

Muy

Atentamente.



c.c./Arch.  
HAV/mys

**JULIACA:**

LOCAL: JR. HUANCANÉ N° 520  
OFICINA: JR. 2 DE MAYO N° 382 ESQ. JR. SALAVERRY (PLAZA DE ARMAS)

**PUNO:**

LOCAL: JR. ACORA (CUADRA 2) PSJ. SANCHEZ N° 153  
OFICINA: JR. FERMIN ARBULU N° 309 2DO. PISO (PARQUE PINO)



[www.baldwin.edu.pe](http://www.baldwin.edu.pe)

### 1.3 Validez por juicio de expertos:

**CRITERIOS GENERALES PARA VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO  
DICTAMINADO POR EL JUEZ**

1) ¿Está de acuerdo con las características, forma de aplicación, instrucciones para el examinado y estructura del INSTRUMENTO?

SI (  ) NO ( )

Observaciones:  
Sugerencias:

2) A su parecer ¿El orden de las preguntas es el adecuado?

SI (  ) NO ( )

Observaciones:  
Sugerencias:

3) ¿Existen palabras difíciles de entender en los ítems o reactivos del INSTRUMENTO?

SI ( ) NO (  )

Observaciones:  
Sugerencias:

4) ¿Los ítems del instrumento tienen correspondencia con la dimensión a la que pertenecen en el constructo?

SI (  ) NO ( )

Observaciones:  
Sugerencias:

5) El instrumento ¿Puede ser aplicado a la población a la que referimos?


SI (  ) NO ( )

Observaciones:  
Sugerencias:

5) ¿Tiene algunas recomendaciones adicionales respecto al instrumento?

SI (  ) NO ( )

Observaciones:  
Sugerencias: *Usar de preferencia el término de "Estudiantes".*

  
UNIVERSIDAD NACIONAL DE BOLIVIA  
FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
PSICÓLOGOS  
C.P.S. P. N.° 34488

**Firma del Juez**



Estimado (a):

Dr. Eli Malvaceda Espinoza

Presente:

Me dirijo a usted con la finalidad de solicitar su valiosa colaboración en calidad de JUEZ (a) para validar el contenido de un instrumento y obtener sus propiedades psicométricas para una tesis conducente al título profesional de Psicóloga(o).

***Inventario de Burnout de Maslach - Forma (MBI-Es)***

***La Escala de Satisfacción con la vida (SWLS)***

Para dar cumplimiento a lo anteriormente expuesto se hace entrega formal de la operacionalización de variables involucradas en el estudio, las tablas de especificaciones respectivas, el cuestionario y los dos formatos de validación, el cual deberá llenar de acuerdo a sus observaciones, a fin de orientar y verificar la claridad, congruencia, adecuación contextual de las palabras y el dominio de los contenidos de los diversos ítems de los cuestionarios.

Agradezco de antemano su receptividad y colaboración. Su apoyo me permitirá adquirir habilidades y competencias profesionales y científicas que forman parte de los requerimientos para obtener el título profesional de psicólogo.

Quedo de Ud. en espera del feedback respectivo para el presente trabajo académico.

Juliaca, 18 de mayo del 2021

Muy Atentamente:

Candy Paloma Tahuaya Rios

Bachiller de la Carrera Profesional de Psicología

**INSTRUMENTO PARA LA VALIDEZ DE CONTENIDO**

**(JUICIO DE EXPERTOS)**

<https://forms.gle/ukj7xct94fbq5TrF7>

Los presentes instrumentos tienen como finalidad evaluar la correlación del síndrome de **Burnout y satisfacción con la vida en docentes de educación sincrónica, Juliaca y Puno – 2021**. En una población docente que realizan educación virtual sincrónica en los tres niveles: Inicial, primaria y secundaria de una institución con dos filiales en la región Puno.

**Instrucciones para validar el instrumento**

La evaluación de este instrumento requiere de la lectura detallada y completa en cada uno de los ítems propuestos, a fin de cotejarlos de manera cualitativa con los criterios propuestos relativos a: **relevancia o congruencia con el contenido, claridad en la redacción, adecuación contextual y dominio del contenido**. Para ello, deberá marcar una "X" en los casilleros (SI/NO) según el test cumpla con los criterios de validez. Para tal efecto, detallamos los conceptos por cada criterio de validez de contenido:

- Claridad: El ítem se entiende sin dificultad
- Congruencia: El ítem es coherente con el constructo
- Contexto: El ítem es apropiado para aplicar a la población objetivo
- Dominio del constructo: El ítem pertenece a la dimensión que se propone

Datos del juez:

Juez N°: \_\_\_\_\_

Fecha actual: 18/05

Nombres y Apellidos del Juez: Eli Malvaceda

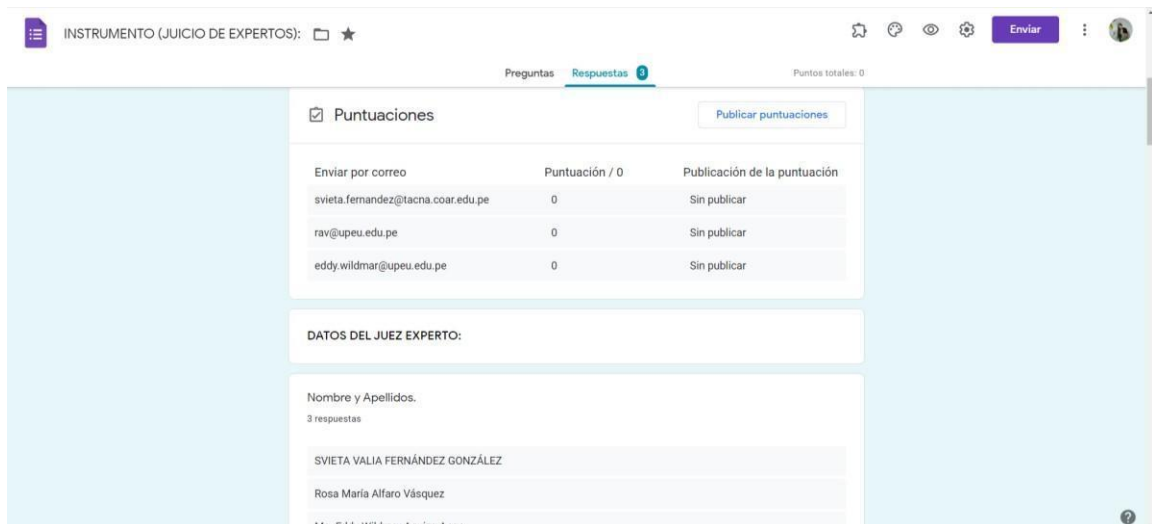
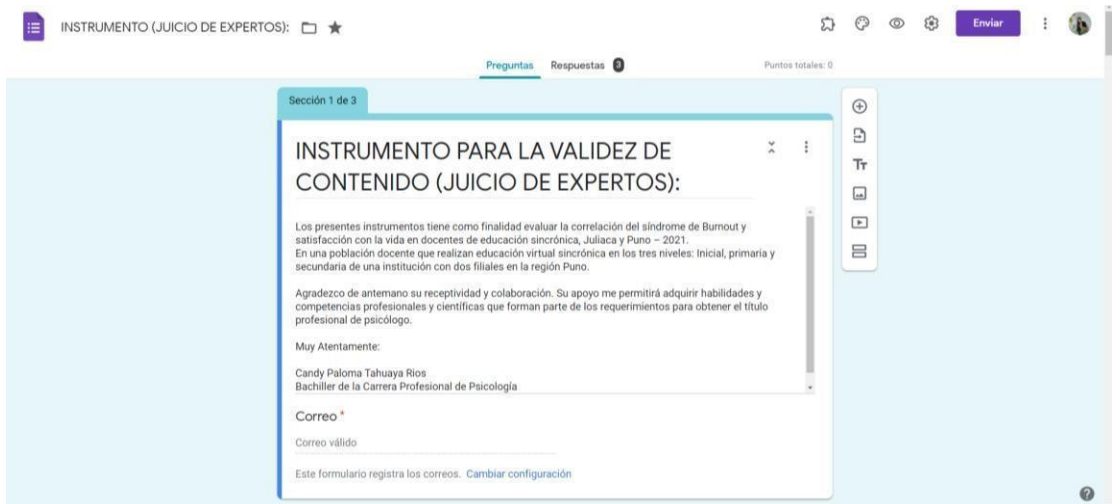
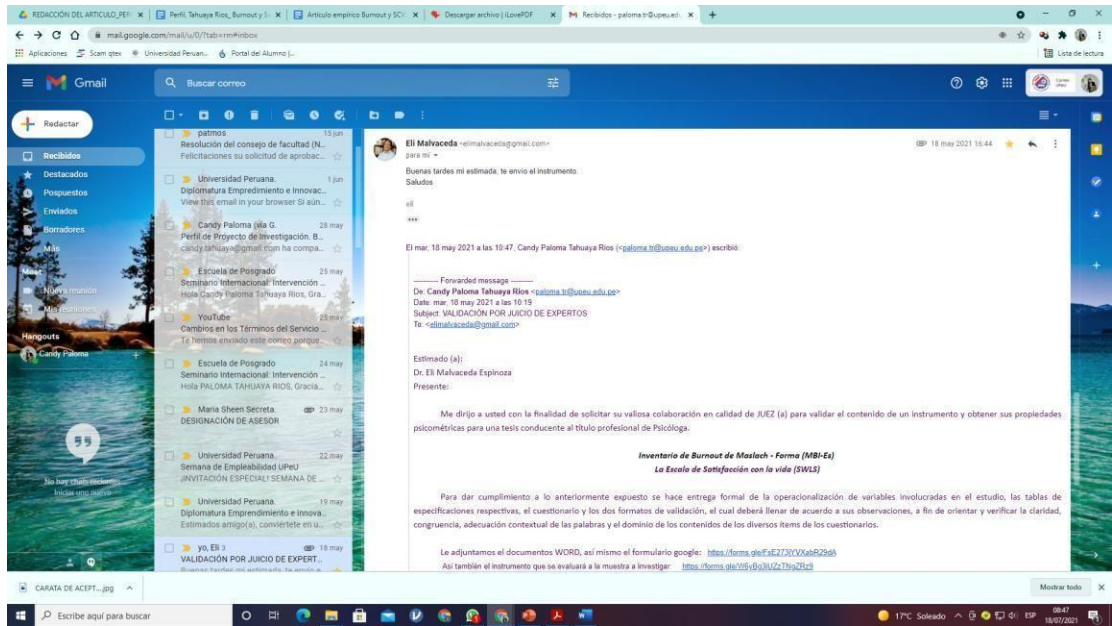
Institución donde labora: USIL

Años de experiencia profesional o científica: 10

Enfoques de investigación: psicología social comunitaria

Grado académico más alto: Dr.

Cód COLEGIATURA: \_\_\_\_\_.



## 1.4 Base de datos de validez por juicio de expertos:

Tabla 9

*Tabla de datos generales de los jueces expertos.*

Marca temporal	CORREO	Nº Juez	Nombre y Apellidos.	Institución donde labora:	Grado académico	Años de experiencia	Enfoques de investigación:	Código de COLEGIATURA:
4/29/2021 11:15:03	Mr.calizaya@unaj.edu.pe	J1	Maynard Rodger Calizaya Palazuélos	UNAJ - Juliaca	MAESTRÍA	5	Psicometría.	34488
5/2/2021 18:26:10	elimalvaceda@gmail.com	J2	Eli Malvaceda Espinoza	UNMSM - USIL	DOCTORADO	10	Psicología social - comunitaria.	
5/4/2021 11:01:33	svieta.fernandez@tacna.coar.edu.pe	J3	Svieta Fernández Gonzáles	COLEGIO ALTO RENDIMIENTO - TACNA.	MAESTRÍA	5	Subjetividad social en espacios educativos y comunitarios.	23864
5/8/2021 18:37:56	rav@upeu.edu.pe	J4	Rosa María Alfaro Vásquez	UPEU Juliaca	DOCTORADO	24	Psicología Educativa.	6334
5/10/2021 11:53:24	eddy.wildmar@upeu.edu.pe	J5	Eddy Wildmar Aquize Anco	UPEU Juliaca	MAESTRÍA	6	Construcción psicométrica, psicología educativa, investigación.	29810