



# NOVEDADES EDUCATIVAS

SEPTIEMBRE 2016 | #309 | AÑO 28  
ARGENTINA \$70 | ISSN 0328-3534  
[www.noveduc.com](http://www.noveduc.com)



## ESPACIOS INTERDISCIPLINARIOS

*Proyectos de aprendizaje para integrar contenidos y desarrollar capacidades*

## GÉNEROS Y SEXUALIDADES

*Cómo desarmar mitos y prejuicios: estrategias para abordar temas movilizantes*

⊕ PARADOJAS QUE QUEMAN LA CABEZA: MALESTAR DOCENTE Y BURNOUT



# Paradojas que queman la cabeza: malestar docente y *burnout*

## VITA ESCARDÓ

Licenciada en Psicología, psicodramatista, actriz nacional

Muchas referencias fueron sucediéndose desde 1913 cuando Freud señaló en el texto *Sobre la iniciación del tratamiento* que el uso del diván se debe no solamente a los motivos propios de la clínica por él diseñada sino “en primer lugar, a causa de un motivo personal, pero que quizás otros compartan conmigo. No tolero permanecer bajo la mirada fija de otro ocho horas (o más) cada día”.

En la década del 70, en Francia, se comenzó a investigar acerca del malestar docente y en EE. UU. sobre el llamado síndrome de *burnout* o de cabeza quemada, en los 80. Además el *karo-shi*, síndrome vicario, efecto de ser testigo, estrés laboral, síndrome de desgaste laboral crónico...

Puede resultar paradójico pensar que las personas que comprometen un fuerte componente vocacional en la elección de sus profesiones (docentes, psicólogos, trabajadores sociales, enfermeros, médicos, etc.) vean afectada su salud psíquica, física y social como resultado del ejercicio constante de sus tareas.

La psicología institucional ha abordado profílicamente la relación entre los sujetos y las instituciones desde diversas perspectivas. Con una mirada psicoanalítica, Renée Kaës señala que hay aspectos del yo que se juegan en la vida institucional. Es decir, hay una parte de nuestro yo que no nos pertenece completamente sino que se comparte en el espacio de la institución.

Desde esta perspectiva resulta comprensible que el malestar o la cabeza quemada se integren no solamente como una cuestión de características de la personalidad, según se sugiere en varias aproximaciones, sino que su interpretación y abordaje surjan como condición necesaria de la vida de ciertas organizaciones. Y del posicionamiento que se exige o presupone de los y las trabajadores en esos espacios.

Días atrás, una amiga mía que es rectora de un establecimiento secundario (que a la sazón forma docentes) relataba con indignado sufrimiento una convocatoria a la que había acudido por indicación del Ministerio de Educación para tratar el tema de la infraestructura. Resultó que el interés de los funcionarios recayó en la proyección de diapositivas y no de escuchar de la propia boca de los interesados las necesidades de cada edificio. Ante su insistencia, recibió un “vos te calentás por todo” por parte de un funcionario.

Situaciones como esta proporcionan un ejemplo típico de las causas de un malestar docente o *burnout*: el sujeto se ve colocado en una situación paradójica, en la cual está en posición de “dar respuesta” ante otros que dependen de él, pero no obtiene recursos para dar esas respuestas. En otros términos: debe funcionar como cara de una institución que no lo contiene o, en muchos casos, lo maltrata.

Coincidentemente, el despectivo comentario del funcionario en cuestión alude al calor, al fuego de la llama que sostiene nuestros ideales, al fuego que nos reúne en torno para compartir como comunidad, al fuego excesivo que puede quemarnos la cabeza...

El *burnout*, según Maslach y Jackson, consta de tres variables para determinarse: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal.

Veamos cómo estas variables inciden en el “yo” expresado en la institución y se reconducen a las personas, quemándolas y atrapándolas en el malestar.

El agotamiento emocional se expresa como imposibilidad de responder emocionalmente ante los agentes estresores. Si el estrés es el alerta

ante un peligro potencial que genera enfrentamiento o huida, vemos que en el ámbito del trabajo la huida no es posible o se traduce en pedidos de licencia, cambio de destino o tarea, etc. Aquí la sintomatología es variada: angustia, depresión, llanto sin motivo aparente, accesos de ira. Orgánicos, como la gastritis, el insomnio, contracturas, baja de defensas.

La despersonalización de aquellos a quienes se dirige la tarea es en sí misma una defensa psíquica, que permite un “descanso” mental del compromiso emocional y empático con los demás. Si recordamos que esta afección es propia de profesiones con alta elección vocacional, despersonalizar a quienes se debería comprender y acompañar significa una renuncia al ideal profesional, jaqueado por condiciones que no se pueden cambiar ni abandonar.

Finalmente, la baja realización personal remite directamente al narcisismo, sostén fundamental del yo para enfrentar la vida de relación, personal y laboral.

En suma, el yo se debilita, entre una actitud defensiva de disociación y una dificultad adaptativa, colapsando psíquica y físicamente.

¿Implica esto que la afección recae uno a uno sobre el yo de cada docente, de cada enfermero, de cada psicólogo, de cada trabajador?

No. Recordemos que hablamos sobre los aspectos del yo jugados en la institución, jaqueados por la situación paradójica de “no poder dar respuesta”.

En estos términos, el aislamiento es un síntoma más, que profundiza el malestar e impide la resignificación de los aspectos nocivos de la tarea y la vida conjunta. A la vez, resulta una perversión de las instituciones reconducir el malestar a casos personales, sin ubicar las condiciones colectivas que generan tales colapsos.

Desde hace varios años coordino espacios en diversas instituciones donde poder abordar esta problemática para poder cuidar de quienes comprometen su vida en el cuidado y acompañamiento de otros. Este espacio de Cuidado de Cuidadores promueve la reflexión, el reconocimiento y

el afianzamiento de un lenguaje común, con miras a generar cambios positivos en lo vincular y respecto del trabajo, las personas a las que se dirige la tarea y la relación entre estamentos. El encuentro con los otros del trabajo cotidiano encuentra un espacio diferenciado donde dar lugar a la reflexión sobre la tarea en sí, claro, pero además sobre la gama de elementos que no resultan tan evidentes cotidianamente. ¿Cómo llevo a cabo mi tarea? ¿Sobre qué prejuicios? ¿Qué ideología me sostiene? ¿Es compartida por los parámetros que propone la institución? ¿Y por mis compañeros? ¿Hay algunas condiciones que podrían modificarse para paliar los efectos de quemazón mental?

Párrafo aparte merece el análisis de las políticas públicas que pueden favorecer o no el sostén de los trabajadores. En cualquier caso, el fortalecimiento de los equipos que comparten el cotidiano será alivante. Desde la llama (llamada vocacional) que habilitó la elección de una profesión que implica acompañar a otros hasta el incendio de los recursos psíquicos en la picadora burocrática pasa un extenso periplo.

La invitación es a recorrerlo con otros, circulando las palabras, los ideales, las construcciones en común. Y así sostener nuestro fuego, iluminando nuevos ideales posibles.

#### BIBLIOGRAFÍA

Escardó, V. (2016). *Cuidado de cuidadores. Síndrome de burnout. Dispositivos grupales y técnicas de intervención*. Con prólogo de Eva Giberti. Buenos Aires: Noveduc. Colección Conjunciones.

Freud, S. (2004). Sobre la iniciación del tratamiento. (Nuevos consejos sobre la técnica del psicoanálisis) (1913). En *Obras Completas* (pp. 121-144). Vol. XII. Buenos Aires: Amorrortu.

Kaës, R. y otros (1989). Realidad psíquica y sufrimiento en las instituciones. En *La institución y las instituciones*. Buenos Aires: Paidós

Pérez Jáuregui, I. (2000). *Cuando el estrés laboral se llama burnout. “Quemarse en el trabajo”. Causas y estrategias de afrontamiento*. Buenos Aires: Universidad.



**0a5**

LA EDUCACIÓN EN LOS  
PRIMEROS AÑOS

## PARA PROFESIONALES DEL NIVEL INICIAL

Recursos, información  
de eventos y lanzamientos  
en un sólo lugar.

¡Seguinos en las redes sociales!

 libros0a5 | 0a5.com.ar

**EN SEPTIEMBRE**

GRAN SORTEO

**EDUCACIÓN x 150**

**N**

**ENAMORATE  
DE LA EDUCACIÓN**  
*y ganará 150 libros*

Te invitamos a celebrar el mes de la educación  
con un gran abrazo a tu comunidad: con tu escuela  
pueden ganarse una biblioteca completa de libros.

**TENÉS TIEMPO HASTA EL 30 DE SEPTIEMBRE**

**Noveduc.com**



### COLUMNA DE OPINIÓN

- » Paradojas que queman la cabeza: malestar docente y *burnout*. *Vita Escardó*

### ESPACIOS INTERDISCIPLINARIOS

- » Desarrollo de capacidades fundamentales... *Horacio A. Ferreyra y Sandra I. Molinolo*
- » La argumentación en la clase de Historia. *Ma. Virginia Mazzón y Noemí Bardelli*
- » Tejiendo ideas en espacios interdisciplinarios. *Patricia M. Taramasco*
- » Día del Respeto a la Diversidad Cultural: un acto escolar especial. *Ana Moszkowicz Rubel*

### GÉNEROS Y SEXUALIDADES

- » ¡Mucho cuidado con la ESI! *Eduardo Gosende, Marcela Pagano, Graciela Scarímbolo y Marcela Ferreyra*
- » Educación desde la perspectiva de derechos. *Camila Ríos Fernández*
- » Herramientas para el trabajo comunitario en salud y educación. *Mariela Jungberg y Martín Saraceno*
- » Seis años en busca de instalar la ciudadanía sexual. *Laura Van Dembroucke y otras*
- » Educación Sexual Integral con perspectiva de género(s)... *Analía del Valle Jofré y otras*
- » La educación sexual en la formación docente: un horizonte posible. *Margarita Viotti y Patricia Talani*

### FORMACIÓN DOCENTE

- » Un proceso de *innovación* para la enseñanza de la noción de la alimentación. *Alcira Rivarosa y otros*

### NO PUEDO NEGARLE MI VOZ

- » Una conversación con Iván Castiblanco Ramírez. *Ángela Menchón y Daniel Brailovsky*

### MISCELÁNEAS

- » Janusz Korczak, maestro de la humanidad
- » En la red...
- » Agenda