



# **UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMÉRICAS**

## **Decanato de Postgrado**

Trabajo de Grado para obtener el grado de Magíster en Psicología Clínica  
con Especialización en Psicoterapia Integrativa

## **PRÁCTICA PROFESIONAL**

**Intervención grupal cognitiva conductual a docentes con  
síndrome de burnout del Centro Educativo Claudio Vásquez,  
2018**

Presentado por:

Jaén Jaén, Dayana Osiris 8-784-509

Asesora:

Magíster María Inés Barrios

Panamá, 2018.

## **DEDICATORIA**

### **A Dios**

Por haberme dado la salud y la fuerza necesaria para culminar con éxito mis estudios.

### **A Mi Abuela**

Edelmira Solís, por ser en mi vida un ejemplo de perseverancia.

Dayana Jaén.

## **AGRADECIMIENTO**

Este logro no hubiese sido posible sin vida, ni salud, por lo cual quisiera agradecer al único que puede bendecir a un ser humano con el don tan maravilloso de existir, a mi señor Dios, creador de todo lo que nos rodea. Mil gracias, Señor, por estar presente en esta etapa tan importante de mi vida, dándome la sabiduría y fortaleza para superar cada limitación y prueba presentada las que me han ayudado a mejorar y crecer como persona.

Gracias a mi familia, por cada palabra de aliento dirigida a motivarme y perseverar para lograr esta meta.

Finalmente, mi gratitud a los docentes encargados de las materias de la Maestría por su apoyo, dedicación y haber compartido sus conocimientos, especialmente a mi asesora de contenido la Magister María Inés Barrios, por su disponibilidad y por estar siempre anuente a orientarme.

Dayana Jaén

## ÍNDICE GENERAL

<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	9
<b>CAPÍTULO I</b> .....	11
<b>CAPÍTULO 1: MARCO DE REFERENCIA INSTITUCIONAL</b> .....	12
<b>1.1. Antecedentes</b> .....	12
<b>1.2. Justificación</b> .....	15
<b>1.3. Descripción Institucional</b> .....	16
<b>1.4. Objetivos</b> .....	23
<b>1.4.1. Objetivos generales</b> .....	23
<b>1.4.2. Objetivos específicos</b> .....	23
<b>1.5. Población Beneficiaria</b> .....	24
<b>1.5.1. Beneficiarios directos</b> .....	24
<b>1.5.2. Beneficiarios indirectos</b> .....	25
<b>1.6. Cronograma de actividades:</b> .....	25
<b>Cronograma de actividades</b> .....	27
<b>CAPÍTULO II</b> .....	28
<b>CAPÍTULO II. DESCRIPCIÓN DE LA PRÁCTICA PROFESIONAL</b> .....	29
<b>2.1. Actividades realizadas</b> .....	29
<b>2.2. Portafolio de Actividades:</b> .....	55
<b>CAPÍTULO III</b> .....	58
<b>CAPÍTULO III. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS</b> .....	59
<b>3.1. Análisis de resultados</b> .....	59
<b>3.1.1. Propuesta de solución:</b> .....	91
<b>3.1.1.3. Diseño de la propuesta</b> .....	98
<b>3.1.1.3.1. Introducción</b> .....	98

<b>3.1.1.3.2. Objetivos</b> .....	99
<b>3.1.1.3.3. Beneficiarios:</b> .....	100
<b>3.1.1.3.4. Fases de intervención:</b> .....	100
<b>3.1.1.3.5. Descripción de la propuesta de evaluación</b> .....	132
<b>3.1.1.3.6. Referencias bibliográficas</b> .....	134
<b>CONCLUSIONES</b> .....	135
<b>BIBLIOGRAFÍA</b> .....	138
<b>ANEXOS</b> .....	141

## ÍNDICE DE CUADROS

	<b>Página</b>
Cuadro N.1. Referencias para atención individual en los meses de abril-mayo 2018	60
Cuadro N.2. Casos atendidos por el Gabinete Psicopedagógico N°8, abril-mayo 2018	61
Cuadro N.3. Atenciones y actividades grupales, realizadas por el Gabinete Psicopedagógico N°8, abril-mayo 2018	62
Cuadro N. 4. Diagnósticos según CIE-10 de los casos atendido por Psicología del Gabinete Psicopedagógico N°8	63
Cuadro N. 5. Resultados del Inventario Burnout de Maslach a Docentes	89
Cuadro N. 6. Resultados para dos dimensiones del Inventario	90
Cuadro N. 7. Fases de intervención	100
Cuadro N. 8. Encuadre terapéutico	102

## ÍNDICE DE GRÁFICAS

Gráfica N. 1.	Referencias para atención individual en los meses de abril- mayo 2018	60
Gráfica N. 2.	Casos atendidos por el Gabinete Psicopedagógico N. 8, abril-mayo 2018	61
Gráfica N. 3	Atenciones y actividades grupales, realizadas por el Gabinete Psicopedagógico N. 8, abril-mayo 2018	62
Gráfica N.4.	Diagnósticos según CIE-10 de los casos atendido por Psicología del Gabinete Psicopedagógico N°8	64
Gráfica N.5.	Resultados del instrumento aplicado a los 30 docentes	66
Gráfica N. 6.	Me siento emocionalmente defraudado en mi trabajo	67
Gráfica N. 7.	Cuando termino mi jornada de trabajo me siento agotado	68
Gráfica N.8.	Cuando me levanto por la mañana y me enfrento a otra jornada de trabajo me siento agotado	69
Gráfica N. 9.	Siento que puedo entender fácilmente a las personas que tengo que atender	70
Gráfica N. 10.	Siento que estoy tratando a algunos beneficiados de mí (estudiantes), como si fuesen objetos impersonales	71
Gráfica N. 11.	Siento que trabajar todo el día con la gente me cansa	72
Gráfica N°12.	Siento que trato con mucha efectividad los problemas de las personas a las que tengo que atender	73
Gráfica N.13.	Siento que mi trabajo me está desgastando	74
Gráfica N. 14.	Siento que estoy influyendo positivamente en la vida de otras personas (estudiantes) a través de mi trabajo	75
Gráfica N. 15.	Siento que me he hecho más duro con la gente	76

Gráfica N. 16.	Me preocupa que este trabajo me está endureciendo emocionalmente	77
Gráfica N. 17.	Me siento muy enérgico en mi trabajo	78
Gráfica N. 18.	Me siento frustrado por el trabajo	79
Gráfica N. 19.	Siento que estoy demasiado tiempo en mi trabajo	80
Gráfica N. 20.	Siento que realmente no me importa lo que les ocurra a las personas a las que tengo que atender profesionalmente	81
Gráfica N. 21.	Siento que trabajar en contacto directo con la gente (estudiante) me cansa	82
Gráfica N. 22.	Siento que puedo crear con facilidad un clima agradable en mi trabajo	83
Gráfica N. 23.	Me siento estimulado después de haber trabajado íntimamente con quienes tengo que atender	84
Gráfica N. 24.	Creo que consigo muchas cosas valiosas en este trabajo	85
Gráfica N. 25.	Me siento como si estuviera al límite de mis posibilidades	86
Gráfica N. 26.	Siento que en mi trabajo los problemas emocionales son tratados de forma adecuada	87
Gráfica N. 27.	Me parece que los beneficiarios de mi trabajo (estudiantes) me culpan de algunos problemas	88
Gráfica N. 28	Resultados del Inventario Burnout de Maslach a Docentes	89
Gráfica N. 29	Resultados para dos dimensiones del Inventario	91



## INTRODUCCIÓN

Estudiar el comportamiento y los procesos mentales es una tarea que le corresponde al campo de la Psicología, la cual toma en consideración los diferentes componentes del ser humano entre ellos biológicos, sociales y psicológicos, por tanto hay diferentes ramas de la Psicología dependiendo de la perspectiva o componente a la que dirija su estudio, como es el caso de la Psicología Clínica, que se encarga de investigar, evaluar y diagnosticar todo malestar u necesidad que perturba el bienestar de las personas, con el fin de brindar herramientas y estrategias que ayuden a aliviar el malestar y recuperar su funcionamiento a nivel global.

El estrés se manifiesta a través de sintomatología a nivel físico y emocional lo que les deteriora significativamente su funcionamiento pleno llegando a desarrollar el Síndrome de Burnout.

El síndrome de burnout, también conocido como síndrome de desgaste ocupacional o profesional, es un padecimiento que se produce como respuesta a presiones prolongadas que una persona sufre ante factores estresantes emocionales e interpersonales relacionados con el trabajo. (Forbes, R., 2011).

Actualmente, el burnout es una enfermedad descrita en el índice internacional de la Organización Mundial para la Salud CIE-10, como “Z73.0 Problemas relacionados con el desgaste profesional (sensación de agotamiento vital)”, dentro de la categoría más amplia Z73 de “problemas relacionados con dificultades para afrontar la vida”, lo que llega a denotar la importancia de este padecimiento a nivel mundial.

Se vive en una sociedad con numerosas responsabilidades a nivel personal, familiar, laboral y a la vez en una sociedad con poca disponibilidad de tiempo y de espacio para el esparcimiento, con pocos programas y actividades que promuevan la salud mental.

De esta situación no escapan los docentes, quienes además de tener que lidiar con sus compromisos a nivel personal y familiar, deben también responder a las demandas del sistema educativo y enfrentarse a jornadas de trabajo, donde han de compartir, dirigir y enseñar a estudiantes con diferentes necesidades y a lo cual se suma la labor que realizan con los padres de familias. Todas estas situaciones convierten a los docentes en entes propicios para el desarrollo de síntomas de estrés o del síndrome de burnout, lo que puede ser estudiado desde el punto de vista de la psicología clínica.

Este informe da a conocer la labor y funcionamiento que el equipo de Gabinete Psicopedagógico N.8, realiza dentro del Centro Educativo Claudio Vásquez, los especialistas que lo conforman, la población que se beneficia de sus servicios a nivel de programas preventivos y los motivos de referencias que se cubren a través de las atenciones individuales.

**El primer capítulo** incluye los componentes del marco referencial institucional con los antecedentes, justificación, objetivos, población beneficiada y el cronograma de actividades.

**El segundo capítulo** hace una descripción de las actividades y tareas ejecutadas durante el periodo de práctica profesional.

**El tercer capítulo**, finalmente, presenta el análisis e interpretación de los resultados que sirven de apoyo al diagnóstico de que, en el Centro Educativo Claudio Vásquez, hay docentes con síndrome de burnout o bien con síntomas propios de estrés laboral, lo que permite desarrollar la propuesta de psicoterapia cognitiva conductual, con el objetivo de brindarles recursos y estrategias para que los síntomas disminuyan y su funcionamiento a nivel laboral mejore.

Por último, el presente informe contempla las conclusiones, referencias bibliográficas y anexos.

# **CAPÍTULO I**

## **CAPÍTULO 1: MARCO DE REFERENCIA INSTITUCIONAL**

### **1.1. Antecedentes**

La importancia de la Psicología dentro del Ministerio de Educación data del año 1973, con la creación de los Centros de Orientación y Aprendizaje (C.O.A.), los que estaban formados por psicólogos, trabajadores sociales, orientadores (pedagogos), que formaban alianzas interinstitucionales con el Instituto para la Formación y Aprovechamiento de los Recursos Humanos, el Instituto de Habilitación Especial, Centros de Salud y con la Caja de Seguro Social, con el fin de desarrollar jornadas destinadas al estudio de casos.

En el año 1986, la psicología continúa siendo relevante dentro del Ministerio de Educación, incluyéndose la especialidad de psicología dentro de los Gabinetes Psicopedagógicos, que empezaron a funcionar en ese año y cuya definición se encuentra contenida en el Folleto, Coordinación Técnica-Administrativa de Los Gabinetes Psicopedagógicos (2011) definida así:

#### **Para MEDUCA (2010)**

Los Gabinetes Psicopedagógicos son una estructura que operan desde 1986 y brindan sus servicios de apoyo técnico a la educación, dirigidas a la prevención, detección y atención de problemáticas educativas de los estudiantes, dentro del contexto escolar, familiar y social. Con el objetivo de brindar sus servicios de apoyo técnico a la educación, detectando, previniendo y atendiendo, las diferentes problemáticas de los estudiantes. (P.2).

El Decreto ejecutivo N° 202 de 27 de septiembre de 1996, crea la Dirección Nacional de Servicios Psicoeducativos en el Ministerio de Educación y le asigna funciones relacionadas al campo de la Psicología Educativa. (Decreto Ejecutivo N°202, 1996, p.1).

Es importante destacar, que la Dirección Regional de Educación de Los Santos, cuenta con Gabinetes Psicopedagógicos, desde el 18 de abril de 2011 y el

Gabinete Psicopedagógico N. 8, con sede en el Centro Educativo Claudio Vásquez, inicia sus labores en el año 2015, brindando sus servicios de atención individual y grupal a la población estudiantil. Sus atenciones van dirigidas a la identificación y atención de necesidades de los estudiantes, aunque la población principal de cobertura son los estudiantes, también son beneficiados indirectamente, los docentes y administrativos que participan de las actividades relevantes y talleres.

Es una realidad, que el objeto de estudio y atención de los Gabinetes Psicopedagógicos es la población estudiantil, a los cuales se les da cobertura en base a los programas propios de la Dirección Nacional de Servicios Psicoeducativo. La población docente y administrativa solo se benefician cuando participan o asisten a los talleres que se tienen programados para los estudiantes, en los talleres que se programan para períodos de receso académico o cuando la Dirección del Centro Educativo considere necesaria la atención grupal de esta población .

Desde inicio del año escolar al mes de mayo, sólo se ha realizado específicamente en el mes de marzo del 2018, una charla-taller para los docentes, correspondiente al tema de Trabajo en Equipo y Relaciones Interpersonales, la misma fue solicitada por la Dirección del Centro Educativo Claudio Vásquez y la facilitadora fue la Licenciada Karoll Solís, Psicóloga del Gabinete Psicopedagógico del Instituto Profesional y Técnico de Azuero. El personal administrativo a la fecha no ha recibido atención y los padres de familias hasta la fecha sólo se han atendido a través de las consultas y seguimientos por los casos de atención individual correspondientes a sus acudidos.

Por tal motivo, resulta posible que los docentes, específicamente, padezcan de una sobre carga física emocional que pueda llegar a convertirse en un problema para el propio docente, su familia, sus estudiantes y la escuela en general. El Síndrome de Burnout es una realidad que día tras día parece agravarse.

El síndrome de burnout, también conocido como síndrome de desgaste ocupacional o profesional, es un padecimiento que se produce como respuesta a presiones prolongadas que una persona sufre ante factores estresantes emocionales e interpersonales relacionados con el trabajo. (Forbes, R., 2011).

Se trata de una pérdida progresiva de idealismo, energía y propósito, mientras que otros estudiosos en el campo de la psicología organizacional lo ubican como un estado de desgaste emocional y físico (Pines, Aronson, 1981).

Se considera una condición multidimensional de agotamiento emocional, despersonalización y disminución de la realización personal en el trabajo, que se da en ocupaciones con contacto directo y constante con gente (Maslach, 1981).

Se dice que burnout es una condición que llega a quemar o agotar totalmente a la persona que lo sufre.

Actualmente, el burnout es una enfermedad descrita en el índice internacional de la Organización Mundial para la Salud CIE-10, como “Z73.0 Problemas relacionados con el desgaste profesional (sensación de agotamiento vital)”, dentro de la categoría más amplia Z73 de “problemas relacionados con dificultades para afrontar la vida”, lo que llega a denotar la importancia de este padecimiento a nivel mundial.

Con relación a la terapia cognitivo – conductual, Ruiz, M.; Diaz, M. y Villalobos, A. (2011) señalan:

Que la TCC es un ámbito de intervención en salud que trabaja con respuestas físicas, emocionales, cognitivas y conductuales desadaptadas, de carácter aprendido que se han practicado a lo largo de tanto tiempo que se han convertido en hábitos del repertorio comportamental del individuo. Sin embargo, los individuos no siempre conocen el carácter aprendido de sus hábitos y consideran que tienen poco o ningún control sobre ellos por lo que la TCC considera que el

individuo tiene responsabilidad en los procesos que le afectan y puede ejercer control sobre ellos.

La TCC cuenta con técnicas y programas específicos para diferentes problemas y trastornos, cuya aplicación cuenta con un tiempo limitado en comparación con otras psicoterapias a largo plazo.

La TCC tiene en general una naturaleza educativa que puede ser más o menos explícita. La mayor parte de los procedimientos cuentan con módulos educativos, además de la conceptualización inicial del terapeuta sobre el problema y la lógica del tratamiento.

La TCC posee en esencia un carácter auto evaluador a lo largo de todo el proceso con continua referencia a la metodología experimental y énfasis en la validación empírica de los tratamientos. (p.33).

Cabrera et al., (2005) refieren que las intervenciones cognitivo-conductuales han demostrado efectos positivos para pacientes con síndrome de fatiga crónica a través de un estudio cuasi experimental, con una medición antes y después, de una intervención cognitivo conductual, en personal de mantenimiento y vigilancia de una universidad pública, donde los trabajadores fueron evaluados mediante dos instrumentos: el Maslach Burnout Inventory (MBI), Inventario de Síntomas de Estrés (ISE) y un cuestionario de datos generales y antecedentes laborales. (Rodríguez, M., et. Al., 2011, p.96).

Los resultados obtenidos apoyan la idea, presentada al principio de este trabajo, de que es urgente continuar desarrollando acciones desde diferentes niveles, tanto social como organizacional e individual, para incidir en la prevención y corrección del estrés y el burnout. (p.100).

## **1.2. Justificación**

La participación de la especialidad de psicología en el campo de la educación y especialmente en los sistemas de enseñanza primaria, es fundamental, debido a que la población que conforma la sociedad, interactúa en el sistema educativo, por tanto los centros educativos son espacios donde se encuentran en interacción

niños (estudiantes), adultos (docentes, padres de familias y administrativos), todos con diferentes necesidades y problemáticas a nivel psicológico, que van a afectar directamente el proceso de enseñanza aprendizaje.

En el contexto educativo, se considera necesaria la figura del psicólogo clínico, debido a que en un aula de clases encontramos diferentes comportamientos y dinámicas, por lo que se debe contar con un profesional que fomente el bienestar psicológico de todos sus integrantes, mediante la aplicación de herramientas, evaluaciones y técnicas, con el fin de prevenir, detectar y tratar tempranamente problemas que pueden llegar a interferir significativamente con la educación.

En conclusión, la práctica de la psicología clínica en los centros educativos es fundamental para optimizar la enseñanza, dirigiendo su atención no sólo a las situaciones que aquejan a los estudiantes, sino a todos los componentes de la comunidad educativa (docentes, padres de familias, administrativos y estudiantes) y no solo dedicarse a los problemas que presentan los estudiantes, ya que los trastornos mentales y los diferentes problemas que pueden contribuir a mantener e intensificar los síntomas de los mismos afectan a todo el sistema educativo.

### **1.3. Descripción Institucional**

Los Gabinetes Psicopedagógicos están formado por un equipo multidisciplinario constituido por las siguientes especialidades: Psicología, Trabajo Social y Especialista en Dificultades de Aprendizaje. En el caso del Gabinete Psicopedagógico N. 8, con sede en el Centro Educativo Claudio Vásquez, sólo se cuenta con la especialidad de Psicología.

Los Gabinetes Psicopedagógicos, surgen cuando el Ministerio de Educación crea la Dirección Nacional de servicios Psicoeducativos adscritas a la Dirección Nacional de Educación, el 27 de septiembre de 1996 mediante Decreto Ejecutivo N. 202 y se le asignan funciones debido a que se requería de la existencia y operaciones de una unidad administrativa que se encargara a nivel nacional de la



organización, dirección y ejecución de todos los planes, programas y acciones que tengan que ver con el amplio campo de la Psicología Educativa, tanto en los centros escolares, la administración central y la comunidad educativa en general.

La ley N. 4 del 1 de febrero de 2011, es la ley que regula los gabinetes psicopedagógicos, en su artículo 1 señala que: el Ministerio de Educación constituirá Gabinetes Psicopedagógicos, en cada una de las regiones escolares según su demanda, para brindar apoyo a los centros educativos de todos los niveles de enseñanza. (Ley N° 4, 2011, p.1).

Los Gabinetes Psicopedagógicos fueron creados con el objetivo de responder a las necesidades psicopedagógicas de la comunidad educativa, al igual que desarrollar programas preventivos que favorezcan el proceso de enseñanza aprendizaje que promuevan el crecimiento personal de los estudiantes.

Los servicios y programas que ofrecen se sustentan en dos principios básicos: uno de carácter preventivo y otro según las necesidades psicopedagógicas inmediatas de la población estudiantil del centro educativo.

Ofreciendo atención individual a estudiantes, docentes, padres y madres de familias; asesoría técnica a docentes y directivos, orientación a la comunidad educativa al igual que asesoría a estudiantes practicantes de universidades oficiales y particulares.

El Gabinete Psicopedagógico N.8 del Centro Educativo Claudio Vásquez, brinda atención individual a los estudiantes por los siguientes motivos de referencias: rendimiento académico, conductual, emocional y familiar.

La intervención grupal contempla ocho programas, los cuales dirigen sus acciones al logro de cinco ejes temáticos: al desarrollo y crecimiento personal de los estudiantes, orientación vocacional y profesional, desarrollo y orientación familiar

y desarrollo humano y crecimiento profesional. “Folleto, Coordinación Técnica-Administrativa de Los Gabinetes Psicopedagógicos. 2011”.

El desarrollo y ejecución de las actividades relevantes que son aquellas no contempladas como propias de los programas y entre las que se destacan: recreos interactivos, talleres de cuerda, beca universal, participación en los Programas Familias Fuertes y Escuela para Padres y Madres de Familias.

La región educativa de Los Santos cuenta actualmente con nueve Gabinetes Psicopedagógicos con sede en los siguientes centros educativos: Colegio Manuel María Tejada Roca, Instituto Coronel segundo de Villarreal, Colegio Rafael A. Moreno, Colegio Francisco I. Castellero, Instituto Profesional y Técnico de Azuero, Instituto Plinio Moscoso, Escuela Rosa María Angulo de Arce, Escuela Claudio Vásquez y Centro de Educación Básica General Jaime Alba.

El Gabinete Psicopedagógico N. 8, con sede en el Centro Educativo Claudio Vásquez, inició labores en el año 2015 y está conformado por tres psicólogas quienes distribuyen la atención grupal por niveles, dos niveles cada una y la atención individual dependiendo de la cantidad de referencias que se tengan en el mes. Carece del especialista en Trabajo social.

### **Misión**

Promover el desarrollo integral del educando, facilitando su adaptación al contexto escolar, potenciando la diversidad de sus capacidades sociales, afectivas y cognitivas, mediante la intervención psicopedagógica.

### **Visión**

Constituirnos dentro del sistema educativo en un servicio que mantenga un papel protagónico en la intervención psicopedagógica y social de los educandos.

## **Funciones de los Gabinetes Psicopedagógicos**

- Planificar y/o organizar los servicios y/o acciones psicopedagógicas que se ejecutarán en los centros educativos de cobertura.
- Favorecer una adecuada adaptación psicosocial del estudiante al medio escolar, familiar y social a través de acciones de promoción prevención y atención, que les permita avanzar con éxito en su proceso de aprendizaje.
- Brindar asesoría, orientación y apoyo a los docentes, directivos, padres y madres de familias en los procesos de enseñanza aprendizaje de los estudiantes.
- Apoyar los programas y acciones educativas que tienen una relación directa con los objetivos y servicios que ofrecen los gabinetes psicopedagógicos.
- Coordinar con las diferentes instancias (Direcciones y Departamentos) del Ministerio de Educación, los requerimientos para la ejecución de los programas y servicios psicopedagógicos.
- Asesorar y supervisar el desarrollo de programaciones y acciones educativas que se ejecuten con las diversas poblaciones en el contexto escolar.
- Coordinar con las instituciones gubernamentales y no gubernamentales, el desarrollo y apoyo de acciones conjuntas dirigidas al bienestar de la población estudiantil, padres, madres de familias y docentes.
- Efectuar investigaciones psicopedagógicas.

## **Funciones de la especialidad psicología**

A continuación, se describen las funciones que desempeñan los psicólogos en el departamento de gabinete psicopedagógico:

- Entrevistar a personas, a fin de determinar la existencia o no de situaciones irregulares a la conducta de los mismos, según normas y procedimientos vigentes.
- Administrar y analizar pruebas psicológicas.
- Seleccionar las pruebas que serán administradas de acuerdo a los programas de trabajo y a las necesidades del servicio, según normas y procedimientos vigentes.
- Evaluar e interpretar, los resultados de las pruebas psicológicas que administran para establecer un diagnóstico que sirva para determinar la necesidad de brindar tratamiento psicológico según los parámetros establecidos.
- Realizar investigaciones psicológicas, psicosociales y psicopedagógicas según normas y procedimientos vigentes.
- Aplicar terapia de apoyo y/o de grupo según normas y procedimientos vigentes.
- Coordinar los servicios psicológicos con los profesionales de otras disciplinas, programas y otros recursos relacionados que puedan contribuir a una mejor adaptación de la persona, según normas y procedimientos vigentes.
- Dictar jornadas, seminarios y otros en materia de psicología.
- Diseñar, formular y ejecutar programas e instrumentos de investigación psicosocial de acuerdo, a la naturaleza, según normas y procedimientos vigentes.
- Elaborar informes técnicos sobre las evaluaciones prácticas, diagnósticos y trabajos realizados, según normas y procedimientos vigentes.
- Brindar seguimiento de acuerdo a la evaluación realizada para conocer el estado de avance de la persona.

- Orientar y supervisar estudiantes de prácticas de psicología, con miras a poner en práctica los conocimientos adquiridos y dar apoyo al trabajo realizado.
- Realizar estudios de casos con otras disciplinas con el objetivo de favorecer el desarrollo integral de la persona.
- Elaborar propuesta de reorganización de los métodos y procesos de trabajo que se utilizan en el puesto que ocupa.

### **Programas que ofrecen los Gabinetes Psicopedagógicos**

A continuación, se presentan los programas que se ejecutan en el Gabinete Psicopedagógico N.8 con su respectivo objetivo y la población a la que se dirige:

- **Como estudiar para lograr éxito en mis estudios** que tiene por objetivo fomentar los buenos hábitos y técnicas de estudio en los (as) estudiantes, dotándolos con estrategias de aprendizajes, para el logro de éxitos en sus estudios. Dirigido a la población estudiantil de 7°.
- **Caminando hacia el logro de un exitoso futuro profesional:** este programa tiene como objetivo orientar a los estudiantes hacia una adecuada selección del bachiller o modalidad considerando sus intereses, aptitudes y habilidades vocacionales y profesionales. Con los padres de familias está dirigido a informar sobre el proceso educativo de sus hijos en la elección de la carrera profesional. Dirigida a la población de 8°, 9°, 10°, 11° y 12°.
- **Educando para una sexualidad sana:** Tiene como objetivos generales el propiciar el desarrollo de una sexualidad sana y responsable en los estudiantes, mediante la orientación y los conocimientos de manera científica, según sus necesidades y prácticas frente a la sexualidad. Impartir una formación progresiva y adecuada sobre sexualidad humana tanto en lo biológico como en lo afectivo-social, persiguiendo la realización de una sexualidad plena y madura que permita a nuestra

población estudiantil una comunicación equilibrada con el otro sexo, dentro de un contexto de afectividad y responsabilidad. Población que se beneficia de este programa: básica general, pre media y media.

- **Comunidad educativa formadora de una cultura de paz:** brindar a la comunidad educativa las herramientas necesarias que promueven una cultura de paz en los centros educativos. Desarrollar en los padres y madres de familia habilidades y actitudes que le permitan ser eficaces en la educación de sus hijos. Brindar herramientas a los docentes que le permitan fomentar una cultura de paz en las aulas de clases. Fortalecer la inteligencia emocional de los adolescentes, con miras a la erradicación de la violencia en diferentes contextos donde se desenvuelven. Este programa es dirigido a la población de 7° a 12°.
- **Adaptación escolar a la premedia y media:** Lograr que los estudiantes realicen el proceso de transición y adaptación a la premedia y media de manera satisfactoria en lo académico, psicológico y social. La población estudiantil beneficiada por el programa es la de 6° y 7°.
- **Fortaleciendo la vida en familia:** Fortalecer en los padres y madres, las habilidades y actitudes que les permitan ser eficaces en la educación de sus hijos. Dirigido a los padres de familias de básica general, pre media y media.
- **Manejo de la disciplina asertiva:** Brindar a los padres y/o madres de familias herramientas y técnicas psicosociales que le permitirán lograr una disciplina asertiva en sus hogares. Brindar estrategias psicopedagógicas a los docentes para el manejo de la disciplina en las aulas y lograr un aprendizaje significativo. Conocer la importancia de la disciplina asertiva e internalizar dicho concepto en su vida cotidiana. Este programa va dirigido a la población de básica general, pre media y media
- **Pensando y actuando en valores:** Educar para la paz desarrollando valores, actitudes proactivas, habilidades cognitivas y emocionales que

transformen los conflictos en oportunidades creativas para una convivencia pacífica. La población que se beneficia de este programa es la de básica general.

#### **1.4. Objetivos**

Seguidamente, se presentan los objetivos alcanzados durante la práctica profesional guiada.

##### **1.4.1. Objetivos generales:**

- Aplicar los conocimientos adquiridos durante la formación profesional a la población de cobertura del Gabinete Psicopedagógico N.8 con sede en el Centro Educativo Claudio Vásquez.
- Brindar atención psicológica a las diferentes necesidades y demandas de la población de cobertura del Gabinete Psicopedagógico N. 8 con sede en el Centro Educativo Claudio Vásquez.
- Identificar los principales diagnósticos que se presentan en la población del Centro Educativo Claudio Vásquez.

##### **1.4.2. Objetivos específicos:**

- Identificar y determinar el componente de la población (docente, padres de familias o estudiantes) a tratar para establecer un diagnóstico en base a sus síntomas.
- Aplicar un instrumento a la población identificada para corroborar si justifica un tratamiento psicoterapéutico.
- Recomendar a la Dirección del Centro Educativo Claudio Vásquez, el abordaje de la población identificada previo a la implementación de la propuesta de psicoterapia.

## **1.5. Población Beneficiaria**

A continuación, se presentan los grupos que se beneficiaron con la práctica profesional guiada.

### **1.5.1. Beneficiarios directos**

El centro Educativo Claudio Vásquez, cuenta con una matrícula de 827 estudiantes y 32 docentes de grado. Se benefician directamente los estudiantes a través de las atenciones individuales y grupales.

La población beneficiada directamente durante el período de práctica profesional guiada fue en el programa manejo de la disciplina asertiva, 736 estudiantes de I a VI grado y 17 docentes.

También se beneficiaron 767 estudiantes de I a VI grado con el programa pensando y actuando con valores para una cultura de paz, además de 14 docentes.

Se beneficiaron un total de 316 estudiantes y 4 docentes, de los niveles de III, V y VI grados, con el programa cómo estudiar para lograr mis éxitos.

Los niveles de V y VI grados se beneficiaron con el programa educando para una sexualidad sana abarcando 249 estudiantes y 2 docentes. En el nivel de I grado, se beneficiaron 138 estudiantes y 3 docentes mientras que en el II nivel abarcó 118 estudiantes y 5 docentes.

Un total de 783 estudiantes y 22 docentes participaron en los talleres del programa comunidad educativa formadora de una cultura de paz, demostrando la necesidad de promover dicho valor.

Estudiantes de I a VI grado, con un total de 405 estudiantes y 14 docentes se beneficiaron con el programa fortaleciendo la vida en familia



Durante el período de práctica guiada fueron atendidos de manera individual 20 estudiantes, referidos por los docentes de grados por motivos tales como problemas de conducta (9), problemas emocionales (6), rendimiento académico (3) y motivos familiares (2). Se realizaron un total de 34 consultas por los docentes de grado, directores y padres de familias.

#### **1.5.2. Beneficiarios indirectos:**

A través de la realización de las actividades mencionadas anteriormente se pudieron beneficiar también y de manera indirecta la familia, la escuela en general, la comunidad, la Universidad Especializada de Las Américas, docentes y estudiantes en práctica.

#### **1.6. Cronograma de actividades:**

Durante el período de práctica profesional guiada realizada en el Centro Educativo Claudio Vásquez de la ciudad de Las Tablas, se realizaron múltiples actividades propias del Gabinete Psicopedagógico N. 8 como lo son:

**a.- Atención individual a estudiante:** las atenciones individuales a estudiantes se realizan una vez son referidos los casos al Gabinete Psicopedagógico y se logra la autorización para la atención de parte del acudiente, los estudiantes son evaluados según la necesidad que presenten y motivos de referencia.

**b.- Citas de seguimientos a padres de familias:** se citan a los acudientes para solicitarles la autorización para la atención mediante documento escrito debidamente firmado, se les realiza la entrevista psicológica y de estilos de crianza, se les comunican los resultados de las evaluaciones y se le dan recomendaciones.

**c.- Atención grupal:** es dirigida a la población estudiantil de I a VI grado, la misma se logra a través de la realización de talleres, conversatorios y videos relacionados con los diferentes programas de la Dirección Nacional de Psicoeducativos.

**d.- Aplicación y calificación de pruebas, cuestionarios, evaluaciones y test:** entre las que se pueden mencionar la aplicación del Test de Autoestima Escolar TAE –Alumno (Marchant, Torretti. S.f), Evaluación del Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad EDHA, Farré y Narbona (2013), Test de Percepción de Diferencias Caras-R, Thurstone y Yela (2012), Test Gestáltico Visomotor de Bender, (Bender, s.f), el Cuestionario de Depresión para niños CDS, Lang y Tisher (2014), Cuestionario de Personalidad para Niños CPQ, Porter y Cattell (2010) y el Inventario Burnout de Maslach.

**e.- Observaciones en el aula:** se realizan durante 45 minutos, con el fin de obtener información acerca del comportamiento y manejo de los estudiantes dentro del aula.

**f.- Redacción de informes y reportes:** se redactan informes y reportes de las atenciones realizadas a nivel individual y de los resultados de las evaluaciones, test y cuestionarios aplicados y se archivan en cada expediente.

Es importante destacar la celebración del día de las buenas acciones con una caminata por las principales calles de la ciudad de Las Tablas, beneficiándose 40 estudiantes, 46 padres de familia y 5 docentes, sin menospreciar el beneficio que causa a la comunidad estas actividades. Otra actividad de gran significación fue una capacitación del WISC-IV a 17 psicólogos de los Gabinetes Psicopedagógicos de la Provincia de los Santos en la aplicación y calificación de la evaluación.

**TABLA N. 1**

**CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES  
DE 2 de abril a 9 de mayo de 2018**

<b>Actividades</b>	<b>Semana 1</b>	<b>Semana 2</b>	<b>Semana 3</b>	<b>Semana 4</b>	<b>Semana 5</b>
Presentación y familiarización con el trabajo de gabinete y manejo de expedientes	✓				
Atención individual a estudiantes		✓	✓	✓	✓
Citas de seguimientos a padres de familias	✓	✓		✓	✓
Atención Grupal		✓	✓	✓	✓
Aplicación de cuestionarios, evaluaciones y test	✓		✓		✓
Observaciones en el aula				✓	✓
Calificación de Pruebas, test y evaluaciones	✓		✓	✓	✓
Redacción de informes y reportes	✓		✓	✓	✓
Caminata		✓			
Capacitación WISC IV		✓	✓		

## **CAPÍTULO II**

## **CAPÍTULO II. DESCRIPCIÓN DE LA PRÁCTICA PROFESIONAL**

### **2.1. Actividades realizadas**

Seguidamente se describen aquellas actividades más relevantes realizadas a lo largo del período de práctica profesional guiada y realizada en el Gabinete Psicopedagógico N.8 con sede en el Centro Educativo Claudio Vásquez de la ciudad de Las Tablas.

**Primer Día:** Se inició en el Gabinete Psicopedagógico donde se explicó cómo funciona el mismo, las actividades que se realizan, los niveles que asisten en los turnos matutino y vespertino, las horas en las que no se deben solicitar las atenciones tanto grupales como las individuales, cómo y quién refiere los casos, la programación semanal de la atención grupal y los días de atención individual. Los niveles asignados fueron los terceros y sextos grados para las atenciones grupales y de tener la disponibilidad de tiempo se puede brindar el apoyo con los otros niveles. Las atenciones individuales se asignan a medida que se referían los casos nuevos.

**Segundo Día:** Se coordina con los docentes del nivel de VI grado, para la aplicación del Test de Autoestima Escolar TAE –Alumno (Marchant, Torretti. S.f)

- En los grupos de sexto A y E se lo logró la aplicación del Test de Autoestima Escolar TAE-Alumno.
- Los grupos de sexto B y D se programaron para el miércoles 4 de abril y el grupo VI grado C se coordinó para el jueves 5 de abril.
- Se calificó el cuestionario aplicado al VI grado A dando los siguientes resultados: puntaje B =14; PE= 39; c= bajo.
- La coordinadora asigna un caso para atención individual por motivo de referencia emocional, la estudiante pertenece al Jardín de Infancia Lidia B. de Jaén. La solicitud la realizó el tío de la estudiante, quien labora como administrativo en el Centro Educativo Claudio Vásquez.

- Se llenó la citación para la madre de la estudiante ShGV.

### **Tercer Día:**

- Aplicación del TAE-Alumno a los grupos de VI grado B y D.
- Calificación del TAE-Alumno correspondiente al VI grado E, obteniendo como resultado tres estudiantes de 11 años, con un perfil bajo en el cuestionario: puntaje bruto PB=13, puntaje estándar PE=38; puntaje bruto=13, puntaje estándar PE: 38; puntaje=bruto 14, puntaje estándar PE=39.
- Calificación del TAE-Alumno correspondiente al VI grado B; tres estudiantes de este grupo presentaron puntuaciones propias de un perfil de baja autoestima, dos estudiantes tienen la edad de 11 años obteniendo un puntaje bruto PB=13, puntaje estándar PE=38; puntaje bruto PB=14, PE=39; puntuaciones que para esta edad tienen una puntuación cualitativa de bajo. El estudiante de 12 años obtuvo puntaje bruto PB= 14, Puntaje Estándar PE=39 resultando cualitativamente bajo.

### **Cuarto día:**

- Aplicación del TAE-alumno al sexto C.
- Atención a la madre de la estudiante ShGV; a la que se le explicaron los procedimientos realizados en el Gabinete Psicopedagógico y se le consultó si estaba de acuerdo con la atención para que firmara la autorización y de esa forma dar inicio a la atención de la estudiante, al tener la autorización se procede a realizar parte de la entrevista a la madre.
- Calificación del TAE-Alumno correspondiente al VI grado D: dos estudiantes de 11 años resultaron con puntuaciones propias de sujetos con baja autoestima: puntaje bruto PB= 10, puntaje estándar PE=34, puntaje bruto PB=13, puntaje estándar PE=38.

**Quinto día:**

- Calificación del TAE-Alumno correspondiente al VI grado C: en este grupo todos los estudiantes obtuvieron puntuación dentro del rango de lo normal.
- Se evalúan los resultados obtenidos en el TAE-Alumno donde se obtiene una muestra de ocho (8) estudiantes con un perfil de baja autoestima y se toma en consideración a dos estudiantes que obtienen puntuaciones dentro del rango normal, ya que al analizar el test se observa que en los ítems correspondientes a la apariencia física obtienen 0 puntos por lo que, en común acuerdo con la coordinadora del equipo de Gabinete y tomando en consideración que los mismos están en la pubertad y donde su autoestima puede verse afectada por la percepción que tenga respecto a la apariencia física, se decidió incluirlos dentro de la muestra para la realización del taller grupal del programa educando para una sexualidad sana.

**Sexto día:**

- Arreglo de canastas de alimentos secos, para donarlas al Hogar de Ancianos y Nutre Hogar como parte de la celebración del día de las buenas acciones.
- Atención Grupal a los niveles de III grado logrando la atención de 22 estudiantes del E y 23 estudiantes del D, a través de videos y conversatorio, con el tema el Valor de la Responsabilidad.
- Atención Grupal al V grado D con un video titulado LEGO, en el mismo se enfatiza la superación personal y el valor de la responsabilidad y honestidad.

**Séptimo día:**

- Atención grupal de 25 estudiantes del V grado A, con el tema de superación personal titulado LEGO.
- Atenciones grupales a través de videos y conversatorios dirigida al grupo VI grado B, cubriendo un total de 21 estudiantes con el tema hábitos de estudios.

- Se continuó con el apoyo para el arreglo de las canastas para la actividad de las buenas acciones.

**Octavo día:**

- Atención individual del caso de la estudiante SHGV, de 4 años de edad. Se inicia la atención con la madre para completar las partes faltantes de la entrevista y que la misma llenara la hoja de referencia de entrada del caso a Gabinete Psicopedagógico, se le pregunta sobre el estado de ánimo de la estudiante. Se procede a la atención con la niña.
- Atención grupal a los estudiantes de IV grado abarcando del A 22 estudiantes y del D un total de 20 estudiantes, con talleres sobre bullying dentro del programa disciplina asertiva y el valor de la solidaridad en el programa pensando y actuando en valores.

**Noveno día:**

- Atención grupal, durante este día se cubrieron los grupos de III grado con el tema responsabilidad mediante un video y conversatorio, enfocado en al programa pensando y actuando en valores para una cultura de paz, beneficiándose 23 estudiante del grupo C y 24 estudiantes del F.

**Décimo día:**

- Atención grupal a través de videos y conversatorios para que reflexionen sobre la importancia de los valores: con el tema LEGO dirigido a orientar a los 25 estudiantes de V grado C, en la importancia de la responsabilidad, perseverancia y honestidad como claves de la superación personal correspondientes al programa como estudiar para lograr éxitos en mis estudios y capacitación con el tema el valor de la responsabilidad del programa pensando y actuando en valores para una cultura de paz a 23 estudiantes de III grado A.



- Se asignan dos casos para atención individual MQM y BAC, pertenecientes a la Licenciada Verónica Hernández, quien ya había enviado las citaciones para los acudientes.

#### **Décimo primer día:**

- Atención grupal a 22 estudiantes del III grado B, enfatizando el valor de la responsabilidad correspondiente al programa pensando y actuando en valores para una cultura de paz.
- Se entregan las citaciones a los docentes de grados para que las envíen a los acudientes de los casos correspondientes a MQM y BAC.

#### **Décimo segundo día:**

- Atención individual a la madre de la estudiante MQM, con el fin de dar a conocer al acudiente el motivo por el que fue referida la niña. Explicarles los procedimientos a seguir en Gabinete Psicopedagógico y lograr la autorización para la atención. Se aplica a la señora evaluación del trastorno por déficit de atención con hiperactividad EDHA, Farré y Narbona (2013).
- Se llena el reporte de seguimiento de atención de casos.
- Se califica el EDHA realizado por la madre, donde según puntuaciones indican riesgo elevado para hiperactividad, déficit de atención, trastorno de conducta y para hiperactividad más déficit de atención
- Se llena el formato de interpretación de pruebas, *Ministerio de Educación. (2011). Interpretación de pruebas.*, para que repose en el expediente.

#### **Décimo tercer día:**

- Se le entrega evaluación EDHA a la maestra para obtener información sobre la conducta de la estudiante MQM.
- Atención individual se le explica al acudiente del estudiantes BAC, el motivo de referencia indicado por el docente de grado y los procedimientos que se realizan en el Gabinete Psicopedagógico, se logra la autorización de la

acudiente para la atención del estudiante y se inicia con la entrevista psicológica, *Ministerio de Educación. (2011). Entrevista psicológica.*

- Se llena el reporte de seguimiento a la atención individual de BAC.
- Se le entrega formato de entrevista al docente, *Ministerio de Educación. (2011). Entrevista al docente.*, con el fin de que la llene y lograr información acerca de la conducta y emociones del estudiante BAC.
- Se llena el formato de citación para la atención de la estudiante SHGV.
- Atención grupal, con el tema LEGO dirigido a orientar a los estudiantes de quinto grado B, en la importancia de la responsabilidad, perseverancia y honestidad como claves de la superación personal. Se beneficiaron 32 estudiantes.

#### **Décimo cuarto día:**

- Se da seguimiento a los casos de atención individual, visitando el salón de la maestra de MQM para recoger la evaluación EDHA y entregarle el formato de la entrevista, *Ministerio de Educación. (2011). Entrevista al docente.*
- Se llena el reporte de seguimiento de atención individual.
- Se califica la evaluación EDHA realizada por la maestra y se llena el formato de interpretación de pruebas, *Ministerio de Educación. (2011). Interpretación de pruebas.* Los resultados de la evaluación indica riesgo elevado para hiperactividad, déficit de atención y en hiperactividad más déficit de atención.
- Atención individual al estudiante BAC, se realiza al estudiante la entrevista psicopedagógica, *Ministerio de Educación. (2011). Entrevista psicopedagógica.*
- Se lleva citación para la acudiente del estudiante BAC.

#### **Décimo quinto día:**

- Atención individual del caso de SHGV, la madre llena la referencia, *Ministerio de Educación. (2011). Hoja de referencia de caso.* Se atiende a la estudiante,

se le consulta sobre su estado de ánimo, se le pregunta sobre su familia, se le explica que su familia ha cambiado y el motivo del porqué ha cambiado.

- Se llena el reporte de seguimiento de atención individual del caso de SHGV.
- Atención individual a los padres de la estudiante MQM, donde se le explican los resultados de la evaluación EDHA realizadas tanto a la madre como a la maestra, se les comunica que a la estudiante se le aplicaran evaluaciones para apoyar los resultados hasta el momento obtenidos, además se les explica que hay la posibilidad que el caso sea referido a la especialidad psicología clínica, tomando en consideración los resultados de las evaluaciones que se le aplicarán en la sesión con la niña, luego se realiza la entrevista de prácticas de crianza, *Ministerio de Educación. (2011). Entrevista de práctica de crianza.*, con el fin de conocer el manejo de las normas en el hogar.
- Se llena el reporte de seguimiento de caso de MQM.

#### **Décimo sexto día:**

- Atención individual de la estudiante MQM, se procede a la aplicación del Test de Percepción de Diferencias Caras-R, Thurstone y Yela (2012), seguidamente se le hizo la entrevista psicopedagógica a la estudiante, Ministerio de Educación. (2011). Entrevista psicopedagógica. Se llena el reporte de seguimiento de caso.
- Se califica e interpreta el Test de Percepción de Diferencias Caras-R, Thurstone y Yela (2012).
- Se busca la entrevista aplicada al docente por el caso del estudiante BAC.
- Atención individual de la acudiente del estudiante BAC, con el fin de darle a conocer la información faltante en la entrevista y comunicarle el estado emocional del estudiante y a la vez obtener información acerca de la conducta del estudiante en casa. Se le informa que se le aplicarán evaluaciones.
- Atención grupal de III grado B, beneficiándose 21 estudiantes con el tema prevenir el acoso escolar a través de un video-taller, donde cada participante

realizaba su escudo anti-bullying, actividad correspondiente al programa disciplina asertiva.

- Se pegan los escudos realizados por los niños en el mural para que los visitantes de la comunidad educativa en general lo puedan observar.

**Décimo séptimo día:**

- Se aplica el cuestionario de depresión para niños CDS, Lang y Tisher (2014) al estudiante BAC.
- Se llenan los reportes de seguimiento a las atenciones individuales de los casos de SHGV y BAC.
- Se califica e interpreta el Cuestionario de Depresión para Niños (CDS), Lang y Tisher (2014).

**Décimo octavo día:**

- Atención grupal a través de video sobre prevención del acoso escolar y el valor del respeto, realización de taller donde cada estudiante confeccionaba su escudo anti-bullying, con los grupos de III grado D, beneficiándose un total de 23 estudiantes; E con 24 beneficiados y del F un total de 23 estudiantes. Cada grupo fue atendido en una sesión de 45 minutos.

**Décimo noveno día:**

- Se le solicita a la docente de grado del I grado C, la autorización para realizar observación de la conducta de la estudiante MQM, la misma tuvo una duración de 45 minutos durante la asignatura de inglés.
- Se llena el reporte de la observación realizada en el aula de la estudiante MQM.
- Se llena el formato de interpretación de prueba *Ministerio de Educación. (2011). Interpretación de pruebas.*; para la evaluación CDS aplicada a BAC.

**Vigésimo Día:**

- Atención grupal de 24 estudiantes del III grado C, con el tema prevención del acoso escolar y realización de taller donde cada estudiante confeccionaba su escudo anti-bullying, correspondiente al programa disciplina asertiva.
- Atención grupal a 22 estudiantes del grupo del VI grado A, con los temas Dile No al Acoso escolar y el valor del respeto. Talleres correspondientes a los programas disciplina asertiva y pensado y actuando con valores para una cultura de paz.

**Vigésimo primer día:**

- Se solicitó a la maestra de grado un espacio para la aplicación de Test Gestáltico Visomotor de Bender, (Bender, s.f), a la estudiante MQM y una vez autorizada se procede a la aplicación.
- Se cubrió el grupo del IV grado A, con el taller hábitos de estudios, correspondiente al programa cómo estudiar para lograr éxitos en mis estudios.
- Se califica el Test Gestáltico Visomotor aplicado a MQM y se interpretan los resultados.
- Se llena el reporte de seguimiento de caso de la evaluación de la estudiante MQM.

**Vigésimo Segundo día:**

- Aplicación de la primera parte del Cuestionario de Personalidad para Niños CPQ, Porter y Cattell (2010), al estudiante BAC.
- Se llena el reporte de la aplicación de la evaluación del estudiante BAC.
- Por solicitud de la Dirección del centro educativo, se realiza observación durante 45 minutos a un estudiante con problemas de conducta, que durante dos días se había mantenido muy inquieto y no permitía el desarrollo adecuado de las clases.

**Vigésimo tercer día:**

- Aplicación de la segunda parte del Cuestionario de Personalidad para Niños CPQ, Porter y Cattell (2010) al estudiante BAC.
- Se llena el reporte para dejar constancia en el expediente de la aplicación de la evaluación del estudiante BAC.
- Se califica y se interpreta el Cuestionario de Personalidad para Niños.
- Se atiende el grupo de V grado, con el tema el poder de la solidaridad y el bullying.

**Vigésimo cuarto día:**

- Atención grupal del VI grado A, con los temas el Valor del Respeto y Dile No al Bullying.
- Se llenan las citaciones para los acudientes de los estudiantes BAC y MQM, con el fin de canalizar los casos a las especialidades psicología clínica y paidopsiquiatría.
- Se atiende el II grado C, con el tema hábitos de estudios.

**Vigésimo quinto día:**

- Se cita a la estudiante SHGV para dar seguimiento al caso.
- Se llenan las referencias para las especialidades psicología clínica y paidopsiquiatría, donde se coloca el motivo por el cual fueron referidos los estudiantes, los resultados de las evaluaciones y observaciones. Las mismas son firmadas por los docentes de grado, la directora del centro educativo y por el psicólogo especialista.
- Se cubre el grupo IV grado A, con el tema Métodos de Estudio.

### **Vigésimo sexto día:**

- Se cita a las acudientes de los estudiantes BAC y MQM, para comunicarle resultado de evaluaciones y entregarles las referencias para las especialidades psicología clínica y paidopsiquiatría.

### **Casos de atención individual**

Durante el período de práctica profesional se asignaron tres casos para la atención individual por los siguientes motivos de referencias: dos emocionales, uno conductual, los cuales se detallan a continuación,

#### **Caso N. 1**

##### **Datos Generales**

**Nombre:** MQM

**Centro educativo:** Claudio Vásquez

**Fecha de Nacimiento:** 5/1/12

**Edad:** 6 años

**Grado:** I grado C

**Nombre de la madre:** GM

**Motivos de referencia señalados:** la estudiante es referida por docente de grado la que expresa que "...no se concentra al realizar las actividades en el aula, se entretiene mucho y no termina las labores a su tiempo. Se le explica y hay que hacerlo muchas veces porque no se concentra...".

**Relato de sesión:** al comentarle a la madre sobre el motivo de la citación y por qué había sido referida la estudiante, la señora manifiesta que "...en pre kínder y kínder la niña no prestaba atención, era muy inquieta y cuando la regaña la niña dice que no la quiere, me grita no te quiero si no la dejo hacer lo que ella quiere...".

**Entrevista Psicológica al acudiente:** MQM es la primogénita del hogar y en lo referente al embarazo, según manifiesta la madre no tuvo abortos previos, fue un embarazo deseado, en ese momento tenía 31 años de edad, recibió control médico, se realizó aproximadamente 6 ultrasonidos, tomó las vitaminas recetadas

por el doctor y la evolución fue normal. Su salud física y emocional fue estable. Se alimentó apropiadamente, no hubo traumas físicos, ni violencia familiar, no consumió bebidas alcohólicas ni fumó y se mantuvo durante todo el embarazo con buen estado de ánimo.

El parto ocurrió en el hospital Joaquín Pablo Franco Sayas, la labor fue complicada, no rompía fuente y el doctor tuvo que romperla y el parto fue vaginal, pesando 3.5 libras y la talla fue 5.1, una vez nació la niña la madre mantuvo una actitud positiva y tranquila. Dio pecho, la niña logró un sueño tranquilo a los dos 2 meses. El desarrollo psicomotor según la madre fue normal, a los dos meses sostuvo la cabeza, se sentó a los seis 6 meses y gateo poco después que logró sentarse, el control de los esfínteres fue logrado al año y unos meses, en lo que respecta al lenguaje le costaban las letras r, l y d; asistió a fonoaudiología, pero no la siguió llevando porque cambiaban mucho las citas. Existen antecedentes por la línea paterna de dificultades de aprendizaje. Aún se amarra los zapatos con dificultad.

En las relaciones familiares la madre manifiesta que a pesar que son amorosos no le pueden dedicar mucho tiempo debido a que ambos trabajan, la niña queda al cuidado de la madre y su relación con el hermano menor es bastante conflictiva, pelean constantemente. La abuela materna es quien cuida a la estudiante.

Dentro de las manifestaciones conductuales la madre expresa que MQM es muy inquieta, tanto en casa, como en la escuela.

Según expresó la madre el problema inicia en la etapa escolar debido a que desde el preescolar la citaban por la inquietud de la estudiante.

**Entrevista al docente:** según los resultados de la entrevista aplicada a la docente la misma manifiesta que la salud física de la estudiante es buena, en cuanto a la reacción de la estudiante en el contexto escolar se adapta al grupo, hace amigos fácilmente y no es rechazada por sus compañeros, es desorganizada en su



trabajo, muestra desagrado por la asignatura de español, se levanta constantemente del puesto, no termina los trabajos que se le asignan y para que siga instrucciones hay que indicárselo muchas veces. En la parte de observación conductual del formato de entrevista la maestra manifiesta que "... la estudiante se levanta mucho, no está tranquila en su puesto, sale mucho del salón y molesta a sus compañeros; cuando se está explicando la clase se le tiene que pedir muchas veces que preste atención, se entretiene mucho y pasan interrumpiendo la clase..."; tomó la acción de sentarla cerca de su escritorio, entre las fortalezas de la estudiante están que expresa sus ideas y en las observaciones generales la maestra manifiesta es muy lenta al realizar las actividades porque se entretiene mucho.

**Entrevista psicopedagógica a la estudiante:** la información obtenida con respecto a la relación con los padres es buena, manifiesta la estudiante que su abuela si la ponen a estudiar y a hacer las tareas cuando llegan a casa , le ayuda preguntándole las lecciones y explicándole las tareas. Le gusta el futbol, se considera cariñosa obediente, aplicada y tímida. Entre sus fortalezas está el hecho que le gusta ir a la escuela. La estudiante considera que no debe mejorar nada.

**Entrevista sobre la práctica de crianza:** para esta entrevista se tuvo la oportunidad de contar con la participación de ambos cónyuges y manifestaron que en el hogar no hay normas ni límites establecidos, tampoco hay labores y responsabilidades asignadas a la estudiante. La estudiante pasa la tarde con su abuela y después de las 5:00 p.m., queda bajo el cuidado de su madre quien es la que por lo general se ocupa de ponerla a realizar las tareas que no terminó donde la abuela, el padre se involucra poco debido a que labora como independiente y no tiene un horario fijo de retorno al hogar.

**Evaluaciones aplicadas:** para este caso se aplicaron las evaluaciones EDHA a la madre y docente y a la estudiante el Test de Percepción de Diferencias CARAS-R , Thurstone y Mela (2012) y Test Gestáltico Visomotor Para Niños.

- **EDHA realizado por la madre:** las puntuaciones en percentiles fueron para hiperactividad 95, déficit de atención 99, trastorno de conducta 97 y déficit de atención más hiperactividad 99; por lo que todas las puntuaciones indican riesgo elevado.
- **EDHA realizado por la maestra:** las puntuaciones en percentiles fueron para hiperactividad 97, déficit de atención 92, trastorno de conducta 97 y déficit de atención más hiperactividad 97; puntuaciones que indican riesgo elevado para hiperactividad y trastorno de conducta y déficit de atención más hiperactividad.
- **Test de Percepción de Diferencias CARAS-R, Thurstone y Yela (2012):** la estudiante obtuvo los siguientes resultados en el índice de control de impulsividad un eneatispo ( $E_n=1$ ) indicativo de bajo control de impulsividad, aciertos netos un eneatispo ( $E_n=1$ ) indicando un rendimiento muy bajo y en errores un eneatispo ( $E_n=9$ ) lo que indica un nivel muy alto de errores en comparación con otros niños de su edad.
- **Test Gestáltico Visomotor Para Niños:** obtuvo una puntuación de diecinueve 19, este resultados indica un nivel de maduración de 4 años 1 mes y en los indicadores emocionales la estudiante realizó rayas en lugar de círculos y la sustitución de círculos por rayas se asocia con impulsividad y falta de interés o atención en niños pequeños.

**Observaciones en el aula:** la observación se realizó durante 45 minutos y en ese tiempo la estudiante se levantaba constantemente de la silla, dejaba caer los útiles escolares para levantarse a recogerlos, subía los pies sobre el maletín o en la silla ubicada delante, llamaba a los estudiantes, era poco lo que trabajaba en su cuaderno.

En la sesión de entrevista sobre práctica de crianza se le brinda psicoeducación a los padres de la estudiante con información sobre la importancia de la disciplina positiva; y se le asignó de tarea para la casa registrar la conducta de la estudiante

marcando con ganchos o caritas felices/tristes dependiendo el comportamiento de la niña y la respuestas a sus asignaciones.

**Impresión diagnóstica:** tomando en consideración los datos obtenidos durante el proceso de atención psicológica, los resultados de las evaluaciones y observaciones realizadas en el aula, se concluye que la estudiante presenta un posible F90.0 trastorno de la actividad y la atención, según CIE-10 (1992).

Este caso fue referido a las especialidades de psicología clínica y paidopsiquiatría de la Policlínica Miguel Cárdenas Barahona con el fin de confirmar el diagnóstico.

**Realizado por la Licenciada:** Dayana Jaén. CIP 3094.

## Caso N. 2

### Datos Generales

**Nombre:** BAC

**Centro educativo:** Claudio Vásquez

**Fecha de Nacimiento:** 21/3/2008

**Edad:** 10 años

**Grado:** IV grado B

**Nombre de la madre:** RV (abuela)

**Motivos de referencia señalados:** el estudiante es referido por el docente de grado el que expresa que "...el estudiante refleja conducta impulsiva y poco interés para terminar sus trabajos...".

**Relato de sesión:** al comentarle a la abuela sobre el motivo de la citación y por qué había sido referido el estudiante, la señora manifiesta que "...*el estudiante en el aula no copia, habla mucho, llega sucio y miente diciendo que no le dejaron nada para estudiar...*". También expresa que puede ser debido a que extraña a su familia, ya que él fue traído a Las Tablas para que estudiara debido a que la madre no puede cuidarlo porque trabaja por turnos, el padre está en España, solo conversa con ellos por teléfono pero muy pocas veces a la semana, en ocasiones solo escriben para saber cómo se está portando y saber si está bien.

**Entrevista psicológica al acudiente:** BAC es el primogénito del hogar y según comunica la abuela materna del estudiante, al momento del embarazo la madre tenía 18 años, desconoce si hubo abortos previos, fue un embarazo deseado y recibió control médico y la evolución del embarazo fue normal. La salud física y emocional al momento del embarazo fue inestable, se alimentó apropiadamente y la señora manifiesta que considera que si hubo presencia de traumas físicos debido a que su hija era golpeada por su pareja y la salud emocional de la señora no era favorable, ya que la violencia era tanto física como emocional. Según expresa la señora RV, su hija consumió constantemente bebidas alcohólicas y fumó durante el embarazo.

El parto ocurrió en Valencia, España, no maneja información de cuantos fue el peso y la talla del bebe, la labor fue normal, recibió atención y el parto fue vaginal, y según lo que pudo observar en las fotos que le mandaron la madre de BAC se veía feliz. El bebé se alimentaba del pecho materno pero desconoce por cuanto tiempo. En el desarrollo psicomotor según los conocimientos de la acudiente, el bebé logró sostener la cabeza, se sentó y caminó, ella considera que todo fue dentro del límite de tiempo normal, ya que su hija nunca le comentó que el bebé tuviera algún problema. No existen antecedentes por la línea materna de dificultad intelectual y epilepsia, la señora desconoce si por la familia paterna puedan existir estas condiciones. Si existe la presencia de dificultades de aprendizaje por la línea materna específicamente una tía de BAC y la presencia de déficit de atención en un primo del estudiante. En la línea materna hay problema con el uso indebido de droga y de alcoholismo y por lo que conoce de la línea paterna el papá de BAC, tiene problemas de alcoholismo.

**Enfermedades y padecimientos del niño:** según expresa la acudiente es alérgico al camarón y picada de avispas, ha tenido caídas, pero sin pérdida de conocimiento, no ha convulsionado hasta el momento, si le dan dolores de cabeza frecuentemente. El niño duerme bien, se viste solo, su alimentación es normal y tiene control de los esfínteres anal y vesical.

En las relaciones familiares manifiesta la señora que la relación del estudiante con ambos progenitores es ausente debido a que se separaron y el padre se quedó viviendo en España y la madre se fue a Panamá a trabajar y desde febrero no ha regresado a verlo, debido a que el trabajo no le permite viajar lo llaman muy poco a veces solo escriben para preguntar como está. El niño tiene una hermana de 3 años y no la ha vuelto a ver desde que iniciaron las clases, manifiesta que se encuentra viviendo en Chepo de las Minas con un familiar de la actual pareja de la mamá de BAC. Es por este motivo que la señora RV, quien es la abuela materna tiene bajo su cuidado al estudiante. La relación con otros familiares es amorosa y cercana y con los niños de la comunidad comparte muy poco debido a que viven

en un área insegura. Dentro de las manifestaciones conductuales la acudiente expresa que BAC es mentiroso, ya que miente en relación a las cosas escolares, no copia los deberes, dice que no le dejaron nada de estudiar, llora cuando le mencionan a su hermana, hay momentos en que se aísla de los adultos, se nota pensativo y se pone muy triste cuando le mencionan a su mamá o papá.

**Acontecimientos importantes en la vida del niño:** según la abuela el niño se ha visto afectado por el divorcio de sus padres, cambios frecuentes de hogar debido a que la madre quedó con su tutela y en un inicio residían en Valencia, España, de allí viajaron a Panamá, luego a Chepo de las Minas y nuevamente se trasladan en el 2017 a Panamá y a inicios de este año fue traído a Las Tablas para que estudiara, otro acontecimiento es el cambio frecuente de escuelas.

Según expresó la acudiente el problema inició desde el mes de febrero cuando fue dejado bajo su cuidado, para que asistiera a la escuela en Las Tablas y su madre se quedó trabajando en Panamá.

**Entrevista al docente:** en cuanto a la relación del estudiante en el contexto escolar el niño es aceptado por los otros compañeros, se adapta al grupo, pero en ocasiones presenta indiferencia hacia sus compañeros, no es desorganizado, muestra desagrado por la asignatura de Inglés y tiene preferencia por la asignatura de deportes, acerca la cabeza al cuaderno cuando escribe, se levanta constantemente del puesto, sigue instrucciones, pero ocasionalmente no termina los trabajos que se le asignan. En el punto de observación del estudiante en el aula, el docente expresa que en algunas ocasiones el estudiante se distrae cuando él está explicando clases. Actúa llevando el caso a subdirección para comunicar el motivo de apatía y desinterés.

En los aspectos metodológicos manifiesta el docente que el estudiante se adapta a las estrategias de enseñanza que utiliza debido a que interactúa y participa, el docente de grado no brinda reforzamiento al finalizar la jornada.

Entre las fortalezas con las que cuenta el estudiante el docente manifiesta que es un niño obediente, trabaja en clases y participa.

**Entrevista psicopedagógica al estudiante:** la información obtenida con respecto a la relación con los padres es distante porque no puede compartir con ellos, tiene una hermana menor que él, pero también reside en otro lugar y la extraña mucho. Le dedica dos horas a sus estudios y recibe apoyo en casa de parte de sus tías, no ha reprobado en los grados anteriores, en su tiempo libre practica deportes y escucha música. Las asignaturas que más le agradan y se le hacen más fáciles a la hora de estudiar son las de agropecuaria, tecnología y matemáticas, se considera buen estudiante. Al preguntarle si tiene amigos manifiesta que sí y principalmente son sus tías. Se considera obediente, amable, a veces agresivo cuando se molesta por algo, ordenado, a veces es aplicado y comunicativo. Entre sus fortalezas expresó que es honesto, piensa que debe mejorar su comportamiento, ya que a veces se porta mal y molesta a sus compañeros.

**Evaluaciones aplicadas:** para este caso se aplicaron las evaluaciones Cuestionario de Depresión Para Niños CDS, Lang y Tisher (2014), y el Cuestionario de Personalidad Para Niños CPQ, Porter y Cattell (2010).

- **Cuestionario de Depresión Para Niños CDS, Lang y Tisher (2014):** este cuestionario tiene dos dimensiones globales obteniendo los siguientes resultados: en la dimensión global depresiva un percentil de 65 esta puntuación indica un rango cualitativo medio y en la dimensión total positiva un percentil de 75 lo que indica un rango cualitativo alto. Las Escalas con puntuaciones altas fueron: preocupación por la muerte un percentil de 96 (alta), respuesta afectiva un percentil de 90 (alta) y la escala de ánimo alegría un percentil de 85 (alto). El resto de las puntuaciones estaban dentro del rango normal.
- **Cuestionario de Personalidad Para Niños CPQ, Porter y Cattell (2010):** puntuó bajo en los siguientes factores: Factor B puntuó 1, este resultado es

propio de niños con inteligencia baja y pensamiento concreto; Factor E puntuó 1, propio de niños sumisos, obedientes y que ceden fácilmente; Factor D puntuación de 3, esta puntuación es propio de niños calmosos, poco expresivos y emocionalmente plácidos. En los factores de segundo orden puntuó bajo en QIII con 2.7, esta puntuación indica calma y sensibilidad blanda. El resto de las puntuaciones estaban dentro del rango normal.

**Observaciones generales del caso:** Es importante aclarar que el caso fue referido por motivo conductual, pero al realizar la entrevista y conversar con el docente se decide que el motivo es emocional, ya que el docente dice que lo refirió por impulsividad debido al hecho que el estudiante estaba triste, porque extrañaba a su familia y se retiró del centro educativo y caminó hasta la Plaza Praga. El estudiante durante la primera atención destinada a la entrevista psicopedagógica lloró durante casi toda la intervención y manifestaba que extraña mucho a su familia, que no los veía desde febrero y cuando se aplicó el Cuestionario de Depresión Para Niños CDS, Land y Tisher (2014), fue notorio el cambio en su rostro ante la pregunta: a veces creo que mi padre/madre hace o dice cosas que me hacen pensar que he dicho algo terrible; inmediatamente bajó su rostro y se le humedecieron los ojos.

Con el estudiante BAC no se logró realizar ninguna intervención fuera de las realizadas para obtener información a través de la entrevista y la aplicación de evaluaciones, debido a que el estudiante se ausentó unos días del centro educativo por motivo de enfermedad.

**Impresión diagnóstica:** tomando en consideración los datos obtenidos durante el proceso de atención psicológica, los resultados de las evaluaciones y observaciones, se concluye que por falta de datos sobre antecedentes a nivel emocional, conductual y del rendimiento académico del estudiante en años



anteriores, se establece un posible diagnóstico de F43.23 Trastorno adaptativo con reacción mixta de ansiedad y depresión (provisional), según CIE-10 (1992).

Este caso fue referido a la especialidad de psicología clínica de la Policlínica Miguel Cárdenas Barahona con el fin de confirmar el diagnóstico.

**Realizado por la Licenciada:** Dayana Jaén. CIP 3094.

### **Caso N. 3**

#### **Datos Generales**

**Nombre:** SHGV

**Centro educativo:** Jardín de Infancia Lidia B. de Jaén

**Edad:** 4 años

**Nombre de la madre:** EV

**Motivos de referencia señalados:** la estudiante es referida por su madre la que expresa que "...*la estudiante tenía mucha tristeza, ira, silencio y llanto en exceso innecesario...*".

**Relato de sesión:** según manifiesta la madre la estudiante desde exactamente el lunes 9 de abril, llora constantemente, no duerme bien, pregunta constantemente por el padre quien falleció el 13 de marzo, según la madre la niña expresa frases como: *¿Por qué no me quiere ver?, ¿Cuándo murió?, ¡lo extraño mucho!* . Lloro mucho y por cosas innecesarias sobre todo cuando se le da instrucciones como que tiene que cepillarse los dientes, bañarse. Según lo que expresa la madre, la niña siempre ha tenido un carácter fuerte, y pelea mucho con su amiguita con quien están viviendo después de la muerte del señor, cuando la amiga no quiere jugar lo que ella dice la esquivo y en dos ocasiones la ha mordido en los dedos. La niña revisa el celular para ver las fotos de su papá, por lo general se queda en silencio y cuando dice algo es expresando *¡extraño mucho a papá!* Al dormir se sobresalta, no quiere dormir sola y se sienta. En el área académica, según

expresa la madre la estudiante no ha cambiado su rendimiento, se porta bien, atiende a las instrucciones, se come la merienda que lleva, la madre conversó con la maestra y le manifestó que la niña no ha cambiado su comportamiento. Comunica que tiene cita con el paidopsiquiatra el día 25 de abril.

**Entrevista psicológica al acudiente:** SHGV, es hija única, no hubo embarazo ni abortos previos, la madre de la estudiante tenía 17 años cuando quedó embarazada, fue un embarazo no deseado, recibió control médico y la evolución del embarazo fue complicada, ya que tuvo varias amenazas de pérdidas. La salud física y emocional al momento del embarazo fue inestable, se alimentó apropiadamente y no hubo traumas físicos ni enfermedades. El estado emocional de la señora no fue favorable, debido a que al inicio del embarazo el padre de la niña le reclamaba su pasado y porque la madre de ella se fue a vivir con ellos y estas situaciones la mantenían muy triste y lloraba casi todas las noches después que el señor llegaba de trabajar. Se realizó aproximadamente 4 ultrasonidos, y tomó los medicamentos que le recetaron. Según expresa la señora no consumió bebidas alcohólicas, ni fumó durante el embarazo.

El parto ocurrió en el Hospital Joaquín Pablo Franco Sayas y la bebé pesó 6 libras con 3 onzas y su talla fue 46 centímetros. El parto fue vaginal y la labor fue normal, recibió atención y el estado emocional de la madre después del parto era de felicidad y una actitud positiva. La bebé se alimentaba del pecho materno durante aproximadamente 1 año, tenía un sueño tranquilo y desde el nacimiento presentó estreñimiento. En cuanto a el desarrollo perceptual y psicomotor el reflejo de succión fue inmediatamente después del nacimiento, buscaba con la vista en la primera semana, sostuvo la cabeza al mes, se sentó a los 4 meses, gateó a los 6 meses en un inicio se arrastraba y días después logró el gateo de 4 puntos, controló los esfínteres al año aproximadamente, caminó cuando tenía 1 año y 2 días, su primera palabra (mamá) la dijo a los 7 meses. Existen antecedentes por la línea materna de dificultad para escribir en un tío de la niña, y el tío de la niña tiene diagnóstico déficit de atención con hiperactividad.

Enfermedades y padecimientos del niño: según expresa la madre la niña ha tenido problemas de bajo peso, alérgica al polvo y cuando se pone abanico se agita, ha tenido caídas pero sin pérdida de conocimiento, no ha convulsionado hasta el momento, ha tenido vómitos y enfermedades virales. Se come las uñas desde que dejó de chuparse el dedo.

Hábitos la niña aún se amarra los zapatos con dificultad, el sueño es intranquilo hay veces que se duerme tarde, se viste sola con dificultad y tiene control de los esfínteres anal y vesical.

En las relaciones familiares manifiesta la madre que la relación de la estudiante con ella es conflictiva debido a que no sigue las indicaciones que le da, con su padre es ausente debido a que murió pero antes del fallecimiento era muy afectiva, no tiene hermanos, con otros familiares y niños es amorosa.

Dentro de las manifestaciones conductuales, la madre manifiesta que SHGV, en ocasiones se aísla aproximadamente de 2 a 3 veces al día y siente que es con el fin de que se le pregunte qué le pasa, llora constantemente cuando se le da cualquier instrucción, es afectuosa, independiente, hace amigos fácilmente, se desespera en algunos momentos en que extraña al papá y sabe que no va regresar, se le nota triste cuando recuerda al papá y siente miedo de los monstruos y brujas (miedo inculcado).

Acontecimientos importantes en la vida del niño: el fallecimiento del padre el 13 de marzo de 2018 y cambio frecuente de hogar, ya que después del fallecimiento del señor se fueron a vivir a la casa de la madrina de la niña, pero solo será por un tiempo hasta que se sienta con ánimos de regresar a la casa.

Según expresó la acudiente el problema inició desde el día 15 de marzo, dos días después del sepelio del señor, cuando fue llevada a casa y no vio el ataúd donde estaba su papá.

Debido a la edad de la estudiante no se consideró la aplicación de evaluaciones y no se lograron hacer observaciones en el aula debido a que estudia en otro centro educativo.

Una vez recogida la información de la entrevista psicológica y acontecimientos importantes en la vida de la estudiante y en base a que la atención fue solicitada por la madre debido a que la niña recientemente había sufrido la pérdida de su padre se procede a realizar las sesiones de terapia y seguimiento para acompañarla en su proceso de duelo.

Es importante mencionar que la estudiante fue referida por el pediatra a paidopsiquiatría, especialidad de la que ya está recibiendo la atención.

**Impresión diagnóstica:** tomando en consideración los datos obtenidos durante el proceso de atención psicológica, se concluye que la estudiante hasta el momento está llevando un duelo no patológico y presenta un posible Z63.4 problema relacionado con desaparición o muerte de miembro de familia, según CIE-10 (1992).

### **Sesión N. 1: Psicoeducación.**

**Nombre del Paciente:** SHGV

**Edad:** 4 años

**Escuela:** Jardín de Infancia Lidia B. de Jaén

**Nivel:** Preescolar

**Objetivos:** instruir a la madre sobre las etapas del duelo, con el fin de identificar cuales está vivenciando la estudiante.

Lograr que la estudiante reconozca la pérdida de su padre.

### **Puntos importantes de la sesión:**

- **Valoración del estado de ánimo:** se le preguntó a la estudiante como se encontraba a lo que respondió "...bien..., estoy contenta...", preguntándole que tan contenta o feliz estás, indicándole el tamaño de su emoción con los brazos la estudiante indicó el máximo de emoción. Valorándolo en 10 lo más feliz en ese momento.
- **Áreas y aspectos a trabajar:** en esta sesión se trabaja el área emocional de la estudiante.
- **Avances/resultados:** la estudiante reconoce que su padre murió y que ya no regresará pero no comprende a donde fue el papá, ya que la familia le dijo que Dios se lo llevó al cielo.

### **Intervenciones:**

- **Psicoeducación a la madre de la estudiante:** donde se le explican las etapas (negación, ira, negociación, tristeza y aceptación) por las que se puede pasar cuando se produce una pérdida y para continuar con los fines de esta intervención se hace énfasis en la importancia de explicar la muerte a los niños llevarla a la aceptación de la pérdida., basándonos en tema de conceptos generales claves para explicar la muerte a los niños , Díaz, P. (2016), Hablemos de Duelo: manual práctico para abordar la muerte con niños y adolescentes. (P. 21,22 y 23).
- **Psicoeducación a la estudiante:** explicándole el concepto de muerte y el concepto de irreversibilidad (el que muere no regresa, no come, no respira, no escucha y su corazón deja de latir).

**Áreas a trabajar en la próxima sesión:** El área emocional debido a que la estudiante está vivenciando las etapas de tristeza y enojo y han surgido pesadillas (monstruos que la persiguen) y el área conductual debido a que la madre

manifiesta que la estudiante no quiere seguir normas en casa y en ocasiones la ignora.

Solo se logró dar la primera intervención terapéutica, debido a que en dos ocasiones las citas fueron pospuestas por citas médicas de la estudiante y el período de práctica culminó.

**Realizado por la Licenciada:** Dayana Jaén. CIP 3094.

## 2.2. Portafolio de Actividades:

A continuación se presentan algunas fotografías de las atenciones grupales realizadas durante el periodo de práctica profesional:

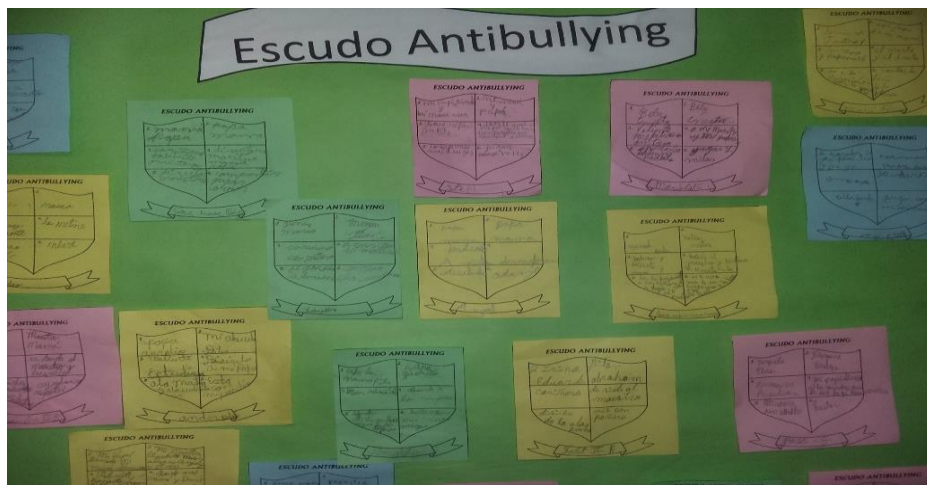
- **Atenciones grupales a los estudiantes de diferentes grados**

**Figura N. 1.**



**Atenciones grupales taller de Disciplina Asertiva.**

**Figura N. 2**



**Taller de Bullying: Escudo Anti bullying**

**Figura N.3.**



**Taller de Valores.**

**Figura N. 4.**



**Taller de superación personal y motivación**



- Capacitaciones y actividades relevantes:

**Figura N. 5.**



**Actualización: Capacitación del Wisc IV.**

**Figura N. 6.**



**Caminata día de las buenas acciones**

## **CAPÍTULO III**

## **CAPÍTULO III. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS**

### **3.1. Análisis de resultados**

Se detalla estadísticamente, los datos recabados y trabajados estadísticamente durante la práctica profesional guiada realizada en el Gabinete Psicopedagógico N. 8, con sede en el Centro Educativo Claudio Vásquez de la ciudad de Las Tablas.

### Cuadro N.1

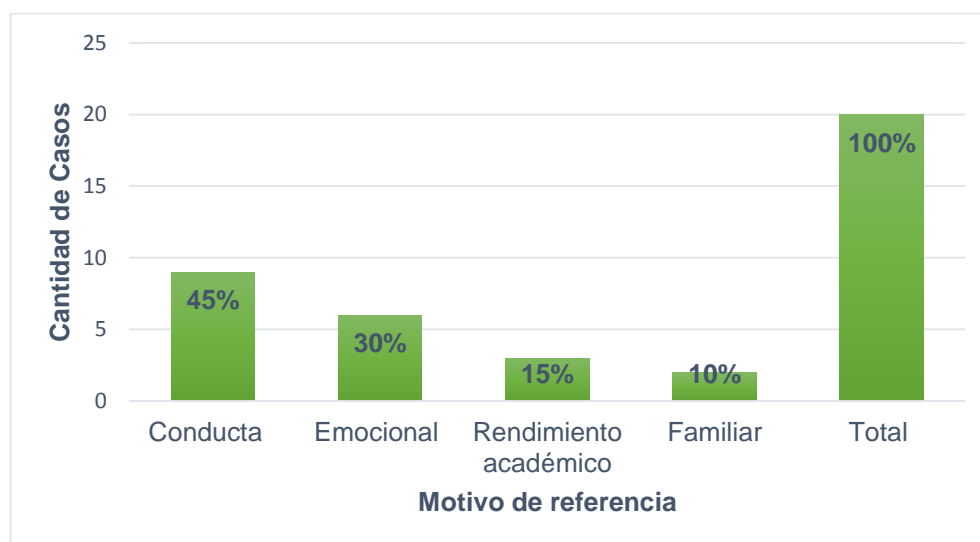
#### Referencias para atención individual en los meses de abril- mayo 2018.

Motivo de referencia	Mes de abril	Mes de mayo
Conductual	7	2
Emocional	2	4
Rendimiento académico	1	2
Familiar	1	1

Fuente: datos estadísticos proporcionados por el equipo de Gabinete Psicopedagógico N.8, 31 de mayo 2018.

### Gráfica N. 1.

#### Referencias para atención individual en los meses de abril- mayo 2018.



Fuente: datos estadísticos proporcionados por el equipo de Gabinete Psicopedagógico N.8, 31 de mayo 2018.

Se verifica en este gráfico que 45% de los estudiantes referidos al Gabinete Psicopedagógico del centro educativo asisten por motivos de conducta, el 30 % por motivos emocionales, el 15 % por bajo rendimiento académico y el 10% por motivos familiares.

Estos resultados corresponden a 20 casos atendidos en el Gabinete Psicopedagógico del Centro Educativo Claudio Vásquez, durante el período de práctica profesional guiada.

## Cuadro N.2

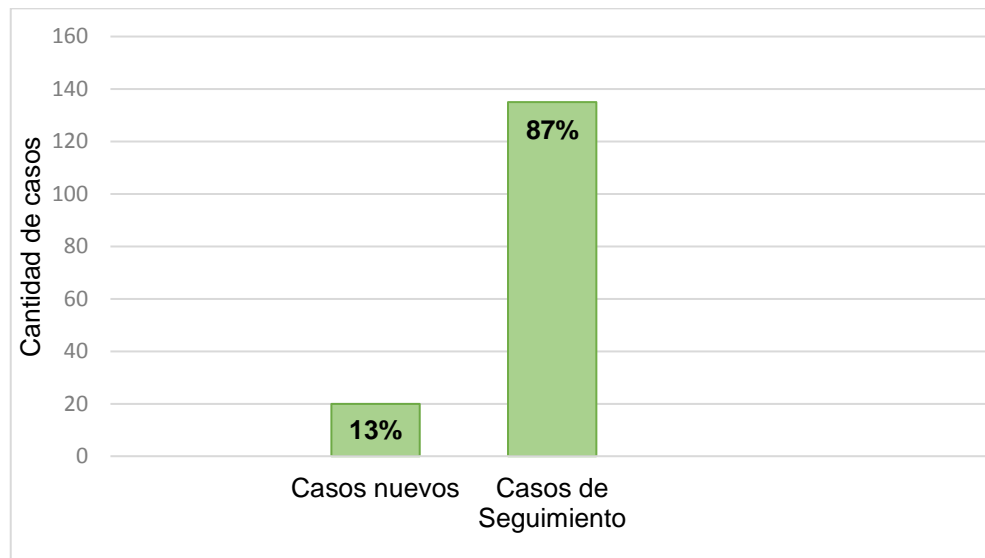
### Casos atendidos por el Gabinete Psicopedagógico N. 8, abril-mayo 2018.

Casos Atendidos	Abril	Mayo
Casos nuevos	11	9
Casos de seguimientos	69	66

Fuente: datos estadísticos proporcionados por el equipo de Gabinete Psicopedagógico N.8, 31 de mayo 2018

## Gráfica N. 2.

### Casos atendidos por el Gabinete Psicopedagógico N.8, abril-mayo 2018.



Fuente: datos estadísticos obtenidos por el equipo de Gabinete Psicopedagógico N.8, 31 de mayo 2018.

La presente gráfica representa los casos nuevos y los casos de seguimiento, atendidos por el equipo de psicología del Gabinete Psicopedagógico N. 8, durante los meses de abril y mayo de 2018, donde el 13% corresponde a estudiantes referidos por primera vez, mientras que el 87% representa los casos de seguimiento.

**Cuadro N.3.**

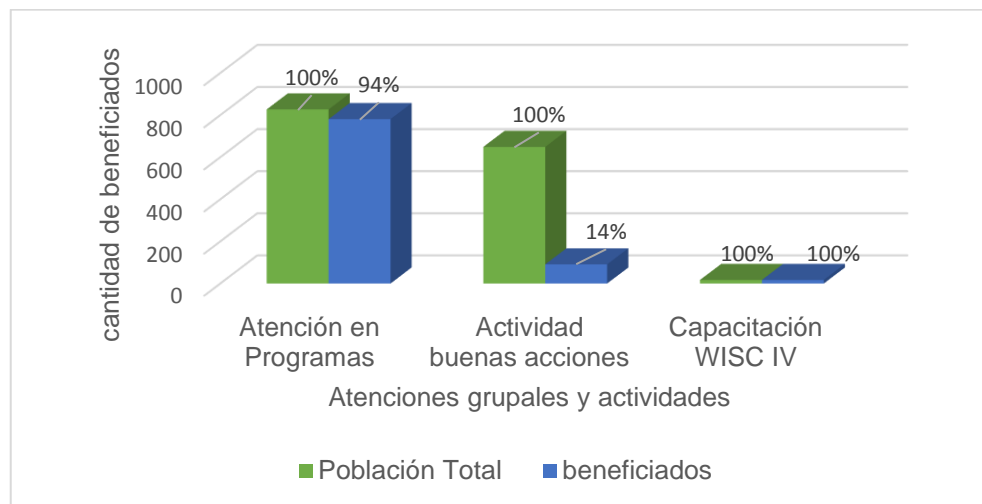
**Atenciones y actividades grupales, realizadas por el Gabinete Psicológico N. 8, abril-mayo 2018.**

<b>Atenciones grupales y actividades</b>	<b>Mes de abril</b>	<b>Mes de mayo</b>
Atención en programas	779	781
Actividad de buenas acciones	91	-
Capacitación Wisc IV	17	-

Fuente: datos estadísticos obtenidos por el equipo de Gabinete Psicológico N.8, 31 de mayo 2018

**Gráfica N. 3.**

**Atenciones y actividades grupales, realizadas por el Gabinete Psicológico N. 8, abril-mayo 2018.**



Fuente: datos estadísticos obtenidos por el equipo de Gabinete Psicológico N. 8, 31 de mayo 2018.

La presente gráfica indica que un 94% de los estudiantes se beneficiaron a través de la atención grupal de los programas propios de la Dirección Nacional de Servicios Psicoeducativos. Se beneficia el 14% de la comunidad educativa entre ellos estudiantes, padres de familias y docentes con la actividad del día de las buenas acciones y el 100% de los psicólogos de los Gabinetes Psicológicos

de la región educativa de Los Santos, se beneficiaron con la capacitación dirigida por las psicólogas del Gabinete Psicopedagógico N. 8.

**Principales Diagnósticos de la población del Centro Educativo Claudio Vásquez de la ciudad de Las Tablas.**

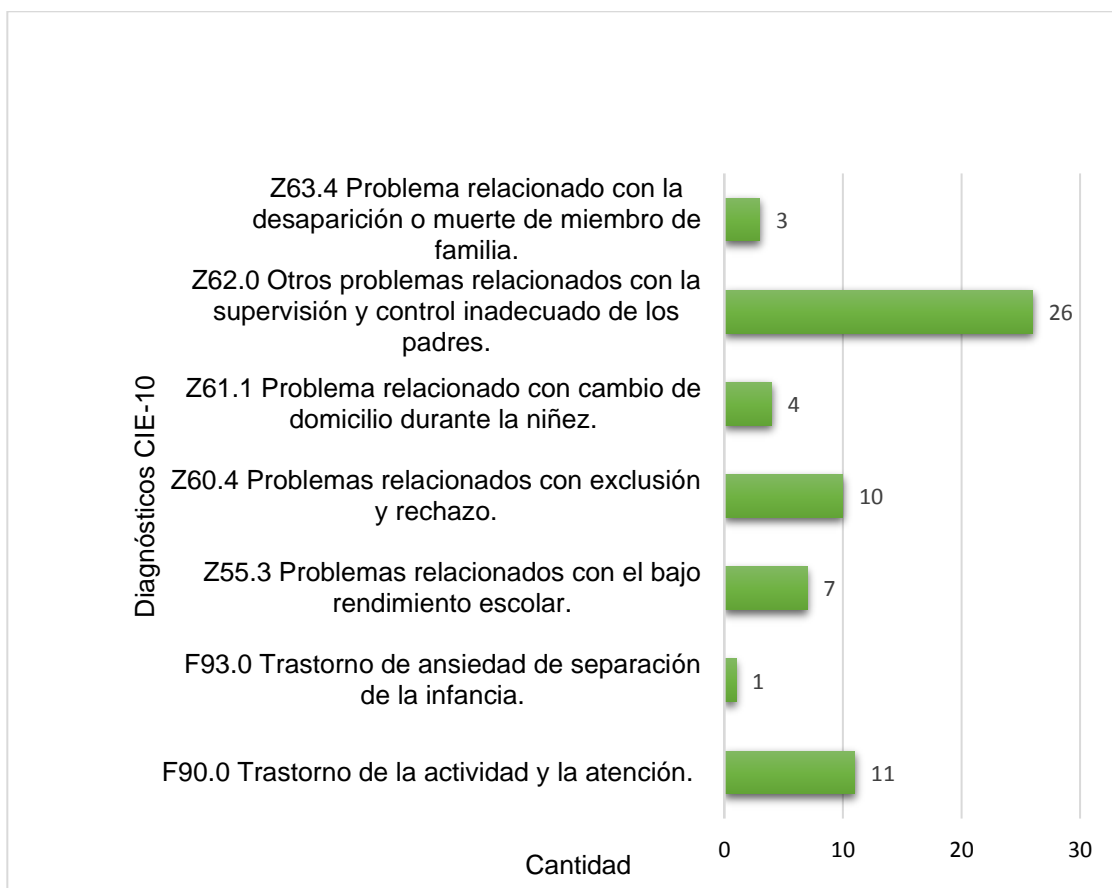
Los diagnósticos que a continuación se enumeran, corresponden a la población atendida por las psicólogas del equipo de Gabinete Psicopedagógico N. 8, con sede en el Centro Educativo Claudio Vásquez:

**Cuadro N. 4.**  
**Diagnósticos según CIE-10 de los casos atendido por psicología del Gabinete Psicopedagógico.**

<b>Diagnóstico CIE-10</b>	<b>Total</b>
F90.0 Trastorno de la actividad y la atención.	11
F93.0 Trastorno de ansiedad de separación de la infancia.	1
Z55.3 Problemas relacionados con el bajo rendimiento escolar.	7
Z60.4 Problemas relacionados con exclusión y rechazo.	10
Z61.1 Problema relacionado con cambio de domicilio durante la niñez.	4
Z62.0 Otros problemas relacionados con la supervisión y control inadecuado de los padres.	26
Z63.4 Problema relacionado con la desaparición o muerte de miembro de familia.	3

Fuente: datos estadísticos proporcionados por el Gabinete Psicopedagógico N.8, 31 de mayo 2018.

**Gráfica N. 4.**  
**Diagnósticos según CIE-10 de los casos atendido por psicología del**  
**Gabinete Psicopedagógico.**



Fuente: datos estadísticos proporcionados por el Gabinete Psicopedagógico N. 8, 31 de mayo 2018.

El gráfico indica que, en el Centro Educativo Claudio Vásquez, hay 62 casos con diagnósticos y en primer lugar prevalecen los problemas relacionados con la supervisión y control inadecuado de los padres, en segundo lugar se ubican los trastornos de la actividad y la atención y en tercer lugar los problemas relacionados con la exclusión y el rechazo.



## **Resultados de Inventario Aplicado a la Población Docente del Centro Educativo Claudio Vásquez de la ciudad de Las Tablas.**

Durante la realización de la práctica profesional en el Centro Educativo Claudio Vásquez, se detectan necesidades entre la que destacan síntomas en los docentes como irritabilidad, ausentismo y poca tolerancia; que reflejan presencia de estrés, lo que afecta directamente la productividad en el ejercicio de la profesión docente y por ende interfiere significativamente en el aprendizaje de los estudiantes.

Para confirmar la presencia de síntomas de estrés en los docentes, se aplicó un instrumento, denominado Inventario de Burnout de Maslach (MBI) (Maslach y Jackson, 1981), este inventario está constituido por 22 ítems en forma de afirmaciones, sobre los sentimientos y actitudes del profesional en su trabajo y hacia los alumnos y su función es medir el desgaste profesional y así obtener una muestra de docentes que justifique la intervención psicoterapéutica dirigida a lograr una disminución del síndrome de burnout y de los síntomas de estrés.

Mide según Maslach y Jackson, (1986), tres dimensiones del síndrome de burnout:

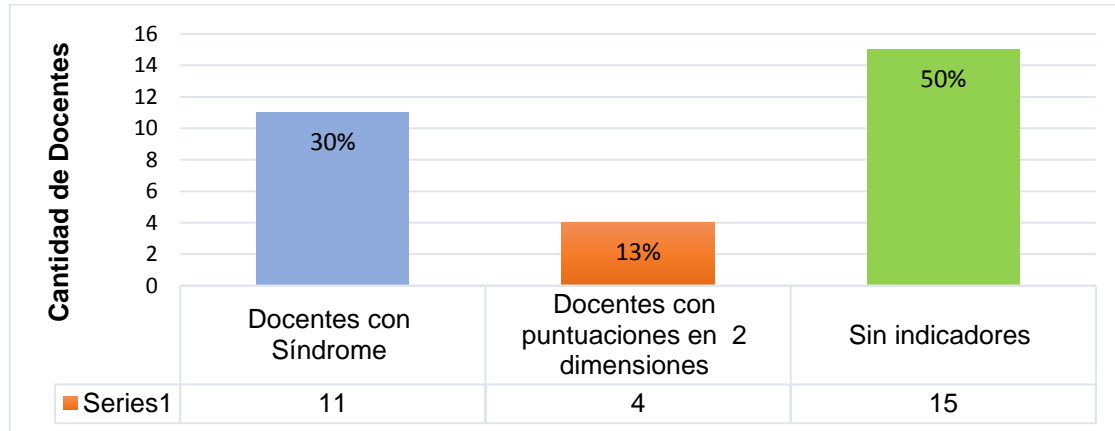
- Subescala de agotamiento emocional: valora la vivencia de estar exhausto emocionalmente por las demandas del trabajo. Consta de 9 preguntas (1, 2, 3, 6, 8, 13, 14,16, 20.) Puntuación máxima 54.
- Subescala de despersonalización: valora el grado en que cada uno reconoce actitudes de frialdad y distanciamiento. Está formada por 5 ítems (5, 10, 11, 15, 22.) Puntuación máxima 30.
- Subescala de realización personal: evalúa los sentimientos de auto eficiencia, competencia y realización personal en el trabajo y hacia los demás. Se compone de 8 ítems (4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21.) Puntuación máxima 48.

Para definir el síndrome de burnout, se deben obtener puntuaciones altas en las dimensiones de agotamiento emocional y despersonalización y puntuaciones bajas en la dimensión de realización personal.

Los docentes que obtengan resultados que indique la presencia de síndrome de burnout se pueden categorizar según los percentiles en: bajos por debajo de 25 puntos, medio entre el percentil 25 a 75 y en la categoría alto los sujetos por encima del percentil 75.

El cuestionario fue aplicado a un total de 30 docentes incluyendo docentes de grados y de asignaturas especiales; seguidamente se detallan los resultados obtenidos a través de la aplicación del instrumento:

**Gráfica N.5.**  
**Resultados del instrumento aplicado a los 30 docentes.**

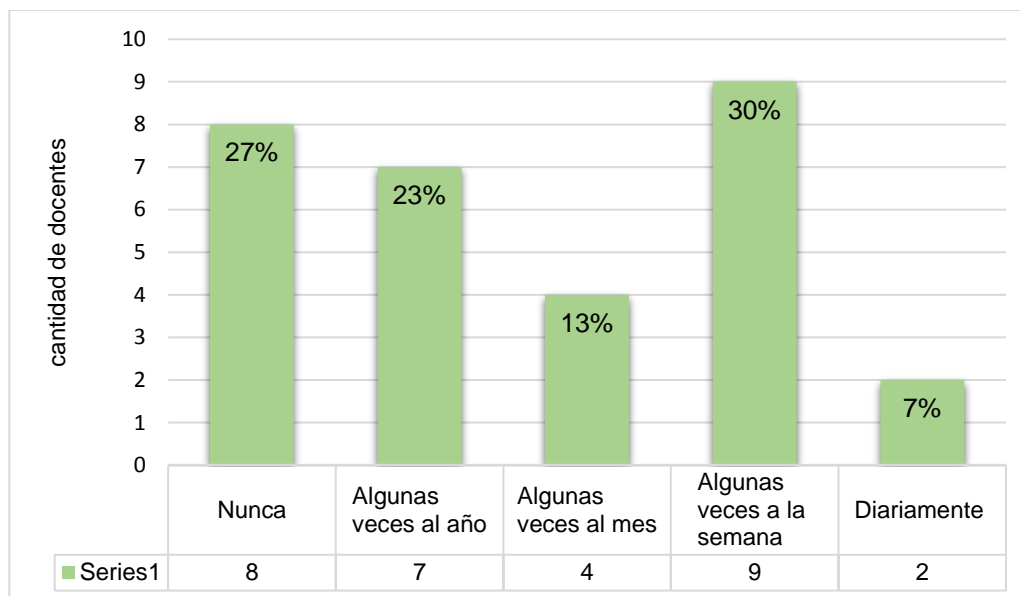


Fuente: Inventario de Burnout de Maslach aplicado a docentes en mayo de 2018.

El presente resultado indica que de 30 docentes a los que se les aplicó el inventario, el 30% (es decir 11 docentes) resultó con puntuaciones indicadoras de síndrome de burnout, el 13% (4 docentes), obtuvieron puntuaciones con indicadores en dos de las dimensiones propias del síndrome y el 50% (15 docentes) no presentaron indicadores para síndrome de burnout.

**Gráfica N. 6.**

**Me siento emocionalmente defraudado en mi trabajo.**

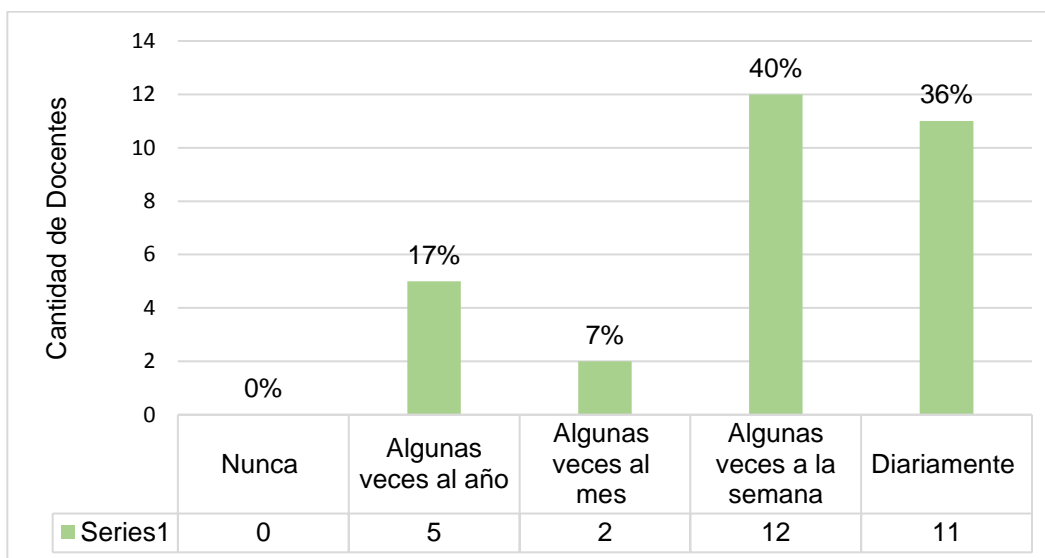


Fuente: Inventario de Burnout de Maslach aplicado a docentes en mayo de 2018.

Se aplicó el inventario a 30 docentes, en donde el 30%, manifestó sentirse algunas veces a la semana emocionalmente defraudado en su trabajo (es decir 9 docentes estudiados), el 23% (7 docentes) respondió sentirse emocionalmente defraudados algunas veces al año en su lugar de trabajo, el 13% (4 docentes), respondieron que algunas veces al mes se han sentido emocionalmente defraudado, El 7% (2 docentes), indicaron que diariamente se sienten defraudado emocionalmente en el trabajo y el 27% (8 docentes) indicaron que nunca se han sentido emocionalmente defraudados en su trabajo.

Este resultado permite señalar, que la mayoría de los docentes evaluados representado por el 30%, se sienten emocionalmente defraudados en su trabajo en una frecuencia de varias veces a la semana. Cumpliéndose así una de las áreas a considerar para V62.29 (Z56.9) Otros problemas relacionados con el empleo: insatisfacción laboral, según Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5<sup>R</sup>.

**Gráfica N. 7**  
**Cuando termino mi jornada de trabajo me siento agotado.**



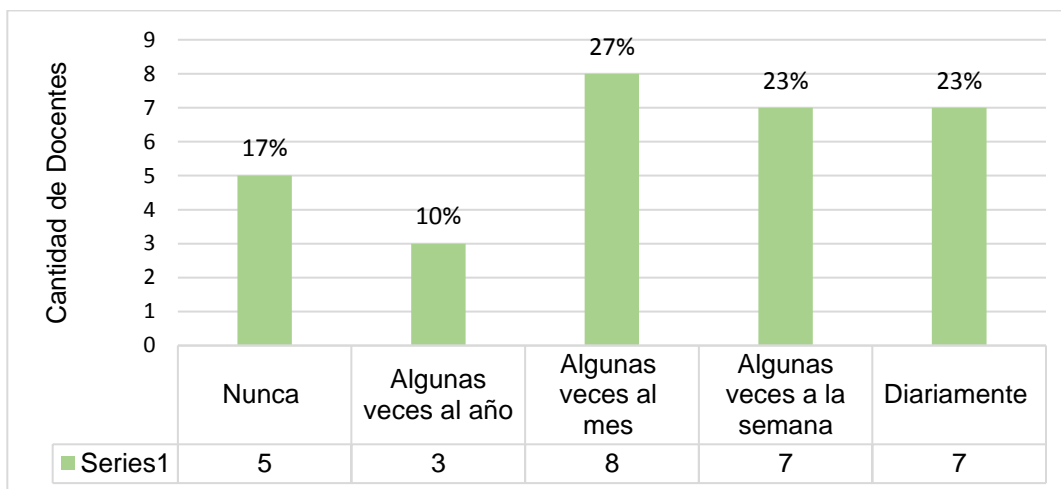
Fuente: Inventario de Burnout aplicado a docente en mayo de 2018

El 40% de los docentes respondieron que algunas veces a la semana se sienten agotados cuando terminan la jornada de trabajo (es decir, 12 docentes), el 36% responde que diariamente se sienten agotados al terminar la jornada de trabajo (11 docentes), el 17% de los docentes responde que algunas veces al año se sienten agotado al terminar la jornada de trabajo (un total de 5 docentes), un 7% responde que algunas veces al mes se sienten agotados al terminar la jornada de trabajo (es decir, 2 docentes) y ningún docente responde que nunca se sienten agotados. Este resultado indica que un alto porcentaje de docentes se sienten agotados al terminar la jornada de trabajo semanalmente o diariamente.

Este resultado indica que todos los docentes evaluados terminan agotados después de culminar la jornada de trabajo cumpliéndose el área a considerar de horario de trabajo estresante para V62.29 (Z56.9) Otros problemas relacionados con el empleo, según el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5<sup>®</sup>.

**Gráfica N.8**

**Cuando me levanto por la mañana y me enfrento a otra jornada de trabajo me siento agotado.**



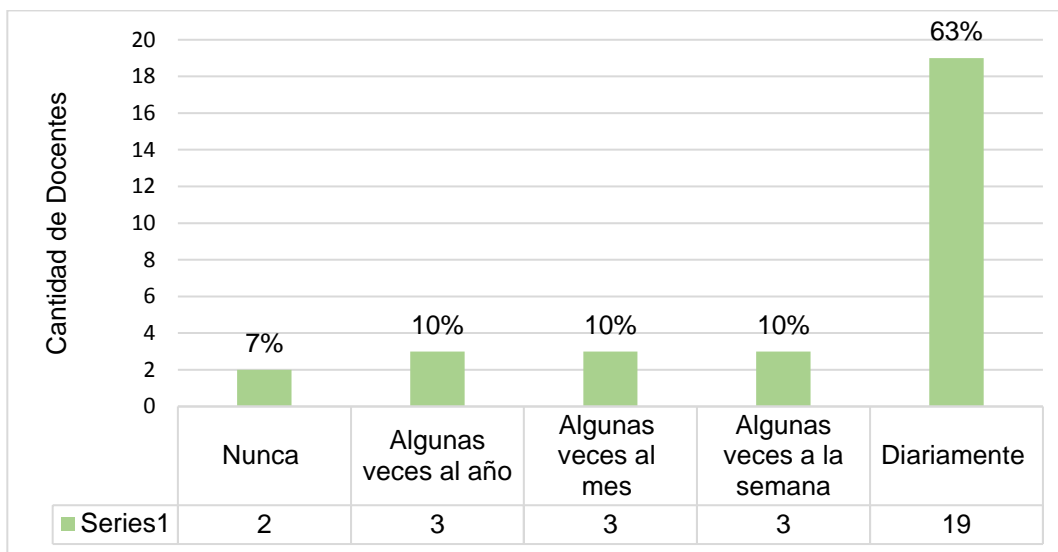
Fuente: Inventario de Burnout aplicado a docentes en mayo de 2018

El 27% (8 docentes), responde que algunas veces al mes se sienten agotados cuando se levantan por la mañana y se enfrentan a otra jornada de trabajo, el 23% (7 docentes), responde que algunas veces a la semana se sienten agotados al levantarse y se enfrentan a otra jornada de trabajo y este mismo porcentaje se ve reflejado para los docentes que respondieron que diariamente se sienten agotados, el 17% (es decir, 5 docentes) de los docentes responden que nunca se sienten agotados al levantarse por las mañanas y se enfrentan a otra jornada de trabajo y el 10% (3 docentes) responde que algunas veces al año se sienten agotados a levantarse y se enfrentan otra jornada de trabajo .

Este resultado indica, la mayoría de los docentes, en las frecuencias diariamente, algunas veces a la semana y al mes, se sienten agotados al levantarse por las mañanas y se enfrentan a otra jornada de trabajo. Se cumple la V62.29 (Z56.9) Otros problemas relacionados con el empleo: horario de trabajo estresante, según Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5<sup>R</sup>.

### Gráfica N. 9.

#### Siento que puedo entender fácilmente a las personas que tengo que atender.



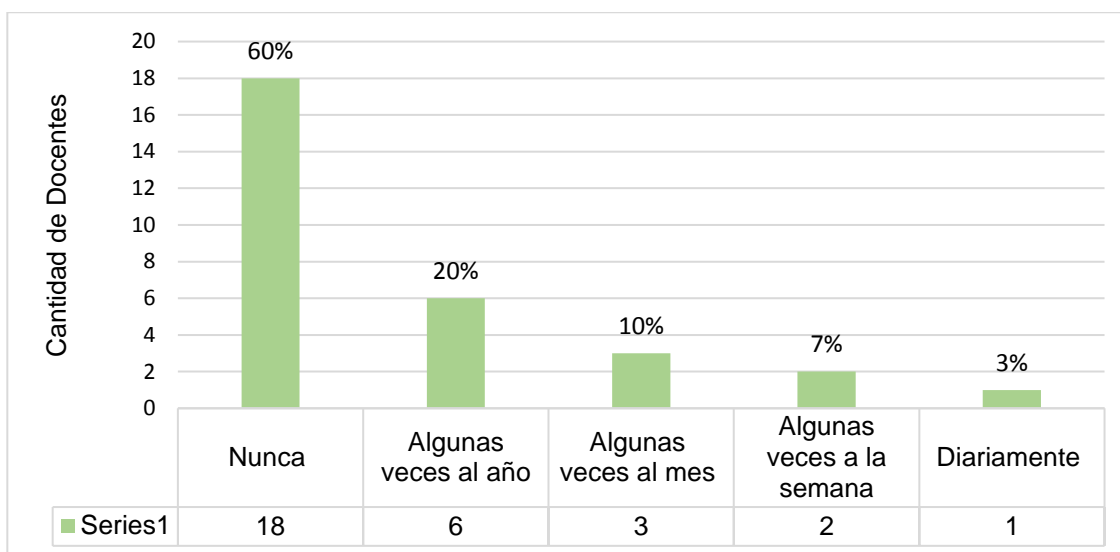
Fuente: Inventario de Burnout aplicado a docentes en mayo de 2018

El 63% de los docentes responde que sienten que diariamente pueden entender a las personas a las que tienen que atender (19 docentes), el 10% responde que algunas veces a la semana, sienten que pueden entender fácilmente a las personas que tienen que atender (3 docentes), el 10% responde que algunas veces al mes, sienten que pueden entenderlas fácilmente (es decir, 3 docentes), el 10% responde que algunas veces al año, sienten que pueden entenderlas fácilmente (3 docentes) y el 7% (es decir, 2 docentes), responden que nunca sienten que pueden entender fácilmente a la persona que tienen que atender.

Estos resultados señalan, que sí existen docentes en el centro educativo que sienten que nunca pueden entender a las personas a las que tienen que atender (7%) y en frecuencia de algunas veces la semana el 10%. Se cumple el área a considerar para V62.29 (Z56.9) Otros problemas relacionados con el empleo: desacuerdos con otras personas del entorno laboral, según Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5<sup>R</sup>.

**Gráfica N. 10**

**Siento que estoy tratando a algunos beneficiados de mí (estudiante), como si fuesen objetos impersonales.**



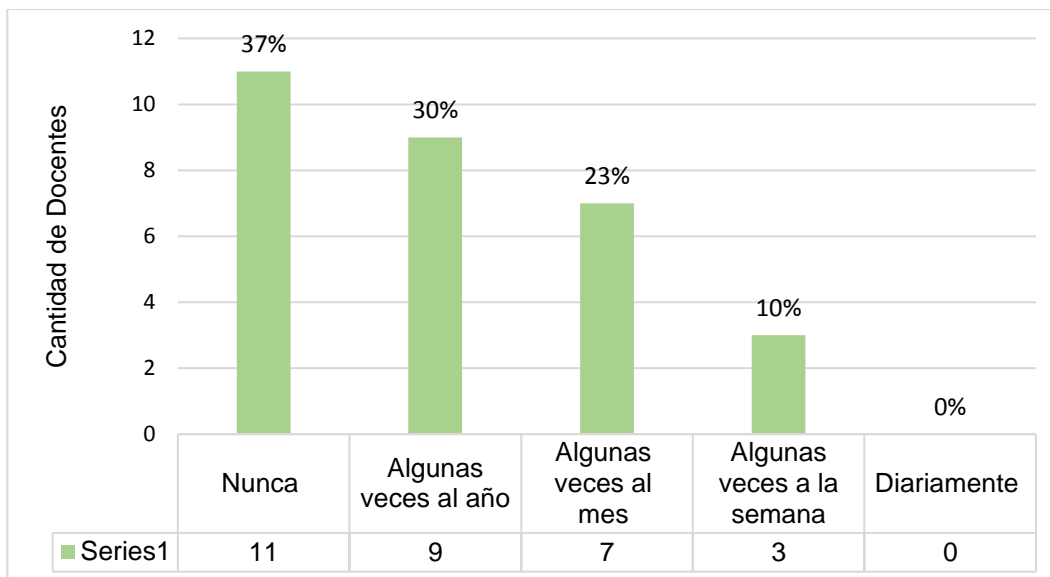
Fuente: Inventario de Burnout aplicado a docente en mayo de 2018

El 60% de los docentes responden que nunca sienten que están tratando a los estudiantes como si fueran objetos impersonales (18 docentes), el 20% responde que algunas veces al año sienten que los han tratado como si fueran objetos impersonales (6 docentes), el 10% de los docentes responde que algunas veces al mes sienten que los tratan como objetos impersonales (3 docentes), el 7% responde que algunas veces a la semana sienten que los tratan como si fueran objetos impersonales (2 docentes) y el 3% responde que diariamente sienten que han tratado a los estudiantes como si fueran objetos impersonales (1 docente).

Estos resultados indican, que existe un porcentaje de docentes en frecuencia de algunas veces al mes, a la semana y diariamente que sienten que tratan de una manera impersonal a sus estudiantes. Se cumple el área para V62.29 (Z56.9) Otros problemas relacionados con el empleo: entorno laboral desagradable y hostil, según el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5 R.

**Gráfica N. 11.**

**Siento que trabajar todo el día con la gente me cansa.**



Fuente: Inventario de Burnout de Maslach aplicado a docentes en mayo de 2018.

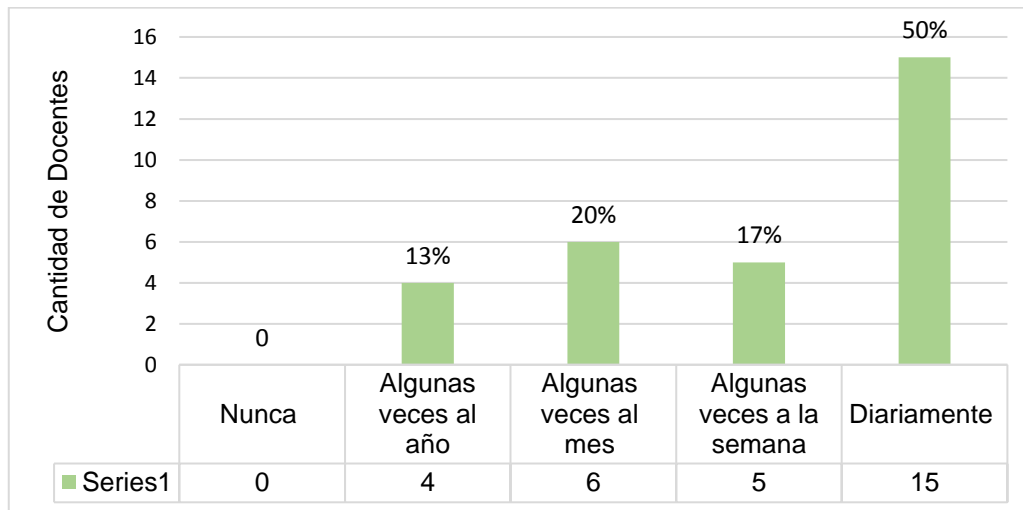
El 37% de los docentes responden que nunca sienten que trabajar todo el día con la gente le cansa (11 docentes), el 30% responde que algunas veces al año sienten que trabajar todo el día con la gente les cansa (9 docentes), el 23% de los docentes responde que algunas veces al mes sienten que trabajar todo el día con la gente le cansa (7 docentes), el 10% responde que algunas veces a la semana sienten que trabajar todo el día con gente les cansa (3 docentes) y el 0%, es decir, ningún docente responde que diariamente han sentido que trabajar con gente los cansa.

Estos resultados indican que: el 10% en la frecuencia de algunas veces a la semana y 23 % con frecuencia de algunas veces al mes sienten que trabajar diariamente con gente los cansa. Se cumple el área de entorno laboral desagradable u hostil, para V62.29 (Z56.9) Otros problemas relacionados con el empleo, según Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5 R.



**Gráfica N. 12.**

**Siento que trato con mucha efectividad los problemas de las personas a las que tengo que atender.**



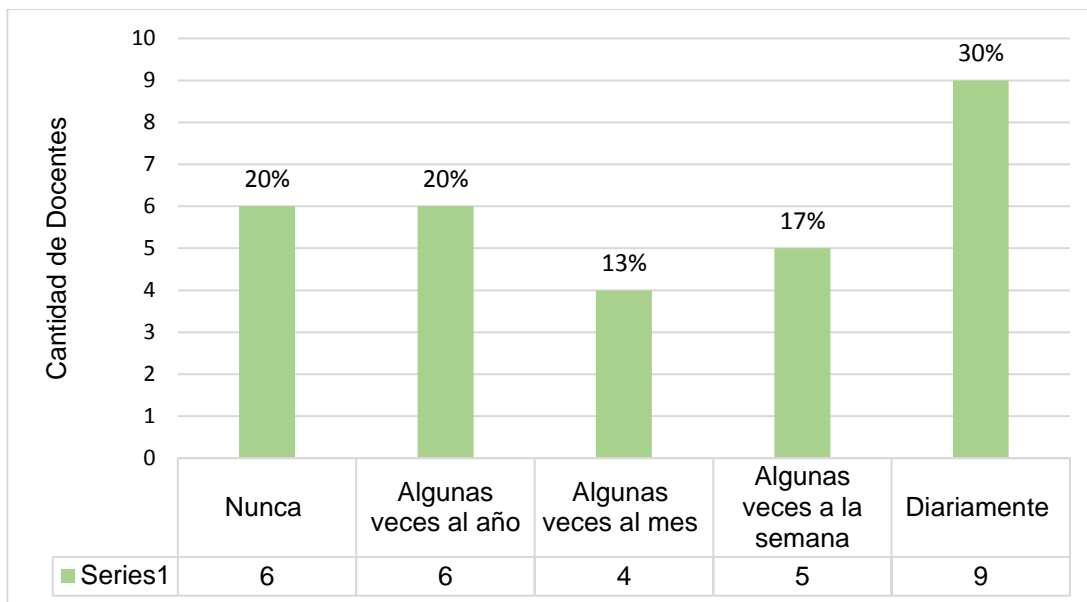
Fuente: Inventario de Burnout de Maslach aplicado a docentes en mayo de 2018.

El 50% de los docentes responde que diariamente sienten que tratan con efectividad los problemas de las personas a las que tienen que atender (15 docentes), el 20% responde que algunas veces al mes sienten que los tratan con mucha efectividad (6 docentes), el 17% de los docentes responden que algunas veces a la semana sienten que los tratan con mucha efectividad (es decir, 5 docentes), el 13% responde que algunas veces al año sienten que tratan con mucha efectividad a las personas que tienen que atender (4 docentes) y ninguno de los docentes respondió que nunca.

Este resultado indica que, si hay un porcentaje de docentes en el centro educativo que en frecuencia de algunas veces al año 13% y algunas veces al mes 20%, logran tratar los problemas de los estudiantes con mucha efectividad. Se cumple otras de las áreas que se consideran dentro de V62.29 (Z56.9) Otros problemas relacionados con el empleo: entorno laboral desagradable u hostil, según Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5<sup>R</sup>.

**Gráfica N. 13.**

**Siento que mi trabajo me está desgastando.**



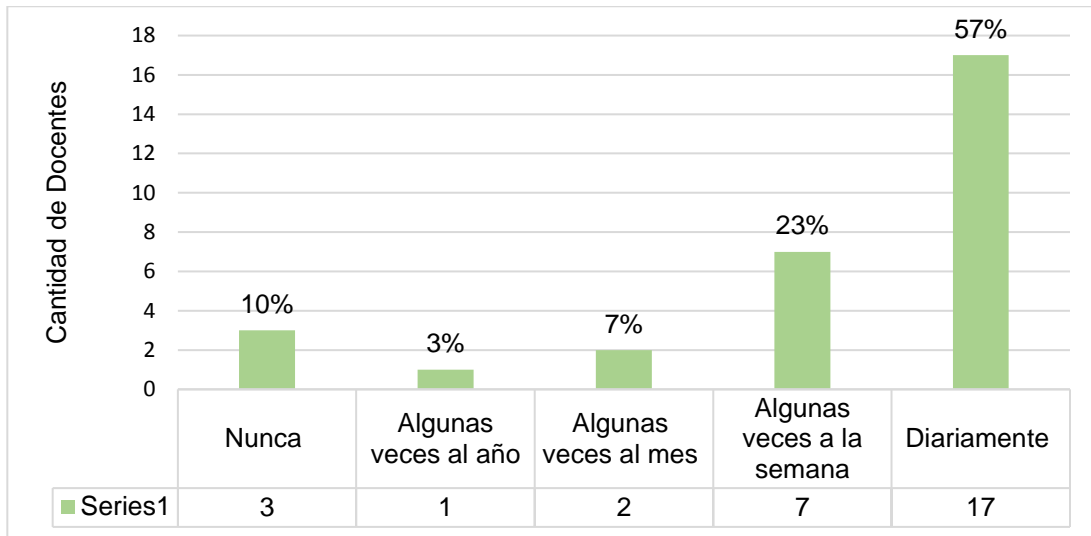
Fuente: Inventario de Burnout de Maslach aplicado a docentes en mayo de 2018

El 30% de los docentes responde que diariamente sienten que su trabajo los está desgastando (es decir, 9 docentes), el 20% responde que algunas veces al año sienten que el trabajo los está desgastando (6 docentes) y este mismo porcentaje se ve reflejado para los docentes que respondieron que nunca sienten que su trabajo los está desgastando (6 docentes), el 17% responde que algunas veces a la semana sienten que el trabajo los está desgastando (es decir, 5 docentes) y el 13% responde que algunas veces al mes sienten que el trabajo los está desgastando (4 docentes).

En base a este resultado se concluye que el 30% de los docentes sienten que su trabajo los está desgastando, lo que cumple con unas de las áreas que se consideran dentro de V62.29 (Z56.9) Otros problemas relacionados con el empleo: insatisfacción laboral, según Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5<sup>R</sup>.

**Gráfica N. 14.**

**Siento que estoy influyendo positivamente en la vida de otras personas (estudiantes) a través de mi trabajo.**



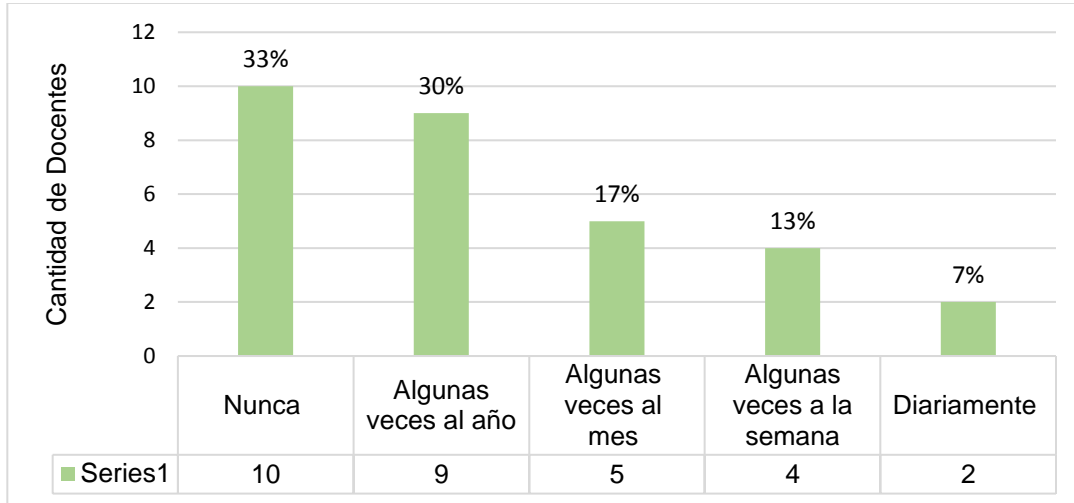
Fuente: Inventario de Burnout de Maslach aplicado a docentes en mayo de 2018.

El 57% de los docentes responden que sienten que diariamente influyen positivamente en la vida de sus estudiantes (17 docentes), el 23% responde que sienten que algunas veces a la semana influyen positivamente en la vida de sus estudiantes (7 docentes), el 10% siente que nunca influyen positivamente en la vida sus estudiantes (3 docentes), el 7% responde que sienten que algunas veces al mes influyen positivamente en la vida de los estudiantes (2 docentes) y el 3% responde que algunas veces al año influyen positivamente en la vida de los estudiantes (1 docentes).

Los resultados indican que el 10% nunca influyen positivamente, así como también 3% considera que en frecuencia de algunas veces al año logran influir positivamente. Cumpliéndose las áreas que se considera dentro de V62.29 (Z56.9) Otros problemas relacionados con el empleo: otros factores psicosociales de estrés relacionados con el empleo y la insatisfacción laboral, según Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5<sup>R</sup>.

**Gráfica N. 15.**

**Siento que me he hecho más duro con la gente (estudiante).**



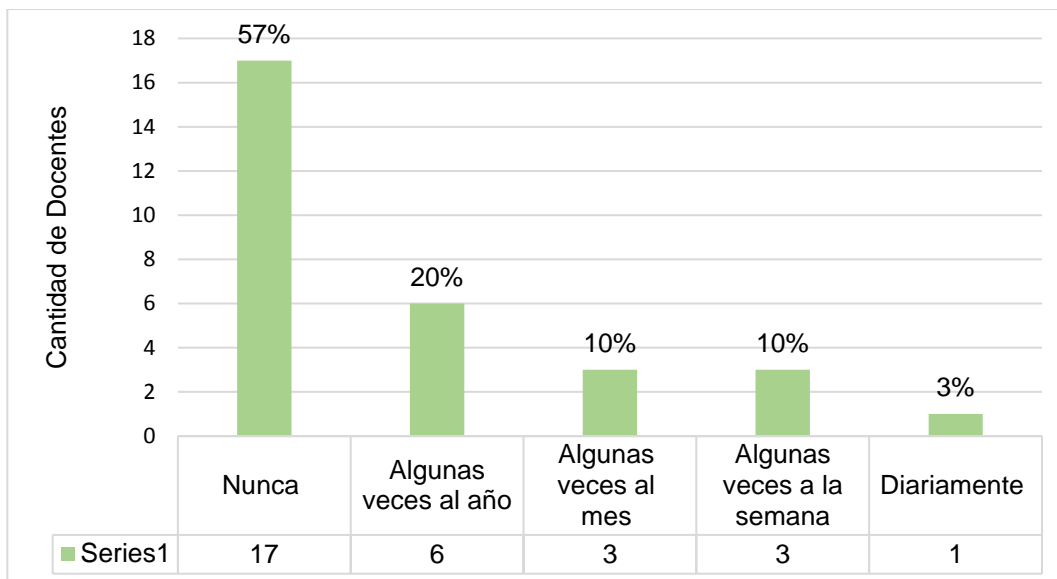
Fuente: Inventario de Burnout de Maslach aplicado a docentes en mayo de 2018.

En esta gráfica se observa que el 33% de los docentes responden que nunca han sentido que se han hecho más duro con la gente (es decir, 10 docentes), el 30% indica que algunas veces al año han sentido que se han hecho más duro con la gente (9 docentes), el 17% responde que algunas veces al mes han sentido que se han hecho más duro con la gente (5 docentes), el 13% de los docentes responde que algunas veces a la semana han sentido que se han hecho más duro con la gente (un total de 4 docentes) y el 7% de los docentes responden que diariamente han sentido que se han hecho más duro con la gente (es decir 2 docentes).

Este resultado permite indicar que si existen docente en el centro educativo que sienten que se han hecho más duro con sus estudiantes. Cumpliéndose una de las áreas que se consideran dentro de V62.29 (Z56.9) Otros problemas relacionados con el empleo: entorno laboral desagradable u hostil, según Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5<sup>R</sup>.

**Gráfica N. 16.**

**Me preocupa que este trabajo me está endureciendo emocionalmente.**



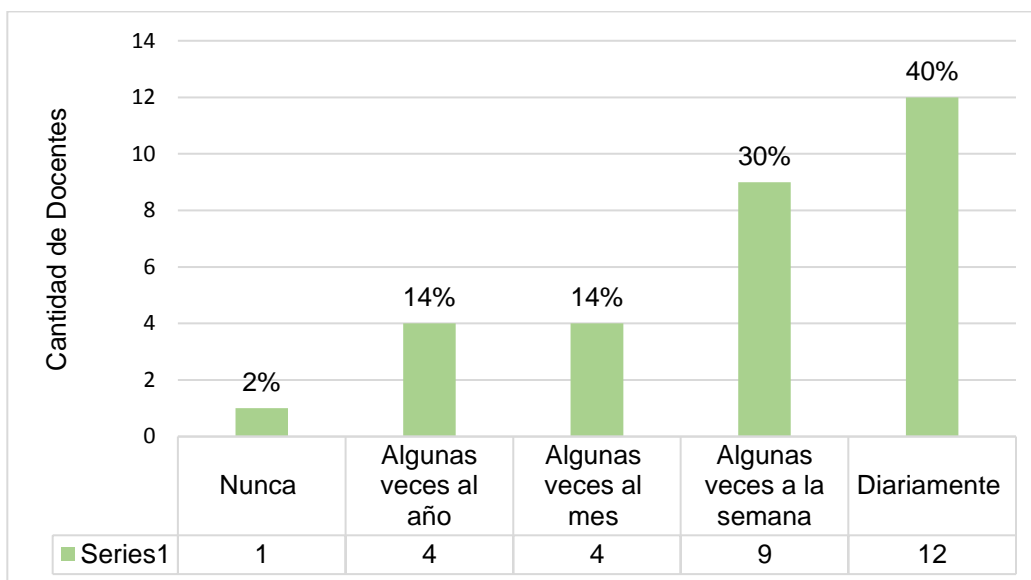
Fuente: Inventario de Burnout de Maslach aplicado a docentes en mayo de 2018.

Se observa que el 57% responde que nunca les preocupa que el trabajo los esté endureciendo emocionalmente (es decir, 17 docentes), el 20% indica que algunas veces al año les preocupa que el trabajo los endurezca emocionalmente (6 docentes), el 10% responde que algunas veces al mes les preocupa que el trabajo los endurezca emocionalmente (3 docentes), el 10% responden que algunas veces a la semana les que el trabajo los endurezca emocionalmente (un total de 3 docentes) y el 3% responden que diariamente les preocupa que el trabajo los endurezca emocionalmente (es decir, 1 docente).

Este resultado permite indicar que, si existen docentes en el centro educativo Claudio Vásquez que les preocupa que el trabajo los esté endureciendo emocionalmente, en frecuencia de diariamente, algunas veces a la semana al mes. Se cumple el área que se considera dentro de V62.29 (Z56.9) Otros problemas relacionados con el empleo: insatisfacción laboral, según Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5<sup>R</sup>.

**Gráfica N. 17**

**Me siento muy energético en mi trabajo.**



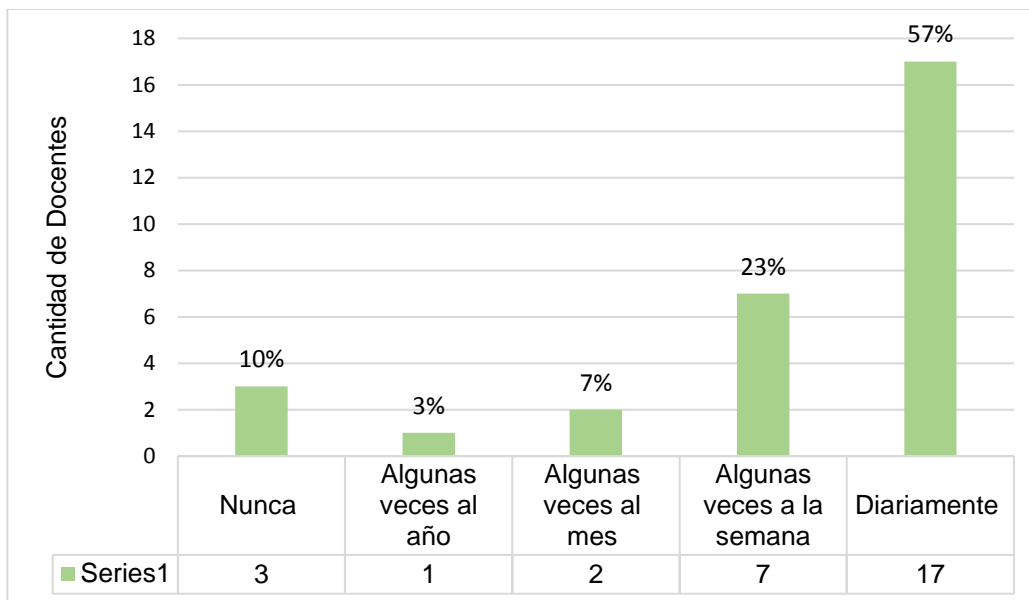
Fuente: Inventario de Burnout de Maslach aplicado a docentes en mayo de 2018.

El 40% de los docentes responden que diariamente se sienten muy enérgicos en el trabajo (12 docentes), el 30% responde que algunas veces a la semana se sienten muy enérgicos en su trabajo (9 docentes), el 14% responde que algunas veces al mes se sienten muy enérgicos en el trabajo (4 docentes), el 14% responde que algunas veces al año se sienten muy enérgicos en el trabajo (4 docentes) y el 2% responde que nunca se sienten muy enérgicos en el trabajo (es decir, 1 docente).

Estos resultados indican que hay docentes que nunca se sienten enérgicos y otros solamente algunas veces a la semana, mes o año; cumpliéndose el área de insatisfacción laboral que se considera dentro de V62.29 (Z56.9) Otros problemas relacionados con el empleo, según Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5<sup>R</sup>.

**Gráfica N. 18**

**Me siento frustrado por el trabajo.**



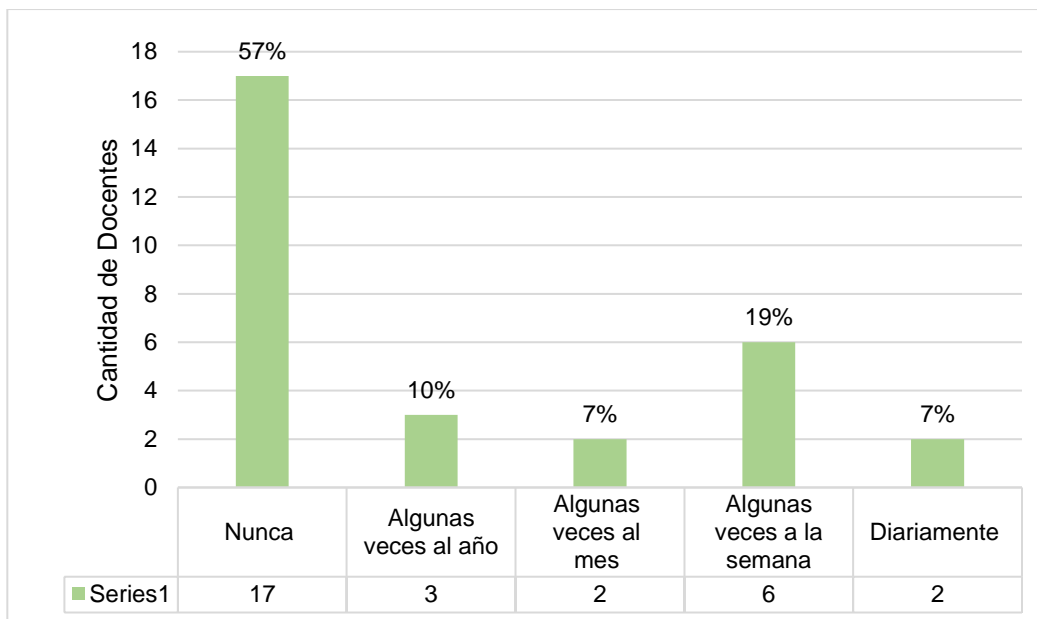
Fuente: Inventario de Burnout de Maslach aplicado a docentes en mayo de 2018.

El 57% de los docentes responden que diariamente se sienten frustrados por el trabajo (17 docentes), el 23% responde que algunas veces a la semana se sienten frustrados por su trabajo (7 docentes), el 10% responde que nunca se sienten frustrados por su trabajo (3 docentes), el 7% responde que algunas veces al mes se sienten frustrados por su trabajo (2 docentes) y el 3% responde que algunas veces al año se sienten frustrados por su trabajo (1 docente).

Estos resultados indican que la mayoría de los docentes (57%) diariamente se sienten frustrado por su trabajo, cumpliéndose una de las áreas que se consideran dentro de V62.29 (Z56.9) Otros problemas relacionados con el empleo: insatisfacción laboral, según el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5<sup>R</sup>.

**Gráfica N. 19**

**Siento que estoy demasiado tiempo en mi trabajo.**



Fuente: Inventario de Burnout de Maslach aplicado a docentes en mayo de 2018.

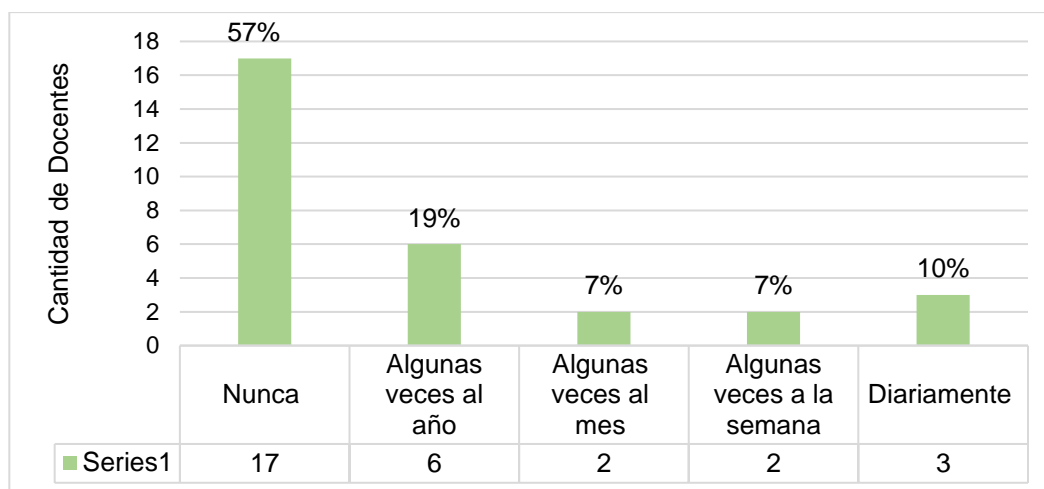
El 57% responde que nunca sienten que están demasiado tiempo en su trabajo (17 docentes), el 19% responde que algunas veces a la semana se sienten que están demasiado tiempo en su trabajo (6 docentes), el 10% de los docentes responde que algunas veces al año sienten que están demasiado tiempo en su trabajo (3 docentes), el 7% responde que algunas veces al mes sienten que están demasiado tiempo en su trabajo (2 docentes) y el 7% responde que diariamente sienten que están demasiado tiempo en su trabajo (2 docente).

Estos resultados indican que hay docentes que están frecuencia de diariamente y algunas veces a la semana sienten que están demasiado tiempo en su trabajo. Cumpliéndose una de las áreas que se consideran dentro de V62.29 (Z56.9) Otros problemas relacionados con el empleo: horario de trabajo estresante, según Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5<sup>R</sup>.



**Gráfica N. 20**

**Siento que realmente no me importa lo que les ocurra a las personas a las que tengo que atender profesionalmente.**



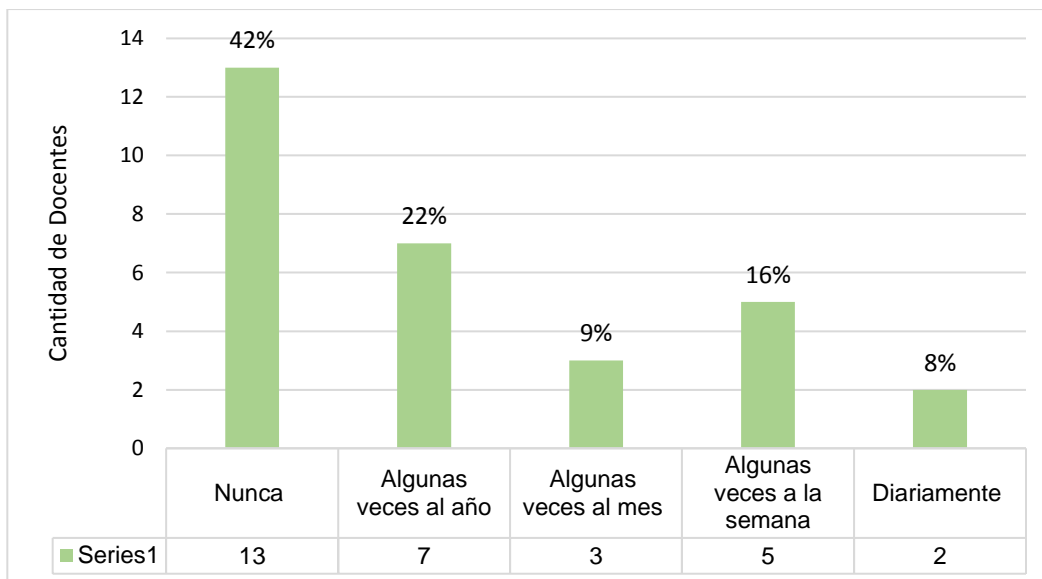
Fuente: Inventario de Burnout de Maslach aplicado a docentes en mayo de 2018.

El 57% responde que nunca han sentido que realmente no les importa lo que les ocurra a las personas a las que atienden profesionalmente (17 docentes), el 19% responde que algunas veces al año han sentido que realmente no les importa lo que les ocurra a las personas que atienden (6 docentes), el 10% responde que diariamente sienten que realmente no les importa lo que les ocurra a las personas que atienden (3 docentes), el 7% responde que algunas veces a la semana sienten que realmente no les importa lo que les ocurra a las personas que atienden (2 docentes) y el 7% responde que algunas veces al mes sienten que realmente no les importa lo que les ocurra a las personas que atienden (2 docentes).

Estos resultados indican que hay docentes, que diariamente y algunas veces a la semana sienten que no les importa lo que les ocurra a las personas que atienden profesionalmente. Cumpliéndose una de las áreas que se consideran dentro de V62.29 (Z56.9) Otros problemas relacionados con el empleo: entorno laboral desagradable u hostil, según Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5<sup>R</sup>.

**Gráfica N. 21**

**Siento que trabajar en contacto directo con la gente (estudiante) me cansa.**



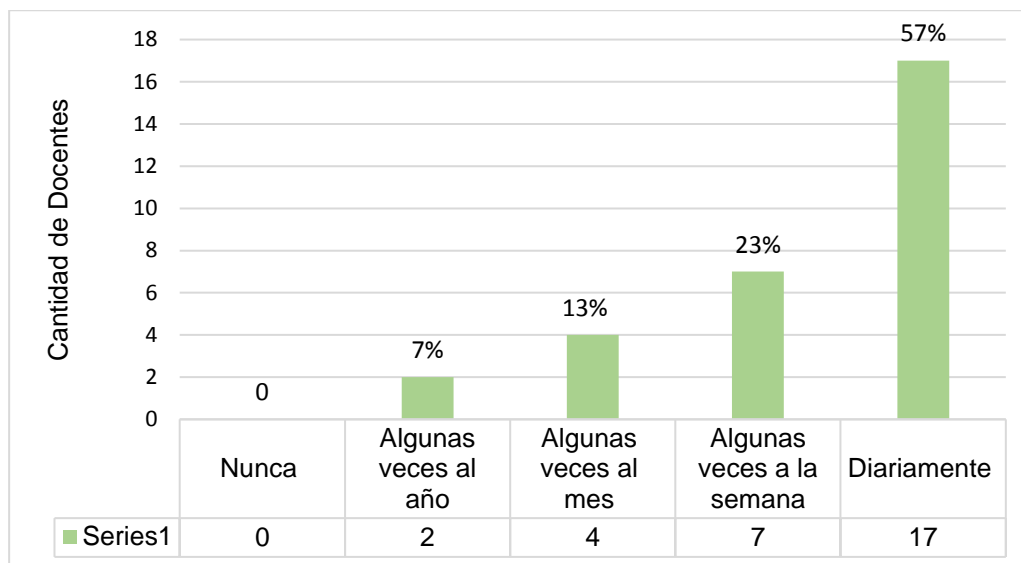
Fuente: Inventario de Burnout de Maslach aplicado a docentes en mayo de 2018.

El 42% responde que nunca sienten que trabajar en con la gente les cansa (13 docentes), el 22% de los docentes responde que algunas veces al año sienten que trabajar con la gente les cansa (7 docentes), el 16% responde que algunas veces a la semana sienten que trabajar directamente con la gente les cansa (5 docentes), el 9% responde que algunas veces al mes sienten que trabajar directamente con gente les cansa (3 docentes) y el 8% responde que diariamente sienten trabajar en contacto directo con la gente les cansa (2 docente).

Estos resultados indican que hay docentes que diariamente y algunas veces a la semana sienten que trabajar con la gente los cansan. Cumpliéndose una de las áreas que se consideran dentro de V62.29 (Z56.9) Otros problemas relacionados con el empleo: entorno laboral desagradable u hostil, según Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5<sup>R.</sup>

**Gráfica N. 22**

**Siento que puedo crear con facilidad un clima agradable en mi trabajo.**



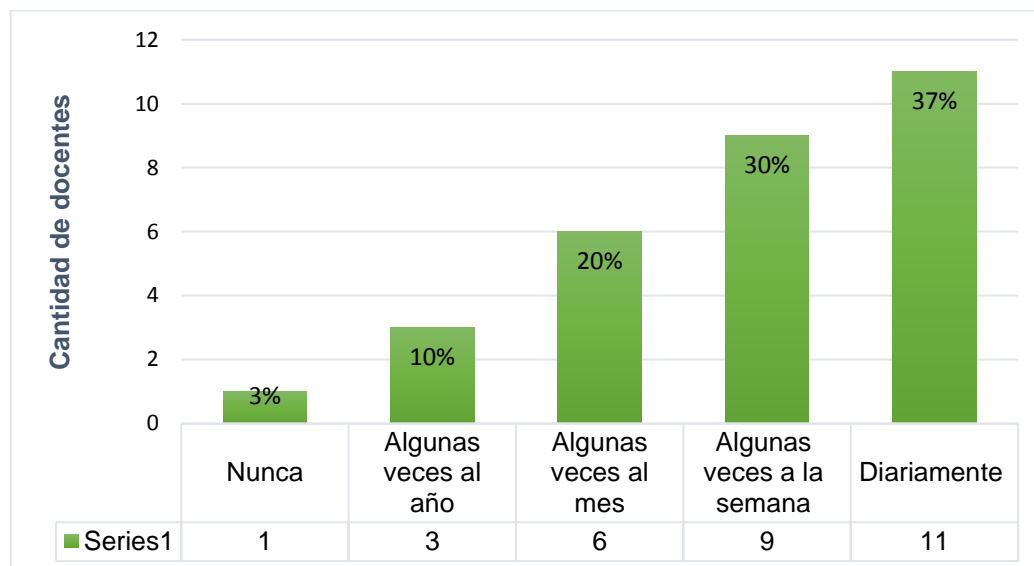
Fuente: Inventario de Burnout de Maslach aplicado a docentes en mayo de 2018.

El 57% responde que diariamente sienten que pueden crear con facilidad un clima agradable de trabajo (es decir, 17 docentes), el 23% responde que algunas veces a la semana sienten que pueden crear con facilidad un clima agradable de trabajo (7 docentes), el 13% responde que algunas veces al mes sienten que pueden crear con facilidad un clima agradable de trabajo (es decir, 4 docentes), el 7% responde que algunas veces al año sienten que pueden crear con facilidad un clima agradable de trabajo (2 docentes) y cero docentes respondes con nunca antes esta interrogante.

Estos resultados permiten concluir que: sí existen docentes, que solo algunas veces a la semana o al mes pueden crear un clima agradable de trabajo. Cumpliéndose una de las áreas que se consideran dentro de V62.29 (Z56.9) Otros problemas relacionados con el empleo: entorno laboral desagradable u hostil, según Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5<sup>R.</sup>

**Gráfica N. 23**

**Me siento estimulado después de haber trabajado íntimamente con quienes tengo que atender.**



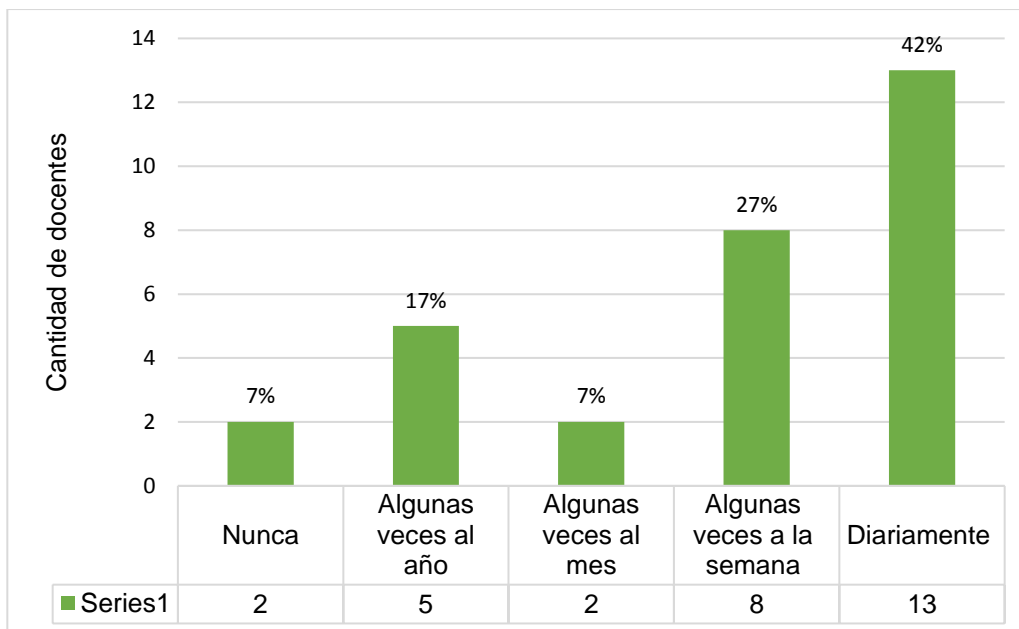
Fuente: Inventario de Burnout de Maslach aplicado a docentes en mayo de 2018.

Un total de 3% de los docentes manifiestan nunca sentirse estimulados después de haber trabajado íntimamente con quienes tienen que atender (1 docente), el 10% responde que se sienten estimulados algunas veces al año (3 docentes), el 20% responde que se sienten estimulados algunas veces al mes (6 docentes), el 30% responde que algunas veces a la semana (9 docentes) y el 37% responden que se sienten diariamente estimulados después de haber terminado íntimamente con quienes tienen que atender es decir un total de 11 docentes.

De esta manera, se puede decir que hay docentes que no se sienten estimulados con frecuencia de diariamente, algunas veces al mes y a la semana después de haber trabajado íntimamente con quienes tienen que atender. Cumpliéndose una de las áreas que se consideran dentro de V62.29 (Z56.9) Otros problemas relacionados con el empleo: insatisfacción laboral, según Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5<sup>R</sup>.

**Gráfica N. 24**

**Creo que consigo muchas cosas valiosas en este trabajo.**



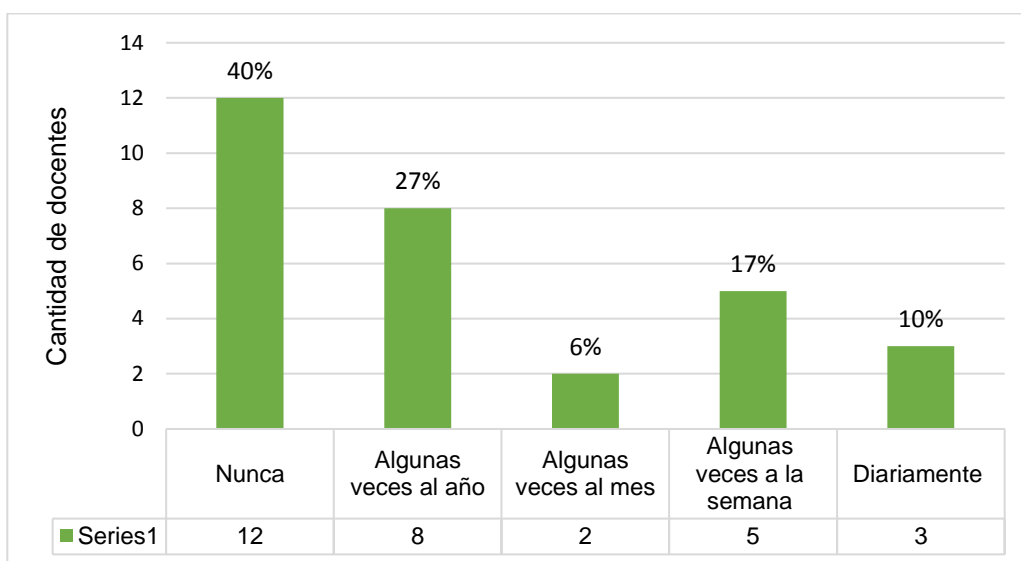
Fuente: Inventario de Burnout de Maslach aplicado a docentes en mayo de 2018.

Un total de 42% de los docentes creen que diariamente consiguen cosas valiosas en su trabajo (es decir 13 docentes), el 27% cree que algunas veces a la semana consigue muchas cosas valiosas (un total de 8 docentes), el 7% cree que consiguen muchas cosas valiosas algunas veces al mes (2 docentes), el 17% cree que algunas veces al año consiguen cosas valiosas (5) y el 7% cree que nunca consiguen cosas valiosas en su trabajo (representado por 2 docentes).

Este resultado indica que si hay docentes que consideran que nunca consiguen cosas valiosas en su trabajo y otros solamente en frecuencia de algunas veces al mes o al año. Cumpliéndose una de las áreas que se consideran dentro de V62.29 (Z56.9) Otros problemas relacionados con el empleo: insatisfacción laboral, según Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5<sup>R</sup>.

**Gráfica N. 25**

**Me siento como si estuviera al límite de mis posibilidades.**



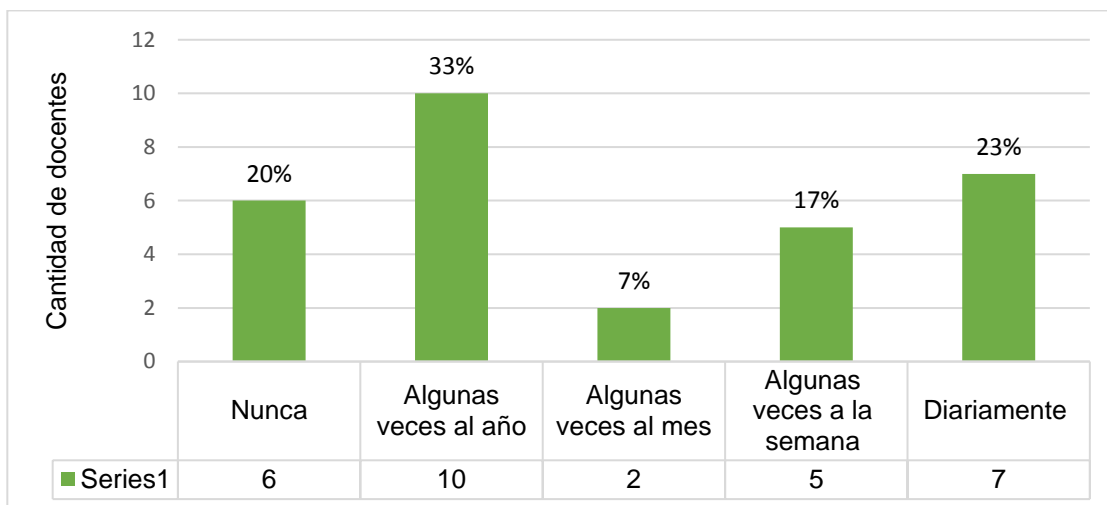
Fuente: Inventario de Burnout de Maslach aplicado a docentes en mayo de 2018.

En esta gráfica se observa que el 40% responde que nunca se han sentido al límite de sus posibilidades (es decir, 12 docentes), el 27% indica que algunas veces al año se han sentido al límite de sus posibilidades (8 docentes), el 6% responde que algunas veces al mes se sienten al límite de sus posibilidades (2 docentes), el 17% responde que algunas veces a la semana se sienten al límite de sus posibilidades (un total de 5 docentes) y el 10% indican que diariamente se han sentido al límite de las posibilidades (es decir 3 docentes).

Este resultado permite indicar que existen docentes en frecuencia de diariamente y algunas veces a la semana que se sienten al límite de sus posibilidades. Cumpliéndose una de las áreas que se consideran dentro de V62.29 (Z56.9) Otros problemas relacionados con el empleo: insatisfacción laboral, según Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5<sup>R</sup>.

**Gráfica N. 26**

**Siento que en mi trabajo los problemas emocionales son tratados de forma adecuada.**



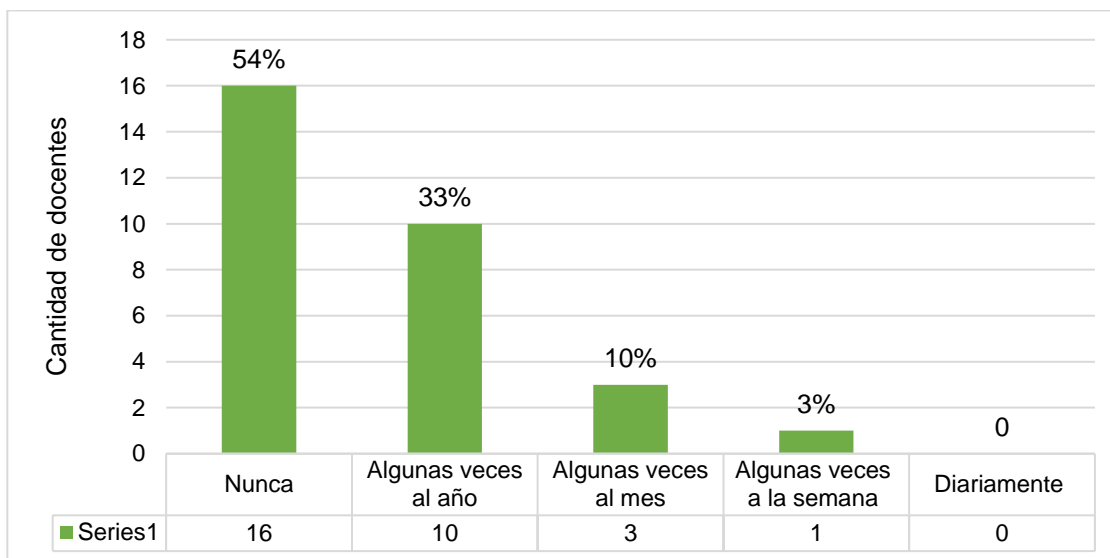
Fuente: Inventario de Burnout de Maslach aplicado a docentes en mayo de 2018.

El 33% responde que algunas veces al año sienten que los problemas emocionales de su trabajo son tratados de forma adecuada (10 docentes), el 23% responde que diariamente los problemas emocionales de su trabajo son tratados adecuadamente (7 docentes), el 20% siente que los problemas emocionales de su trabajo nunca son tratados adecuadamente (6 docentes), el 17% responde que algunas veces a la semana los problemas emocionales son tratados adecuadamente (5 docentes) y el 7% responde que algunas veces al mes los problemas emocionales en su lugar de trabajo son tratados adecuadamente (2 docentes).

A través de estos resultados se puede señalar, que el 20% consideran que nunca los problemas son tratados adecuadamente y 33% consideran que solo algunas veces al año. Cumpliéndose las áreas de insatisfacción y entorno laborales desagradable u hostil, que se consideran dentro de V62.29 (Z56.9) Otros problemas relacionados con el empleo, según Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5<sup>R</sup>.

**Gráfica N. 27**

**Me parece que los beneficiarios de mi trabajo (estudiantes) me culpan de algunos problemas.**



Fuente: Inventario de Burnout de Maslach aplicado a docentes en mayo de 2018.

Un 54% indica que nunca les parece que los estudiantes culpen de algunos problemas (16 docentes), el 33% responde que algunas a veces al año les parece que los estudiantes los culpan de algunos problemas (10 docentes), al 10% les ha parecido que algunas veces al mes los estudiantes los culpan de los problemas (3 docentes), el 3% responde que algunas veces a la semana les parece que los estudiantes les culpan de algunos problemas (1 docente) y ningún docente responde que diariamente.

Con este resultado, se puede señalar que sí hay docentes en frecuencia de algunas veces a la semana y al mes que les parece que los estudiantes los culpan de sus problemas. Cumpliéndose las áreas que se consideran dentro de V62.29 (Z56.9) Otros problemas relacionados con el empleo: insatisfacción y entorno laborales desagradable u hostil, según Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5<sup>R</sup>.



### Cuadro N. 5

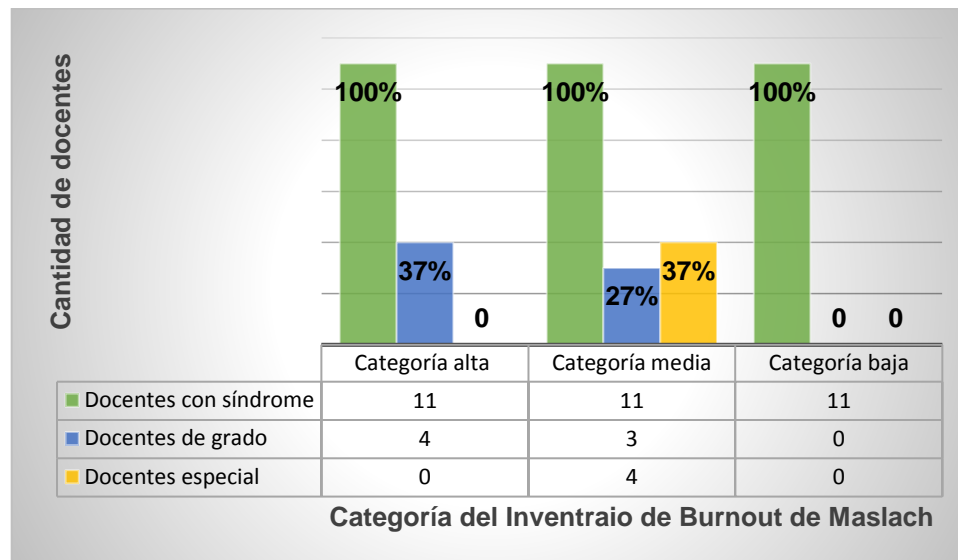
#### Resultados del Instrumento Burnout de Maslach a Docentes.

N° Docente Grado/Asig. Especial	Puntuación	Categoría Bajo	Categoría Medio	Categoría Alto
1. Docente de grado	78	-	-	X
2. Docente de grado	77	-	-	X
3. Docente de grado	77	-	-	X
4. Docente de grado	76	-	-	X
5. Docente de grado	75	-	X	-
6. Docente especial	75	-	X	-
7. Docente especial	74	-	X	-
8. Docente especial	73	-	X	-
9. Docente de grado	69	-	X	-
10. Docente de grado	69	-	X	-
11. Docente especial	57	-	X	-

Fuente: datos estadísticos obtenidos de los resultados del Inventario de Burnout de Maslach aplicado a docentes en mayo de 2018.

### Gráfico N.28

#### Resultados del Instrumento Burnout de Maslach a Docentes



Fuente: datos estadísticos obtenidos de los resultados del Inventario de Burnout de Maslach aplicado a docentes en mayo de 2018.

El gráfico indica que de un total de 11 docentes que presentan el síndrome de burnout según el inventario Burnout de Maslach, un 37% de los docentes de

grados se clasifican en la categoría alta (es decir, 4 docentes de grado), y en la categoría media el 37% corresponden a docentes especiales (es decir, 4 docentes) y un 27% corresponden a docentes de grado (3 docentes).

Es relevante tomar en consideración, que de los 19 docentes con ausencia de síndrome de burnout, un total de 4 docentes presentaron puntuaciones en dos dimensiones, que permiten indicar que, aunque no presenten el síndrome, sí hay presencia de indicadores de estrés, por lo que hay que tomar las medidas de prevención contra el síndrome de burnout.

A continuación se detalla este resultado tomando en cuenta que las dimensiones de agotamiento emocional y despersonalización deben tener puntuaciones altas y la dimensión de realización personal puntuaciones bajas:

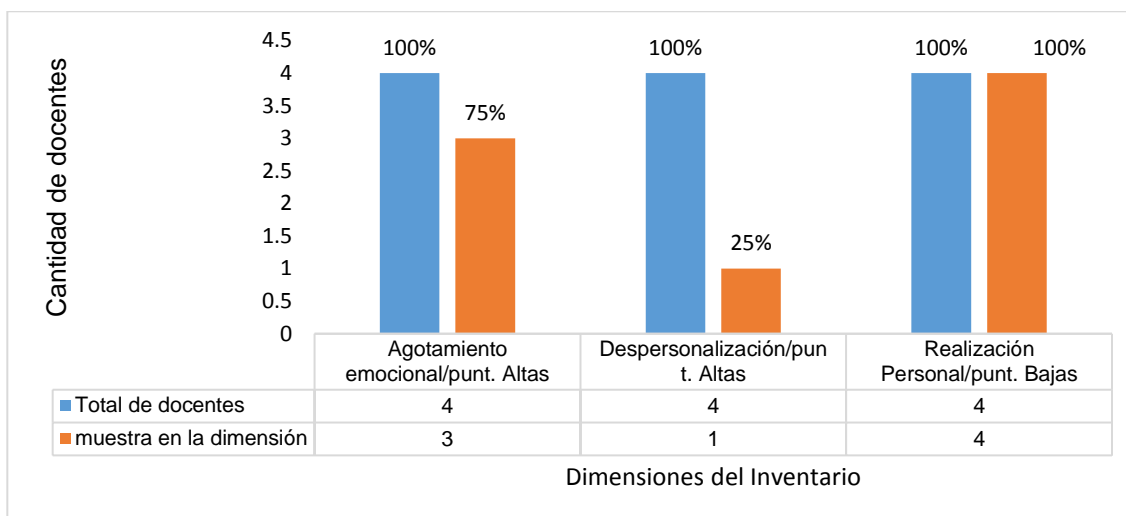
**Cuadro N.6**  
**Resultados para dos dimensiones del Inventario.**

<b>Docente Grado/Especial</b>	<b>Agotamiento Emocional</b>	<b>Despersonalización</b>	<b>Realización Personal</b>
1. Docente de grado	alto	-	bajo
2. Docente especial	alto	-	bajo
3. Docente de grado	-	alto	bajo
4. Docente de grado	alto	-	bajo

Fuente: datos estadísticos obtenidos de los resultados del Inventario de Burnout de Maslach aplicado a docentes en mayo de 2018.

**Gráfica N. 29**

**Resultados para dos dimensiones del inventario**



Fuente: Fuente: datos estadísticos obtenidos de los resultados del Inventario de Burnout de Maslach aplicado a docentes en mayo de 2018.

El gráfico indica que el 75% (3 docentes) puntuaron alto en la escala de agotamiento emocional, el 25% puntuó alto en la escala de despersonalización (es decir, 1 docente) y el 100% (4 docentes) puntuaron bajo en la dimensión de realización personal, demostrando este resultado que 4 docentes presentan puntuaciones en dos de las tres dimensiones del síndrome de burnout.

**3.1.1. Propuesta de solución:**

**INTERVENCIÓN GRUPAL COGNITIVA CONDUCTUAL A DOCENTES CON SÍNDROME DE BURNOUT DEL CENTRO EDUCATIVO CLAUDIO VÁSQUEZ, 2018**

Después de realizar la práctica profesional en el Gabinete Psicopedagógico N. 8, con sede en el Centro Educativo Claudio Vásquez, se formula una propuesta de intervención grupal cognitiva conductual para el tratamiento del síndrome de burnout en docentes, con la finalidad, que cuenten con recursos y estrategias de afrontamientos que le permitan manejar de manera adaptativa sus síntomas de

estrés y el síndrome de burnout, logrando que mejoren tanto su calidad de vida como la efectividad en el trabajo, facilitando el proceso de enseñanza aprendizaje.

En este sentido, se elabora una propuesta grupal fundamentada en la psicoterapia cognitiva conductual titulada: **“Intervención grupal cognitiva conductual dirigida a docentes con síndrome de burnout en el Centro Educativo Claudio Vásquez, Las Tablas, 2018”**.

Se enfoca desde el marco de la corriente cognitiva conductual, debido a que las creencias nucleares disfuncionales determinan la manera de responder ante las situaciones y dificultan la regulación de los pensamientos y emociones, dando como resultados comportamientos desadaptativos que afectan directamente la efectividad laboral y por ende en la calidad educativa.

Se buscará cambiar esas creencias y sus pensamientos automáticos ofreciéndoles estrategias y recursos de afrontamiento; utilizando de base el Libro Terapia Cognitiva: Conceptos Básicos y Profundización de Judick S. Beck; en cuyo contenido define que “la terapia cognitiva se basa en el modelo cognitivo, que plantea la hipótesis, donde las percepciones de los eventos influyen sobre las emociones y los comportamientos de las personas” (Beck, 2000, p.33).

En otras palabras, se puede indicar que la forma de pensar ante un evento o situación influirá directamente en las respuestas emocionales y conductuales de las personas. Ellis (1962) citado por Beck (2000), señala que los sentimientos no están determinados por las situaciones, sino más bien por el modo como las personas interpretan esas situaciones.

### **Diagnóstico:**

Para la formulación de la presente propuesta se tuvo en consideración el diagnóstico de otros problemas que pueden ser objetos de atención clínica,

específicamente: **V62.29 (Z56.9) Otro problema relacionado con el empleo**, contenido en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5 <sup>R</sup>, en el que se enumeran varias áreas a considerar.

Asociación Psiquiátrica Americana APA (2014):

Las áreas a considerar son: problemas con el empleo o el entorno laboral, incluidos el desempleo, cambios recientes de puesto de trabajo, amenaza de pérdida del mismo, insatisfacción laboral, horarios de trabajo estresantes, incertidumbre sobre opciones futuras, acoso sexual en el trabajo, otros desacuerdos con el jefe, supervisor, compañeros u otras personas del entorno laboral, entorno laboral desagradable u hostil, otros factores psicosociales de estrés relacionados con el empleo, y cualquier otro problema relacionado con el empleo o el trabajo.(P. 723).

Los docentes al estar expuesto a diversidad de estudiantes y demandas del sistema educativo tienen una mayor predisposición a desarrollar síntomas de una **V62.29 (Z56.9) otros problemas relacionados con el empleo**.

### **3.1.1.1. Marco de referencia**

El ser humano es social por naturaleza y la primera relación la establece con la madre y desde pequeño comienza a formar vínculos, relacionándose con sus familiares y pares y así transcurre durante todas las etapas de su vida perteneciendo a diferentes grupos, agrupándose según sus intereses, metas en común e ideologías.

Olmsted (1963) citado por González Núñez (1999), describe el grupo como una pluralidad de individuos que se hallan en contacto los unos con los otros, que tienen en cuenta la existencia de unos y otros y que tienen consciencia de cierto elemento común de importancia mutua. (p.4).

Los grupos terapéuticos al igual que todo grupo, tienen normas establecidas y en los grupos terapéuticos el responsable de guiarlos y mantener el orden del grupo

durante la terapia es el terapeuta. Son muchos los autores que hablan de la responsabilidad del terapeuta, entre los cuales se puede destacar a Díaz Portillo (2000), quien lo explica claramente.

Díaz Portillo (2000) señala:

El terapeuta es el único responsable de la creación y reunión del grupo; iniciador, catalizador y protector de la tarea grupal y procesador e intérprete de la información. Establece: las metas del grupo sobre bases científicas, no dogmáticas; el tiempo y el lugar para los encuentros; hace el contrato con los miembros; los protege de lesiones y además fija la terminación de la terapia en el punto adecuado. (P. 173).

En resumen, un grupo terapéutico no es más que la reunión de un número de pacientes, que buscan sanar una afectación o situación que los aqueja, interrelacionándose entre sí y apoyándose durante el proceso; sus integrantes deben voluntariamente aceptar pertenecer a ese grupo y acogerse a las normas de este y todos a su vez son guiados por el terapeuta.

Por otro lado, el estrés es una respuesta o reacción del cuerpo ante una demanda o situación que se presente y en este sentido como lo define la Organización Mundial de la Salud (OMS, 1994) como reacciones fisiológicas que en su conjunto preparan al organismo para la acción. Es decir, que el estrés lleva al organismo a responder a las demandas del entorno, ya sea de una manera coherente o disfuncional.

Cabe señalar, que la atención dirigida al manejo y mejoramiento de los síntomas de estrés laboral es importante para la Organización Internacional del Trabajo (OIT, s.f) citado por Guevara, Sánchez, Parra (2014), que define el estrés laboral como una enfermedad peligrosa para las economías industrializadas y en vía de desarrollo, que perjudica la producción al afectar la salud física y mental de los trabajadores. De allí la importancia de una detección temprana.

Es una realidad que las personas que están inmersas en el campo laboral dedican por lo regular 8 horas de su tiempo a las actividades de la jornada. Durante ese tiempo los colaboradores se encuentran expuestos a diferentes fuentes de presión que terminan desencadenando respuestas a nivel fisiológico y emocional en las personas y en esta misma realidad encontramos a los docentes.

Gutiérrez, Morán y Sáenz, (2005) señalan que la enseñanza, ha sido considerada tradicionalmente como una de las profesiones más estresantes... (p.48). De esta manera, los docentes pueden presentar respuestas de estrés a lo largo de sus años de servicios y al no contar con los recursos necesarios que les permitan hacer frente de manera adaptativa a las demandas del sistema educativo el problema va convirtiéndose en algo crónico pasando a ser el síndrome de burnout.

El síndrome de quemado mejor conocido como síndrome de burnout, describe a trabajadores y colaboradores de instituciones y empresas que disminuyen su efectividad en las funciones y presentan sintomatologías que indican presencia de estrés. En este sentido, Maslach (1982), citado por Reyes, Mónica, Celis- Rangel (2016), señalan que:

El *burnout* es una respuesta psicológica disfuncional al estrés laboral crónico; se trata de un síndrome de carácter interpersonal y emocional que aparece con mayor frecuencia en los profesionales de las organizaciones de servicios que trabajan en contacto directo con clientes o usuarios. (p.16).

Estudios desarrollados por Maslach y Jackson (1979, 1981,1982, 1984, 1985 y 1986), indican que el síndrome de burnout es tridimensional y que se caracteriza por agotamiento emocional, despersonalización y realización personal.

Es importante destacar, que según Maslach y Leiter (2008), citado por Gómez y Ruíz (2015), las tres dimensiones que componen el síndrome están asociadas con el grado de compromiso que tiene la persona con su trabajo y todo lo que éste involucra. Lo que indica, que las características, sistemas de valores, creencias y

pensamientos de cada persona en cuanto al trabajo que realizan determina la forma en cómo responderán a él.

La terapia cognitivo - conductual no es más que la combinación o la integración dentro del tratamiento terapéutico de las técnicas de la corriente cognitiva y conductuales. Labrador (2008) indica:

La orientación cognitiva conductual, se caracteriza por la importancia dada a los aspectos cognitivos para regular la conducta. Se centra en la consideración de que la actividad cognitiva determina el comportamiento. Por eso para producir un cambio en las conductas son necesarias la identificación y modificación de los aspectos cognitivos subyacente. (P.46).

La terapia cognitivo – conductual es una terapia que se centra en las cogniciones, en los pensamientos, creencias, supuestos y todo proceso que se da a nivel cognitivo, influyen o afectan la conducta ante determinadas situaciones. La forma en cómo se piensa, influye en cómo se reacciona, lo que permite deducir que, si se cambia o se modifica la forma de pensar, la conducta cambiará.

Para Lega, Caballo y Ellis (1998) citado por Ranero (2014)

El término cognitivo conductual se refiere a las terapias que incorporan dentro de la práctica técnicas conductuales y cognitivas. Ambas se basan en la afirmación que un aprendizaje anterior está repercutiendo en la conducta produciendo cambios desadaptativos. Este enfoque terapéutico tiene como objetivo, reducir el malestar desaprendiendo lo aprendido o aprendiendo nuevas experiencias de aprendizaje, más adaptativas. (P.27).

### **3.1.1.2. Justificación.**

Durante la segunda semana de práctica, se consulta a la coordinadora del equipo de Gabinete Psicopedagógico N. 8, sobre la cobertura que brindan a los tres ejes centrales del proceso educativo: estudiantes, padres de familias y docentes; con la finalidad de identificar debilidades y fortalezas en cuanto a la atención grupal e



individual, para que puedan servir de base para el planteamiento de una propuesta de psicoterapia dirigida a atender la necesidad del grupo al que menos cobertura se le brinda.

En vista de que los estudiantes se benefician directamente de las atenciones del Gabinete Psicopedagógico N. 8, se propone el estudio a docentes con el fin de detectar si los mismos presentan sintomatología de estrés que pueda influenciar en la manera de impartir sus clases o relacionarse con sus estudiantes.

En el período de práctica profesional guiada se pudo observar durante las visitas a los grupos y en las consultas de seguimiento, manifestaciones de conductas y emociones relacionadas a posibles síntomas de estrés en los docentes. Entre los síntomas presentes estaban el frustrarse rápidamente ante el comportamiento de los estudiantes, irritarse constantemente, gritar, entre otros.

La prevención del síndrome de burnout u otro tipo de trastorno en los docentes debe ser un tema prioritario para el sistema educativo en general y el centro educativo en particular. Es necesario promover la salud mental de los docentes, interesarse más por el mundo emocional de ellos y no sólo ofrecer capacitaciones en el área pedagógica.

Basados en los resultados alcanzados a través de los instrumentos aplicados, las entrevistas realizadas y las observaciones se consideró importante la ejecución de un plan psicoterapéutico dirigido a los docentes que presentaron signos y señales del síndrome de burnout o del también conocido como síndrome del quemado.

Se consideró que una intervención psicoterapéutica podría generar en ellos beneficios que podrán mejorar su calidad de vida, además de la calidad en el

desarrollo de las jornadas pedagógicas siendo más productivos y establezcan mejores relaciones con sus estudiantes y el entorno educativo.

### **3.1.1.3. Diseño de la propuesta**

El grupo será cerrado, es decir, deben permanecer los miembros con los que se inicia el grupo y no se recibirán participantes a lo largo del desarrollo y duración del tratamiento terapéutico y solo participarán los docentes que resulten con síndrome de burnout según el inventario Burnout de Maslach.

El tratamiento constará de 14 sesiones, divididas en tres fases de intervención (fase inicial, intermedia y final), donde se emplearán diferentes técnicas terapéuticas dirigidas a que los docentes aprendan a manejar su estado emocional y síntomas del estrés a través de la modificación de los pensamientos disfuncionales, con el fin de reducir la intensidad de las reacciones propias del síndrome de burnout que llevan a que sus jornadas laborales sean tediosas, desagradables y poco efectivas. Se reunirán en una frecuencia de una vez a la semana y las sesiones tendrán una duración de 2 horas cada una, en todas se utilizará al final la retroalimentación con el fin de evaluar la comprensión de los puntos relevantes tratados en las sesiones.

#### **3.1.1.3.1. Introducción**

La labor docente, es ardua y agotadora, por esto es fundamental que quienes practiquen esta profesión cuenten con recursos que promuevan un equilibrio en su salud mental, con el fin de disminuir la presencia de síntomas de estrés laboral y prevenir que se vuelvan crónicos para evitar el síndrome de burnout y sobre este tema Trallero (s.f) señala:

Creo que es un trabajo fantástico, aunque me parece agotador. Es importante trabajar en pro de la salud mental y emocional, tratando y previniendo el estrés propio de la profesión.

De esta manera estaremos contribuyendo, indirectamente, a mejorar la calidad de la enseñanza. (P.5)

La propuesta que a continuación se presenta fue diseñada con la finalidad de brindar un aporte terapéutico a uno de los pilares fundamentales de la educación, en este caso a los docentes quienes son los encargados de formar a los estudiantes futuros del mañana.

Considerando que el proceso de enseñanza- aprendizaje puede verse afectado por el agotamiento emocional u otros síntomas de estrés o del síndrome de burnout en los docentes, es necesario brindar recursos y estrategias que permitan que el docente afronte de manera adaptativa y funcional las demandas del sistema educativo en general y que la calidad tanto de vida, como del ejercicio de la profesión no se vea tan deteriorada.

La propuesta planteada incluye la población beneficiada, los objetivos, las técnicas terapéuticas que se utilizarán durante las sesiones para el manejo y tratamiento de los síntomas del estrés laboral y del síndrome de burnout.

### **3.1.1.3.2. Objetivos**

Para esta propuesta dirigida a los docentes del Centro Educativo Claudio Vásquez, se plantean los siguientes objetivos:

- ✓ Diseñar un plan terapéutico para el manejo del síndrome de burnout en los docentes del Centro Educativo Claudio Vásquez.
- ✓ Disminuir los síntomas del síndrome de burnout en los docentes del Centro Educativo Claudio Vásquez.
- ✓ Lograr que los docentes reconozcan que sus síntomas de estrés y del síndrome de burnout son el resultado de las distorsiones y creencias cognitivas.
- ✓ Instruir a los docentes en los diferentes síntomas de estrés y del síndrome de burnout, con el fin que reconozcan cuales padecen.

- ✓ Familiarizar a los docentes con la psicoterapia cognitiva conductual.
- ✓ Orientar a los docentes en cómo los síntomas del síndrome de burnout afectan su rendimiento a nivel laboral, familiar y social.
- ✓ Reducir los síntomas de estrés mediante la modificación de sus esquemas cognitivos distorsionados.
- ✓ Brindar estrategias de afrontamientos para que los docentes cuenten con herramientas y recursos para manejar de manera adaptativa los síntomas del síndrome de burnout.
- ✓ Preparar a los docentes para que puedan ser sus propios terapeutas.
- ✓ Entrenarlos para la prevención de futuras recaídas.

### **3.1.1.3.3. Beneficiarios:**

Los beneficiados con esta propuesta psicoterapéutica son los docentes del Centro Educativo Claudio Vásquez, que presentan el síndrome de burnout identificado a través de la aplicación del instrumento del Inventario Burnout de Maslach.

### **3.1.1.3.4. Fases de intervención:**

A continuación, se presentan las fases de intervención para las estructuras de las sesiones con sus diferentes objetivos:

**Cuadro N. 7.  
Fases de intervención.**

Fase inicial	Sesiones: 1 a la 5	<p>Objetivos :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Bienvenida y presentación de los docentes participantes.</li> <li>✓ Establecimiento de la relación terapéutica.</li> <li>✓ Explicar el encuadre terapéutico.</li> <li>✓ Psicoeducar sobre la terapia a emplear y el síndrome de burnout.</li> </ul>
--------------	--------------------	---

		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Reconocer e identificar síntomas de estrés y del síndrome de burnout.</li> <li>✓ Identificar pensamientos automáticos disfuncionales que pueden mantener los síntomas con el fin de modificarlos.</li> </ul>
Fase intermedia	Sesiones: 6 a la 10	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Continuar trabajando en los objetivos terapéuticos con el fin de que adquieran estrategias que le permitan manejar adecuadamente sus síntomas de estrés y del síndrome de burnout.</li> <li>✓ Verificar e integrar pensamientos automáticos adaptativos.</li> </ul>
Fase Final	Sesiones: 11 a la 14	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Trabajar estrategias de afrontamiento y resolución de problemas.</li> <li>✓ Preparar para la culminación de la terapia.</li> <li>✓ Brindar recursos para la prevención de recaídas.</li> </ul>

A continuación, se presenta el encuadre terapéutico que se presenta a los participantes en la fase inicial:

**Cuadro N. 8.  
Encuadre terapéutico.**

<b>Normas</b>	
<b>Tipo de Grupo</b>	Cerrado, solo docentes con síntomas de estrés y/o síndrome de burnout.
<b>Número de sesiones</b>	14 sesiones
<b>Tiempo de cada sesión</b>	Cada sesión tendrá una duración de 2 horas. Se realizarán una vez a la semana.
<b>Cantidad de Participantes</b>	8 docentes
<b>Horario</b>	El día será seleccionado por la dirección del centro educativo, en base a la factibilidad de los docentes, de manera que no se vea afectada la jornada laboral.
<b>Normas</b>	<p>El terapeuta y docente deben llegar puntual el día y la hora seleccionada.</p> <p>De no poder asistir a una sesión se debe comunicar antes de la hora establecida.</p> <p>No deben ausentarse a más de tres sesiones.</p> <p>Mostrar respeto por sus compañeros y hacia el especialista encargado de dirigir la sesión.</p> <p>No comer durante el desarrollo de las sesiones.</p>

## Plan Terapéutico

### Sesión N. 1: Bienvenida y psicoeducación.

#### Objetivos:

- Dar la bienvenida a los docentes participantes y presentación.
- Instruir a los docentes en el tema del estrés laboral y el síndrome de burnout y cómo afecta el nivel personal y profesional.

#### ✓ Establecer el Plan de Tratamiento:

- Se les habla sobre las normas a seguir durante las 14 sesiones (encuadre terapéutico).
- Se establece lo que se tratará en la sesión y se busca conocer las expectativas que tengan acerca de la terapia.

#### ✓ Controlar el estado de ánimo: se utiliza información subjetiva en donde se les pide valorar su nivel de estrés durante el último día de jornada laboral más cercano a la sesión, tomando como base una escala de 0 (nulo)-10 (estrés máximo).

#### ✓ Psicoeducación:

- Se le proporciona información a los docentes acerca del síndrome de burnout y los síntomas de estrés y en qué consiste.
- Se les habla sobre la terapia a emplear (Cognitiva Conductual) y mediante un diagrama se explica que al ocurrir una situación estresante, surgen pensamientos (disfuncionales e interpretaciones catastróficas), que van a producir emociones negativas a nivel emocional (miedo, preocupación, irritabilidad) y físico (sudoraciones, dolor de cabeza, palpitaciones) y estas a su vez generan conductas (gritar, evitar y llorar).

✓ **Revisar el problema principal:**

- Se les presenta una lista con diferentes síntomas propios del estrés y del síndrome de burnout para que los docentes reconozcan cuales padecen.
- Se les explica como redefinir el problema principal en términos de situación(A)-pensamiento (B)-reacción(C) dando una explicación a través de cuadro para familiarizar con el esquema de registro.

✓ **Tarea para la casa:**

- Emplear el registro de Situación (A) - Pensamiento (B)- Consecuencia o Reacción (C); aplicándolo a un problema o situación estresante que experimenten durante la semana.
- Leer información acerca del estrés laboral y el síndrome de burnout.

✓ **Síntesis:** con el fin de reforzar los puntos principales tratados durante la sesión.

**Retroalimentación:** los docentes explicarán brevemente lo aprendido en esta sesión.



## **Sesión N. 2: Identificación y clasificación de los tipos de reacciones.**

### **Objetivos:**

- Instruir a los docentes sobre los tipos de reacciones que existen para que comprendan que sus síntomas se deben a sus pensamientos disfuncionales como resultado de sus esquemas cognitivos distorsionados.
- ✓ **Actualización y control del estado de ánimo:**
- Revisión de la sesión anterior: se les pide que voluntariamente dos docentes hablen sobre la sesión anterior para conocer lo que comprendieron.
  - Para valorar su nivel de estrés se les pide que indiquen en una escala de 0 (nulo)-10 (máximo nivel) la intensidad de sus síntomas.
- ✓ **Revisión de la tarea para el hogar:**
- Recordarles la importancia de realizar las asignaciones para el logro de los objetivos de tratamiento.
  - Verificar si cumplen con los deberes asignados con el fin de conocer si manejan el registro de situación- pensamiento- reacción.
- ✓ **Establecimiento de la agenda o planificación:** armar el plan para la sesión, se les da a conocer el objetivo a lograr y se escoge un tema o síntoma en el cuál centrarse para trabajar durante la sesión.
- ✓ **Contenido de la sesión y tratamiento de los problemas establecidos:**
- **Psicoeducación:** sobre las diferentes reacciones (conductuales, emocionales y fisiológicas) que existen, dar ejemplos de tipos de reacciones y luego clasificarlas.  
Explicarles que estas son el resultado de los pensamientos que surgen al estar expuestos a situaciones de estrés.

- **Indagar sobre pensamientos automáticos:** para identificarlos cuando se siente emocionalmente defraudado en su trabajo, debe preguntarse ¿Qué está pasando por su mente en este momento?. Los resultados deben anotarse en el registro de situación-pensamiento-reacción.
  - **Ejercicio de respiración profunda:** para disminuir el nivel de activación general. Realizar mínimo 10 repeticiones del mismo ejercicio.
- ✓ **Asignación de tarea para el hogar:**
- Lista con diferentes tipos de reacciones para que las clasifiquen.
  - Registro de pensamientos automáticos e identificación de las reacciones emocionales en bases a situaciones que produzcan síntomas de estrés. Se utilizará el registro de situación-pensamiento-reacción.
  - Practicar la respiración profunda diariamente.
- ✓ **Resumen final y Retroalimentación:** de los puntos tratados y explicar lo aprendido.

### **Sesión N. 3: Identificación de pensamientos disfuncionales.**

#### **Objetivos:**

- Identificar los pensamientos disfuncionales o distorsionados que surgen ante las situaciones estresantes.
  - Evaluar el grado de creencia de los docentes en sus pensamientos automáticos disfuncionales.
  - Evaluar el grado de intensidad con que se presentan las reacciones.
- 
- ✓ **Control del estado de ánimo:** se les pide valorar subjetivamente su nivel de ansiedad en una escala de 0 (nulo)-100 (nivel máximo).
  - ✓ **Revisión de la sesión anterior:** se verifica lo aprendido en la sesión anterior.
  - ✓ **Establecimiento de la agenda o planificación:** se les da a conocer sobre lo que se hablará en la sesión y los objetivos a lograr.
  - ✓ **Revisión de la tarea para el hogar:** se verifican las listas de reacciones para evaluar si logran diferenciarlas y clasificarlas. Revisar los registros de pensamientos automáticos disfuncionales.
  - ✓ **Contenido de la sesión y tratamiento de temas planificados:** se les habla de lo importante de valorar el grado de intensidad con el que se presentan sus síntomas de estrés.
    - **Evaluar el grado de emoción:** cuantificar el grado de intensidad del síntoma de estrés que estén experimentando. Con algunas preguntas ¿cómo se sintieron cuando...? y considerando en una escala de 0 (casi nula) a 100 (lo más estresado que se han sentido) qué valoración le darían a su emoción.
    - **Registro de pensamientos automáticos disfuncionales:** se continúa trabajando en la identificación de pensamientos automáticos

disfuncionales y reacciones. Se escoge una situación estresante descrita por los docentes para ocuparnos del pensamiento automático.

- **Ocuparse de un pensamiento automático:** evaluar qué tanto creen los docentes en el pensamiento perturbador preguntando ¿Cuánto creen en ese pensamiento (0-100)?, ¿cómo les hizo sentir emocionalmente (0-100%)?, ¿con qué frecuencias sienten ese tipo de pensamiento?, ¿Cuánto les perturba este pensamiento (0-100%)?, ¿Cuánto creen ahora en ese pensamiento (0-100%)?. Se usará una escala de 0 (nada o nulo) y 100 (el máximo nivel).

✓ **Tarea para el hogar:**

- Seguir completando el registro de pensamientos automáticos disfuncionales, evaluando el grado de intensidad de sus pensamientos y emociones. Recordar, preguntarse ¿Cuánto creen ahora en ese pensamiento?.
  - Practicar la respiración profunda cuando estén en situaciones estresantes.
- ✓ **Retroalimentación** por parte de los docentes para que hagan un resumen sobre los aspectos aprendidos de la sesión.

## **Sesión N. 4: Debate o refutación de pensamientos disfuncionales.**

### **Objetivos:**

- Debatir los pensamientos automáticos disfuncionales y que el paciente busque formas más adaptativas o alternativas de pensar como afrontar sus síntomas de estrés.
  - Introducir a los docentes en el tema de las distorsiones cognitivas.
- 
- ✓ **Control del estado de ánimo:** Valorar su nivel de estrés dando un porcentaje de intensidad en una escala de 0 (nulo) a 100 (nivel máximo).
  - ✓ **Revisión de la sesión anterior:** por lo menos dos docentes darán un breve resumen de los puntos principales de la sesión pasada para verificar el nivel de conocimiento de lo tratado.
  - ✓ **Planificación:** explicarles lo que se tratará en la sesión, los objetivos que se quieren alcanzar y cómo se desarrollará la misma.
  - ✓ **Revisión de la tarea para el hogar:** se revisa lo asignado para verificar que están cumpliendo con las mismas y poder evaluar resultados. Se les pregunta si están practicando la respiración controlada y si consideran que les ayuda a regular sus síntomas emocionales antes situaciones estresantes.
  - ✓ **Contenido de la sesión y desarrollo de lo planificado:** Ayudarlos a identificar el pensamiento automático disfuncional que durante la semana se les presente con gran intensidad para luego debatirlo.
    - **Refutación de pensamientos disfuncionales:** emplear el interrogatorio de pensamientos automáticos para ayudarlos a refutar sus pensamientos disfuncionales y seguidamente se usa la interrogante ¿hay alguna explicación alternativa?; así como también

se evalúan las consecuencias de combatir o no su pensamiento disfuncional.

- **Psicoeducación:** se les instruirá para que busquen respuestas alternativas positivas de pensamiento, que produzcan resultados positivos que les ayudarán a regular o disminuir la intensidad de sus síntomas de estrés y del síndrome de burnout.

Se les entrega lista con las 12 distorsiones cognitivas o errores de pensamientos más frecuentes.

✓ **Asignación de tarea para el hogar:**

- Continuar con el registro de pensamientos disfuncionales, Beck, J., (2000) Terapia Cognitiva. (P.160); y comenzar a debatirlos apoyándose en las preguntas consignadas al final de la copia para lograr encontrar respuestas adaptativas y ver los resultados.
- Practicar ejercicios de respiración profunda diariamente.
- Repasar los 12 errores de pensamiento.

✓ **Resumen final y Retroalimentación:** de los puntos tratados y explicar lo aprendido.

## **Sesión N. 5: Entrenamiento en técnica de relajación.**

### **Objetivo:**

- Entrenar a los docentes en técnica de relajación con el fin de disminuir sus síntomas de activación fisiológica como respuesta a sus situaciones estresantes o del síndrome de burnout.
  
- ✓ **Revisión de la sesión anterior:** se le pide a dos docentes que comenten aspectos importantes tratados en la sesión anterior.
  
- ✓ **Control del estado de ánimo:** se les pide valorar nuevamente su nivel de estrés tomando como base una escala de 0 (nulo)-100(nivel máximo).
  
- ✓ **Planificación.** Se plantean los objetivos que se quieren alcanzar en esta sesión, se les pregunta si tienen alguna inquietud con respecto a las técnicas puestas en práctica hasta el momento.
  
- ✓ **Revisión de la tarea para el hogar:** se revisara el registro de pensamientos disfuncionales para evaluar si los docentes están buscando pensamientos alternativos de igual manera se verifica el resto de las tareas.
  
- ✓ **Contenido de la sesión y desarrollo de lo planificado:**
  - **Psicoeducación:** brevemente se les indica la necesidad de evaluar de aquí en adelante la veracidad de sus pensamientos y su nivel o porcentaje de creencia en ellos y buscar siempre pensamientos alternativos ante las situaciones que le causen estrés.
  
  - **Categorización de pensamientos:** se le indicó que con la lista de errores de pensamientos, se tratará de identificar alguno que haya cometido recientemente.

- **Técnica de relajación de Jacobson:** se les instruye en esta técnica para llevarlos a diferenciar los estados de tensión y relajación. Una vez dadas las indicaciones se procede al entrenamiento para la relajación de diferentes grupos musculares (frente, ojos, nariz, mejillas, lengua, mandíbula, cuello brazo, pecho, abdomen, glúteo muslos, pantorrillas).
- ✓ **Asignación de tarea para el hogar :**
  - Practicar en sus casas la técnica de relajación de Jacobson por lo menos una vez antes de regresar a la siguiente sesión para conversar sobre la experiencia.
  - Continuar con el registro de pensamientos automáticos disfuncionales, Beck, J. (2000). Terapia Cognitiva. (p.160).; recordando incluir la respuesta adaptativa.
- ✓ **Retroalimentación:** se les pide que hagan un resumen de todo lo realizado en la sesión y de lo que recuerde de sesiones anteriores.



## **Sesión N. 6: Psicoeducación e identificación de creencias irracionales.**

### **Objetivos:**

- Introducir a los docentes en el tema de las creencias irracionales (intermedias) e identificando las que se presentan como pensamientos automáticos o preguntando directamente sobre una regla.
  - Usar técnicas de imaginación para familiarizarlos con la misma e ir introduciéndolos en la exposición antes situaciones o momentos que les generen síntomas de estrés.
- 
- ✓ **Revisión de la sesión anterior:** se les pide que haga un resumen de la sesión anterior.
  - ✓ **Control del estado de ánimo:** valorar su nivel de síntomas de estrés tomando como base una escala de 0 (nulo) -100 (nivel máximo).
  - ✓ **Planificación:** se les explican los objetivos a tratar en la sesión y se les pregunta si tiene algún objetivo que deseen tratar.
  - ✓ **Revisión de la tarea para el hogar:** se pregunta si están practicando la técnica de relajación de Jacobson. Se verificará si son capaces de categorizar sus errores de pensamientos.
  - ✓ **Contenido de la sesión y desarrollo de lo planificado:**
    - **Diagrama de conceptualización cognitiva,** Beck, J. (2000). Terapia Cognitiva. (P. 175): se utiliza este diagrama donde los docentes deben registrar todos los datos como situaciones y pensamientos, emociones y/o comportamientos de las sesiones anteriores y que permitan abordar o tener una idea más estructurada de sus creencias.

- **Identificar creencias intermedias irracionales:** reconocer las que se presentan como pensamientos automáticos que se han registrado en el diagrama de conceptualización cognitiva y a la vez proporcionando la primera parte de una presunción.
  - **Técnica de imaginería:** se utiliza para que revivan por medio de la imaginación una situación que les produzca mucha tensión, irritabilidad, frustración u otros síntomas de estrés y del síndrome de burnout. Se les llevará a describir el lugar donde se dio, ¿cómo imaginaron ese momento?, ¿qué pensaron cuando ocurría esa situación?, ¿Cómo se sintieron cuando ocurría?, ¿dónde sintieron el malestar? Para evaluar cómo se dan sus reacciones y activación fisiológica y cuán intensas son.
- ✓ **Asignación de tarea para el hogar:**
- Continuar con el registro de pensamientos automáticos disfuncionales, reacciones, pensamientos alternativos y valorar el grado de intensidad de los mismos.
  - Practicar la técnica de respiración profunda.
  - Practicar la técnica de imaginería en base a una situación escogida por ellos y que puedan identificar como se sienten ante esa situación, cómo la manejarían, que síntomas aparecen y a la vez anotar que tan estresados estaban en ese momento.
- ✓ **Retroalimentación:** pedirles que hagan un breve resumen de lo aprendido en la sesión.

## **Sesión N. 7: Cuestionamiento de creencias y clasificación de situaciones estresantes.**

### **Objetivos:**

- Evaluar el grado de credibilidad que los docentes le confieren a sus creencias intermedias para continuar modificando sus esquemas cognitivos para que sus síntomas de estrés disminuyan.
  - Realizar una clasificación jerárquica de las situaciones y momentos que generan en ellos síntomas de estrés para conocer cuales le causan mayor tensión, irritabilidad y agotamiento emocional.
- 
- ✓ **Control del estado de ánimo:** que hagan una valoración subjetiva de sus niveles emocionales ante situaciones estresante, cuantificando en una escala de 0 (nulo) a 100 (máximo nivel) sus niveles de estrés.
  - ✓ **Planificación:** informarle los objetivos a trabajar en esta sesión.
  - ✓ **Revisión de la tarea para el hogar:** se revisa si se cumplió con las asignaciones del registro de pensamientos automáticos y se les pide que hablen de su experiencia al practicar la relajación de Jacobson.
  - ✓ **Contenido de la sesión y Desarrollo de lo Planificado:**
    - **Técnica de cuestionamiento socrático:** evaluando brevemente la credibilidad de los docentes en sus creencias, valorando ¿cuánto creen en ella? y ¿cuánto está afectando su vida y su rendimiento a nivel profesional?.
    - **Clasificación de la situaciones estresantes:** clasificar la situación y momentos donde sienten que sus síntomas de estrés son intensos, utilizando una escala subjetiva de malestar de 0 (nulo) a 100 (máximo nivel); para luego construir una jerarquía de estímulos respecto a esa situación.

- **Psicoeducación:** una vez clasificadas las situaciones estresantes se les habla que entre mayor es la puntuación que le dan al clasificarla y creen en ellas, las mismas van generando mayores síntomas y se mantendrán prolongadamente, por lo que se deben utilizar estrategias de afrontamientos para disminuirlas y mantenerlas controladas; como pueden ser la organización del tiempo, la importancia de la toma de decisiones acertadas en la confrontación de situaciones estresantes.
  
- ✓ **Asignación de tarea para el hogar :**
  - Completar el autorregistro de pensamientos automáticos.
  - Leer y reevaluar diariamente el grado de credibilidad que le otorgan a su creencia.
  
  - Repasar la lista de clasificación de las situaciones estresantes.
  
- ✓ **Retroalimentación:** dos docentes deben hablar de los puntos más importantes de la sesión y seguidamente el terapeuta cierra la sesión con un resumen.

## **Sesión N. 8: Formulación de creencias adaptivas.**

### **Objetivos:**

- Examinar las ventajas y desventajas de las creencias intermedias identificadas, para decidir si requieren modificación y formular creencias más adaptativas y funcionales.
  - Trabajar en la importancia de practicar una actitud positiva como medio de ayuda para disminuir sus niveles de estrés.
- 
- ✓ **Control del estado de ánimo:** se continúa realizando una valoración subjetiva de su nivel de estrés utilizando una escala de 0 (nulo) a 100 (nivel máximo).
  - ✓ **Revisión de la sesión anterior:** para revisar la sesión se les indica voluntariamente que dos docentes hablen de lo tratado anteriormente.
  - ✓ **Planificación:** se les informa los objetivos a trabajar en esta sesión y los temas que se tratarán.
  - ✓ **Revisión de la tarea para el hogar:** revisar y verifica el cumplimiento de los deberes.
  - ✓ **Contenido de la sesión y desarrollo de lo planificado:**
    - **Examinar ventajas y desventajas-refutación de creencias irracionales:** se realizarán preguntas dirigidas a descubrir la falsedad de sus creencias irracionales. ¿cuáles son las ventajas de creer que?, ¿cuáles son las desventajas?, ¿Qué es lo peor que podría pasar? Para lograrlo se emplea el cuestionamiento socrático para formular nuevas creencias.
    - **Psico educar:** con un material sobre actitud para que reflexionen sobre la importancia de mantener una actitud positiva antes las situaciones estresantes y enfatizándole que los resultados

(comportamientos, emociones) depende de la actitud con que enfrenten las situaciones.

- **Revisar la lista de clasificación de las situaciones estresantes:** para verificar si se debe hacer alguna modificación en el orden dado dentro de la jerarquía y si hay que agregar nuevas situaciones estresantes.

✓ **Asignación de tarea para el hogar :**

- Leer y reevaluar diariamente el grado de credibilidad que le están otorgando a sus creencias.
- Nuevamente poner en práctica la técnica de relación de Jacobson.
- Leer sobre actitud positiva apoyándose en material de internet.
- Pedirles que imaginen o piensen que una madre de familia fue molesta porque está cansada que el maestro la cite para lo mismo de siempre. Ante estas situaciones deben imaginarse ¿cómo se sienten ante esta situación?, ¿cómo responderían a la madre de familia?, anotar su nivel de estrés para verificar si sus niveles han disminuido y a la vez deben practicar formas de respuestas enfocadas en una actitud positiva y comunicación asertiva.

**Retroalimentación:** solicitarles que por lo menos 1 docente recuerde los puntos más importantes de la sesión.

## **Sesión N. 9: Psicoeducación en creencias centrales y técnicas de exposición.**

### **Objetivos:**

- Introducir a los docentes en el tema de las creencias centrales y se le explica la diferencia entre las intermedias y las centrales.
  - Explicar a los docentes la técnica de exposición e iniciarlos en la misma.
- ✓ **Revisión de la sesión anterior:** En esta sesión el terapeuta recuerda los puntos tratados en la sesión anterior y consulta sobre si tienen dudas o preguntas respecto a los temas tratados.
- ✓ **Planificación:** se les presentan los objetivos que se quiere lograr en esta sesión y las técnicas a emplear
- ✓ **Revisión de la tarea para el hogar:** se verifica el registro de pensamientos automáticos. Se les pregunta cuantas veces utilizaron la técnica de respiración profunda o la relajación de Jacobson y si ya la dominan.
- ✓ **Contenido de la sesión y desarrollo de lo planificado:**
- **Psicoeducación:** instruirlos en que las creencias centrales son las ideas más dominantes acerca de uno mismo y que las mismas mantienen sus errores en los esquemas cognitivos.

Explicar a los docentes en que consiste la **técnica de exposición** tomando de ejemplo una situación estresante de la lista de jerarquía para familiarizarlos con el proceso y aclarar las dudas que tengan.

- **Identificación de creencias o suposiciones**, Caballo, V., (2007). Manual para el Tratamiento Cognitivo Conductual de los Trastornos psicológicos. (P.198): se les entrega una lista con diferentes creencias

o suposiciones y se les pide que identifiquen las que son ciertas para ellos.

- **Relajación progresiva de jacobson:** se les recuerda que la técnica busca llevarlos a diferenciar los estados de tensión y relajación y que la relajación progresiva es un método de carácter fisiológico, orientado hacia el reposo, siendo especialmente útil en los trastornos en los que es necesario un reposo muscular intenso. Luego se pone nuevamente en práctica.

✓ **Asignación de tarea para el hogar**

- Autorregistro de pensamientos automáticos disfuncionales.
- Pedirles que piensen que sus estudiantes han estado muy indisciplinados durante la jornada y a las 12:00 m.d. asistirán los padres de familia debido a que es el día de visita asignado por el centro educativo y que anoten su nivel de estrés para valorar si sus temores anticipados han ido disminuyendo.
- Igualmente que identifiquen las creencias o suposiciones que surgieron en ese momento.

- ✓ **Síntesis y Retroalimentación:** breve resumen por parte del terapeuta de lo realizado en esta sesión y seguidamente se les pide que hagan retroalimentación sobre los temas tratados.



## Sesión N. 10: Categorización de creencias centrales.

### Objetivos:

- Categorizar las creencias centrales de los docentes y llevarlos a ensayar una escena propia a través de exposición imaginaria para empezar hacerle frente a los síntomas que surgen como respuesta al estrés que se produce ante las situaciones vividas durante la jornada laboral.
- ✓ **Control del estado de ánimo:** a través de una escala de 0 (nulo) a 100 (nivel máximo), para verificar el grado de intensidad de sus síntomas de estrés.
- ✓ **Revisión de la sesión anterior:** pedirle que retroalimenten en puntos importantes de la sesión anterior y en cuales tienen dudas.
- ✓ **Planificación:** se le indican los objetivos a lograr y temas a tratar.
- ✓ **Revisión de la tarea para el hogar:** se verifica lo asignado.
- ✓ **Contenido de la sesión y desarrollo de lo planificado:**
  - **Categorización de creencias:** a través de la formulación de hipótesis para verificar en cuál categoría encajan los docentes.
  - **Identificar creencias centrales irracionales:** reconociendo las que se presentan como pensamientos automáticos en base a las situaciones que se les deja de tarea para la casa.
  - **Entrenamiento en exposición en imaginación:** usar dos situaciones estresantes de la lista de jerarquía las dos de menos intensidad, se trabajarán a través de técnicas imaginarias que lleven a los docentes a imaginar que se está llegando el momento de exponerse a esa situación que les causa estrés y luego deben imaginarse que ya están

expuestos a la situación. Dentro de todo el proceso se usará la relajación profunda.

✓ **Asignación de tarea para el hogar:**

- Practicar la técnica de respiración profunda.
- Imaginar que: están en una reunión de coordinadores docentes y surgen diferencias entre los presentes y no logran ponerse de acuerdo y el tema es un trabajo para el que solo les están dando unos días, ninguno quiere responsabilizarse, la reunión termina y no han logrado llegar a un acuerdo, luego continúan las jornadas de clases y 3 estudiantes pelean en el salón. Se les pide que deben anotar las reacciones e intensidad de las mismas y la actitud de ese momento.

✓ **Retroalimentación:** se les pide que hablen de los temas tratados en la sesión.

## **Sesión N. 11: Evaluación de la credibilidad de las creencias.**

### **Objetivos:**

- Evaluar el grado de credibilidad que los docentes le confieren a sus creencias para determinar si se deben modificar.
  - Emplear la exposición en vivo para ir desensibilizándolos de sus síntomas de estrés y del síndrome de burnout.
- 
- ✓ **Control del estado de ánimo:** nuevamente se hace una valoración subjetiva de sus niveles de estrés usando la escala de 0 (nulo) a 100 (nivel máximo). Se les pregunta cómo se sienten y que lo cuantifiquen, además se les pregunta cómo se han sentido durante la semana para esta respuesta solo se harán comentarios.
  - ✓ **Revisión de la sesión anterior:** Por lo menos 3 docentes deben mencionar algunos puntos tratados en la sesión anterior.
  - ✓ **Planificación:** se le informa lo que se tratará durante la sesión y los objetivos que se quieren lograr.
  - ✓ **Revisión de la tarea para el hogar:** verificar si están realizando las diferentes asignaciones.
  - ✓ **Contenido de la sesión y desarrollo de lo Planificado:**
    - **Técnica de cuestionamiento:** empleando las hojas de preguntas para el cuestionamiento de puntos de bloqueo, Caballo, V., (2007). Manual para el Tratamiento Cognitivo Conductual de los Trastornos psicológicos (P.190); para cuando ocurren situaciones estresantes, se les explica que la copia entregada solo es un modelo y que ellos pueden adaptarlas a sus situaciones, para evaluar el grado de credibilidad de los docentes en sus creencias, utilizando preguntas y valorarlas en una escala de 0 a 100.

- **Psico educar en auto exposición:** enseñarles que entre más evite las situaciones de estrés más se reforzarán sus síntomas, explicarles la forma de llevar a cabo la exposición.
  - **Entrenamiento en exposición en imaginación:** Se les pide que expresen situaciones que les generen mucho malestar emocional y fisiológico llevándolos a niveles elevados de estrés y se escogerán dos situaciones para exponerlos a ellas durante 15 minutos, apoyándonos durante ese tiempo en la respiración profunda.
- ✓ **Asignación de tarea para el hogar :**
- Practicar la auto exposición cuando se les presente una situación generadora de síntomas de estrés, que le hagan frente y no la evadan (anotar siempre el nivel de estrés al inicio y final de la exposición), deben intentar dar respuestas utilizando una comunicación asertiva y manejando esa situación con una actitud positiva (anotar los niveles de estrés).
  - Practicar la relajación de Jacobson o la respiración profunda.
  - Apoyarse en las técnicas de cuestionamiento para evaluar el grado y veracidad de sus creencias en ese momento.
- ✓ **Retroalimentación:** por parte de los docentes de los puntos más importantes de la sesión.

## Sesión N. 12: Formulación de creencias racionales alternativas.

### Objetivos:

- Formular nuevas creencias que sean funcionales y que les ayuden en su dificultad para regular sus emociones y síntomas de estrés.
  - Continuar con las exposiciones en imaginación buscando disminuir sus síntomas de estrés y del síndrome de burnout.
- 
- ✓ **Control del estado de ánimo:** valoración subjetiva de la intensidad de su ansiedad en una escala de 0 (nulo) a 100 (nivel máximo).
  - ✓ **Revisión de la sesión anterior:** los docentes hablan de lo tratado en la sesión anterior y aclaran dudas.
  - ✓ **Planificación:** informarles sobre los temas y técnicas a trabajar en esta sesión y objetivos.
  - ✓ **Revisión de la tarea para el hogar:** revisar las tareas y verificar los avances que tengan.
  - ✓ **Contenido de la sesión y desarrollo de lo planificado:**
    - **Examinar ventajas y desventajas-refutación de creencias irracionales:** con preguntas dirigidas a descubrir la falsedad de sus creencias irracionales y encontrar la creencia racional alternativa.
    - **Cuestionamiento lógico para formular nuevas creencias:** para analizar las creencias actuales de los docentes y lograr que construyan alternativas positivas. Hacerles ver que la creencia irracional se deduce de algo ilógico y que no hay una ley natural que la sustente.
    - **Entrenamiento en exposición en imaginación:** de la lista de situaciones generadoras de estrés se deben tomar dos para

exponerlos a ellos durante 15 minutos, apoyándonos durante ese tiempo en la respiración profunda.

✓ **Asignación de tarea para el hogar :**

- Practicar la auto exposición tratando hacer frente a las situaciones generadoras de estrés, prestarles mucha atención al: ¿cómo se sienten?, ¿Qué síntomas se presentan? y cuantificar el grado o nivel de intensidad de esos síntomas. Deben practicar afrontar esas situaciones con una actitud positiva.
- Anotar en el Registro de tareas de exposición.
- Practicar la relajación de Jacobson o la respiración profunda.
- Apoyarse en el cuestionamiento lógico para evaluar el grado y veracidad de su creencia en ese momento.

✓ **Retroalimentación:** recordar los puntos más importantes que se presentaron en la sesión.

## **Sesión N. 13: Preparación para finalización de terapia.**

### **Objetivo:**

- Favorecer la formulación de alternativas racionales que ayuden a que los síntomas de estrés y del síndrome de burnout disminuyan.
  - Comunicarles a los docentes que la próxima sesión se dará por culminado el tratamiento.
- 
- ✓ **Control del estado de ánimo:** valoración subjetiva de la intensidad de sus síntomas de estrés en una escala de 0 (nulo) a 100 (máximo).
  - ✓ **Revisión de la sesión anterior:** hablar de lo tratado anteriormente y aclarar dudas.
  - ✓ **Planificación:** informar los objetivos a trabajar en esta sesión y temas a tratar.
  - ✓ **Revisión de la tarea para el hogar:** revisar las tareas y verificar los avances que se tengan.
  - ✓ **Contenido de la sesión y desarrollo de lo planificado:**
    - **Dramatización racional –emocional:** a través del role playing, explicándoles que se hará una dramatización donde ellos, representarán la parte emocional y el terapeuta la racional de la mente (luego se intercambian los roles). Para representar que se está ante un estudiante con trastorno de déficit de atención con hiperactividad y pasa la jornada levantado, molestando a los compañeros y saliendo del salón. Se deben expresar ideas y reacciones durante la dramatización.
    - **Combatir las preocupaciones referidas a la disminución de frecuencia de sesiones:** para preparar a los docentes en la finalización de la terapia. Se sigue planteando a los docentes que próximamente se culminará con las sesiones.

✓ **Asignación de tarea para el hogar:**

- Practicar la auto exposición, donde deben afrontar la situación generadora de estrés con una actitud positiva. Se deben anotar sus síntomas, reacciones e intensidad de los mismos.
- Anotar en el registro de tareas de exposición.

✓ **Síntesis y Retroalimentación:** el terapeuta da un resumen de la sesión y por último se les pide que hablen brevemente de su aprendizaje en esta sesión.



## **Sesión N. 14: Entrenamiento en resolución de problemas.**

### **Objetivos:**

- Preparar y entrenar a los docentes en técnicas de resolución de problemas que le sirvan de estrategias para afrontamientos futuros.
  - Preparar a los docentes para que cada uno sea su propio terapeuta en la atención de los síntomas y reacciones antes el estrés laboral y del síndrome de burnout.
  - Indicar a los docentes que se finaliza con el tratamiento.
- 
- ✓ **Control del estado de ánimo:** valoración subjetiva del nivel de sus síntomas de estrés a través de una escala de 0 (nulo) a 100 (nivel máximo de estrés).
  - ✓ **Revisión de la sesión anterior:** se les pide a los docentes que hablen de lo tratado en la sesión anterior y si hay dudas para aclararlas.
  - ✓ **Planificación:** informarles de los objetivos a trabajar en esta sesión y las técnicas a emplear.
  - ✓ **Revisión de la tarea para el hogar:** para revisar las tareas se les pide que brevemente hablen de su experiencia sobre la técnica de auto exposición y verificar los avances que tengan en cuanto a sí sus síntomas, reacciones han disminuidos.
  - ✓ **Contenido de la sesión y desarrollado de lo planificado:**
    - **Psico educar:** en la posibilidad que como seres humanos tenemos de posibles recaídas.
    - **Entrenamiento en resolución de problemas:** informar e instruir a los docentes en las 5 fases para la resolución de problemas, como estrategia para afrontar las conductas evitativas ante las situaciones generadoras de estrés laboral. A continuación se describen las fases:

1. **Orientación del problema:** se les explica que cuando una situación influye en su manera de responder o reaccionar y genera malestar significativo que interfiera con su funcionamiento a nivel laboral, traten de observar que actitud previa puede estar dificultando un buen afrontamiento del problema (creencias, dudas sobre la propia habilidad, sentimientos de impotencia, expectativas no realistas o soluciones mágicas). Como estrategias se utilizan la técnica de autorregistros y utilizar las emociones como pistas o claves para la identificación del problema y se hace énfasis en la actitud positiva como ayuda para responder de manera más adaptada a la realidad.

2. **Formulación y definición del problema:** Se les instruye que siempre su objetivo es evaluar el problema, síntomas y reacciones ante las situaciones generadoras de estrés e identificar una solución realista. Para esto deben, recoger información relevante (¿Quién?, ¿Cuándo?, ¿Dónde?, ¿Por qué?, ¿Cómo?), especificar el problema usando términos claros y concisos para determinar las causas que favorecen la aparición y mantenimiento del problema, por lo que formulan objetivos concretos y realistas. Es importante seguir identificando las distorsiones cognitivas que pueden aparecer y comprender la naturaleza del problema.

3. **Generación de alternativas:** se les explica que el objetivo es generar varias soluciones alternativas.

4. **Toma de decisiones:** el objetivo es seleccionar la mejor alternativa para maximizar los resultados positivos y minimizar los negativos. Primero deben descartar las opciones claramente ineficaces o extremas. Después para cada alternativa, se predice la probabilidad de que tengan lugar las consecuencias esperadas, se evalúa las dificultades para llevarla a cabo.

**5. Puesta en práctica de la decisión tomada y verificación de resultados:** La eficacia de la solución debía comprobarse empíricamente, aplicándola en la vida real y observando y registrando los resultados. Esta fase consta de cuatro componentes: Ejecución, autoobservación, autoevaluación y autoreforzo.

- **Analizar resultados:** evaluar en conjunto con los docentes los posibles avances y logros obtenidos.

✓ **Asignación de tarea para el hogar:**

- Cuando se encuentren ante una situación en la que sienten síntomas característicos del estrés laboral o del síndrome de burnout, deben tratar de poner en práctica la resolución de problemas en sus 5 fases. Con esto se busca familiarizarlos con la técnica y que cuenten con otra estrategia para afrontar y reducir sus dificultades para regular emociones y síntomas de estrés.
- **Repasar lo aprendido en la terapia:** se les motiva a repasar los cuadros de registros, las técnicas de respiración, relajación y continuar practicando las técnicas que se le hacen más fácil realizar para que continúen debatiendo sus pensamientos disfuncionales buscando respuestas alternativas y lograr que sus síntomas de estrés disminuyan progresivamente.

- ✓ **Síntesis y Retroalimentación:** el terapeuta hace un resumen de la sesión y por último se les indica que hablen brevemente del aprendizaje logrado con el tratamiento.

### **3.1.1.3.5. Descripción de la propuesta de evaluación**

El desarrollo de la propuesta de psicoterapia conlleva una serie de responsabilidades para que su ejecución sea eficaz. Seguidamente se indican:

- La Dirección del Centro Educativo Claudio Vásquez, es la responsable que la propuesta sea implementada, brindando el espacio físico para la realización de la psicoterapia, asignando el horario para que los docentes asistan, apoyando con el recurso material que se requiera para la ejecución de talleres y técnicas necesarias y dar seguimiento para que los docentes identificados con síndrome de burnout participen.
- Queda a disposición de la Dirección del Centro Educativo Claudio Vásquez, la elección del psicólogo para dar cumplimiento a esta propuesta terapéutica, ya que pueden apoyarse con el Gabinete Psicopedagógico o contratar los servicios de un especialista idóneo para que desarrolle la psicoterapia.
- Será responsabilidad del especialista seleccionado por la Dirección del Centro Educativo Claudio Vásquez, el manejo adecuado del plan terapéutico, de las estructuras de las sesiones y de las técnicas a emplear.
- Los docentes tendrán la responsabilidad de asistir a las sesiones, evitando ausentarse y de tener que hacerlo debe ser por una causa justificada, todos deben colaborar con la ejecución de los talleres, el desarrollo de las tareas asignadas, cumplir con el horario y con las normas del encuadre terapéutico.

Cada una de las partes debe cumplir con sus responsabilidades establecidas en las normas del plan terapéutico, con el fin de garantizar la efectividad del mismo y poder evaluar los logros objetivamente.

Es importante considerar, para el desarrollo y ejecución de la propuesta de psicoterapia para los docentes, los recursos materiales, humanos y financieros que se requerirán:

- **Recursos materiales:** un salón amplio, con iluminación adecuada, sillas, papelería, tablero, equipo multimedia, copias de los registros de pensamiento y otro material a emplear para la psicoeducación, útiles como lápices, bolígrafos borrador, marcadores de tablero, colchonetas, música relajante.
- **Recursos humanos:** personal especializado para poder ejecutar la propuesta en este caso un psicólogo, preferiblemente del Gabinete Psicopedagógico del Centro Educativo Claudio Vásquez, de la Dirección Regional de Educación de Los Santos o queda a disposición de la Dirección del Centro Educativo contratar los servicios de un psicólogo particular.
- **Recursos financieros:** es decir, todo gasto económico que conlleve la ejecución de la propuesta, incluyendo los gastos contemplados en los recursos materiales y humano.

Finalmente, se deben considerar sólo los docentes a los que se les aplique el Inventario Burnout de Maslach, y resulten con el síndrome de burnout en cualquiera de sus categorías bajo, medio o alto.

### 3.1.1.3.6. Referencias bibliográficas:

- Asociación Americana de Psiquiatría. (2014). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5®), 5.ª Edición. Editorial Médica Panamericana.
- Beck, Judith (2000). Terapia Cognitiva Conceptos Básicos y Profundización. Editorial Gedisa, Colección Familia.
- Caballo, Vicente (2007). Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos psicológicos. Vol. 1. Editorial Siglo XXI, España.
- Díaz Portillo, Isabel. (2000). "Bases de la Terapia de Grupo". México D.F. Editorial Pax.
- Gómez, M. & Ruiz, M. (2015). "Dimensiones del Síndrome de Burnout en Personal de Asistencial de salud en un Hospital de Chiclayo, 2014". Escuela de Psicología. Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, Perú. Recuperado el 18 de julio de 2018 del sitio web: <http://www.tesis.usat.edu.pe/bitstream/usat/331/1>.
- González Núñez, José. (1999). "Psicoterapia de grupos: Teoría y técnica a partir de diferentes escuelas de psicológicas". México D.F. Editorial Manual Moderno.
- Gutiérrez, Morán y Sáenz, (2005). Estrés docente-elaboración de la escala ED-6 para su evaluación. Revista electrónica de investigación y evaluación educativa. Recuperado el 10 de abril de 2018 del sitio web: [http://www.uv.es/RELIEVE/v11n1/RELIEVEv11n1\\_3.htm](http://www.uv.es/RELIEVE/v11n1/RELIEVEv11n1_3.htm)
- Labrador Díaz, F. (2008). "Técnicas de modificación de Conductas". Psicología Pirámide. Málaga, España.
- Ranero, M. (2014). "Propuesta de programa cognitivo conductual de autoestima para niños de 7 a 10 años víctimas de maltrato intrafamiliar." Tesis de grado. Guatemala.
- Reyes Jarquín, K; González-Celis, Mónica, Ana L. (2016). Efectos de una intervención cognitivo-conductual para disminuir el burnout en cuidadores de ancianos institucionalizados. Escritos de Psicología - Psychological Writings [en línea], vol. 9, núm. 1, enero-abril, 2016, p. 16. Universidad de Málaga, España. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=271045358002>.

## CONCLUSIONES

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos a través de la aplicación del Inventario de Burnout de Maslach, donde 11 docentes presentan síndrome de burnout clasificados en la categoría medio y alto, cuatro (4) docentes presentan puntuaciones en dos de las tres dimensiones que evalúa el instrumento, se considera que hay una alta incidencia de síntomas de estrés en la población docente del Centro Educativo Claudio Vásquez, lo que afecta significativamente el proceso de enseñanza aprendizaje y la calidad educativa, y que en base a los resultados obtenidos, los docentes manifiestan a través de sus respuestas frecuentemente insatisfacción laboral, sienten que laboran o permanecen mucho tiempo en su trabajo, les cuesta lidiar con los estudiantes, sienten que el trabajo es agotador y que las situaciones emocionales en su trabajo no son tratadas adecuadamente.

Todos estas afectaciones o situaciones encontradas en los docentes del Centro Educativo Claudio Vásquez se encuentran dentro de las áreas consideradas dentro de otros problemas que pueden ser objetos de atención clínica, específicamente se aplica para: V62.29 (Z56.9) Otro problema relacionado con el empleo, contenido en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5<sup>R</sup>.

Los docentes al estar expuesto a diversidad de estudiantes y demandas del sistema educativo tienen una mayor predisposición a desarrollar síntomas de una V62.29 (Z56.9) otros problemas relacionados con el empleo.

Se puede concluir, que estas características y síntomas que se evalúan dentro de las dimensiones del inventario aplicado, dieron un resultado positivo en los docentes del Centro Educativo Claudio Vásquez, guardan relación con la categoría general de Z73 Problemas relacionados con el manejo de las dificultades de la vida y en base a los resultados del estudio, dentro de esta

categoría el CIE-10 (1992) contempla a Z73.0 Agotamiento y Z73.3 Estrés, no clasificado en otra parte.

Se puede indicar que la forma de pensar ante un evento o situación influirá directamente en las respuestas emocionales y conductuales de las personas.

El síndrome de burnout al afectar la salud conlleva a quienes lo padecen no rindan efectivamente en su trabajo, tanto así que la Organización Mundial de la Salud OMS (2000), indica que es un factor de riesgo laboral. Esto se debe a que los síntomas influyen sobre la calidad de vida, la salud física y mental de quienes lo padecen.

Dentro del sistema educativo se realizan capacitaciones dirigidas a la actualización y mejoramiento constante de los docentes, pero son pocas las actividades, capacitaciones y programas que se destinan a la prevención de síntomas de estrés y a la promoción de la salud mental, como es conocido para que una persona funcione plenamente gozando de equilibrio a nivel de su salud física y emocional.

En base al instrumento aplicado que apoya el diagnóstico que justifica la propuesta, se concluye que, en el Centro Educativo Claudio Vásquez, hay una muestra de docentes que presentan síndrome de burnout clasificados en las categorías medias y altas, afectando directamente al proceso de enseñanza aprendizaje.

Dentro del grupo de docentes a los que se les aplicó el Inventario de Burnout de Maslach, se obtuvieron resultados que demuestran que hay quienes presentan puntuaciones indicadoras en dos de las tres categorías que contempla el instrumento, lo que indica que si el Centro Educativo Claudio Vásquez, no ejecuta programas o desarrolla actividades destinadas a contrarrestar los síntomas del estrés, estos docentes también pueden llegar a padecer del síndrome de burnout.



Los resultados obtenidos a través del Inventario Burnout de Maslach indican que los docentes presentan síntomas tales como sentirse emocionalmente defraudados y frustrados en su trabajo al pensar que no consiguen cosas valiosas con su trabajo, al sentir que están al límite de sus posibilidades, que los demás los culpan de sus problemas y al no sentirse estimulados en su lugar de trabajo.

Los Síntomas que se manifiestan se contemplan de las áreas de V62.29 (Z56.9) que corresponde a otros problemas relacionados con el empleo: insatisfacción laboral.

Es notorio, en los resultados del Inventario de Burnout de Maslach, la presencia de síntomas del área considerada en V62.29 (Z56.9) otros problemas relacionados con el empleo: horario de trabajo estresante, como lo son: el sentirse agotados al terminar la jornada de trabajo o al levantarse por las mañanas y tener que enfrentar otra jornada y al sentir que pasan demasiado tiempo en su lugar de trabajo.

Los resultados del instrumento evidencian los objetivos planteados y permiten justificar una propuesta de tratamiento para los docentes enfocada en psicoterapia cognitiva conductual y así brindarles herramientas para que manejen adecuadamente las situaciones y retos a los que les toca enfrentarse diariamente durante la jornada laboral, beneficiándose el sistema educativo en general y por ende proceso de enseñanza aprendizaje.

De los 30 docentes del Centro Educativo Claudio Vásquez, a los que se les aplicó el instrumento, un total de 11 docentes resultaron con Síndrome de Burnout; concluyendo que 4 docentes se clasifican en la categoría alto y 7 en la categoría medio.

## BIBLIOGRAFÍA

Asociación Americana de Psiquiatría. (2014). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5®), 5.<sup>a</sup> Edición. Editorial Médica Panamericana.

Beck, Judith (2000). Terapia Cognitiva Conceptos Básicos y Profundización. Editorial Gedisa, Colección Familia.

Caballo, Vicente (2007). Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos psicológicos. Vol. 1. Editorial Siglo XXI, España.

Díaz Portillo, Isabel. (2000). "Bases de la Terapia de Grupo". México D.F. Editorial Pax.

Díaz Seoane, P. (2016). Hablemos de Duelo, Manual Práctico para Abordar la Muerte con Niños y Adolescentes, Primera edición. Fundación Mario Lo Santos del Campo.

Gómez, M. & Ruiz, M. (2015). "Dimensiones del Síndrome de Burnout en Personal de Asistencial de salud en un Hospital de Chiclayo, 2014". Escuela de Psicología. Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, Perú. Recuperado el 18 de julio de 2018 del sitio web: <http://www.tesis.usat.edu.pe/bitstream/usat/331/1>.

González Núñez, José. (1999). "Psicoterapia de grupos: Teoría y técnica a partir de diferentes escuelas de psicológicas". México D.F. Editorial Manual Moderno.

Gutiérrez, Morán y Sanz, (2005). Estrés docente-elaboración de la escala ED-6 para su evaluación. Revista electrónica de investigación y evaluación educativa. Recuperado el 10 de abril de 2018 del sitio web: [http://www.uv.es/RELIEVE/v11n1/RELIEVEv11n1\\_3.htm](http://www.uv.es/RELIEVE/v11n1/RELIEVEv11n1_3.htm)

Labrador Díaz, F. (2008). "Técnicas de modificación de Conductas". Psicología Pirámide. Málaga, España.

Ley N. 4. Gaceta Oficial de la República de Panamá, Panamá, 1 de noviembre de 2011.

Decreto Ejecutivo N. 202. Gaceta Oficial de la República de Panamá, Panamá, 27 de septiembre de 1996.

Ministerio de Educación. (2011). Folleto Coordinación Técnica de los Gabinetes Psicopedagógicos. Dirección Nacional de Psicoeducativos.

Ministerio de Educación. (2011). Formatos de GPP: entrevistas, interpretación de pruebas, informes. Dirección Nacional de Psicoeducativos.

Reyes Jarquín, K; González-Celis, Mónica, Ana L. (2016). Efectos de una intervención cognitivo-conductual para disminuir el burnout en cuidadores de ancianos institucionalizados. Escritos de Psicología - Psychological Writings [en línea], vol. 9, núm. 1, enero-abril, 2016, p. 16. Universidad de Málaga, España. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=271045358002>.

The british psychological society (2017). "The child and family clinical psychology review". N.5. Recuperado del sitio web: [www.infocop.es /view \\_article.asp](http://www.infocop.es/view_article.asp)

Sánchez Mercedes, (marzo 2018). El Mindfulness Reduce el Estrés Laboral. Execoach–especialistas en coaching de equipos y formación para empresas. Recuperado el 2 de julio de sitio web: <http://www.execoach.es/el-mindfulness-reduce-el-estres-laboral/>.

Trallero Flix, C, (s.f). Tratamiento del Estrés Docentes y Prevención del Burnout con Musicoterapia Autorrealizadora. Universidad de Barcelona. Recuperado el 5 de agosto de 2018 del sitio web: <http://www.musicoterapia-autorrealizadora.net>.

# **ANEXOS**

**Registro. Situación-Pensamiento-Reacción.**

Situación, Evento (A)	Pensamiento (B)	Reacción (C)



UDELAS

UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMÉRICAS

Decanato de Postgrado, Extensión de Panamá  
Maestría en Psicología Clínica con Especialización en Psicoterapia Integrativa

Tel: 501-1039

c.mail: dirección.postgrado@udelas.ac.pa

Nota CMPC 028-2018  
Azuero, 14 de marzo de 2018

Profesora  
**Bélgica Sandoval de Ayarza**  
Director (a) Regional de Educación  
E. S. D.

MEDUCA  
DIRECCIÓN REGIONAL DE LOS SANTOS

Recibido *Bélgica Sandoval de Ayarza*

Fecha: 20-03-2018

Respetado(a) Profesor (a)

Le saluda cordialmente la Magister **Mercedes Bernal**, Coordinadora de Post-Grado y Maestría.

AUTORIDADES

RECTOR:

Dr. Juan Bosco Bernal

VICERRECTORA:

Mgter. Doris Hernández

SECRETARIO GENERAL:

Dra. Vielka Donado

Me dirijo a usted para agradecerle lo que esté a su alcance hacer, para que la Psicóloga participante de este programa Lic. **Dayana Jaén**, con Cédula de identidad personal No. **8-784-509**, pueda desarrollar su Práctica Profesional Guiada como opción de Trabajo de Grado en este centro que usted dignamente dirige.

La estudiante deberá cumplir con las diferentes funciones del Departamento de Psicología de esta Institución, así como insertarse en programas en desarrollo en el campo de la Psicología que implementa día a día este centro.

Este proceso de Práctica Profesional debe desarrollarse, según el reglamento de UDELAS, durante ciento sesenta (160) horas, a partir del 2 de abril del presente y es supervisada por parte del departamento de Psicología que existe en esta Institución y además por un docente de esta especialidad por la Universidad.

De ser necesaria información adicional, no dude en consultarnos al celular 66777909 (whatsapp).

Detalles para localizar al candidato a práctica:

Nombre completo: Dayana Osiris Jaén Jaén.

Celular: 62128975

Email: dayana\_j\_09@hotmail.com, dayana.jaen@meduca.gob.pa

De usted atentamente,

**Mgter. Mercedes Bernal**  
Coordinadora de Post-Grado y Maestría

**Mgter. Diana Rios**  
Directora Extensión de Azuero

C.c. Profesora Celibeth Peralta  
Directora de la Escuela Claudio Vásquez



EXTENSIÓN AZUERO



**ACTA DE INSCRIPCIÓN DE TRABAJO FINAL DE GRADO (Maestría)**

Fecha: 6/4/18

Por este medio el suscrito participante: Dayana Osiris Jaén Jaén

Con Cédula de Identidad Personal No.: 8-784-509

De la Extensión de: Azuero

Declaro que la siguiente información que suministro es completamente cierta:

He optado por la siguiente opción como trabajo de grado: **seleccione y marque**

**subrayado**

a. Tesis       b. Práctica Profesional

El profesor asesor de mi trabajo de grado es: Profesora Floria Tris Barrios

La fecha de inicio es: 2 de abril de 2018

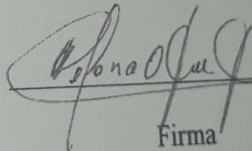
Lugar de Práctica Centro Educativo Claudio Vázquez

Psicólogo(a) de planta en este centro: Licda. Isis Barrios

Atentamente,

Dayana Jaén

Nombre

  
Firma

*Nota importante: Llenar este formulario, imprimirlo y entregarlo en la oficina de Postgrado de la extensión respectiva para el archivo en su expediente.  
Enviar copia al coordinador del programa para su archivo.*



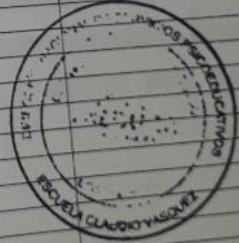
**UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMÉRICAS**  
 Decanato de Postgrado. Extensión de Panamá  
 Maestría en Psicología Clínica con Especialización en Psicoterapia Integrativa  
 Tel: 501-1039 e.mail: direccion.postgrado@udelas.ac.pa

**REGISTRO-CONTROL DE HORAS DE PRÁCTICA PROFESIONAL**

Fecha: 9/5/18 participante: Dayara Gairn Cédula 8-784-508  
 Con profesor asesor: Maestra María Iris Barrios supervisor de planta Linda Isis Barrios

Declaro el siguiente Registro control de asistencia a Práctica de graduación:

Fecha	Firma de estudiante	Firma de supervisor	Fecha	Firma de estudiante	Firma de supervisor
2/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
3/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
4/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
5/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
6/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
7/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
8/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
9/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
10/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
11/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
12/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
13/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
14/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
15/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
16/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
17/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
18/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
19/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
20/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
21/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
22/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
23/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
24/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
25/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
26/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
27/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
28/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
29/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
30/4/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
1/5/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
2/5/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
3/5/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
4/5/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
5/5/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
6/5/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
7/5/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
8/5/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			
9/5/18	Dayara Gairn	Linda Isis Barrios			



**Isis I. Barrios G.**  
 Psicóloga  
 Reg. 3317 Folio 362  
*Linda Isis Barrios*



**UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMÉRICAS**  
Evaluación para Trabajo de grado  
Decanato de Postgrado

Panamá, 18 de septiembre de 2018.

Señores  
**COMISIÓN DE TRABAJO DE GRADO**

Presente:

Por medio de la presente, el profesor(a) asesor de trabajo de grado, de la estudiante Dayana Osiris Jaén Jaén, con cédula 8-784-509, de la Maestría en Psicología Clínica con Especialización en Psicoterapia Integrativa, certifico que el trabajo de grado, titulado: **Intervención Grupal Cognitiva Conductual a Docentes con Síndrome de Burnout del Centro Educativo Claudio Vásquez, 2018**; cumple con los requisitos técnicos y teóricos para proceder con la sustentación del trabajo de grado.

Atentamente,

Magister. María Ines Barrios  
Asesora de Contenido de Trabajo de Grado.



UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMÉRICAS  
Evaluación para Trabajo de grado  
Decanato de Postgrado

Panamá, 18 de septiembre de 2018.

Señores  
**COMISIÓN DE TRABAJO DE GRADO**

Presente:

Por medio de la presente, el profesor(a) asesor de trabajo de grado, de la estudiante Dayana Osiris Jaén Jaén, con cédula 8-784-509, de la Maestría en Psicología Clínica con Especialización en Psicoterapia Integrativa, certifico que el trabajo de grado, titulado: **Intervención Grupal Cognitiva Conductual a Docentes con Síndrome de Burnout del Centro Educativo Claudio Vásquez, 2018**; cumple con los requisitos técnicos y teóricos para proceder con la sustentación del trabajo de grado.

Atentamente,

Magister. Olga Herrera  
Metodóloga.



UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMÉRICAS  
Evaluación para Trabajo de grado  
Decanato de Postgrado

Panamá, 14 de septiembre de 2018.

Señores  
**COMISIÓN DE TRABAJO DE GRADO**

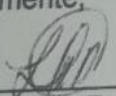
Presente:

La suscrita certifica que a la estudiante:

Dayana Osiris Jaén Jaén, cédula: 8-784-509, se le ha revisado el trabajo de grado titulado: **Intervención Grupal Cognitiva Conductual a Docentes con Síndrome de Burnout del Centro Educativo Claudio Vásquez, 2018.**

Doy fe que el trabajo cumple con todas las exigencias de redacción y ortografía del idioma español.

Atentamente,

  
\_\_\_\_\_  
Profesora de Español  
Cédula: 7-93-214  
Registro del Diploma No. 25021

**Adjunto: Copia del Diploma.**

# UNIVERSIDAD DE PANAMA

LA FACULTAD DE

*Educación*

EN VIRTUD DE LA POTESTAD QUE LE CONFIEREN LA LEY Y EL ESTATUTO UNIVERSITARIO,  
HACE CONSTAR QUE

*Lelys W. Domínguez Batista*

HA TERMINADO LOS ESTUDIOS Y CUMPLIDO CON LOS REQUISITOS  
QUE LE HACEN ACREEDOR AL TITULO DE

*Profesora de Segunda Enseñanza  
con Especialización en Español*

Y EN CONSECUENCIA, SE LE CONCEDE TAL GRADO CON TODOS LOS DERECHOS,  
HONORES Y PRIVILEGIOS RESPECTIVOS, EN TESTIMONIO DE LO CUAL SE LE EXPIDE  
ESTE DIPLOMA EN LA CIUDAD DE PANAMA A LOS *dos*

DIAS DEL MES DE *marzo* DE MIL NOVECIENTOS *ochenta y nueve*

*[Signature]*  
Secretario General

Diploma 25022

Identificación Personal

*[Signature]*  
Decano

*[Signature]*

Rector

**UDELAS**

Universidad Especializada de las Américas  
Panamá • 1997

Los Santos, 30 de Agosto de 2018.

Por medio de la presente el Departamento de Secretaria General da fe de la culminación de materias del (la) estudiante Dayana Taen con cedula de identidad personal No. 8-784-509 de la carrera Maestría en Psicología Clínica.

Por lo tanto se aprueba la sustentación de su Trabajo de Grado.

Atentamente,



*Anabel de Gracia*

LIC. ANABEL DE GRACIA

Analista - Secretaria General

UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMÉRICAS  
Firma Autorizada *Maurice Ceballos*