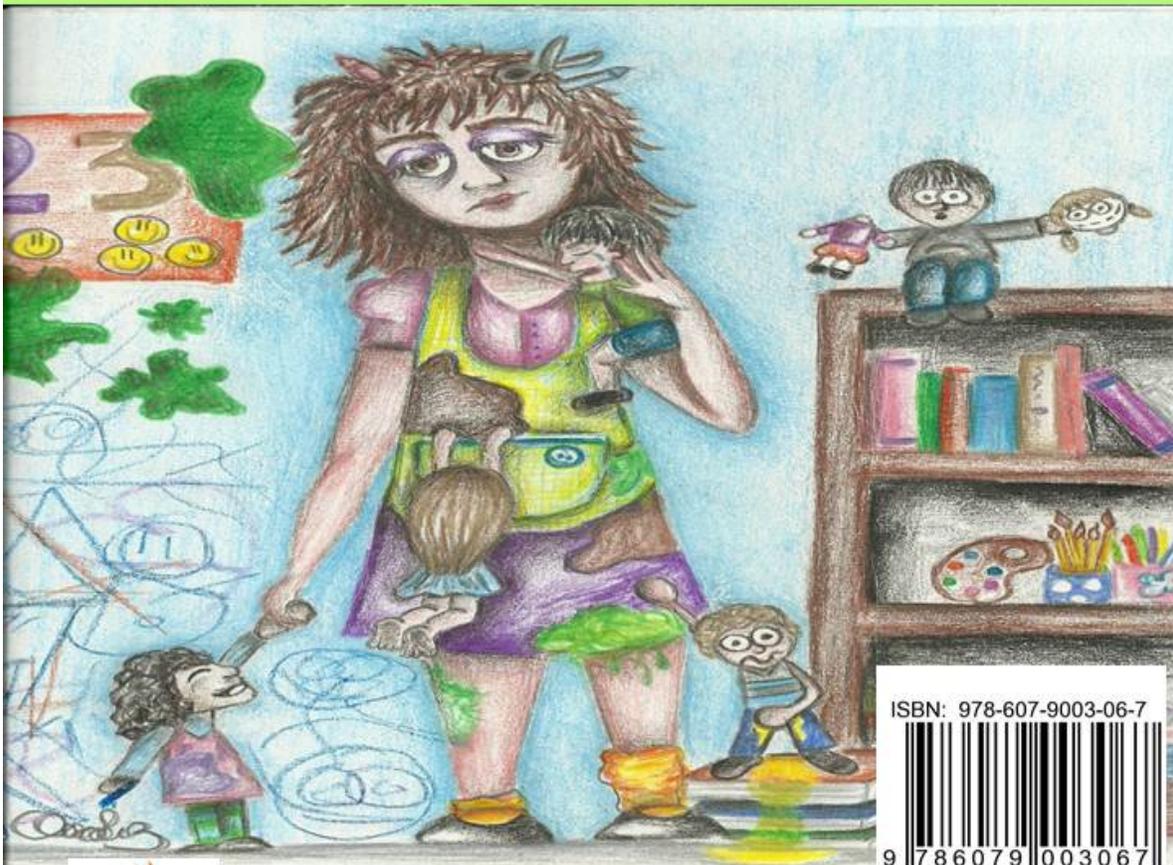


EL INVENTARIO SISCO PARA EL ESTUDIO DEL ESTRÉS LABORAL EN EDUCADORAS

Construcción y validación inicial

ARTURO BARRAZA MACÍAS



ISBN: 978-607-9003-06-7



9 786079 003067



INSTITUTO UNIVERSITARIO ANGLO ESPAÑOL

EL INVENTARIO SISCO PARA EL ESTUDIO DEL ESTRÉS LABORAL EN EDUCADORAS

Construcción y Validación Inicial

Arturo Barraza Macías
UPD-IUNAES-ReDIE

Primera edición: **enero de 2012**
Editado: **en Durango, México**
ISBN: **978-607-9003-06-7**

Editor:
Instituto Universitario Anglo Español

No está permitida la impresión, o reproducción total o parcial por cualquier otro medio, de este libro sin la autorización por escrito de los editores.

Imagen de portada: **Anahí Citlalli Barraza Cárdenas**

Enseñar es una carrera fascinante que permite seguir estudiando los temas que a uno le interesan, ayudar a los niños a aprender y desarrollarse, y disfrutar el trabajo en equipo. Pero es también un oficio muy exigente y, de hecho, todos los profesores acaban sufriendo estrés tarde o temprano.

Chris Kyriacou

PRÓLOGO

El estado del conocimiento de una variable presupone aquellas indagaciones, explicaciones y construcciones que, en su caso, los investigadores desarrolla sobre ella; sin embargo, cuando se realiza una serie de estudios que llevan como intención marcar historia dentro de un campo en específico, es algo verdaderamente enriquecedor y, por qué no decirlo, de alto compromiso y riesgo.

El presente libro lleva pues, esa característica de riesgo, pero un riesgo bien cimentado, ya que desde hace años, el autor del presente texto, ha contribuido al campo de estudio del estrés con diversos estudios desarrollados en artículos de investigación y ensayos, así como con explicaciones teóricas al respecto.

Por lo anterior, me siento con el deber de abrir las puertas atencionales para que todo lector se introduzca en una lectura que se antoja interesante, más para aquellos a quienes el tema del estrés se encuentra dentro de su ámbito de estudio; por ello me permito externar lo siguiente:

El estrés se ha considerado en los últimos años como un mal que aqueja a todo ser humano, en donde sus emociones y sentimientos se ven bloqueados y dominados; en donde la mente como el cuerpo, se circunscriben a una dialéctica de dominio y extorsión. Esto ha originado que diversos investigadores se hayan

dado a la tarea de indagar causas, explicaciones, intervenciones, etc., que lleven a dar claridad sobre lo que pasa en el hombre. Estudios relacionados con el estrés laboral, estudiantil, infantil, etc. han dado la pauta para elaborar construcciones que han permitido que el campo de esta temática se incremente cada vez más.

El estrés es una temática de alto significado, -tanto por el impacto que se tiene a nivel personal, como por la actividad profesional de cada cual-, en tanto refiere éste a la particular relación y modalidad de vinculación del sujeto con su práctica laboral.

Freud decía que se pone en acto lo que no puede ponerse en palabras; esto refiere a que la persona actúa de tal forma que son sus comportamientos los que comunican el estado en el cual se encuentran.

El cuerpo no es una máquina, tiene una cierta capacidad, por lo que requiere de equilibrio, un estado de autorregulación que le permita monitorear su propia cotidianidad. El cuerpo habitado por el estrés, se encuentra en desarmonía y en conflicto con el exterior.

Todo lo anterior me permite situar lo relevante que el autor ha expuesto en su obra, ya que sin duda existen reflexiones o explicaciones psicológicas, médicas, etc., referentes a este mal; sin embargo, la aportación del presente texto es, sin duda alguna, el desarrollar un inventario que permita detectar tanto situaciones generadoras de estrés, como síntomas y estrategias de afrontamiento del estrés.

El inventario SISCO fue elaborado por el Dr. Arturo Barraza Macías de manera clara y sistematizada articulando una lógica deductiva y una lógica

inductiva. Por una parte, es avalado por una fuerte revisión de literatura, pero por la otra surge de un proceso inductivo, en donde a partir de un estudio previo de carácter cualitativo se originó la pauta para lograr dicha construcción.

El interés centrado en las educadoras permite conocer uno de los niveles más interesante dentro del sistema educativo, las exigencias de este cuerpo docente ha cambiado radicalmente en los últimos años, incrementando su nivel de responsabilidad.

A partir del año 2004 han sufrido diversos cambios; tanto en sus estilos de enseñanza, metodologías, evaluaciones y planeaciones, entre otros tantos elementos más.

Las evaluaciones a las cuáles se someten, así como los exámenes de Carrera Magisterial, a los que se enfrentan para elevar su estatus laboral y economía personal, van mermando sin misericordia su estabilidad, su equilibrio.

Se requiere conocer el contexto de las educadoras para realizar de manera ética un estudio que expresa con gran significado la vida de la educadora en su mundo estresor, como lo hace el autor.

Por otra parte, otro de los aspectos interesantes que se aportan en las líneas que componen el presente libro, es la innovación constituida en una aportación teórica denominada: Modelo Sistémico Cognoscitivista; un modelo que explica de forma elocuente y académica la vulnerabilidad del hombre, donde los factores externos lo desequilibran y como él mismo haciendo uso de sus herramientas y de esa capacidad cognitiva e intelectual que tiene, le permiten afrontar aquellos conflictos en los que vive.

Finalmente, es el lector quien tiene la última palabra, ya que después de establecer una estrecha comunicación dialéctica entre lector – autor, se llega al límite del significado, el desentrañar la esencia de quien escribe y entender su intención, embarnecida por sus creencias y conocimientos, permite lograr una discusión e interacción.

Dra. Dolores Gutiérrez Rico (SNI-C)

Profesora Investigadora de la Universidad Pedagógica de Durango y

Conductora oficial del programa de tv-ujed “ReDIE. Semillero de Ciencia”

CONTENIDO

PRÓLOGO	5
PRIMERA PARTE:	11
PRESENTACIÓN DE ESTA OBRA	
Introducción	12
Necesidad del Inventario SISCO para el estudio del estrés laboral en educadoras	17
Procedimiento para su construcción y validación inicial	19
Referencias	22
SEGUNDA PARTE:	25
UN ESTUDIO CUALITATIVO COMO INSUMO	
Introducción	26
<i>Referentes Teóricos</i>	27
<i>Revisión de la Literatura</i>	30
<i>Objetivos</i>	33
Método	34
<i>Tipo de Estudio</i>	34
<i>Participantes</i>	34
<i>Procedimiento</i>	35
<i>Análisis de Resultados</i>	37
Resultados	39
<i>Estresores</i>	39
<i>Síntomas</i>	41
<i>Afrontamiento</i>	43
<i>Consecuencias Negativas</i>	45
Comentarios	48
Referencias	51
TERCERA PARTE:	55
EL ESTUDIO INSTRUMENTAL	
Introducción	56
<i>Revisión de la Literatura</i>	57
<i>Modelo Teórico</i>	60
<i>Objetivos</i>	63

Método	64
<i>Tipo de Estudio</i>	64
<i>Participantes</i>	67
<i>El instrumento</i>	68
<i>Tipo de Instrumento</i>	70
<i>Criterios de Calidad</i>	71
<i>Procedimiento</i>	73
<i>Análisis de Resultados</i>	75
Resultados	77
<i>Primera etapa de análisis: la aplicación de la clave de criterio empírico</i>	77
<i>Segunda etapa de análisis: confiabilidad y análisis de consistencia interna y grupos contrastados</i>	79
<i>Tercera etapa: El Análisis Factorial Exploratorio</i>	85
<i>Perfil descriptivo de la población encuestada</i>	90
Comentarios	93
Referencias	97
Anexos	103
CUARTA PARTE	113
FICHA TÉCNICA DEL INVENTARIO SISCO PARA EL ESTUDIO DEL ESTRÉS LABORAL EN EDUCADORAS	

PRIMERA PARTE

PRESENTACIÓN DE ESTA OBRA

INTRODUCCIÓN

El estrés es un término omnipresente en nuestra sociedad; lo mismo lo vemos mencionado en investigaciones desarrolladas seriamente, y con rigor metodológico, que en una plática informal de alumnos de secundaria.

Si hacemos una revisión de su presencia en la gran autopista de la información, que es la Internet, el término estrés aparece 24, 700, 000 veces (última consulta realizada en Google el 20 de diciembre de 2011). Este término suele aparecer con seriedad en:

- Enciclopedias de acceso libre

(vid *Enciclopedia Medical* http://www.umm.edu/esp_ency/article/003211.htm)

- Bibliotecas Virtuales

(vid PsicoActiva.com <http://www.psicoactiva.com/tests/test.asp?idtest=14>)

- Agencias gubernamentales

(vid Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo

http://osha.europa.eu/es/topics/stress/index_html)

- Revistas Especializadas

(vid ALCMEON Revista Argentina de Clínica Neuropsiquiátrica

http://www.alcmeon.com.ar/5/19/a19_03.htm)

- Noticias

(vid CNNEXPANSIÓN <http://www.cnnexpansion.com/mi-carrera/2011/01/17/inseguridad-eleva-estres-en-mexico>)

- Organizaciones no gubernamentales

(vid Alimentación Sana <http://www.alimentacion-sana.org/informaciones/Nutricion/stress.htm>)

- Libros en línea

(vid La organización del trabajo y el estrés http://www.who.int/occupational_health/publications/pwh3sp.pdf)

No obstante esta omnipresencia, el término estrés "adolece de la ambigua bendición de ser demasiado bien conocido y demasiado poco entendido" (Travers & Cooper, 1997: p. 27). En ese sentido, al realizar el autor del presente libro su tesis doctoral pudo observar una serie de problemas estructurales, en este campo de estudio, derivados: a) del análisis del estado de la cuestión (vid Barraza 2007a) y b) de la reconceptualización del campo de estudio (vid Barraza, 2007b). Entre los principales problemas identificados sobresale, por su importancia, la multiplicidad de enfoques y modelos para su estudio.

La primera vertiente de este problema es la multiplicidad de modelos: p. ej. El modelo del estrés del profesor de Kyriacou y Sutcliffe (en Kyriacou, 2003), el modelo del estrés infantil de Trianes, (2002); el modelo para la interpretación de indicadores de estrés en poblaciones desaparecidas (Arias, 2002), el modelo cognitivo biológico del estrés (Valdés & De Flores, 2004), etc.

La segunda vertiente de este problema es la multiplicidad de enfoques disciplinarios de abordaje, por lo que se puede hablar de la Sociología del Estrés (Orlandini, 1999). Psicología del Estrés (Cruz & Vargas, 2001; y Orlandini, 1999), Psicofisiología del Estrés (Cruz & Vargas, 2001), Psicopatología del Estrés, (Cruz & Vargas, 2001; y Neufel, 1984), Fisiopatología del Estrés (Cruz & Vargas, 2001), Psiquiatría del Estrés (González, 2001); Neuroanatomía del Estrés (Gómez & Escobar, 2002); Psicobiología del Estrés (Valdés & De Flores, 2004); y Biología del Estrés (Orlandini, 1999).

Este problema trae, como consecuencia ineludible, dos problemas secundarios: la coexistencia de diversas formas de conceptualizar el estrés y la diversidad de instrumentos de medición. Estos dos problemas son interdependientes entre sí y obligan al investigador a tomar decisiones al respecto.

Primer Interludio

Esta situación, prevaleciente en el campo de estudio del estrés, no es privativa del mismo, sino que ocurre, en mayor o menor medida, con muchas de las variables o conceptos científicos.

Goode y Hatt (1998), en su clásico libro “Métodos de investigación social” reconocen que los conceptos científicos, presentan una serie de problemas centrales en su definición y comunicación; entre esos problemas mencionan: a) la necesidad de asumir un concepto en el marco de las teorías o disciplinas en los

que fueron contruidos a partir de experiencias compartidas, b) el reconocimiento de que un término puede tener otros significados, en marcos de referencias distintos, c) la aceptación de que un término puede referirse a fenómenos diferentes, d) el reconocimiento de que un término puede no tener referente empírico inmediato alguno, y e) la afirmación de que el sentido de un concepto puede cambiar.

Ante esta problemática los autores proponen, como estrategia central para el desarrollo científico de conceptos, la reconceptualización de un término por parte del investigador; este es el camino que en su momento asumió el autor del presente libro.

Ante esta situación problemática, el autor del presente libro asumió una primera postura, con relación a sus estudios del estrés académico, que lo llevo a construir el Modelo Sistémico Cognoscitivista para el estudio del Estrés Académico (vid Barraza, 2006) y el Inventario SISCO para el Estudio del Estrés Académico (vid Barraza, 2007c); ahora, en un segundo momento, ha utilizado el mismo modelo teórico-conceptual para el estudio del estrés laboral en directoras de educación preescolar (vid Barraza, Ontiveros & Martínez, 2011) sin embargo, queda pendiente la construcción de un instrumento de investigación que mida el estrés laboral bajo este mismo modelo teórico.

Ante esta situación, en el presente libro se aborda la construcción y validación del Inventario SISCO para el estudio del estrés laboral en educadoras.

La decisión de abordar en lo específico el estrés laboral en educadoras obedece al hecho de que son las docentes menos estudiadas con relación a su estrés laboral (vid revisión de la literatura en la segunda parte de este libro).

Por el momento se dejan de lado dos decisiones importantes: 1) la pertinencia de elaborar un Inventario SISCO para el estudio del estrés laboral docente que sea de carácter general y por consecuencia se utilice sin importar el nivel educativo donde labora el docente, y 2) la discusión sobre el estrés laboral de directivos de las instituciones educativas que normalmente su tipo de estrés está muy ligado al del trabajo docente.

NECESIDAD DEL INVENTARIO SISCO PARA EL ESTUDIO DEL ESTRÉS LABORAL EN EDUCADORAS

“Un problema importante al que se enfrentan los investigadores es el de cómo medir el estrés” (Kyriacou, 2003; p. 36); a este respecto, es menester reconocer que este problema, aparentemente simple, afecta el desarrollo y consolidación del estrés como campo de estudio, ya que un instrumento es solidario a un concepto y los conceptos son la columna vertebral de las teorías que configuran el desarrollo científico. Este problema se manifiesta bajo tres indicadores empíricos, dos generales y uno específico del estrés laboral docente.

- Muchos de los cuestionarios, rara vez reportan que hayan sido sometidos a un proceso de validación estadística, y en caso de haberlo hecho, no informan las propiedades psicométricas obtenidas (p. ej. *¿es estresante su trabajo?* Presentado por Rossi, 2001; *¿tiene demasiado estrés?* presentado por Brockert & Braun, 1996; *¿vives con demasiada presión?* Presentado por la Revista Psicología Práctica, 2000; *cuestionario para padres sobre el estrés infantil*, presentado por Witkin, 2000, etc.).

- Se puede observar que los instrumentos más utilizados para medir el estrés son los cuestionarios, inventarios y escalas, en su modalidad de autoinforme, sin embargo, se presenta una gran dispersión de los mismos al ser pocos los cuestionarios utilizados en más de una ocasión (p. ej. Polo, Hernández & Pozo, 1996). Este dato por sí mismo confirma la idea de una falta de continuidad estructural en el campo.
- Existen pocos cuestionarios orientados a la medición del estrés laboral en docentes (p. ej. Inventario de Estrés para Maestros; en Oramas, Almirall & Fernández, 2007); a esta situación habría que agregar que ninguno de estos cuestionarios ha logrado una fuerte presencia en los investigadores de este campo de estudio que se refleje en su uso casi generalizado.

Si se toma como base estos tres indicadores empírico, del problema que implica medir el estrés, y se le agrega el hecho de que ninguno de los instrumentos conocidos sobre estrés laboral ha sido construido para responder a un concepto del estrés, derivado del modelo sistémico cognoscitivista, se vuelve absolutamente necesario construir un cuestionario que mida el estrés laboral en las educadoras desde una perspectiva tridimensional (estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento) y se fundamente en el modelo teórico conceptual denominado sistémico cognoscitivista.

PROCEDIMIENTO PARA SU CONSTRUCCIÓN Y VALIDACIÓN INICIAL

Existen cuatro procedimientos para desarrollar este tipo de inventarios: basados en la relevancia del contenido, la clave de criterio empírico, el análisis factorial y la teoría sobre la personalidad, (Anastasi & Urbina, 1998). En el caso del presente Inventario se utilizaron centralmente tres procedimientos de manera secuencial: a) la teoría, b) la clave de criterio empírico y c) el análisis factorial.

Segundo Interludio

Cuando se trata de medir, indagar empíricamente o evaluar la personalidad hay tres conceptos centrales que tienen que tomarse en cuenta: rasgo, tipos y estado (Cohen & Swerdlik, 2001). Para efectos de esta investigación el primero y el tercero se consideran importantes.

Por rasgo se debe de entender “cualquier forma distinguible, relativamente perdurable, en la que un individuo varía de otro” (Guilford, en Cohen & Swerdlik, 2001; p. 397); eso implica una predisposición conductual relativamente permanente.

Mientras que estado se debe considerar como la “exhibición transitoria de algún rasgo de personalidad” (Cohen & Swerdlik, 2001; p. 399); eso implica una predisposición conductual transitoria.

El caso de la variable estrés se debe considerar como estado de la personalidad. En ese sentido, es necesario reconocer que por el momento, a pesar de los estudios realizados sobre vulnerabilidad al estrés (p. ej. Amador, Reyes & Fernández, 2006) o personalidad resistente al estrés (p. ej. Godoy & Godoy, 2002), no existe suficiente investigación o modelos teóricos que pudieran permitir hablar del estrés como rasgo.

En el caso de la teoría se tomó como base un modelo teórico conceptual del estrés, al ser éste una variable de la personalidad que puede ser indagada como estado.

En primer lugar se hizo un estudio cualitativo que tuvo categorías prefijadas basadas en el modelo sistémico cognoscitivista (vid segunda parte de este libro); estas categorías permitieron indagar la presencia de los tres componentes sistémico procesuales del estrés en un grupo de educadoras. Esta manera de proceder permitió un distanciamiento de la tendencia de recuperar de la teoría o de las investigaciones precedentes los indicadores o ítems (sean estos estresores, síntomas o estrategias de afrontamiento) que conformarían el inventario y recuperar solamente aquellos que estuvieran presentes en las respuestas de las propias educadoras.

Con las respuestas proporcionadas por las educadoras se construyó la primera versión del Inventario SISCO para el estudio del estrés laboral en educadoras, lo que permitió desarrollar posteriormente el estudio instrumental.

En el caso del estudio instrumental se tomó, en un primer momento, la clave de criterio empírico $p > 25\%$ para determinar los ítems que quedaban en la segunda versión. Esta segunda versión fue sometida a un proceso de validación psicométrica a través de la obtención de la confiabilidad y de evidencias de validez basada en la estructura interna, destacando entre los procedimientos utilizados el Análisis Factorial Exploratorio.

Mediante estos tres procedimientos se pudo obtener la versión final del Inventario SISCO para el estudio del estrés laboral en las educadoras.

REFERENCIAS

- Amador, J. L.; Reyes, I. y Fernández, O. (2006). *Personalidad y estrés en el personal sometido a un trabajo de tensión y riesgo*. Recuperado el 15 de noviembre de <http://www.ilustrados.com/tema/8426/Personalidad-Estres-personal-sometido-trabajo-tension.html>
- Anastasi, A. y Urbina, S. (1998). *Test psicológicos*- México: Prentice Hall.
- Arias, J. M. (2002). *El estrés en las sociedades humanas. Una perspectiva de Ecología Humana*. Tesis de Maestría del CINVESTAV-IPN, Unidad Mérida. Recuperada el 10 de noviembre de 2011 de http://www.mda.cinvestav.mx/ecohum/tesis_estudiantes/01Tesis%20MA.pdf
- Barraza A. (2006), Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico, *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), 110-129.
- Barraza, A. (2007a). Estrés académico: un estado de la cuestión. *Revista Psicología Científica.com*. 9(2), Recuperado el 15 de octubre de <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologia-232-1-estres-academico-un-estado-de-la-cuestion.html>
- Barraza, A. (2007b). El campo de estudio del estrés: del programa de Investigación Estímulo-Respuesta al Programa de Investigación persona-

- Entorno. *Revista Internacional de Psicología*, 8(2), 1-36 (paginación independiente)
- Barraza, A. (2007c). Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico. *Revista Psicología Científica.com*. 9(16), Recuperado el 17 de octubre de <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologia-248-1-propiedades-psicometricas-del-inventario-sisco-del-estres-ac.html>
- Barraza, A.: Ontiveros V. C. y Martínez, L. M. (2011). El estrés laboral en directoras de educación preescolar. *Praxis Investigativa ReDIE*, 3(5), 62-72.
- Cohen, R. J. & Swerdlik, M. E. (2001). *Pruebas y evaluación psicológicas*. México: Mc Graw Hill.
- Cruz, C. y Vargas, L. (2001). *Estrés; entenderlo es manejarlo*. México: Alfa Omega.
- Brockert, S. & Braun Gabriele (1996), *Los test de la inteligencia emocional*, México, Océano
- Godoy, D. y Godoy, J. F. (2002). La personalidad resistente: una revisión de la conceptualización e investigación sobre la dureza. *Clínica y Salud*, 13(2), 135-162
- Gómez, B. y Escobar, A. (2002) Neuroanatomía del estrés. *Revista Mexicana de Neurociencia*, 3(5), 273-282.
- González, J. L. (2001). Nosología psiquiátrica del estrés. *Psiquis, Revista de Psiquiatría, Psicología Médica y Psicósomática*, 22(1), 9-15.
- Good, W. J. y Hatt, P. K. (1998). *Métodos de investigación social*. México: Trillas
- Kyriacou, C. (2003). *Antiestrés para profesores*. Barcelona, España: Octaedro

- Neufel, R. W. J. (1984). *Psicopatología del estrés*. Barcelona, España: Toray.
- Oramas, A.; Almirall, P. & Fernández, I. (2007). Estrés laboral y el síndrome de burnout en docentes venezolanos. *Salud de los Trabajadores*, 15(2), 71-88.
- Orlandini, A. (1999). *El estrés, qué es y como evitarlo*. México: FCE.
- Polo, A.; Hernández, J. M. y Pozo, C. (1996). Evaluación del Estrés Académico en Estudiantes Universitarios. *Ansiedad y Estrés*, 2(2/3),159-172.
- Psicología Práctica, (2001). ¿Vives con demasiada presión? *Psicología Práctica*, Extra Núm. 12,
- Rossi, R. (2001). *Para superar el estrés*. Barcelona, España: Editorial De Cecchi.
- Travers, J. y Cooper, C. (1997). *El estrés de los profesores*. Barcelona, España: Paidós.
- Trianes, M. V. (2002). *Niños con estrés*. México; Alfa Omega-Narcea.
- Valdés. M. y De Flores, T. (ED.) (2004). *Psicobiología del estrés: conceptos y estrategias de investigación*. Barcelona, España: Martínez Roca.
- Witkin, G. (2000). *El estrés del niño*. Barcelona, España: Grijalbo-Mondadori.

SEGUNDA PARTE

**UN ESTUDIO CUALITATIVO
COMO INSUMO**

INTRODUCCIÓN

Una de las profesiones que presenta mayores niveles de estrés es la docencia; la revisión de literatura al respecto muestra que se han realizado múltiples estudios con docentes universitarios (Arvagues, Borda & López, 2010; Velázquez, 2009; etc.) y de educación básica (Chan, Chen & Chong, 2010; Ullrich, Lambert & McCarthy, 2010; etc.) que respaldan empíricamente la afirmación de que es la docencia una actividad profesional estresante.

En el caso específico de educación básica sobresalen los estudios con docentes de educación primaria (Cheng & Ren, 2010; Ross & Normah, 2008; etc.) y de educación secundaria (Meng & Lin, 2008; Santiago, Otero, Castro & Villardefrancos, 2008; etc.), siendo pocos los estudios realizados con docentes de educación preescolar; en ese sentido se coincide con Tsai, Fung & Chow (2006) cuando afirman que “the study of teacher stress is not a new area of research. However, most of the published research studies have been strongly oriented towards primary and secondary school teachers” (p. 364).

Ante esta situación, el interés de la presente investigación se enfoca a estudiar el estrés laboral de las docentes de educación preescolar que, en el caso mexicano, son denominadas educadoras.

Referentes Teóricos

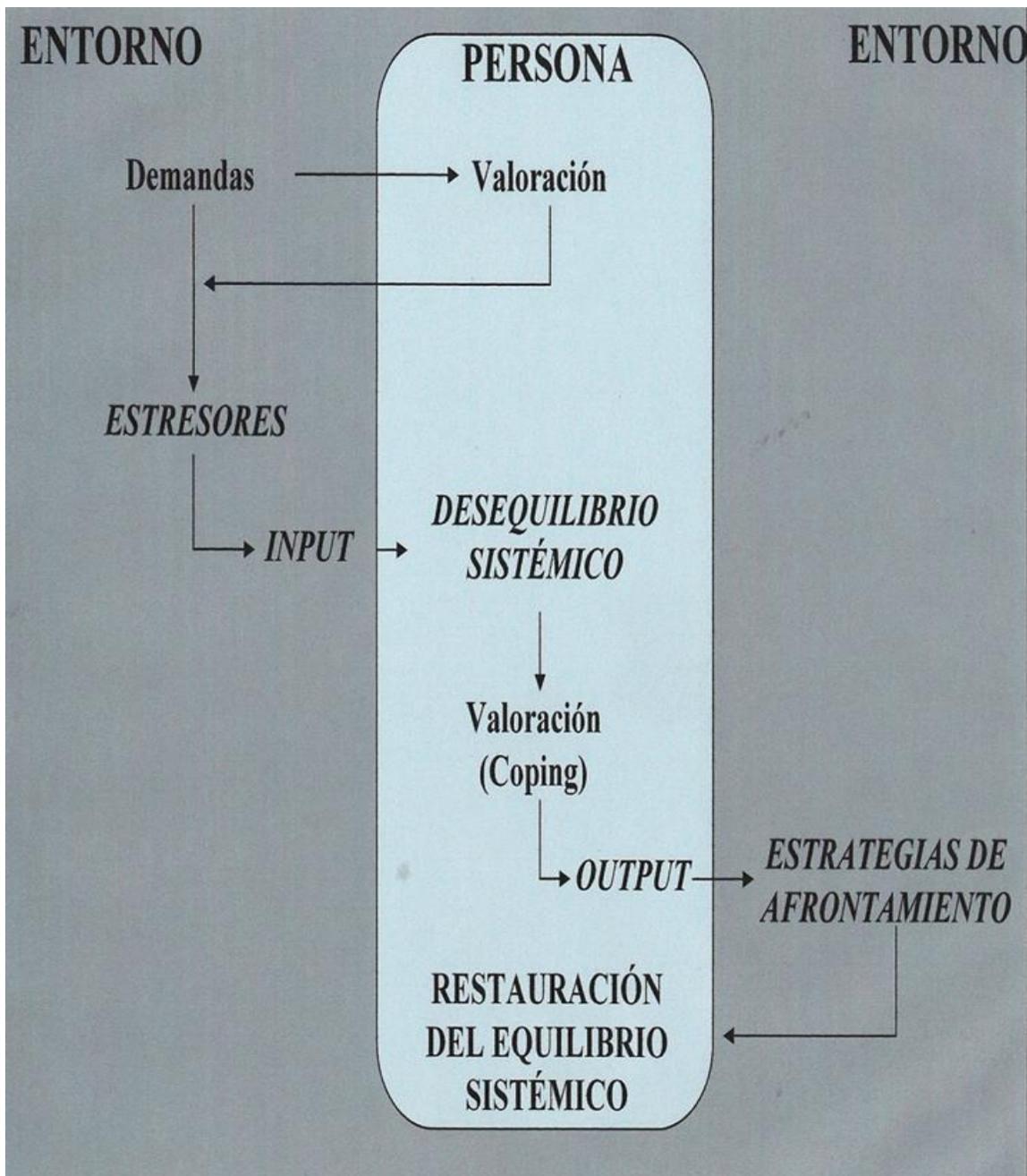
El Programa de Investigación Persona-Entorno, del campo de estudio del estrés, (Barraza, 2007) ha tenido un desarrollo fructífero de modelos teóricos que buscan explicar el estrés en diferentes ámbitos de la vida cotidiana: uno de los dominios empíricos de referencia que ha mostrado mayor heurística al respecto es el estrés laboral.

De los diferentes modelos teóricos, existentes dentro del campo de estudio del estrés, se eligió como respaldo teórico de la presente investigación el modelo Sistémico Cognoscitivista (Barraza, 2006); este modelo, a pesar de ser construido originalmente para el campo de estudio del estrés académico, permite conceptualizar el estrés laboral a partir de sus cuatro hipótesis constitutivas:

- Hipótesis de los componentes sistémicos-procesuales del estrés: esta hipótesis, de carácter funcional-estructural, permite establecer cuales son los tres componentes constitutivos que definen conceptualmente al estrés: estresores, síntomas y afrontamiento.
- Hipótesis del estrés como estado psicológico: esta hipótesis conduce a reconocer al proceso de valoración, de orden cognoscitivo, como el proceso desencadenante del estrés.
- Hipótesis de los indicadores del desequilibrio sistémico que implica el estrés: esta hipótesis conduce a establecer el aspecto visible del estrés al determinar

un conjunto de síntomas que constituyen sus diferentes manifestaciones observables o auto-observables.

Figura 1. Modelo Sistémico Cognoscitivista para el estudio del estrés



- Hipótesis del afrontamiento como restaurador del equilibrio sistémico: esta hipótesis vuelve a darle al sujeto un papel activo enfatizando el papel adaptativo del estrés.

A partir de estas hipótesis es posible definir al estrés laboral que manifiestan las educadoras en los siguientes términos: el estrés laboral docente es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de manera descriptiva en tres momentos:

- Primero: la educadora se ve sometida, en su contexto de trabajo, a una serie de demandas (input) que, bajo la valoración de la propia educadora son consideradas estresores (p. ej. la atención de un niño con necesidades educativas especiales); estas demandas son consideradas por la educadora como desbordantes de sus recursos para afrontarlas (p. ej. no se cómo atender a este tipo de niños).
- Segundo: esos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio) (p. ej. ansiedad); estos síntomas pueden ser físicos (p. ej. dolor de cabeza), psicológicos (p. ej. problemas de concentración) o comportamentales (p. ej. aislamiento).
- Tercero: ese desequilibrio sistémico obliga a la educadora a realizar acciones de afrontamiento (output) para restaurar el equilibrio sistémico (p. ej. platicar a sus compañeras la situación que le preocupa). Estas acciones pueden estar orientadas a la resolución del problema (p. ej. buscar

información sobre la situación que preocupa, en este caso cómo atender a este tipo de niños) o a la regulación emocional (p. ej. llegando a la casa me pongo a ver televisión para que se me olvide lo que me preocupa).

Revisión de la literatura

A pesar de ser menos los estudios realizados con educadoras, la revisión de la literatura permitió localizar siete investigaciones que abordan el estrés laboral de este tipo de docentes (Cheng, 2008; Pan, 2008; Pakarinen, et al. 2010; Shuyuan, 2009; Teng, 2009; Tsai, et al. 2006; y Živčić-Bećirević & Smojver-Azic, 2005). A continuación se presentan de manera sucinta cada una de estas investigaciones.

Cheng (2008), mediante un estudio cuantitativo de tipo no experimental, comparativo y correlacional, estudió las relaciones entre el nivel de estrés, el agotamiento, la autoeficacia y la intención de abandono de empleo entre los maestros de preescolar en Taiwán. Entre sus principales resultados destacan: a) que existe una relación inversa entre el estrés laboral y la autoeficacia, y b) que el estrés laboral y la autoeficacia marcan diferencias significativas en los niveles de burnout.

En su estudio denominado “A study on kindergarten teachers’ job stress and job burnout”, Pan (2008) se planteó como objetivo establecer la relación que existe entre el estrés laboral y el desgaste profesional percibido por los maestros de preescolar del condado Hsin-chu en Taiwán. Entre sus principales resultados se encuentran los siguientes: a) los niveles de estrés laboral percibido por los sujetos

son medio y ligeramente debajo del medio, b) de las diferentes dimensiones del estrés laboral indagadas, es la dimensión política la que tiene el más alto nivel de estrés laboral percibido, siendo seguida por la carga de trabajo, la remuneración y las necesidades psicológicas, mientras que la que menor nivel de estrés presenta es la dimensión de las relaciones interpersonales, y c) existe una correlación positiva entre desgaste profesional y cada dimensión del estrés de trabajo en lo particular o de todas las dimensiones del estrés de trabajo en su conjunto, lo que significa que a mayor nivel de estrés laboral percibido por los maestros de preescolar es mayor el nivel de burnout percibido.

Por su parte Pakarinen, et al. (2010) estudiaron la relación entre las variables: 1) habilidades de prelectura, 2) motivación hacia el aprendizaje, 3) conciencia fonológica, 4) estrés docente, y 5) apoyo emocional. Entre sus principales resultados, de interés para la presente investigación, se puede mencionar que el estrés docente bajo predijo una alta motivación de aprendizaje.

Shuyuan (2009) en su trabajo denominado “A research on stress and stress management strategy of preschool teachers in the Zhujiang Delta” aplicó una encuesta a 310 maestros de preescolar para estudiar su estrés laboral. Entre sus principales resultados se encuentran los siguientes: a) 75,47% de los profesores encuestados sentía un nivel medio de estrés laboral, y b) las principales fuentes de estrés son los bajos salarios, la sobrecarga de trabajo, la seguridad de los niños y las altas expectativas de la sociedad.

Teng (2009) se planteó, mediante un estudio cualitativo, el objetivo de explorar la relación existente entre el estrés laboral percibido por el maestro de

preescolar y las estrategias de afrontamiento utilizadas para superarlo. Mediante entrevistas semiestructuradas realizadas a tres maestros de preescolar el autor encontró que los principales estresores son: las relaciones interpersonales (incluidas las establecidas con niños, padres de familia y colegas), los preparativos para la enseñanza, el diseño curricular, la gestión del aula, la carga de trabajo, en lo general la enseñanza, tareas administrativas, los cuidados diferentes que se brindan a niños normales y niños con necesidades educativas especiales y la duración del horario de trabajo; mientras que las estrategias de afrontamiento utilizadas son: racionalizar la situación, búsqueda de apoyo social, ver televisión y chatear.

Tsai, et al. (2006) se plantearon como objetivo examinar las fuentes y manifestaciones de estrés en maestras de preescolar de Hong Kong. Sus principales resultados les permiten afirmar que la gestión del tiempo y los diferentes aspectos relacionados con el trabajo son las principales fuentes de estrés, mientras que la fatiga y el cansancio emocional son las manifestaciones más frecuentes del estrés.

Finalmente Živčić-Bećirević & Smojver-Azic (2005), mediante un estudio instrumental, se plantearon el objetivo de desarrollar una escala para la evaluación de las fuentes de estrés en el trabajo de los maestros de preescolar. Entre sus principales resultados destacan: a) que de los 236 maestros de preescolar que participaron en el estudio el 42% cree que su trabajo es muy estresante, y b) la escala construida consta de cuatro factores que presentan una buena consistencia interna; estos cuatro factores son: relaciones interpersonales, las relaciones con

los padres, problemas de comportamiento de los niños y las condiciones de trabajo.

Un balance general de estas siete investigaciones conduce a reconocer que predominan los estudios de corte cuantitativo y las investigaciones realizadas en países asiáticos; en ese sentido, al no encontrarse estudios similares en países de habla hispana, se considera pertinente iniciar la investigación del estrés laboral de la educadoras con un estudio cualitativo que proporcione un primer acercamiento a este campo de estudio.

Objetivos

Identificar las demandas del entorno escolar que son valoradas como estresores por las educadoras.

Establecer los síntomas que se manifiestan al presentarse una situación estresante en las educadoras.

Determinar las estrategias de afrontamiento que utilizan las educadoras para enfrentar su estrés laboral.

Establecer las consecuencias negativas que tiene el estrés laboral en las educadoras.

MÉTODO

Tipo de estudio

Para el logro de los objetivos ya establecidos se decidió realizar una investigación cualitativa mediante la modalidad de estudio colectivo de casos (Stake, 1998). Este tipo de estudio, al igual que los estudios de casos instrumentales, centran su interés en el tema de la investigación y los casos se convierten solamente en el medio para su indagación.

Participantes

Los casos seleccionados fueron las maestras de educación preescolar de la Zona Escolar No. 8, Sector 1, ubicadas en la ciudad de Guadalupe Victoria, en Durango, México. En total se encuestó a 31 maestras; sus características sociodemográficas son: a) la edad mínima es de 22 años y la máxima de 50 años, siendo el promedio 37 años, b) tienen una antigüedad en el trabajo mínima de 7 meses y máxima de 28 años, siendo el promedio 14 años de antigüedad, y c) 15

de ellas no se han incorporado a carrera magisterial, seis se encuentran en el nivel A, tres en el nivel B, dos en el nivel C, cuatro en el nivel D y una en el nivel E.

Procedimiento

En la recolección de la información se utilizó como técnica la encuesta y como instrumento el cuestionario, ya que a pesar de ser un instrumento distintivo de la investigación cuantitativa, los metodólogos cualitativos lo aceptan como un instrumento de investigación que puede ser utilizado en la investigación cualitativa (Goetz & LeCompte, 1988; Lankshear & Knobel, 2007; y Rodríguez, Gil & García, 1999).

La estructura temática inicial, influida por el modelo teórico adoptado, permitió definir seis preguntas para el cuestionario: 1) ¿Cómo sabe usted cuando está estresada?, 2) Mencione por lo menos tres cosas, relacionadas con su trabajo, que le causen estrés, 3) Mencione por lo menos tres síntomas o reacciones, físicas, psicológicas o comportamentales, que se le presenten cuando está estresada, 4) mencione por lo menos tres estrategias, o formas, a través de las cuales usted enfrenta su estrés para solucionarlo o mitigarlo, 5)¿Cómo afecta el estrés su desempeño laboral? y 6) ¿Cómo le afecta el estrés a su vida personal?

En la construcción de estas preguntas se cuidaron varias de las características que deben tomarse en cuenta a la hora de elaborar el instrumento

según diversos autores; en lo particular, siguiendo a Lankshear y Knobel (2007), se puede decir que se tomaron en cuenta las siguientes características:

- Cuando los investigadores cualitativos desean utilizar el cuestionario como instrumento de recolección de datos tienden a utilizar preguntas abiertas.
- Las respuestas al cuestionario son escritas por los propios encuestados.
- Contestar un cuestionario cualitativo toma de 15 a 20 minutos cuando se aplica a adultos.
- La mayoría de los cuestionarios cualitativos incluyen un espacio inmediatamente después de cada pregunta para escribir la respuesta.

El cuestionario se aplicó el día 28 de mayo del año 2010 aprovechando que en ese momento todas las educadoras se encontraban reunidas como parte de una actividad de formación planeada para toda la zona escolar. Para la protección de las participantes se realizaron las siguientes acciones: a) en el cuestionario a llenar no se pidió el nombre, y en la presentación del mismo se les aseguró la confidencialidad de los resultados; b) en el background solamente se les solicitaron datos referentes a las variables sociodemográficas y/o situacionales que eran de interés para cada estudio, y en ningún momento se les solicitó algún otro tipo de información que pudiera comprometer su anonimato; y c) en la presentación del cuestionario se les hacía saber a las participantes que su llenado era voluntario y estaban en libertad total de responderlo, o de no hacerlo

Análisis de resultados

Goetz y LeCompte (1988) identifican cinco procedimientos generales para el análisis e interpretación de datos de las investigaciones cualitativas: inducción analítica, las comparaciones constantes, el análisis tipológico, la enumeración y los protocolos observacionales estandarizados. En el caso de la presente investigación se utilizó el procedimiento denominado enumeración.

Tabla 1. Estructura Categorial

Categorías	Subcategorías
Estresores Laborales	<ul style="list-style-type: none">● Trabajo Docente● Formación Docente
Síntomas	<ul style="list-style-type: none">● Físicos● Psicológicos● Comportamentales
Afrontamiento	<ul style="list-style-type: none">● Proactivo● Escape-Evitación● Relajación/tranquilizar● Autocontrol● Búsqueda de apoyo/platicar● Miscelánea
Consecuencias Negativas	<ul style="list-style-type: none">● Los síntomas como problema● Problemas en el desempeño● Problemas familiares

Este procedimiento puede ser utilizado: a) como control de calidad de los datos o complemento de los datos descriptivos, o b) como estrategia analítica general; en el caso de la presente investigación se utilizó como estrategia analítica

general y consistió en codificar las respuestas dadas a las preguntas del cuestionario en categorías y calcular las frecuencias de los fenómenos integrados en ellas (Goetz & LeCompte, 1988).

Para asegurar la credibilidad de los resultados se utilizó el procedimiento denominado triangulación teórica (Ruiz, 1999); en un primer momento se construyeron las categorías ya mencionadas y posteriormente, en un segundo momento, se establecieron los referentes teóricos que apoyarían cada una de las categorías que dieron lugar a la estructura temática final.

La estructura categorial producto del análisis se compone de cuatro categorías, con sus respectivas subcategorías (tabla 1).

RESULTADOS

Los resultados se presentan tomando como base las cuatro categorías construidas y siguiendo el orden en que fueron presentadas en la tabla 1, correspondiente a la estructura categorial

Estresores

El entorno escolar le plantea a la educadora una serie de demandas, que tras su valoración, son consideradas por ésta como la fuente de su estrés; la información proporcionada por las educadoras permite identificar las dos principales fuentes de estrés: a) su trabajo y b) su participación en actividades formativas.

Con relación a su trabajo las educadoras informan ocho situaciones que les generan estrés: el trabajo administrativo, el trabajo áulico, el trabajo extra-áulico, la acumulación de trabajo, las relaciones interpersonales, las condiciones de trabajo, los resultados del trabajo y la indisciplina (tabla 2). La frecuencia con la que aparecen cada uno de ellas permite afirmar que las principales fuentes de estrés son el trabajo administrativo ($f = 16$) y las relaciones interpersonales ($f = 10$),

mientras que las fuentes de estrés menos frecuentes son el trabajo extra-áulico (f =2) y los resultados del trabajo (f =3).

Con relación al trabajo administrativo las educadoras suelen mencionar que las estresan *las exigencias administrativas (C1)¹, el tener que entregar papelería (C2), que nos saturen de papelería (C4), no estar al corriente con mi papelería (C6), cuestiones administrativas por parte del supervisor del sector (C10), y la elaboración de expedientes (C16)*, entre otras situaciones más de la misma índole.

En el caso de las relaciones interpersonales las educadoras mencionan que las estresan *compañeras que para todo están de contreras, o sea, muy negativas en todo (C27), la indiferencia de sus compañeras (C29), cuando hay alguna dificultad con los padres de familia (C3), problemas con las compañeras o madres de familia (C5), cuando las supervisan (C13) y mi directora (C14)*, entre otras situaciones más, de la misma índole.

Con relación a la formación docente las educadoras mencionaron dos aspectos que las estresan:

- Carrera magisterial: *como está diseñado el horario del curso de carrera magisterial (C11), los cursos de carrera magisterial (C18) y el diseño del examen de carrera magisterial (C11).*
- Actividades formativas: *exponer y leer (C12), y el no saber expresarme de forma escrita (C26)*

¹ La clave C1 indica cuestionario número uno y así sucesivamente

Tabla 2. Estresores relacionados con el trabajo docente

Estresores relacionados con el trabajo docente	Cuestionarios donde se mencionan	Frecuencia
Trabajo administrativo	1, 2, 4, 6, 9, 10, 13, 14, 16, 17, 20, 23, 24, 25, 26 y 30	16
Trabajo Áulico	2, 10, 13, 18, 22, 23 y 24	7
Trabajo Extra-áulico	22 y 25	2
Acumulación del Trabajo	3, 4, 5, 8 y 21	5
Relaciones Interpersonales	3, 5, 6, 11, 12, 13, 14, 17, 27 y 29	10
Condiciones de Trabajo	7, 8, 16, 17, 19 y 31	6
Resultados del Trabajo	1, 7 y 16	3
Indisciplina	2, 6, 7, 15 y 19	5

Síntomas

Los síntomas son el componente del estrés laboral que aparece con mayor frecuencia en el cuestionario aplicado a las educadoras, ya sea que se les pregunte directamente por ellos, o se les pregunte como se dan cuenta que tienen estrés o cómo les afecta el estrés.

Los síntomas informados por las educadoras pueden agruparse en tres subcategorías: físicos, psicológicos y comportamentales (tablas 3, 4 y 5 respectivamente). El tipo de síntomas que se mencionan con mayor frecuencia, por las educadoras que respondieron a los cuestionarios, son los físicos ($f = 25$), mientras que los mencionados con menor frecuencia fueron los psicológicos (f

=17). En lo particular los síntomas mas mencionados fueron: dolor de cabeza (f =13), el mal humor (f =10), trastornos del sueño (f =8), la fatiga (f =8), y la desesperación (f =5).

Tabla 3. Síntomas físicos del estrés laboral

Síntoma	Cuestionarios donde se mencionan	Frecuencia
<ul style="list-style-type: none"> • Dolor (estomago, muscular, cabeza o cuello) • Trastorno del sueño • Fatiga • Problemas digestivos • Temblores • Barros y Espinillas • Presión Alta • Salpullido • Gripa • Problemas en la mandíbula • Flojera 	2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 14, 15, 16, 17, 19, 20, 21, 22, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30 y 31	25

Tabla 4. Síntomas psicológicos del estrés laboral

Síntoma	Cuestionarios donde se mencionan	Frecuencia
<ul style="list-style-type: none"> • Angustia • Tristeza • Desesperación • Problemas de concentración • Nervios • Sensibilidad • Ansiedad • Bloqueo mental 	1, 2, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 18, 19, 20, 22, 23, 25, 28, 30 y 31	17

Tabla 5. Síntomas comportamentales del estrés laboral

Síntoma	Cuestionarios donde se mencionan	Frecuencia
• Mal humor	1, 3, 4, 6, 7, 8,	20
• Intolerancia	9, 10, 11, 13,	
• Falta o aumento del apetito	14, 15, 16, 17, 18, 23, 24, 25, 26 y 27	
• Predisposición		
• Llorar		
• Pelear		
• Enojo		
• Irritabilidad		
• Exigente		
• Callado		

Afrontamiento

Ante los síntomas que indican la presencia de una situación estresante, las educadoras deben actuar para recuperar su equilibrio; las diferentes acciones reportadas por las educadoras, para enfrentar su estrés, fueron bastante variadas, p. ej. *tomar analgésico (C4), pido ayuda a mi madre o compañero (C5), enfrentar lo que me preocupa, darle solución (C7), ser más optimista (C8), escuchar discos de meditación (C11), pienso, lo asimilo y actúo (C13), escuchar música (C15), automotivación (C16), pintar (C17), canto aunque lo haga mal (C19), relajarme (C20), leer reflexiones y aplicarlas a mi vida (C25), salir a caminar (C26), leer la Biblia (28), llorar (C29), etc.*

No obstante esta diversidad, las estrategias utilizadas por las educadoras pueden agruparse en seis categorías: proactivo, escape-evitación, relajación/tranquilizar, autocontrol, búsqueda de apoyo/platicar y miscelánea (tabla 6). El afrontamiento de escape-evitación (f =23) y la relajación/tranquilizar (f =14) son los tipos de afrontamiento más usados

Tabla 6. Tipos de afrontamiento del estrés laboral

Tipo de afrontamiento	Cuestionarios donde se mencionan	Frecuencia
Proactivo	1, 5, 7, 8, 13, 16 y 25	7
Escape-Evitación	2, 3, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 13, 15, 16, 17,18, 19, 20, 21, 22, 26, 27, 28, 29, 30 y 31	23
Relajación/tranquilizar	3, 4, 7, 9, 11, 12, 13, 15, 20, 22, 23, 24, 27 y 29	14
Autocontrol	2, 4, 8, 15, 25, 26 y 31	7
Búsqueda de apoyo/platicar	5, 6, 10, 14, 18, 25 y 30	7
Miscelánea	4, 6, 10, 14, 28, 29 y 31	7

Las estrategias de escape-evitación se manifiestan de manera diversa, entre ellas se pueden mencionar *el distraerme ya sea saliendo o haciendo algo productivo (C2), salir a caminar (C7), escucho música tranquila (C9), salir de paseo al campo (C10), trato de realizar alguna actividad no relacionada con el trabajo como caminar, bordar, pasear (C11), no pensar en lo que me estresa*

(C12), *salgo de casa* (C13), *me distraigo haciendo otras actividades* (C16), por mencionar solo algunas de ellas.

Por su parte las estrategias de afrontamiento referidas a relajarse o intentar tranquilizarse se presentan de una manera más homogénea, por ejemplo *tomar las cosas con calma* (C4), *relajarme* (C7), *procuro tomarme un tiempo para relajarme* (C9), *respirar profundo frecuentemente* (12), *relajación a través de movimientos físicos de cabeza o brazos* (C15), etc.

Consecuencias Negativas

Más allá de si la educadora enfrenta su estrés con una o varias estrategias de afrontamiento, y de si éstas son o no son efectivas, la situación estresante por sí misma le ocasiona a la educadora una serie de consecuencias negativas en su trabajo y en su ámbito familiar. Estas consecuencias negativas pueden ser ubicadas en tres categorías: los síntomas como problema, problemas en el desempeño y problemas familiares (tabla 7); las tres categorías muestran una fuerte presencia en las respuestas proporcionadas por las educadoras al cuestionario.

Lo primero que sobresale, de las respuestas que las educadoras brindan a las preguntas referidas a las consecuencias negativas del estrés, es que ellas consideran que los síntomas del estrés son por sí mismos una consecuencia negativa, p. ej. *me siento cansada, deprimida y poco optimista* (C2), *estoy enojada* (C4), *creo que me falta entusiasmo* (C7), *falta de apetito y alejarme de la gente*

(C12), *menos tolerancia al ruido* (C15), *pues a veces no tengo ganas de trabajar*(C20), *ando de mal humor y ando negativa para todo* (C22), etc.

Esta serie de síntomas, y la situación estresante en sí misma, afectan el desempeño laboral de las educadoras; sus respuestas al cuestionario permiten observar que las consecuencias negativas son valoradas de manera general o en aspectos específicos. En el primer caso, ante la pregunta cómo afecta su desempeño, ellas afirman: *considero que demasiado en virtud de que los síntomas que me provoca el estrés no me permite desempeñar mi trabajo al 100%* (C1), *no me concentro en lo que voy a realizar con mis alumnos* (C3), *desafortunadamente mucho ya que no cumplo con mi desempeño como debe ser y no estoy al corriente con mis responsabilidades* (C6), *no rindo como yo quisiera* (C8), *rendimiento bajo* (C16), etc. En el segundo caso ellas afirman: *no planeo* (C2), *se me pasan cosas que son importantes observar en mis alumnos* (C7), *no planeo adecuadamente las actividades del día* (C9), *se refleja en el atraso de mi diario de trabajo o expedientes personales* (C10), *falta de planeación adecuada de la mañana de trabajo y de la distribución del tiempo* (C18), etc. Todas estas son consecuencias negativas que afectan de manera directa el desempeño laboral de las educadoras, caso contrario a los problemas familiares que afectan exclusivamente el aspecto relacional de la familia.

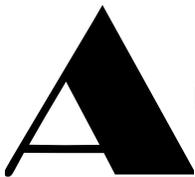
Las consecuencias negativas identificadas como problemas familiares se enfocan centralmente en la relación con el esposo o los hijos; en ese sentido, a la pregunta ¿cómo le afecta el estrés a su vida personal? las educadoras responden: *mi relación familiar está un poco quebrantada sobre todo con mi hija de 14 años*

(C6), en ocasiones mis hijos son los que la llevan (C8), en la relación con mi esposo (C9), en esos momentos mi relación con la familia es solo lo indispensable y me pierdo de dar y recibir afecto (C10), el trato con mis hijos (3 hombres) ya que ha habido varias ocasiones que les he contestado de manera injusta (C11), de muchas maneras puesto que se realizan pleitos innecesarios con la pareja y gritos con mi niño (C13), me distancio de las personas por el mal humor (C16), etc.

Tabla 7. Consecuencias negativas

Consecuencias	Cuestionarios donde se mencionan	Frecuencia
Los síntomas como problema	1, 2, 4, 5, 7, 11, 12, 15, 17, 19, 20, 21, 22, 24, 25, 26, 29 y 30	18
Problemas en el desempeño	1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 20 y 21	18
Problemas familiares	6, 8, 9, 10, 11, 13, 16, 18, 20, 23, 24, 26 y 30	13

COMENTARIOS



partir de los resultados obtenidos se puede establecer el siguiente perfil del estrés laboral de las educadoras:

El trabajo administrativo es la demanda del entorno laboral que es mas valorada como estresor por las propias educadoras; ante este estresor la educadoras manifiestan predominantemente síntomas físicos como son el dolor de cabeza, los trastornos del sueño y la fatiga; para enfrentar esa situación estresante las educadoras recurren, preferentemente, a estrategias de afrontamiento caracterizadas como de escape-evitación por lo que no brindan una solución adecuada a la demanda y solamente evitan sentir los síntomas que esa demanda les genera en ese momento; esta situación deriva en una serie de consecuencias negativas que afectan centralmente el desempeño laboral de la educadora, sea en lo general, o en aspectos específicos.

Este perfil coincide con Teng (2009), Rodríguez, Oramas y Rodríguez (2007) y Tsai, et al. (2006): a) el primero identifica a las tareas administrativas como una fuente de estrés laboral; así mismo, las estrategias reportadas por este autor, en lo específico ver televisión y chatear, se pueden caracterizar como de evitación-escape; b) los segundos, a partir de una muestra multinivel de profesores de educación básica, incluidos docentes de educación preescolar,

afirman que en gran medida las fuentes de estrés docente se hallan en el trabajo administrativo; y c) los terceros reconocen como fuentes de estrés los diferentes aspectos relacionados con el trabajo y a la fatiga como uno de los principales síntomas del estrés laboral de las educadoras.

De estos resultados es necesario destacar dos puntos: a) la prevalencia de los síntomas físicos cuestiona el hecho de privilegiar los síntomas psicológicos, cuando se habla del estrés laboral docente en otros niveles educativos (vid Gutiérrez, Morán & Sanz, 2005), en aras de considerar al estrés como un fenómeno esencialmente psicológico; en ese sentido, se hace necesario recordar que el carácter psicológico que se le otorga al estrés deriva de que se origina en un proceso cognitivo, esto es, en la valoración que realiza la persona de la demanda del entorno, y no de la prevalencia de síntomas psicológicos; y b) que las educadoras utilicen mayoritariamente estrategias de afrontamiento de evitación-escape no coincide con estudios realizados con docentes de otros niveles (vid Guerrero, 2002) que afirman que las estrategias más utilizadas son las de afrontamiento activo.

Estos dos resultados justificarían propiamente la necesidad de elaborar un instrumento específico para medir el estrés laboral en este tipo de docentes. Por otra parte, estos dos puntos, de carácter esencialmente ilustrativo, conducen a plantear la necesidad de elaborar un perfil descriptivo del estrés laboral propio de las educadoras e independiente de los perfiles descriptivos del estrés laboral de los docentes de otros niveles educativos. Esta afirmación se plantea de manera

provisional en espera de otros estudios que aporten mayor información al respecto.

Con relación al trabajo administrativo como principal estresor se puede decir que, este resultado, cuestiona la tendencia a incrementar el control administrativo para lograr una mayor eficacia docente; a este respecto es menester reconocer que un mayor control administrativo, traducido en una serie de tareas administrativas (realización de un plan de trabajo diario, llenado de expedientes, etc.), provoca un mayor estrés en las educadoras, lo que a su vez se traduce en problemas que afectan fuertemente su desempeño.

Bajo esa lógica, las políticas neoliberales del gobierno mexicano, impulsadas por tecnócratas ajenos al hecho educativo, deberían de revisar sus líneas de acción signadas por el control y la evaluación, en aras de permitir mayor autonomía al docente que redunde en una verdadera calidad educativa.

Por último, y a manera de cierre, se recomienda establecer dispositivos de formación que permitan a las educadoras incorporar, a su estilo de afrontamiento, estrategias orientadas a la resolución de problemas; esto permitiría que enfrenarán con mayor eficacia su estrés y, por lo tanto, se redujeran considerablemente las consecuencias negativas que ocasiona en su familia y en su trabajo.

REFERENCIAS

- Arvagues, M. L.; Borda, M. y López, A. M. (2010). El core of burnout y los síntomas de estrés en el personal de Universidad. Prevalencia e influencia de variables de carácter sociodemográfico y laboral. *Boletín de Psicología*, 99, 89-101.
- Barraza A. (2006), Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico, *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9. (3), 110-129.
- Barraza, A. (2007). El campo de estudio del estrés: del Programa de Investigación Estímulo-Respuesta al Programa de Investigación Persona-Entorno. *Revista Internacional de Psicología*, 8(2), 1-30 (paginación independiente).
- Chan, A.; Chen, K. y Chong, E. (2010). *Work stress of teachers from primary and secondary schools in Hong Kong*. Proceedings of the International MultiConference of Engineers and Computer Scientists 2010 Vol. III, IMECS, Hong Kong. Recuperado el 14 de noviembre de 2010 de http://www.iaeng.org/publication/IMECS2010/IMECS2010_pp1903-1906.pdf
- Cheng, M. (2008). *Job stress, self-efficacy, burnout, and intention to leave among kindergarten teachers in Taiwan*, Abstract available in ProQuest. Dissertation & Theses. Recuperado el 11 de noviembre de 2010 de <http://gradworks.umi.com/33/23/3323285.html>

- Cheng, Y. y Ren, L. (2010). Elementary resource room teachers' job stress and job satisfaction in Taoyuan County, Taiwan. *Journal of Intellectual and Developmental Disability*, 35(1), 44-47.
- Goetz, J. P. y LeCompte, M. D. (1988). *Etnografía y diseño cualitativo en investigación educativa*. Madrid, España: Morata.
- Guerrero, E. (2002). Modos de afrontamiento de estrés laboral en una muestra de docentes universitarios. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 43, 93-112.
- Gutiérrez, P.; Morán, S. y Sanz, I. (2005). El estrés docente: elaboración de la escala ED-6 para su evaluación. *RELIEVE*, 11(1), 47-61.
- Lankshear, C. y Knobel, M. (2007). *Maneras de descubrir: la recopilación de datos en investigación cualitativa*. México: Centro Pedagógico de Durango.
- Meng, L. y Lin, S. (2008). Mathematics teacher stress in Chinese secondary schools. *Journal of Educational Enquiry*, 8(1), 73-96
- Pan, S. (2008). *A study on kindergarten teachers' job stress and job burnout*. Abstract available in MCU eThesys. Recuperado el 11 de noviembre de 2010 de http://ethesys.lib.pu.edu.tw/ETD-db/ETD-search/view_etd?URN=etd-0112109-165455
- Ross, Z. y Normah C. D. (2008). Teacher stress: An examination of factors influencing teaching performance in the rural elementary schools. *Simposium Sains Kesehatan Kebangsaan ke 7, Hotel Legend, Kuala Lumpur, 18 – 19: 224–225*.

- Pakarinen, E. et al. (2010). Classroom organization and teacher stress predict learning motivation in kindergarten children. *European Journal of Education and Psychology*, 25(3), 281-300.
- Rodríguez, L.; Oramas, A. y Rodríguez, E. (2007). Estrés en docentes de educación básica: estudio de caso en Guanajuato, México. *Salud de los Trabajadores*, 15(1), 5-16.
- Rodríguez, G., Gil, J. y García, E. (1999). *Metodología de la investigación cualitativa*. Málaga, España: ALJIBE.
- Ruiz, J. I. (1999). *Metodología de la investigación cualitativa*. Bilbao, España: Deusto
- Santiago, M. J.; Otero, J. M.; Castro, C. y Villardefrancos, E. (2008). Occupational stress in secondary school teachers: examining the role of students' disruptive behaviour and/or attitudes and the perceived difficulty in conflict management. *European Journal of Education and Psychology*, 1(1), 39-50.
- Shuyuan, R. (2009). A research on stress and stress management strategy of preschool teachers in the Zhujiang Delta. *Early Childhood Education*, 18. Abstract disponible en http://en.cnki.com.cn/Article_en/CJFDTOTAL-YEJY200918011.htm
- Stake, R. (1998). *Investigación con estudio de casos*. Madrid, España: Morata.
- Teng, W. (2009). *A study on the working stress and the coping strategy of three kindergarten teachers*. Abstract available in MCU eThesys. Recuperado el 11 de noviembre de 2010 de http://ethesys.lib.mcu.edu.tw/ETD-db/ETD-search/view_etd?URN=etd-0830110-161536

- Tsai, E.; Fung, L. y Chow, L. (2006). Sources and manifestations of stress in female kindergarten teachers. *International Education Journal*, 7(3), 364-370.
- Ullrich, A.; Lambert, R. G. y McCarthy, Ch. J. (2010). *Comparing stress, coping, and burnout symptoms between elementary teachers in the United States and Germany*. Center for Educational Research and Evaluation, University of North Carolina Charlotte. Recuperado el 15 de noviembre de 2010, de <http://education.uncc.edu/ceme/reports/FRG%20Technical%20Report%20April%202010.pdf>
- Velázquez, D. (2009). El estrés en los profesores de la Universidad Autónoma de Madrid. *Tendencias Pedagógicas*, 14, 443-465.
- Živčić-Bećirević, I. y Smojver-Azic, S. (2005). Origins of work stress in kindergarten teachers. *Psychological Topics*, 14(2), 3-13.

TERCERA PARTE

EL ESTUDIO INSTRUMENTAL

INTRODUCCIÓN

El estrés laboral es un tema que se encuentra presente en la agenda gubernamental de la mayor parte de los países desarrollados. A este respecto, la Comisión Europea ha insistido en la necesidad de que sus Estados miembros desarrollen políticas específicas para combatir el estrés laboral, ya que lo consideran la causa de entre el 50% y el 60% de los días de trabajo perdidos cada año, lo que viene representando un costo equivalente al 4% del PIB europeo. (El mundo, 24 de febrero de 2011)

En el caso mexicano, aunque no existe una preocupación política específica por este tema, si se pueden encontrar instituciones que alzan su voz para alertar sobre la gravedad de este problema. Según datos del Instituto Nacional de Psiquiatría (INP), México ocupa el segundo lugar a nivel mundial en estrés laboral, después de China. Entre 30 y 40 por ciento de los mexicanos sufren de este problema. (El Norte, 27 de diciembre de 2010).

A esta situación, ya preocupante de por sí, habría que agregar que, de las diferentes profesiones que manifiestan estrés laboral, es la docencia una de las que lo presentan con mayor intensidad y frecuencia. A este respecto, Kyriacou (2003), principal estudioso del tema, afirma que “la enseñanza es un tipo de trabajo con un alto potencial para la generación de estrés (p. 12).

Este tipo de estrés laboral se ha estudiado en docentes de educación preescolar (Lin, 2010), de educación primaria (Darmody & Smyth, 2011), de educación secundaria (Manas, Franco & Justo, 2011) y universitarios (Cladellas & Castelló, 2011); sin embargo, se puede afirmar que son pocos los estudios desarrollados y, por consecuencia lógica, pocos los instrumentos construidos para su medición. A este punto habría que agregarle la confusión terminológica que lo sinonimiza con el Síndrome de Burnout (p. ej. Berrocal, 2000).

Ante esta situación se consideró necesario construir, y validar estadísticamente, un instrumento que permita medir el estrés laboral en las educadoras.

Revisión de la literatura

La revisión de la literatura permitió reconocer que existen diferentes instrumentos para la medición del estrés laboral; entre esos instrumentos se pueden mencionar: la Escala Laboral de Estrés (Fernández, en León & Arvagues, 2007), el Inventario de Estrés para Maestros (Oramas, Almirall, & Fernández, 2007) y la Escala ED-6 (Gutiérrez, Morán y Sanz, 2005).

La Escala Laboral de Estrés fue elaborada para evaluar aspectos relacionados con la actividad laboral que pueden llegar a constituirse en estresores potenciales; esta escala está conformada por 49 preguntas que se responden con un escalamiento de siete opciones que van desde “Totalmente

falso” hasta “Totalmente cierto”, teniendo como punto medio la opción “Ni correcto, ni incorrecto”.

La estructura de la escala se compone de cinco factores:

- Sobrecarga. Entendida como tener mucho que hacer y como falta de tiempo para realizar el trabajo encomendado.
- Conflicto de rol. Concebido como demandas conflictivas o contradictorias o como la realización de tareas de modo contrario a los deseos y criterios propios.
- Superespecialización o creer que se posee una capacitación superior a la exigida por las tareas a realizar en el trabajo.
- Incompetencia o sentimiento de no estar capacitado para desarrollar con éxito las actividades propias del puesto.
- Ambigüedad de rol. Información inadecuada o poco clara acerca de los objetivos asociados con un rol, sobre las expectativas de los otros respecto de ese rol, y acerca de su alcance y responsabilidades

Esta escala fue construida a partir del modelo de demanda control (Karasek, 1979; Karasek, 2001; y Theorell & Karasek, 1996) y ha sido utilizada en diversas investigaciones con diferentes tipos de profesionistas, entre ellos, profesores universitarios (Arvagues, Borda & López, 2010; León & Arvagues, 2007; y León, Cantero & León, 2011).

El Inventario de Estrés para Maestros (ver anexo 1) tiene sus orígenes en el Teacher Stress Inventory (Petergrew & Wolff, en Oramas et al. 2007), sin embargo

ha sufrido diversas modificaciones realizadas por los propios investigadores que lo han utilizado. La versión utilizada por Oramas et al. (2007) está compuesta de 20 preguntas que constituyen aspectos potencialmente estresantes para la labor docente. En sus aplicaciones estos autores reportan la existencia de cinco factores: 1) reconocimiento profesional, 2) relaciones interpersonales, 3) conductas de los estudiantes, 4) volumen de trabajo, y 5) recursos materiales.

El Inventario de Estrés para Maestros explora la intensidad del estrés en cada uno de los aspecto y permite establecer la ausencia del estrés y tres niveles de estrés laboral autopercebido: 0) Ningún Estrés, 1) Estrés Ligero, 2) Estrés Moderado y 3) Estrés Severo. Este inventario ha sido utilizado en diversas investigaciones con docentes (Oramas. Rodríguez, Almirall, Huerta & Vergara, 2003; y Oramas, et al. 2007)

La Escala ED-6 (ver anexo dos) fue construida y validada por Gutiérrez, Morán y Sanz (2005) tomando como base teórica el modelo transaccional del estrés de Lazarus y Folkman (1986); en esta escala se incluyeron ítems que abordan las situaciones estresantes más citadas en la docencia y también ítems que muestran las respuestas de estrés más comunes. Así mismo, se incluyeron ítems que miden aspectos intervinientes dentro del modelo interactivo de estrés como pueden ser las respuestas de afrontamiento, las creencias sobre la enseñanza y la motivación.

Esta escala quedó constituida por 77 ítems y 6 dimensiones: 1) Ansiedad, 2) Depresión, 3) Presiones, 4) Creencias, 5) Desmotivación, y 6) Mal Afrontamiento. Ha sido utilizada para evaluar el estrés en docentes de educación

especial (Franco, Mañas & Justo, 2009) y educación secundaria (Mañas, Franco & Justo, 2011; y Vale, 2010).

Como se puede observar, ninguno de los tres cuestionarios presentados: a) ha sido aplicado de manera generalizada, b) responde al modelo sistémico cognocitivista del estrés, y c) ha sido aplicado a docentes de educación preescolar. En ese sentido, se justifica plenamente la construcción del Inventario SISCO para el estudio del estrés laboral en educadoras.

Modelo Teórico

El Modelo Sistémico Cognocitivista fue construido originalmente para el estudio del estrés académico (Barraza, 2006); en su construcción el autor tomo como base la Teoría General de Sistemas (Bertalanfy, 1991) y el modelo transaccional del estrés (Cohen & Lazarus, 1979; Lazarus, 2000; y Lazarus & Folkman, 1986).

El punto de partida, para la construcción de este modelo, fueron seis supuestos teóricos, tres de ellos tomados de la teoría de sistemas y tres del enfoque transaccionalista del estrés.

a) Postulados sistémicos

- El ser humano se puede conceptualizar como un sistema abierto.
- El ser humano, como sistema abierto, se relaciona con el entorno en un continuo flujo de entrada (input) y salida (output).

- El ser humano, como sistema abierto, se relaciona con el entorno en un continuo flujo de entrada (input) y salida (output) para alcanzar un equilibrio sistémico.

b) Postulados Transaccionalistas

- La relación persona-entorno se da a través de tres componentes principales: acontecimiento estresante (entrada), interpretación del acontecimiento y activación del organismo (salida).
- El ser humano realiza una valoración cognitiva del acontecimiento potencialmente estresante y de los recursos de que dispone para enfrentarlo.
- Cuando no existe un equilibrio entre los acontecimientos considerados estresantes y los recursos de que dispone la persona para enfrentarlos sobreviene el estrés que obliga a la persona a utilizar diferentes estrategias de afrontamiento.

Con base en estos postulados se puede realizar la siguiente lectura sistémico cognoscitivista del estrés laboral de las educadoras:

- 1.- El entorno le plantea a la educadora un conjunto de demandas o exigencias (p. ej. atender a un niño invidente)
- 2.- Estas demandas son sometidas a un proceso de valoración por parte de la educadora (p. ej. ¿Podré atender adecuadamente a este niño? ¿Podré propiciar en él, aprendizajes significativos? ¿Podré integrarlo al grupo sin mayores problemas? etc.),

3.- En el caso de considerar que las demandas desbordan sus recursos las valora como estresores (p. ej. ¡me estresa no saber que hacer con este niño!).

4.- Estos estresores se constituyen en el input que entra al sistema y provoca un desequilibrio sistémico en la relación de la educadora con su entorno laboral (p. ej. me duele la cabeza, me angustio, no puedo dormir bien, etc.).

5.- El desequilibrio sistémico da paso a un segundo proceso de valoración de la capacidad de afrontar (coping) la situación estresante, lo que determina cuál es la mejor manera de enfrentar esa situación (p. ej. ¿cuál es la mejor manera de lograr atender mejor a este niño?).

6.- La educadora responde con estrategias de afrontamiento (output) a las demandas del entorno (p. ej. Busco información en la Internet, pregunto al especialista de educación especial, etc.).

7.- Una vez aplicadas estas estrategias de afrontamiento, en caso de ser exitosas, la educadora recupera su equilibrio sistémico (p. ej. con la información que obtuve de la Internet tengo una mejor idea de cómo atender a este niño); en caso de que las estrategias de afrontamiento no sean exitosas la educadora realiza un tercer proceso de valoración que la conduce a un ajuste de las estrategias para lograr el éxito esperado (p. ej. no me ayudó para nada lo que me dijo el especialista de educación especial, mejor voy a buscar un especialista en invidentes)

Con base en esta lectura se pueden identificar tres componentes sistémicos-procesuales del estrés laboral: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento; así mismo, se puede definir al estrés laboral como un estado psicológico.

Objetivos

Establecer el nivel de confiabilidad de la medición realizada a través del Inventario SISCO para el estudio del estrés laboral en educadoras.

Determinar las evidencias, basadas en la estructura interna, que respaldan la validez de la medición realizada con el Inventario SISCO para el estudio del estrés laboral en educadoras.

Identificar el perfil descriptivo del estrés laboral de las educadoras encuestadas

MÉTODO

Tipo de estudio

Para definir el tipo de estudio que se desarrolló se tomó como base el Sistema de Clasificación de las Metodologías de Investigación en Psicología publicado por Montero & León (2005); estos autores, establecen su sistema basados en la clasificación del tipo de plan de investigación que se utiliza en cada caso.

Los tipos de estudios identificados por estos autores son nueve: 1) estudios teóricos, 2) estudios descriptivos mediante observación, 3) estudios descriptivos mediante encuesta, 4) estudios cualitativos, 5) experimentos, 6) cuasi experimentos, 7) estudios «ex post facto», 8) experimentos de caso único y 9) estudios instrumentales.

La presente investigación es de tipo instrumental, ya que se consideran como pertenecientes a esta categoría todos los estudios encaminados al desarrollo de pruebas y aparatos, incluyendo tanto el diseño (o adaptación) como el estudio de las propiedades psicométricas de los mismos. Particularmente, en el presente estudio, se abordan la confiabilidad y las evidencias de validez, basadas

en la estructura interna, que son propiedades psicométricas del instrumento objeto de validación.

Tercer interludio

Normalmente los metodólogos reconocen tres tipos de validez: de contenido, de constructo y de criterio (Hernández, Fernández & Baptista, 1998), esta estructura tripartita de la validez fue influida por los Estándares de la APA (1974) que fueron publicados en colaboración con la American Educational Research Association (AERA) y el National Council on Measurement in Education (NCME); sin embargo, dicha concepción ha sido cuestionada fuertemente en dos direcciones:

1) Esta forma conceptualizar la validez es fragmentaria e incompleta, debido especialmente a que no tiene en cuenta la evidencia, tanto de las implicaciones valorativas del significado del puntaje como una base para la acción, como las consecuencias sociales del uso del puntaje (Pardo, 2006).

2) Esta concepción acerca de la validez ha supuesto dos peligros para el constructor de instrumentos de medición: 2.1) pensar que se trata de tres tipos de validez distintos y 2.2) pensar que en un estudio de validez es imprescindible recoger evidencia sobre los tres aspectos de la misma (Gómez & Hidalgo, 2005).

Estas críticas han ocasionado que los metodólogos se orienten a otras alternativas, destacando entre ellas: 1) la validez de constructo como concepto

incluyente, 2) la acumulación de evidencias de validez y 3) las consecuencias del uso de los instrumentos de medición. En el caso del presente libro la atención se centra en la segunda alternativa.

El concepto de validez se refiere a la adecuación, significado y utilidad de las inferencias específicas hechas con las puntuaciones de los instrumentos de medición. La validación de un instrumento es el proceso de acumular evidencia para apoyar tales inferencias.

Una variedad de evidencias pueden obtenerse de las puntuaciones producidas por un instrumento dado, y hay muchas formas de acumular evidencia para apoyar una inferencia específica. La validez, sin embargo, es un proceso unitario.

Aunque la evidencia puede ser acumulada de muchas formas, la validez se refiere siempre al grado en que esa evidencia apoya las inferencias que se hacen a partir de las puntuaciones. La acumulación de evidencia por distintas fuentes es una idea desarrollada de manera paralela al concepto unitario de validez y al papel central de la teoría en el proceso.

La evidencia de la validez surge de múltiples fuentes, sin embargo, siguiendo a Messick (1995), se puede afirmar que las diferentes estrategias de validación se pueden agrupar en cinco tipos:

- 1) Evidencia basada en el contenido de un instrumento de medición.
- 2) Evidencia basada en el proceso de respuesta
- 3) Evidencia basada en la estructura interna
- 4) Evidencia basada en otras variables

5) Evidencia basada en las consecuencias de la medición

En el caso de la presente investigación los tres procedimientos utilizados para obtener evidencias de validez centran su atención en la evidencia basada en la estructura interna.

Participantes

En la aplicación de los cuestionarios se contó con el apoyo de la Mtra. Yamnie Prado Duarte del Departamento de Educación Preescolar Estatal de la Secretaría de Educación del Estado de Durango y de la Mtra. Eva Manqueros Vargas de la Universidad Pedagógica de Durango.

Se aplicaron en total 248 cuestionarios durante el mes de noviembre del año 2011 a una muestra no probabilística de docentes de educación preescolar de la ciudad de Durango. De estos cuestionarios se anularon seis por no cubrir la regla de estar contestados en un porcentaje mayor al 70%, por lo que la base de datos construida fue de 242 cuestionarios.

La distribución de los docentes de educación preescolar encuestados, según las variables sociodemográficas solicitadas en el background del cuestionario, fue la siguiente:

- El 2.5 % corresponden al género masculino y el 97.5 % al género femenino.
- La edad mínima era de 24 años y la máxima de 66 años, siendo el promedio de edad de 38 años.

Para la protección de los participantes se realizaron las siguientes acciones:

a) en el cuestionario a llenar no se pidió el nombre, y en la presentación del mismo se les aseguró la confidencialidad de los resultados; b) en el background solamente se les solicitaron datos referentes dos variables sociodemográficas muy generales: género y edad; en ningún momento se les solicitó algún otro tipo de información que pudiera comprometer su anonimato; y c) en la presentación del cuestionario se les hacía saber a los participantes que su llenado era voluntario y que estaban en libertad total de contestarlo, o de no hacerlo.

Con estas medidas se aseguró la confidencialidad de los participantes, y además, se obtuvo de manera indirecta su consentimiento informado. Así mismo, el proyecto que dio origen a la presente investigación fue aprobado por el Comité de Investigación Educativa, dependiente del Programa de Investigación de la Institución a la que se encuentra adscrito el autor, por lo que se obtuvo una supervisión institucional de las implicaciones éticas del trabajo elaborado.

El instrumento

El Inventario SISCO para el estudio del estrés laboral en las educadoras se formuló a partir de las respuestas brindadas por las educadoras que participaron en el estudio cualitativo precedente.

La estructura de este Inventario está constituida por 62 ítems distribuidos de la siguiente manera (ver anexo 3):

- Un ítem de filtro, en términos dicotómicos (si-no), que permite saber si el encuestado es candidato o no a contestar el resto del cuestionario.
- Un ítem, en un escalamiento numérico de cinco opciones (del 1 al 5), que permite identificar la intensidad del estrés.
- 22 ítems, en un escalamiento categorial de cuatro valores (nunca, algunas veces, casi siempre y siempre), que permite identificar la frecuencia con que cada una de las demandas laborales enunciadas es valorada como estresor por el encuestado.
- 20 ítems, en un escalamiento categorial de cuatro valores (nunca, algunas veces, casi siempre y siempre), que permite identificar la frecuencia con que se presentan cada uno de los síntomas enunciados cuando está estresado el encuestado.
- 18 ítems, en un escalamiento categorial de cuatro valores (nunca, algunas veces, casi siempre y siempre), que permite identificar la frecuencia con que el encuestado usa las estrategias de afrontamiento enunciadas al estar estresado.

La respuesta a los ítems de las tres últimas secciones permite una descripción de la frecuencia, más allá de la simple presencia o ausencia, con que:

a) una demanda es valorada como estresor, b) se presenta un síntoma determinado, y c) el encuestado utiliza ciertas estrategias de afrontamiento:

Tipo de Instrumento

Este instrumento puede ser caracterizado como un inventario autodescriptivo (Anastasi & Urbina, 1998); este tipo de inventarios se pueden definir como un autoinforme que proporciona un sujeto sobre sí mismo o sobre distintos aspectos de su funcionamiento, basándose únicamente en su auto-observación.

Los inventarios pueden ser clasificados como inventarios de amplio espectro o de dominio específico (Hogan, 2004). El inventario diseñado, al indagar empíricamente el estrés laboral en las educadoras, puede ser caracterizado como *de dominio específico* y como todas las pruebas de dominio específico cubre las siguientes características:

- Cuenta con relativamente pocos reactivos. Lo más usual es que estas pruebas tengan menos de 30 reactivos, aunque en este inventario se han establecido más reactivos no llegan a ser demasiados como para abrumar al encuestado.
- Se realizan con rapidez, a menudo se toman entre 10 o 15 minutos; período de tiempo en que se responde el presente inventario.
- Es normal que tengan pocas puntuaciones, a menudo solo una. En el caso del presente inventario se obtienen dos puntuaciones directas y simples (presencia e intensidad del estrés) y una compleja e indirecta que implica la obtención de un índice compuesto (frecuencia del estrés).
- No tienen un espectro amplio de aplicaciones. En el caso del presente inventario su utilidad de aplicación está focalizada en ser un autoinforme referido exclusivamente a la variable estrés laboral en educadoras.

Por su parte Brown (1980) considera que las pruebas psicológicas pueden ser clasificadas como medidas de ejecución máxima y típica; la primera de ellas conduce normalmente a prueba de desempeño, mientras que la segunda conduce a inventarios de personalidad. En el caso del presente instrumento se considera como un inventario autoinformado de ejecución típica ya que se dan las instrucciones, a los potenciales respondientes, para que informen sobre sus conductas o reacciones espontáneas o comunes.

Criterios de calidad

Usualmente se considera que la calidad de la información, proporcionada por el encuestado en el autoinforme, depende de una serie de factores:

- que el sujeto encuestado haya tenido la oportunidad de realizar (y haya realizado o pueda realizar, de hecho) la auto-observación en la que basará su informe;
- del tiempo transcurrido entre el hecho por el que se pregunta y el momento del informe;
- de la claridad de los referentes de la información que se le pide.

En el primer punto se menciona que el sujeto tiene que haber realizado, o estar en condiciones de realizar, la auto-observación en la que basará su informe.

Ahora bien, esto no es posible si:

- el informe que se pide se refiere a aspectos de sí mismo, o de su conducta, que no son accesibles a su observación o de los que no tienen ninguna conciencia, como es el caso de procesos automáticos;
- la información que se le pide se refiere a un hecho pasado que el sujeto, por cualquier razón, no observó en el momento de producirse. En este caso, el informe retrospectivo que podamos obtener será probablemente una reconstrucción muy marcada por características subjetivas;
- la información que se pide se refiere a hechos no experimentados por el sujeto, es decir, hipotéticos. En este caso, el informe que el sujeto encuestado puede dar será también hipotético.

En el caso de la presente investigación no se encuentra presente ninguna de estas limitantes, ya que los tres componentes del estrés, sobre los que versa el instrumento, son accesibles a la auto-observación, se refieren a hechos presentes y no son hipotéticos.

Con relación al tiempo transcurrido entre observación e información, la diferencia más clara radica en si el autoinforme es simultáneo o inmediato al suceso sobre el que se informa o bien existe un lapso de tiempo entre ambos o, en otros términos, si se trata de tareas de recuerdo inmediato o a largo plazo. Está claro que, en el segundo caso, la probabilidad de distorsión será mayor y que ésta se incrementará con el tiempo transcurrido. A la inversa, cabe esperar que sean más exactos los informes que se piden simultánea o inmediatamente después de la realización de una tarea, que los informes retrospectivos o referidos a sucesos

no anclados en el tiempo, como es el caso de los autoinformes generales. En el caso de la presente investigación el informe se pide simultáneamente al hecho acontecido.

En el rubro referido a la claridad de la información se considera que la información será más exacta cuando se pregunte por situaciones concretas en una situación y un momento temporal bien definidos.

En el caso de la presente investigación, además de tomar como base el vocabulario expresado por las propias educadoras en el estudio precedente, se han integrado entre paréntesis, cuando se ha considerado conveniente, aclaraciones o ejemplos de las conductas que se están preguntando para facilitar su comprensión, p. ej. el trabajo administrativo (llenado de papelería, planes de clase, diarios, expedientes, etc.)

Procedimiento

La presente investigación se desarrolló con base en el siguiente procedimiento:

1.- Se construyó el Inventario SISCO para el estudio del estrés laboral en las educadoras tomando todas las respuestas proporcionadas por las educadoras en el estudio cualitativo precedente.

2.- Se aplicó el Inventario a una muestra no probabilística de docentes de educación preescolar de la ciudad de Durango.

3.- Se construyó la base de datos en el programa SPSS versión 15.

4.- Se realizó una primera etapa de análisis consistente en: a) se obtuvo la media, que posteriormente se transformó en porcentaje, de cada uno de los ítems que conforman las tres últimas secciones del inventario (estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento), y b) se aplicó la clave de criterio empírico $p > 25\%$ para determinar los ítems que quedaban en la segunda versión; mediante este criterio se eliminaron cinco ítems de la primera versión, quedando la segunda versión compuesta por 57 ítems.

5.- Se realizó una segunda etapa de análisis, a esta segunda versión del inventario, a través de los siguientes procedimientos: a) se obtuvo la confiabilidad general del inventario y de cada una de las tres últimas secciones o dimensiones del mismo, así como la confiabilidad del inventario en caso de eliminar un ítem en particular, b) se realizó el análisis de consistencia interna, y c) se realizó el análisis de grupos contrastados

Para este conjunto de análisis se tomó la siguiente regla decisión: si un ítem presentaba problemas en la confiabilidad del inventario en caso de eliminar ese ítem y/o del análisis de consistencia interna y/o del análisis de grupos contrastados (dos de tres) el ítem se eliminaba y ya no se integraba al análisis factorial.

Con base en los resultados obtenidos, y considerando esta regla de decisión, no fue necesario eliminar ningún ítem, por lo que la segunda versión del instrumento pasó intacta al Análisis Factorial Exploratorio.

6.- Se realizó una tercera etapa mediante el Análisis Factorial Exploratorio. Para este análisis se tomó la siguiente regla de decisión: si un ítem no presentaba

una comunalidad superior a .3 y una vez identificado los factores no presentaba, por lo menos en uno de los factores, una carga superior a .35 se eliminaría.

Con base en los resultados obtenidos, y considerando esta regla de decisión, fue necesario eliminar dos ítems, por lo que la tercera y última versión del inventario queda constituida por 55 ítems (ver ficha técnica).

7.- Para finalizar se presentan los datos descriptivos de la población encuestada con base en la última versión del Inventario.

Análisis de resultados

El análisis de resultados se realizó con el programa SPSS versión 15 de acuerdo a las siguientes indicaciones:

- En el paso cuatro y siete se obtuvo la media aritmética para cada ítem.
- Para la obtención de la confiabilidad se aplicó el alfa de Cronbach.
- En el análisis de consistencia interna se utilizó el coeficiente r de Pearson y en el análisis de grupos contrastados se utilizó la t de Student; en ambos casos la regla de decisión fue $p < .05$.
- En el Análisis Factorial Exploratorio se establecieron a priori tres factores obtenidos del modelo teórico que sustenta la construcción del cuestionario y se utilizó el Método de Rotación Varimax.

RESULTADOS

Primera etapa de análisis: la aplicación de la clave de criterio empírico

El primer análisis realizado, a la base de datos construida, fue la obtención de la media aritmética que posteriormente se transformó en porcentaje, redondeado a partir de .5 (tabla 1). A partir de estos porcentajes se aplicó la regla $p > 25\%$ para determinar los ítems que quedaban en la segunda versión.

Tabla 1. Porcentaje de frecuencia de cada uno de los ítems que conforman las tres dimensiones constituyentes del Inventario SISCO (primera parte)

Estresores	Porcentaje
El trabajo administrativo	47%
Problemas personales y/o laborales con mis compañeras de trabajo	31%
Dificultades con las madres de familia	24%
La asistencia a los cursos de Carrera Magisterial	48%
La indisciplina de los alumnos	32%
No lograr los objetivos planeados	45%
La supervisión de las autoridades	41%
La sobrecarga de trabajo	52%
Falta de materiales didácticos	39%
El examen de Carrera Magisterial	52%
Lo numeroso del grupo	33%
La organización del tiempo escolar	33%
La aplicación de nuevas metodologías	41%
La falta de apoyo de otros maestros	35%
La acumulación de trabajo	47%
Organización de festivales	33%

Tabla 1. Porcentaje de frecuencia de cada uno de los ítems que conforman las tres dimensiones constituyentes del Inventario SISCO (segunda parte)

Estresores	Porcentaje
Las interrupciones de clase	33%
La evaluación de los alumnos	47%
La organización de las actividades a trabajar	38%
Mis expectativas laborales no cumplidas	43%
El poco o nulo avance de los niños	41%
Realización de actividades extraclase	41%
Síntomas	Porcentaje
Dolor de cabeza o migraña	40%
Trastornos en el sueño	28%
Fatiga	41%
Problemas de presión	31%
Dolor en el cuello	39%
Problemas digestivos	35%
Temblores	17%
Angustia	34%
Tristeza	30%
Desesperación	31%
Problemas de concentración	34%
Ansiedad	33%
Bloqueo mental	22%
Mal humor	30%
Poca tolerancia hacia los demás	30%
Flojera	28%
Falta o aumento de apetito	31%
Irritabilidad	28%
Mantenerse callado	28%
Pelear con otros	23%
Estrategias de Afrontamiento	Porcentaje
Salir a caminar o hacer ejercicio	41%
Escuchar música	51%
Pensar de manera positiva	59%
No pensar en lo que me estresa	49%
Leer sobre lo que me estresa y aplicar las soluciones propuestas	42%
Solicitarle ayuda a otras personas	48%
Relajarme o tratar de tranquilizarme	61%
Detectar o identificar el problema que lo causa	62%
Distraerme haciendo otras cosas	58%
Tratar de solucionar el problema	63%
Tomar medicamentos	31%
Darme ánimos	60%
Bañarme con agua fría	22%
Hablar del problema con otras personas	48%
Desahogarme gritando o llorando	32%
Rezar o leer la Biblia	45%
Tratar de controlarme	56%
Descansar	57%

Como se puede observar fueron eliminados cinco ítems: un estresor (Dificultades con las madres de familia), tres síntomas (Temblores, Bloqueo Mental y Pelear con otros) y una estrategia de afrontamiento (Bañarme con agua fría). Por lo tanto la segunda versión del Inventario SISCO para el estudio del estrés laboral en educadoras quedó constituido por 57 ítems distribuidos de la siguiente manera (ver anexo 4):

- Un ítem de filtro
- Un ítem para identificar la intensidad del estrés.
- 21 ítems para identificar la frecuencia con que cada una de las demandas laborales enunciadas es valorada como estresor por el encuestado.
- 17 ítems para identificar la frecuencia con que se presentan cada uno de los síntomas enunciados cuando está estresado el encuestado.
- 17 ítems para identificar la frecuencia con que el encuestado usa las estrategias de afrontamiento enunciadas, al estar estresado.

Segunda etapa de análisis: confiabilidad y análisis de consistencia interna y de grupos contrastados

a) Confiabilidad

El primer análisis realizado a la segunda versión del Inventario SISCO para el estudio del estrés laboral en las educadoras fue la obtención de la confiabilidad.

La confiabilidad general de esta segunda versión es de .94 en alfa de cronbach; Por su parte la dimensión estresores presenta una confiabilidad de .93 en alfa de cronbach, la dimensión síntomas presenta un confiabilidad de .90 en alfa de cronbach y la dimensión estrategias de afrontamiento presenta una confiabilidad de .87 en alfa de cronbach.

La confiabilidad del inventario, en caso de eliminar alguno de los ítems que lo conforman, se muestra en la tabla 2. Como se puede observar la eliminación de cualquiera de los ítems que conforman el inventario no afecta la confiabilidad total del mismo.

Tabla 2. Confiabilidad del Inventario en caso de eliminar algún ítem (primera parte)

Estresores	α
El trabajo administrativo	.94
Problemas personales y/o laborales con mis compañeras de trabajo	.94
La asistencia a los cursos de Carrera Magisterial	.94
La indisciplina de los alumnos	.94
No lograr los objetivos planeados	.94
La supervisión de las autoridades	.94
La sobrecarga de trabajo	.94
Falta de materiales didácticos	.94
El examen de Carrera Magisterial	.94
Lo numeroso del grupo	.94
La organización del tiempo escolar	.94
La aplicación de nuevas metodologías	.94
La falta de apoyo de otros maestros	.94
La acumulación de trabajo	.94
Organización de festivales	.94
Las interrupciones de clase	.94
La evaluación de los alumnos	.94
La organización de las actividades a trabajar	.94
Mis expectativas laborales no cumplidas	.94
El poco o nulo avance de los niños	.94
Realización de actividades extraclase	.94

Tabla 2. Confiabilidad del Inventario en caso de eliminar algún ítem (segunda parte)

Síntomas	α
Dolor de cabeza o migraña	.94
Trastornos en el sueño	.94
Fatiga	.94
Problemas de presión	.94
Dolor en el cuello	.94
Problemas digestivos	.94
Angustia	.94
Tristeza	.94
Desesperación	.94
Problemas de concentración	.94
Ansiedad	.94
Mal humor	.94
Poca tolerancia hacia los demás	.94
Flojera	.94
Falta o aumento de apetito	.94
Irritabilidad	.94
Mantenerse callado	.94
Estrategias de Afrontamiento	α
Salir a caminar o hacer ejercicio	.94
Escuchar música	.94
Pensar de manera positiva	.94
No pensar en lo que me estresa	.94
Leer sobre lo que me estresa y aplicar las soluciones propuestas	.94
Solicitarle ayuda a otras personas	.94
Relajarme o tratar de tranquilizarme	.94
Detectar o identificar el problema que lo causa	.94
Distraerme haciendo otras cosas	.94
Tratar de solucionar el problema	.94
Tomar medicamentos	.94
Darme ánimos	.94
Hablar del problema con otras personas	.94
Desahogarme gritando o llorando	.94
Rezar o leer la Biblia	.94
Tratar de controlarme	.94
Descansar	.94

b) Análisis de consistencia interna

El segundo análisis realizado, a la segunda versión del Inventario SISCO para el estudio del estrés laboral en las educadoras, fue el de consistencia interna (tabla

3)². Como se puede observar todos los ítems se relacionan con el promedio general del inventario con un nivel de significación de .00, a excepción del síntoma “Flojera” que su nivel de significación es de .01 pero que en realidad sigue siendo significativo según la regla de decisión asumida.

Tabla 3. Nivel de significación del análisis correlacional realizado para determinar la consistencia interna (primera parte)

Estresores	Nivel de sig.
El trabajo administrativo	.00
Problemas personales y/o laborales con mis compañeras de trabajo	.00
La asistencia a los cursos de Carrera Magisterial	.00
La indisciplina de los alumnos	.00
No lograr los objetivos planeados	.00
La supervisión de las autoridades	.00
La sobrecarga de trabajo	.00
Falta de materiales didácticos	.00
El examen de Carrera Magisterial	.00
Lo numeroso del grupo	.00
La organización del tiempo escolar	.00
La aplicación de nuevas metodologías	.00
La falta de apoyo de otros maestros	.00
La acumulación de trabajo	.00
Organización de festivales	.00
Las interrupciones de clase	.00
La evaluación de los alumnos	.00
La organización de las actividades a trabajar	.00
Mis expectativas laborales no cumplidas	.00
El poco o nulo avance de los niños	.00
Realización de actividades extraclase	.00
Síntomas	Nivel de sig.
Dolor de cabeza o migraña	.00
Trastornos en el sueño	.00
Fatiga	.00
Problemas de presión	.00
Dolor en el cuello	.00
Problemas digestivos	.00
Angustia	.00
Tristeza	.00
Desesperación	.00
Problemas de concentración	.00

² Para la realización de este tipo de análisis se siguieron las indicaciones de Salkind (1999)

Tabla 3. Nivel de significación del análisis correlacional realizado para determinar la consistencia interna (segunda parte)

Síntomas	Nivel de sig.
Ansiedad	.00
Mal humor	.00
Poca tolerancia hacia los demás	.00
Flojera	.01
Falta o aumento de apetito	.00
Irritabilidad	.00
Mantenerse callado	.00
Estrategias de Afrontamiento	Nivel de sig.
Salir a caminar o hacer ejercicio	.00
Escuchar música	.00
Pensar de manera positiva	.00
No pensar en lo que me estresa	.00
Leer sobre lo que me estresa y aplicar las soluciones propuestas	.00
Solicitarle ayuda a otras personas	.00
Relajarme o tratar de tranquilizarme	.00
Detectar o identificar el problema que lo causa	.00
Distraerme haciendo otras cosas	.00
Tratar de solucionar el problema	.00
Tomar medicamentos	.00
Darme ánimos	.00
Hablar del problema con otras personas	.00
Desahogarme gritando o llorando	.00
Rezar o leer la Biblia	.00
Tratar de controlarme	.00
Descansar	.00

c) Análisis de grupos contrastados

El tercer análisis realizado, a la segunda versión del instrumento, fue el análisis de grupos contrastados (tabla 4)³. Como se puede observar todos los ítems, a excepción de “detectar e identificar el problema que lo causa”, permiten

³ Para la realización de este tipo de análisis se siguieron las indicaciones de Anastasi y Urbina (1998).

discriminar con un nivel de significación entre .03 y .00, entre las educadoras que presentan una frecuencia alta de estrés laboral y una frecuencia baja.

Con base en estos resultados, y considerando que para este conjunto de análisis se tomó la regla decisión de eliminar un ítem si presentaba problemas en la confiabilidad del inventario en caso de eliminar ese ítem y/o del análisis de consistencia interna y/o del análisis de grupos contrastados (dos de tres), no existe la necesidad de eliminar ningún ítem.

Tabla 4. Nivel de significación del análisis de grupos contrastados (primera parte)

Estresores	Nivel de sig.
El trabajo administrativo	.00
Problemas personales y/o laborales con mis compañeras de trabajo	.00
La asistencia a los cursos de Carrera Magisterial	.00
La indisciplina de los alumnos	.00
No lograr los objetivos planeados	.00
La supervisión de las autoridades	.00
La sobrecarga de trabajo	.00
Falta de materiales didácticos	.00
El examen de Carrera Magisterial	.00
Lo numeroso del grupo	.00
La organización del tiempo escolar	.00
La aplicación de nuevas metodologías	.00
La falta de apoyo de otros maestros	.00
La acumulación de trabajo	.00
Organización de festivales	.00
Las interrupciones de clase	.00
La evaluación de los alumnos	.00
La organización de las actividades a trabajar	.00
Mis expectativas laborales no cumplidas	.00
El poco o nulo avance de los niños	.00
Realización de actividades extraclase	.00
Síntomas	
Dolor de cabeza o migraña	.00
Trastornos en el sueño	.00
Fatiga	.00
Problemas de presión	.00
Dolor en el cuello	.00
Problemas digestivos	.01
Angustia	.00
Tristeza	.00

Tabla 4. Nivel de significación del análisis de grupos contrastados (segunda parte)

Síntomas	
Desesperación	.00
Problemas de concentración	.00
Ansiedad	.00
Mal humor	.00
Poca tolerancia hacia los demás	.00
Flojera	.03
Falta o aumento de apetito	.00
Irritabilidad	.00
Mantenerse callado	.00
Estrategias de Afrontamiento	
	Nivel de sig.
Salir a caminar o hacer ejercicio	.00
Escuchar música	.00
Pensar de manera positiva	.00
No pensar en lo que me estresa	.00
Leer sobre lo que me estresa y aplicar las soluciones propuestas	.00
Solicitarle ayuda a otras personas	.00
Relajarme o tratar de tranquilizarme	.00
Detectar o identificar el problema que lo causa	.08
Distraerme haciendo otras cosas	.00
Tratar de solucionar el problema	.00
Tomar medicamentos	.00
Darme ánimos	.00
Hablar del problema con otras personas	.00
Desahogarme gritando o llorando	.00
Rezar o leer la Biblia	.00
Tratar de controlarme	.00
Descansar	.00

Tercera etapa: el Análisis Factorial Exploratorio

Antes de realizar el Análisis Factorial Exploratorio⁴ se tomaron en consideración algunos criterios para valorar la viabilidad del mismo: la prueba de esfericidad de

⁴ En la actualidad, aun cuando los procedimientos con el Análisis Factorial Confirmatorio están muy desarrollados, todavía se sigue usando el Análisis Factorial Exploratorio con fines confirmatorios. Bajo esta perspectiva, el Análisis Factorial Exploratorio, implica tener en cuenta una estructura factorial basada en una teoría sustantiva, en este caso un modelo conceptual, y aplicar el análisis factorial en una muestra de datos para comprobar si la estructura resultante es coincidente o no con la estructura teórica. Autores como Pérez-Gil, Chacón y Moreno (2000) avalan esta postura.

Bartlett fue significativa en .000, y el test KMO de adecuación de la muestra alcanzó un valor .696. Estos valores indicaron que era pertinente realizar un análisis factorial de la matriz de correlaciones (Visauta & Martori, 2005). Así mismo, se realizó una estimación de las comunalidades de los ítems que constituyen el inventario, mediante el método de extracción denominado componentes principales, sus resultados se pueden observar en la tabla 5.

Tabla 5. Comunalidades por ítems (primera parte)

Estresores	Inicial	Extraído
El trabajo administrativo	1.000	,492
Problemas personales y/o laborales con mis compañeras de trabajo	1.000	,308
La asistencia a los cursos de Carrera Magisterial	1.000	,231
La indisciplina de los alumnos	1.000	,415
No lograr los objetivos planeados	1.000	,528
La supervisión de las autoridades	1.000	,415
La sobrecarga de trabajo	1.000	,451
Falta de materiales didácticos	1.000	,443
El examen de Carrera Magisterial	1.000	,388
Lo numeroso del grupo	1.000	,551
La organización del tiempo escolar	1.000	,394
La aplicación de nuevas metodologías	1.000	,559
La falta de apoyo de otros maestros	1.000	,409
La acumulación de trabajo	1.000	,482
Organización de festivales	1.000	,595
Las interrupciones de clase	1.000	,667
La evaluación de los alumnos	1.000	,683
La organización de las actividades a trabajar	1.000	,479
Mis expectativas laborales no cumplidas	1.000	,505
El poco o nulo avance de los niños	1.000	,398
Realización de actividades extraclase	1.000	,334
Síntomas	Inicial	Extraído
Dolor de cabeza o migraña	1.000	,399
Trastornos en el sueño	1.000	,457
Fatiga	1.000	,454
Problemas de presión	1.000	,423
Dolor en el cuello	1.000	,277
Problemas digestivos	1.000	,318
Angustia	1.000	,494
Tristeza	1.000	,310
Desesperación	1.000	,626
Problemas de concentración	1.000	,423

Tabla 5. Comunalidades por ítems (segunda parte)

Síntomas	Inicial	Extraído
Ansiedad	1.000	,554
Mal humor	1.000	,571
Poca tolerancia hacia los demás	1.000	,673
Flojera	1.000	,346
Falta o aumento de apetito	1.000	,250
Irritabilidad	1.000	,533
Mantenerse callado	1.000	,282
Estrategias de Afrontamiento	Inicial	Extraído
Salir a caminar o hacer ejercicio	1.000	,366
Escuchar música	1.000	,344
Pensar de manera positiva	1.000	,468
No pensar en lo que me estresa	1.000	,519
Leer sobre lo que me estresa y aplicar las soluciones propuestas	1.000	,519
Solicitarle ayuda a otras personas	1.000	,391
Relajarme o tratar de tranquilizarme	1.000	,538
Detectar o identificar el problema que lo causa	1.000	,543
Distraerme haciendo otras cosas	1.000	,551
Tratar de solucionar el problema	1.000	,556
Tomar medicamentos	1.000	,163
Darme ánimos	1.000	,537
Hablar del problema con otras personas	1.000	,269
Desahogarme gritando o llorando	1.000	,399
Rezar o leer la Biblia	1.000	,392
Tratar de controlarme	1.000	,469
Descansar	1.000	,438

Para efecto del presente análisis se consideraron como ítems aceptables aquellos que presentaron comunalidades superiores a .3 (Pardo & Ruiz, 2002), en ese sentido se consideraron inaceptables los siguientes ítems:

- La asistencia a los cursos de Carrera Magisterial
- Dolor en el cuello
- Falta o aumento de apetito
- Mantenerse callado
- Tomar medicamentos
- Hablar del problema con otras personas

Por su parte, en el análisis factorial se empleó el método de Componentes Principales con rotación Varimax que permitió identificar tres componentes (tabla 6) que explican el 44% de la varianza total.

Todos los ítems pudieron ser ubicados en alguno de los componentes al tener saturaciones mayores a .35 (Moral de la Rubia, 2006), a excepción del ítem “Asistir a cursos de Carrera Magisterial”. Solamente un ítem (La acumulación de trabajo) presentó saturación ambigua y se resolvió ubicando al ítem en el componente donde teóricamente le correspondía. En tres ítems (Problemas personales y/o laborales con mis compañeras de trabajo, Angustia y Tomar medicamentos) la saturación mayor se dio en una dimensión diferente a la que teóricamente le correspondía.

Tabla 6. Matriz Factorial de los ítems que conforman el inventario (primera parte)

Estresores	1	2	3
El trabajo administrativo	,517		
Problemas personales y/o laborales con mis compañeras de trabajo		,489	
La asistencia a los cursos de Carrera Magisterial	,336		
La indisciplina de los alumnos	,598		
No lograr los objetivos planeados	,726		
La supervisión de las autoridades	,623		
La sobrecarga de trabajo	,521		
Falta de materiales didácticos	,664		
El examen de Carrera Magisterial	,596		
Lo numeroso del grupo	,651		
La organización del tiempo escolar	,611		
La aplicación de nuevas metodologías	,699		
La falta de apoyo de otros maestros	,614		
La acumulación de trabajo	,442		
Organización de festivales	,660		
Las interrupciones de clase	,790		
La evaluación de los alumnos	,793		
La organización de las actividades a trabajar	,647		
Mis expectativas laborales no cumplidas	,682		
El poco o nulo avance de los niños	,612		

Tabla 6. Matriz Factorial de los ítems que conforman el inventario (segunda parte)

Estresores	1	2	3
Realización de actividades extraclase	,524		
Síntomas	1	2	3
Dolor de cabeza o migraña	,515		
Trastornos en el sueño	,636		
Fatiga	,599		
Problemas de presión	,621		
Dolor en el cuello	,399		
Problemas digestivos	,536		
Angustia	,603		
Tristeza	,533		
Desesperación	,720		
Problemas de concentración	,621		
Ansiedad	,665		
Mal humor	,736		
Poca tolerancia hacia los demás	,801		
Flojera	,558		
Falta o aumento de apetito	,391		
Irritabilidad	,717		
Mantenerse callado	,456		
Estrategias de Afrontamiento	1	2	3
Salir a caminar o hacer ejercicio	,444		
Escuchar música	,446		
Pensar de manera positiva	,558		
No pensar en lo que me estresa	,664		
Leer sobre lo que me estresa y aplicar las soluciones propuestas	,521		
Solicitarle ayuda a otras personas	,482		
Relajarme o tratar de tranquilizarme	,732		
Detectar o identificar el problema que lo causa	,731		
Distraerme haciendo otras cosas	,603		
Tratar de solucionar el problema	,727		
Tomar medicamentos	,374		
Darme ánimos	,714		
Hablar del problema con otras personas	,469		
Desahogarme gritando o llorando	,567		
Rezar o leer la Biblia	,431		
Tratar de controlarme	,551		
Descansar	,602		

Con base en estos resultados, y considerando que la regla de decisión para este análisis era que si un ítem no presentaba una comunalidad superior a .3 y una vez identificado los factores no presentaba, por lo menos en uno de los

factores, una carga superior a .35 se eliminaría, se decide eliminar los siguientes ítems: “La asistencia a los cursos de Carrera Magisterial” y “Tomar medicamentos”. Por lo que la tercera versión, y definitiva del Inventario SISCO para el estudio del estrés laboral en las educadoras, queda conformado por 55 ítems.

Perfil descriptivo de la población encuestada

El 91% de las educadoras encuestadas reporta haber presentado estrés laboral durante el transcurso del ciclo escolar en que se aplicó el cuestionario. Así mismo reportan que ese estrés se presenta con un 60% de intensidad.

Con relación a los estresores (tabla 7) las educadoras encuestadas informan que lo que más las estresa es “La sobrecarga de trabajo”, “El examen de Carrera Magisterial” y “La evaluación de los alumnos”, mientras que lo que menos las estresa son “Problemas personales y/o laborales con sus compañeras de trabajo”, “La indisciplina de los alumnos” y “La organización del tiempo escolar”.

Cuando están estresadas las educadoras reportan que los síntomas que presentan con mayor frecuencia (tabla 7) son: “La fatiga”, “Dolor de cabeza o migraña” y “Dolor en el cuello”, mientras que los que presentan con menos frecuencia son: “Mantenerse callado”, “Trastornos en el sueño”, “Flojera” e “Irritabilidad”.

Ante esta situación estresante las educadoras informan que las estrategias de afrontamiento que más utilizan son: “Tratar de solucionar el problema”,

“Detectar o identificar el problema que lo causa” y “Relajarse o tratar de tranquilizarse”, mientras que las estrategias que utiliza con menos frecuencia son: “Desahogarse gritando o llorando”, “salir a caminar o hacer ejercicio” y “Leer sobre lo que le estresa y aplicar las soluciones propuestas”.

Tabla 7. Media aritmética de cada uno de los ítems que conforman el inventario (primera parte)

Estresores	Media
El trabajo administrativo	1,41
<i>Problemas personales y/o laborales con mis compañeras de trabajo</i>	,94
<i>La indisciplina de los alumnos</i>	,98
No lograr los objetivos planeados	1,35
La supervisión de las autoridades	1,23
La sobrecarga de trabajo	1,58
Falta de materiales didácticos	1,18
El examen de Carrera Magisterial	1,58
Lo numeroso del grupo	1,01
<i>La organización del tiempo escolar</i>	,99
La aplicación de nuevas metodologías	1,24
La falta de apoyo de otros maestros	1,05
La acumulación de trabajo	1,42
Organización de festivales	1,01
Las interrupciones de clase	1,00
La evaluación de los alumnos	1,44
La organización de las actividades a trabajar	1,16
Mis expectativas laborales no cumplidas	1,31
El poco o nulo avance de los niños	1,23
Realización de actividades extraclase	1,23
Síntomas	Media
Dolor de cabeza o migraña	1,20
<i>Trastornos en el sueño</i>	,84
Fatiga	1,23
Problemas de presión	,94
Dolor en el cuello	1,19
Problemas digestivos	1,06
Angustia	1,03
Tristeza	,91
Desesperación	,93
Problemas de concentración	1,02
Ansiedad	1,01
Mal humor	,91
Poca tolerancia hacia los demás	,89

Tabla 7. Media aritmética de cada uno de los ítems que conforman el inventario
(segunda parte)

Síntomas	Media
<i>Flojera</i>	,85
Falta o aumento de apetito	,93
<i>Irritabilidad</i>	,85
<i>Mantenerse callado</i>	,84
Estrategias de Afrontamiento	Media
<i>Salir a caminar o hacer ejercicio</i>	1,25
Escuchar música	1,55
Pensar de manera positiva	1,80
No pensar en lo que me estresa	1,47
<i>Leer sobre lo que me estresa y aplicar las soluciones propuestas</i>	1,28
Solicitarle ayuda a otras personas	1,46
Relajarme o tratar de tranquilizarme	1,84
Detectar o identificar el problema que lo causa	1,88
Distraerme haciendo otras cosas	1,75
Tratar de solucionar el problema	1,91
Darme ánimos	1,82
Hablar del problema con otras personas	1,44
<i>Desahogarme gritando o llorando</i>	,97
Rezar o leer la Biblia	1,35
Tratar de controlarme	1,70
Descansar	1,74

COMENTARIOS

La construcción y validación de un instrumento es una de las principales tareas que debe asumir un investigador que ha comprometido su actividad investigativa al desarrollo del campo de estudio objeto de su investigación.

El diseño de un instrumento siempre responderá a un concepto, el que a su vez constituye la columna vertebral de la teoría donde se encuentra inmerso; siendo el desarrollo de dicha teoría el motor que mueve el cambio científico. Si el reconocimiento de esta situación le otorga valor al hecho de contruir y validar un instrumento, en el campo de estudio del estrés este valor se incrementa substancialmente al ser uno de los campos de estudio donde se aprecia de manera más palpable la falta de consolidación de los conceptos involucrados.

El autor de este libro ha asumido el reto de construir un modelo teórico-conceptual sobre el estrés y, como actividad inherente, se ha visto involucrado en la tarea de diseñar y validar los instrumentos que confirmen empíricamente el constructo realizado. El antecedente inmediato de esta labor la tenemos en la construcción y validación del Inventario SISCO para el estudio del Estrés Académico y del Inventario del Estrés de Examen, estando ambos instrumentos enfocados a la población estudiantil.

Ahora, en el presente libro, el autor asume el reto de construir y validar un instrumento enfocado al estrés laboral de las educadoras. A partir del análisis realizado a los resultados obtenidos en la presente investigación se puede concluir que el Inventario SISCO para el estudio del Estrés Laboral en las Educadoras (SISCO-ELE) presenta las siguientes propiedades psicométricas:

a) Confiabilidad: El Inventario SISCO-ELE presenta una confiabilidad de .94 en Alfa de Cronbach; este resultado puede ser valorado como muy bueno según la escala de valoración propuesta por De Vellis (en García, 2006).

b) Análisis de consistencia interna: los resultados obtenidos en el análisis correspondiente permitieron reconocer que todos los ítems se correlacionaron positivamente (con un nivel de significación de .00 y .01) con el puntaje global obtenido por cada encuestado; este resultado permite confirmar la homogeneidad del proceso de medición desarrollado a través del Inventario SISCO-ELE.

c) Análisis de grupos contrastados: los resultados obtenidos muestran que todos los ítems permiten discriminar (con un nivel de significación entre .00 y .03) entre los grupos que reportan un alto y bajo nivel de estrés laboral; a partir de este resultado se puede afirmar la direccionalidad única de los ítems que componen el Inventario SISCO-ELE.

d) Análisis Factorial: los resultados obtenidos permiten identificar tres dimensiones del Inventario SISCO-ELE que explican el 44% de la varianza total. La primera dimensión se refiere a los estresores (Alfa de Cronbach de .93), la segunda a los síntomas (Alfa de Cronbach de .90) y la tercera se refiere a las

estrategias de afrontamiento (Alfa de Cronbach de .88)⁵. La existencia de estas tres dimensiones permite confirmar la estructura tridimensional del modelo teórico asumido para conceptualizar el estrés laboral de las educadoras.

La aplicación de este instrumento permitió establecer el siguiente perfil descriptivo de las educadoras encuestadas:

El 91% de las educadoras encuestadas reporta haber presentado estrés laboral durante el transcurso del ciclo escolar en que se aplicó el cuestionario. Este resultado difiere del reportado por Shuyuan (2009) quien afirma que solamente el 75% de las educadoras reportaban la presencia del estrés laboral. Así mismo reportan que este estrés se presenta con un 60% de intensidad, el cual interpretado a partir de un baremo de tres valores (de 0 a 33 estrés leve, de 34 a 66 estrés moderado y de 67 a 100 estrés profundo) permite afirmar que las educadoras presentan un estrés laboral moderado. En este punto se coincide con Pan (2008) y Shuyuan (2009).

Las situaciones laborales que más las estresan son: “La sobrecarga de trabajo”, “El examen de Carrera Magisterial” y “La evaluación de los alumnos”; con relación al primer estresor se coincide con Pan (2008) y Shuyuan (2009). Mientras que lo que menos las estresa es “Problemas personales y/o laborales con sus compañeras de trabajo”, “la indisciplina de los alumnos” y “La organización del tiempo escolar”. En este punto se difiere de Teng (2009) quien reporta estas situaciones entre las que causan mayor estrés a las educadoras.

⁵ En esta tercera versión del Inventario SISCO-ELE solamente la confiabilidad de la dimensión estrategias de afrontamiento se vio afectada, ganando una centésima al subir de .87 a .88. El resto de las dimensiones, así como la confiabilidad general, se mantuvieron igual.

Cuando están estresadas las educadoras reportan que los síntomas que presentan con mayor frecuencia son: "La fatiga", "Dolor de cabeza o migraña" y "Dolor en el cuello"; en este aspecto se coincide con Tsai, Fung y Chow (2006) que reconocen a la fatiga como uno de los principales síntomas del estrés laboral de las educadoras. Mientras que los que presentan con menos frecuencia son: "Mantenerse callado", "Trastornos en el sueño", "Flojera" e "Irritabilidad".

Ante esta situación estresante las educadoras informan que las estrategias de afrontamiento que más utilizan son: "Tratar de solucionar el problema", "Detectar o identificar el problema que lo causa" y "Relajarse o tratar de tranquilizarse"; con relación a las dos primeras estrategias de afrontamiento se coincide parcialmente con Teng (2009) quien afirma que una de las principales estrategias de afrontamiento utilizadas por las educadoras es la racionalización del problema. Mientras que las estrategias que utiliza con menos frecuencia son: "Desahogarse gritando o llorando", "salir a caminar o hacer ejercicio" y "Leer sobre lo que le estresa y aplicar las soluciones propuestas".

A manera de cierre, y tomando en consideración que esta es una validación inicial del inventario, se recomienda continuar su proceso de validación en poblaciones más amplias y, a su vez, avanzar en la consolidación de un perfil descriptivo del estrés laboral de las educadoras.

REFERENCIAS

- American Psychological Association, American Educational Research Association, and National Council on Measurement in Education (1974). *Standards for educational and psychological test*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Anastasi, A. & Urbina, S. (1998). *Test psicológicos*. México: Prentice Hall.
- Arvagues, M. L.; Borda, M. & López, A. M. (2010). Condiciones de trabajo, burnout y síntomas de estrés en profesores universitarios: Validación de un modelo estructural del efecto mediador de competencia personal percibida. *The Spanish Journal of Psychology*. 13(1), 284-296.
- Barraza A. (2006), Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico, *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9. (3), 110-129.
- Berrocal, C. (2000). La hoguera de las ansiedades, aspectos psicosociales del estar quemad@, *Acciones e Investigaciones Sociales*. 10, 83-112.
- Bertalanfy, L. V. (1991). *Teoría general de Sistemas*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Brown, F. G. (1980). *Principios de la medición en psicología y educación*. México: El Manual moderno.

- Cladellas, R. & Castelló, A. (2011). Percepción del estado de salud y estrés, de profesorado universitario, en relación con la franja horaria de docencia. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 9(1), 217-240.
- Cohen S. y Lazarus R. S. (1979). Coping with the stresses of illness. en Stone G. C., Cohen S. y Adler N. E. (Eds), *Health Psychology: a handbook* San Francisco: Jossey-Bass.
- Darmody, M. & Smyth, E. (2011). *Job satisfaction and occupational stress among primary school teachers and school principals in ireland*. Recuperado el 25 de noviembre de 2011 de <http://www.tara.tcd.ie/bitstream/2262/57426/1/Job%20Satisfaction%20and%20Occupational%20Stress%20among%20Primary%20School%20Teachers%20and%20School%20Principals%20in%20Ireland.pdf>
- Franco, C.; Mañas, I. & Justo, E. (2009). Reducción de los niveles de estrés, ansiedad y depresión en docentes de educación especial. *Revista Educación Inclusiva*, 2(3),11-22.
- García, C. H. (2006). La medición en ciencias sociales y en la psicología. En R. Landeros & M. González (comp.), *Estadística con SPSS y metodología de la investigación*, (pp. 139-166). México: Trillas.
- Gómez, J. y Hidalgo, M. D. (2005). La validez de los test, escalas y cuestionarios. *Revista Electrónica "La sociología en sus Escenarios"*, 12, 1-14 (paginación independiente).

- Gutiérrez, P.; Morán, S. y Sanz, I. (2005). Estrés docente: elaboración de la Escala ED-6 para su evaluación. *Revista Electrónica de Investigación y Evaluación Educativa, RELIEVE, 11(1)*, 47-61.
- Hernández, R.; Fernández C. y Baptista P. (1998). *Metodología de la investigación*. México: Mc Graw hill.
- Hogan, T. P. (2004). *Pruebas psicológicas*. México: El Manual Moderno.
- Karasek, R. (1979). Job demands, job decision latitude and mental strain implications for job redesign. *Administrative Science Quarterly, 24*, 285-306.
- Karasek, R. (2001). El modelo de demandas/control: enfoque social, emocional y fisiológico del riesgo de estrés y desarrollo de comportamientos activos. *Enciclopedia de Salud y Seguridad en el Trabajo, 2(34)*, 6-15.
- Kyriacou, C. (2003). *Antiestrés para profesores*. Barcelona, España: Octaedro.
- Lazarus, R. S. (2000). *Estrés y emoción. Manejo e implicaciones en nuestra salud*. Bilbao, España: Desclée De Brouwer.
- Lazarus, R. S. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona, España: Martínez Roca.
- León, J. M. & Arvagues, M. L. (2007). Evaluación del estrés laboral del personal universitario. *MAPFRE Medicina, 18(4)*, 323-332.
- León, J. M.; Cantero, F. J. y León, J. M. (2011). Diferencias del rol desempeñado por la autoeficacia en el burnout percibido por el personal universitario en función de las condiciones de trabajo. *Anales de Psicología, 27(2)*, 518-526

- Lin, Y. (2010). *A Study on Work Stress, Social Support and Life Satisfaction of the Kindergarten Teachers*. Abstract available in NHU eThesys. Recuperado el 15 de noviembre de 2011 de http://libserver2.nhu.edu.tw/ETD-db/ETD-search/view_etd?URN=etd-0415111-231836
- Manas, I.; Franco, C. y Justo, E. (2011). Reducción de los niveles de estrés docente y los días de baja laboral por enfermedad en profesores de educación secundaria obligatoria a través de un programa de entrenamiento en mindfulness. *Clínica y Salud*, 22(2), 121-137.
- Messick, S. (1995). Standards of validity and the validity of standards in performance assessment. *Educational measurement: Issues and Practice*, 14, 5-8.
- Montero, I. & León, O. (2005). Sistema de clasificación del método en los informes de investigación en psicología. *Internacional Journal of Clinical and Health Psychology*, 5(1), 115-127. Recuperado el 12 de enero de 2009, de http://www.aepc.es/ijchp/articulos_pdf/ijchp-136.pdf.
- Oramas, A.; Almirall, P. J. & Fernández, I. (2007). Estrés laboral y el síndrome de burnout en docentes venezolanos. *Salud de los Trabajadores*, 15(2), 71-88.
- Oramas, A.; Rodríguez, R.; Almirall, P. J.; Huerta, J. y Vergara, A. (2003). Algunas causas de estrés psicológico en maestros del municipio Arroyo Naranjo, Cuba. *Revista Cubana de Salud y Trabajo*, 4(1-2), 8-12
- Pan, S. (2008). *A study on kindergarten teachers' job stress and job burnout*. Abstract available in MCU eThesys. Recuperado el 11 de noviembre de

2010 de http://ethesys.lib.pu.edu.tw/ETD-db/ETD-search/view_etd?URN=etd-0112109-165455

Pardo, C. A. (2006). *Hablemos de validez*. Taller del Instituto Colombiano para el Fomento de la Educación Superior. Recuperado el 15 de octubre de 2011 de <http://w3.icfes.gov.co:8080/seminariointernacional/ktmlite/files/uploads/CARLOS%20PARDO%20-%20ICFES.pdf>

Pardo, C. A. y Ruiz M. A. (2002). *SPSS 11. Guía para el análisis de datos*. Madrid, España: Mc Graw Hill.

Pérez-Gil, J. A.; Chacón, S. y Moreno, R. (2000). Validez de constructo: el uso del análisis factorial exploratorio-confirmatorio para obtener evidencias de validez. *Psicothema*, 12(2), 442-446.,

Salkind, J. (1999). *Métodos de Investigación*. México: Prentice Hall.

Shuyuan, R. (2009). A research on stress and stress management strategy of preschool teachers in the Zhujiang Delta. *Early Childhood Education*, 18. Abstract disponible en http://en.cnki.com.cn/Article_en/CJFDTOTAL-YEJY200918011.htm

Teng, W. (2009). *A study on the working stress and the coping strategy of three kindergarten teachers*. Abstract available in MCU eThesys. Recuperado el 11 de noviembre de 2010 de http://ethesys.lib.mcu.edu.tw/ETD-db/ETD-search/view_etd?URN=etd-0830110-161536

Theorell T. y Karasek R. (1996), Currents issues relating to psychosocial job strain and cardiovascular disease research, *Journal of Occupational Health Psychology*, 1(1), 9-26

Tsai, E.; Fung, L. & Chow, L. (2006). Sources and manifestations of stress in female kindergarten teachers. *International Education Journal*, 7(3), 364-370.

Vale, J. (2010). *O descontentamento e o desgaste profissional dos professores dos ensinos básico e secundário*. Avaliação e Currículo: Actas do 22º Colóquio Internacional da Admee-Europe. Recuperado el 22 de noviembre de 2011 de http://webs.iep.uminho.pt/admee/pt/actas/ActasFinal_PDF/61_T7_C6Quaresma.pdf

Visauta, B. y Martori, J. C. (2005). *Análisis estadístico con SPSS para Windows*. México: Mc Graw Hill.

Noticias:

Bruselas pide medidas contra el estrés laboral, *El mundo*, 24 de febrero de 2011

Ocupa México el segundo lugar en estrés laboral, *El Norte*, 27 de diciembre

ANEXO UNO

Inventario de Estrés para Maestros

Ítems
1. Pobres perspectivas de promoción profesional
2. Alumnado difícil
3. Falta de reconocimiento a la buena enseñanza
4. Responsabilidad con los estudiantes (con el éxito en los exámenes, etc.)
5. Bullicio de los alumnos
6. Períodos de receso muy cortos
7. Pobre disposición al trabajo por parte de los alumnos
8. Salario inadecuado
9. Mucho trabajo para hacer
10. Tener un alumnado numeroso
11. Mantener la disciplina en la clase
12. Trabajo burocrático/administrativo (llenar informes)
13. Presión por parte de los padres
14. Programas mal definidos o poco detallados
15. Falta de tiempo para atender a los alumnos individualmente
16. Déficit de recursos materiales y escasez de equipos y de facilidades para el trabajo
17. Actitudes y comportamientos de otros maestros
18. Comportamiento descortés o irrespetuoso de los alumnos
19. Presiones de los superiores
20. Tener estudiantes extras por ausencia de maestros

Fuente: Oramas. Rodríguez, Almirall, Huerta y Vergara (2003)

ANEXO DOS

Escala ED-6

Ítems
Me cuesta tranquilizarme tras los contratiempos laborales
Recurso al consumo de sustancias (tila, fármacos, etc.) para aliviar mi malestar.
Al pensar en el trabajo me pongo intranquilo.
Me paso el día pensando en cosas del trabajo.
Me acelero con cuestiones laborales que realmente no son tan urgentes.
En muchos momentos de la jornada laboral me noto tenso.
La tensión del trabajo está alterando mis hábitos de sueño.
Me perturba estar expuesto a cambios en el trabajo sobre los que no tengo ningún control.
Me cuesta concentrarme cuando me pongo a trabajar
La tensión laboral hace que visite el baño con más frecuencia de la normal.
Creo que los problemas laborales están afectando mi estado de salud físico.
Ante los problemas en el trabajo noto que se me altera la respiración.
Hay tareas laborales que afronto con temor.
Debería de actuar con más calma en las tareas laborales.
En el centro se dan situaciones de tensión que hacen que me entren sudores fríos.
Los problemas laborales me ponen agresivo.
Pierdo fácilmente la paciencia con las cosas del trabajo.
La tensión en el trabajo está alterando mis hábitos alimenticios.
En el centro se dan situaciones de tensión que hacen que se me acelere el pulso.
A menudo siento ganas de llorar.
Me entristezco demasiado ante los problemas laborales.
Tiendo a ser pesimista ante los problemas del trabajo.
Me siento triste con más frecuencia de lo que era normal en mí.
Me cuesta trabajo tirar por la vida.
Tengo la sensación de estar desmoronándome.
Siento que los problemas en el trabajo me debilitan.
Me falta energía para afrontar la labor del profesor.
A veces veo el futuro sin ilusión alguna.
A veces pienso que el mundo es una basura.
Creo que no hay buenos o malos profesores, sino buenos o malos alumnos.
Me pagan por enseñar no por formar personas.

Ítems

- Lo mejor de la enseñanza son las vacaciones.
- El salario del profesor es muy poco motivador.
- Socialmente se valora muy poco nuestro trabajo.
- Creo que los problemas de la enseñanza no tienen arreglo.
- Incluir alumnos con N.E.E. en el aula es un error que perjudica el rendimiento del resto.
- Ser profesor tiene más desventajas que ventajas.
- La política educativa pide mucho a cambio de poco.
- La mayoría de los padres no asumen su responsabilidad en materia escolar.
- La evaluación que los alumnos puedan hacer del profesor la considero poco fiable.
- La mayoría de los padres exigen al profesor más de lo que éste puede dar.
- Realizar Adaptaciones Curriculares me resulta difícil.
- A medida que avanza la jornada laboral siento más necesidad de que ésta acabe.
- En mis clases hay buen clima de trabajo.
- Los alumnos responden sin ningún problema a mis indicaciones.
- Hay clases en las que casi empleo más tiempo en refir que en explicar.
- Acabo las jornadas de trabajo extenuado.
- Se me hace muy duro terminar el curso.
- A algunos alumnos lo único que les pido es que no me molesten mientras enseño a los demás.
- Me siento desbordado por el trabajo.
- A veces trato de eludir responsabilidades.
- Creo la mayoría de mis alumnos me consideran un profesor excelente.
- Me siento quemado por este trabajo.
- Mi trabajo contribuye a la mejora de la sociedad.
- Estoy lejos de la autorrealización laboral.
- He perdido la motivación por la enseñanza.
- En igualdad de condiciones económicas cambiaría de trabajo.
- Conservo en muchos aspectos la ilusión del principiante.
- Pocas cosas me hacen disfrutar en este trabajo.
- Ante muchas de mis tareas laborales me inunda la desgana.
- Los padres me valoran positivamente como profesor.
- Estoy bastante distanciado del ideal de profesor con el que comencé a ejercer.
- El trabajo me resulta monótono.
- Los malos momentos personales de los alumnos me afectan personalmente.
- Considero el reciclaje profesional un aspecto imprescindible en este trabajo.
- Me animo fácilmente cuando estoy triste.
- El aula (o las aulas) en la que trabajo me resulta acogedora.
- Siempre me he adaptado bien a los cambios que me han surgido en el trabajo.
- Mis relaciones con los "superiores" son difíciles.
- La organización del centro me parece buena.
- Mis compañeros cuentan conmigo para lo que sea.
- Resuelvo con facilidad los problemas del trabajo.
- Mis relaciones sociales fuera del centro (familia, pareja, amigos, etc.) son muy buenas.
- Dispongo de los medios necesarios para ejercer mi labor como yo quisiera.

Ítems

El trabajo afecta negativamente otras facetas de mi vida.

Afronto con eficacia los problemas que a veces surgen con los compañeros.

Busco ayuda o apoyo cuando tengo problemas laborales.

Fuente: Gutiérrez, Morán y Sanz (2005)

ANEXO TRES

Primera versión del Inventario SISCO para el estudio del estrés laboral en las educadoras

Instrucciones: responda lo que se le solicite en cada una de las preguntas:

1.- Durante el transcurso de este ciclo escolar ¿ha tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

- Si
 No

En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “si”, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

2.- Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señale su nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

a) Dimensión estresores

A continuación se presentan una serie de situaciones que suelen estresar a las educadoras. Por favor indique con una **X**, el nivel de frecuencia con el que usted se siente estresada por esa situación.

¿Con que frecuencia se estresa por:

Estresores	N	AV	CS	S
El trabajo administrativo (llenado de papelería, planes de clase, diarios, expedientes, etc.)				
Problemas personales y/o laborales con mis compañeras de trabajo				
Dificultades con las madres de familia				
La asistencia a los cursos de Carrera Magisterial				
La indisciplina de los alumnos				
No lograr los objetivos planeados				

Estresores	N	AV	CS	S
La supervisión de las autoridades				
La sobrecarga de trabajo				
Falta de materiales didácticos				
El examen de Carrera Magisterial				
Lo numeroso del grupo				
La organización del tiempo escolar				
La aplicación de nuevas metodologías				
La falta de apoyo de otros maestros (educación física, música, educación especial, etc.)				
La acumulación del trabajo				
Organización de festivales				
Las interrupciones de clase				
La evaluación de los alumnos				
La organización de las actividades a trabajar				
Mis expectativas laborales no cumplidas				
El poco o nulo avance de los niños				
Realización de actividades extraclase				

b) Dimensión síntomas (reacciones)

A continuación se mencionan una serie de síntomas o reacciones que suelen presentar las educadoras cuando están estresadas. Por favor indique con una **X**, el nivel de frecuencia con el que se le presentan a usted estos síntomas, cuando se siente estresada.

¿Con que frecuencia se le presentan a usted los siguientes síntomas, cuando está estresada:

Síntomas	N	AV	CS	S
Dolor de cabeza o migraña				
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)				
Fatiga				
Problemas de presión (hipertensión o hipotensión)				
Dolor en el cuello				
Problemas digestivos				
Temblores				
Angustia				
Tristeza				
Desesperación				
Problemas de concentración				
Ansiedad				
Bloqueo mental				
Mal humor				
Poca tolerancia hacia los demás				
Flojera				
Falta o aumento de apetito				
Irritabilidad				
Mantenerse callado				
Pelear con otros				

c) Dimensión estrategias de afrontamiento

A continuación se presentan una serie de acciones que suelen realizar las educadoras para enfrentar su estrés. Por favor indique con una **X**, el nivel de frecuencia con el que usted usa cada una de estas acciones para enfrentar su estrés

¿Con que frecuencia realiza usted las siguientes acciones, cuando está estresada:

Estrategias de Afrontamiento	N	AV	CS	S
Salir a caminar o hacer ejercicio				
Escuchar música				
Pensar de manera positiva				
No pensar en lo que me estresa				
Leer sobre lo que me estresa y aplicar las soluciones propuestas				
Solicitarle ayuda a otras personas				
Relajarme o tratar de tranquilizarme				
Detectar o identificar el problema que lo causa				
Distraerme haciendo otras cosas				
Tratar de solucionar el problema				
Tomar medicamentos				
Darme ánimos				
Bañarme con agua fría				
Hablar del problema con otras personas				
Desahogarme gritando o llorando				
Rezar o leer la Biblia				
Tratar de controlarme				
Descansar				

ANEXO CUATRO

Segunda versión del Inventario SISCO para el estudio del estrés laboral en las educadoras

Instrucciones: responda lo que se le solicite en cada una de las preguntas:

1.- Durante el transcurso de este ciclo escolar ¿ha tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

- Si
 No

En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “si”, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

2.- Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señale su nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

a) Dimensión estresores

A continuación se presentan una serie de situaciones que suelen estresar a las educadoras. Por favor indique con una **X**, el nivel de frecuencia con el que usted se siente estresada por esa situación.

¿Con que frecuencia se estresa por:

Estresores	N	AV	CS	S
El trabajo administrativo (llenado de papelería, planes de clase, diarios, expedientes, etc.)				
Problemas personales y/o laborales con mis compañeras de trabajo				
La asistencia a los cursos de Carrera Magisterial				
La indisciplina de los alumnos				
No lograr los objetivos planeados				
La supervisión de las autoridades				

Estresores	N	AV	CS	S
La sobrecarga de trabajo				
Falta de materiales didácticos				
El examen de Carrera Magisterial				
Lo numeroso del grupo				
La organización del tiempo escolar				
La aplicación de nuevas metodologías				
La falta de apoyo de otros maestros (educación física, música, educación especial, etc.)				
La acumulación del trabajo				
Organización de festivales				
Las interrupciones de clase				
La evaluación de los alumnos				
La organización de las actividades a trabajar				
Mis expectativas laborales no cumplidas				
El poco o nulo avance de los niños				
Realización de actividades extraclase				

b) Dimensión síntomas (reacciones)

A continuación se mencionan una serie de síntomas o reacciones que suelen presentar las educadoras cuando están estresadas. Por favor indique con una **X**, el nivel de frecuencia con el que se le presentan a usted estos síntomas, cuando se siente estresada.

¿Con que frecuencia se le presentan a usted los siguientes síntomas, cuando está estresada:

Síntomas	N	AV	CS	S
Dolor de cabeza o migraña				
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)				
Fatiga				
Problemas de presión (hipertensión o hipotensión)				
Dolor en el cuello				
Problemas digestivos				
Angustia				
Tristeza				
Desesperación				
Problemas de concentración				
Ansiedad				
Mal humor				
Poca tolerancia hacia los demás				
Flojera				
Falta o aumento de apetito				
Irritabilidad				
Mantenerse callado				

c) Dimensión estrategias de afrontamiento

A continuación se presentan una serie de acciones que suelen realizar las educadoras para enfrentar su estrés. Por favor indique con una **X**, el nivel de frecuencia con el que usted usa cada una de estas acciones para enfrentar su estrés

¿Con que frecuencia realiza usted las siguientes acciones, cuando está estresada:

Estrategias de Afrontamiento	N	AV	CS	S
Salir a caminar o hacer ejercicio				
Escuchar música				
Pensar de manera positiva				
No pensar en lo que me estresa				
Leer sobre lo que me estresa y aplicar las soluciones propuestas				
Solicitarle ayuda a otras personas				
Relajarme o tratar de tranquilizarme				
Detectar o identificar el problema que lo causa				
Distraerme haciendo otras cosas				
Tratar de solucionar el problema				
Tomar medicamentos				
Darme ánimos				
Hablar del problema con otras personas				
Desahogarme gritando o llorando				
Rezar o leer la Biblia				
Tratar de controlarme				
Descansar				

CUARTA PARTE

FICHA TÉCNICA DEL INVENTARIO SISCO

PARA EL ESTUDIO DEL ESTRÉS

LABORAL EN LAS EDUCADORAS

Nombre: Inventario SISCO para el estudio del estrés laboral en las educadoras

Nombre abreviado: Inventario SISCO-ELE

Autor: Arturo Barraza Macías

Estructura: El Inventario SISCO-ELE se compone de 55 ítems distribuidos de la siguiente manera:

- Un ítem de filtro, en términos dicotómicos.
- Un ítem para determinar la intensidad del estrés autopercebido, en un escalamiento numérico de respuesta con cinco opciones.
- 20 ítems en la dimensión de estresores.
- 17 ítems en la dimensión de síntomas
- 16 ítems en la dimensión estrategias de afrontamiento

Los ítems de las tres dimensiones pueden ser contestados mediante un escalamiento tipo lickert de cuatro valores: Nunca, Algunas Veces, Casi Siempre y Siempre.

Propiedades Psicométricas:

El Inventario SISCO-ELE presenta una confiabilidad de .94 en alfa de cronbach. Así mismo, se obtuvieron evidencias de validez basadas en la estructura interna a partir de los procedimientos denominados validez de consistencia interna y análisis de grupos contrastados, lo que permitió reconocer que: a) todos los ítems correlacionaron positivamente (con un nivel de significación entre .00 y .01) con el puntaje global obtenido por cada encuestado, y b) todos los ítems permiten discriminar (con un nivel de significación entre .00 y .03) entre los grupos que reportan un alto y bajo nivel de presencia del estrés laboral. Por otra parte el Análisis Factorial Exploratorio permitió confirmar la estructura tridimensional del cuestionario en consonancia con el modelo teórico-conceptual adoptado.

Administración: individual o colectiva.

Duración: sin tiempo limitado; su aplicación dura entre 10 y 15 minutos.

Aplicación: la población a la que se puede aplicar el Inventario SISCO-ELE está constituida por los docentes de educación preescolar.

Instrumento:

Instrucciones: responda lo que se le solicite en cada una de las preguntas:

1.- Durante el transcurso de este ciclo escolar ¿ha tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

- Si
- No

En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “si”, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

2.- Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señale su nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

a) *Dimensión estresores*

A continuación se presentan una serie de situaciones que suelen estresar a las educadoras. Por favor indique con una **X**, el nivel de frecuencia con el que usted se siente estresada por esa situación.

¿Con que frecuencia se estresa por:

Estresores	N	AV	CS	S
El trabajo administrativo (llenado de papelería, planes de clase, diarios, expedientes, etc.)				
Problemas personales y/o laborales con mis compañeras de trabajo				
La indisciplina de los alumnos				
No lograr los objetivos planeados				
La supervisión de las autoridades				
La sobrecarga de trabajo				
Falta de materiales didácticos				
El examen de Carrera Magisterial				
Lo numeroso del grupo				
La organización del tiempo escolar				
La aplicación de nuevas metodologías				
La falta de apoyo de otros maestros (educación física, música, educación especial, etc.)				
La acumulación del trabajo				
Organización de festivales				
Las interrupciones de clase				
La evaluación de los alumnos				

Estresores	N	AV	CS	S
La organización de las actividades a trabajar				
Mis expectativas laborales no cumplidas				
El poco o nulo avance de los niños				
Realización de actividades extraclase				

b) Dimensión síntomas (reacciones)

A continuación se mencionan una serie de síntomas o reacciones que suelen presentar las educadoras cuando están estresadas. Por favor indique con una **X**, el nivel de frecuencia con el que se le presentan a usted estos síntomas, cuando se siente estresada.

¿Con que frecuencia se le presentan a usted los siguientes síntomas, cuando está estresada:

Síntomas	N	AV	CS	S
Dolor de cabeza o migraña				
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)				
Fatiga				
Problemas de presión (hipertensión o hipotensión)				
Dolor en el cuello				
Problemas digestivos				
Angustia				
Tristeza				
Desesperación				
Problemas de concentración				
Ansiedad				
Mal humor				
Poca tolerancia hacia los demás				
Flojera				
Falta o aumento de apetito				
Irritabilidad				
Mantenerse callado				

c) Dimensión estrategias de afrontamiento

A continuación se presentan una serie de acciones que suelen realizar las educadoras para enfrentar su estrés. Por favor indique con una **X**, el nivel de frecuencia con el que usted usa cada una de estas acciones para enfrentar su estrés

¿Con que frecuencia realiza usted las siguientes acciones, cuando está estresada:

Estrategias de Afrontamiento	N	AV	CS	S
Salir a caminar o hacer ejercicio				
Escuchar música				

Estrategias de Afrontamiento	N	AV	CS	S
Pensar de manera positiva				
No pensar en lo que me estresa				
Leer sobre lo que me estresa y aplicar las soluciones propuestas				
Solicitarle ayuda a otras personas				
Relajarme o tratar de tranquilizarme				
Detectar o identificar el problema que lo causa				
Distraerme haciendo otras cosas				
Tratar de solucionar el problema				
Darme ánimos				
Hablar del problema con otras personas				
Desahogarme gritando o llorando				
Rezar o leer la Biblia				
Tratar de controlarme				
Descansar				

Clave de corrección:

Para determinar como válidos los resultados de cada cuestionario, y por lo tanto aceptarlos, se toma como base la regla de decisión $r > 70\%$ (respondido en un porcentaje mayor al 70%). En ese sentido, se considera necesario que el cuestionario tenga contestados por lo menos 39 ítems de los 55 que lo componen, en caso contrario se anulará ese cuestionario en lo particular. Para su interpretación es necesario obtener el índice de cada ítem, o de cada dimensión, según sea el interés; se recomienda seguir los siguientes pasos:

- A cada respuesta del inventario se le asigna un valor ya preestablecido. Se recomienda 0 para nunca, 1 para algunas veces, 2 para casi siempre y 3 para siempre. □
- Se obtiene la media por cada ítem y se transforma en porcentaje a través de regla de tres simple.
- Una vez obtenido el porcentaje se interpreta con el siguiente baremo: de 0 a 33%: nivel leve; de 34% a 66% nivel moderado; y de 67% a 100% nivel profundo.
- Para cada dimensión se procede obteniendo la media respectiva e interpretándola con el baremo ya mencionado

Dr. Arturo Barraza Macías



- **Profesor Investigador de la Universidad Pedagógica de Durango.**
- **Profesor del Área de Postgrado en Educación del Instituto Universitario Anglo Español.**
- **Coordinador del Grupo de Investigación “El estrés en los agentes educativos”**
- **Presidente de la Red Durango de Investigadores Educativos**

praxisredie@gmail.com

tbarraza@terra.com.mx