

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

ESCUELA DE POSGRADO

Unidad de Posgrado de Teología



Una Institución Adventista

**Satisfacción marital y síndrome burnout en profesores de la
Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018**

Por:

Wilder Alberto Mathews Paredes

Asesor:

Dr. Arnulfo Chico Robles

Lima, diciembre de 2018

Área: Humanidades. Sub área: Teología. Disciplina: Teología.

Línea de investigación – UPeU: Investigación bíblico – Teológica.

Ficha catalográfica elaborada por el Centro de Recursos para el Aprendizaje y la Investigación (CRAI) de la UPeU

Wilder Alberto Mathews Paredes
Satisfacción marital y síndrome burnout en profesores de la
Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018/ Autor: Wilder
Alberto Mathews Paredes; Asesor: Dr. Arnulfo Chico Robles; Lima,
2018.

115 hojas: gráficos, tablas.

Tesis Maestría, Universidad Peruana Unión. Unidad de Posgrado de
Teología. Escuela de Posgrado, 2018.
Incluye referencias y resumen.
Campo del conocimiento: Teología.

1. Satisfacción marital 2. Síndrome burnout 3. Profesores

*SATISFACCIÓN MARITAL Y SÍNDROME BURNOUT EN
PROFESIONALES DE LA ASOCIACIÓN EDUCATIVA ADVENTISTA
CENTRAL NORTE*

TESIS

Presentada para optar el Grado Académico de Maestro en Teología

JURADO DE SUSTENTACIÓN


Dr. Wilbert Maluquish Huamán
Presidente


Mg. Yvan Martín Balabarca Cárdenas
Secretario


Dr. Arnulfo Chico Robles
Asesor


Dr. Daniel William Richard Pérez
Vocal


Dr. Jorge Luis Reyes Aguilár
Vocal

Lima, 21 de diciembre de 2018

ANEXO 07 DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA DE LA TESIS

Yo **ARNULFO CHICO ROBLES**, identificado con DNI N° 08313069, docente en la Unidad de Posgrado de Teología de la Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión;

DECLARO:

Que la tesis titulada: "**SATISFACCIÓN MARITAL Y SINDROME BURNOUT EN PROFESIONALES DE LA ASOCIACIÓN EDUCATIVA ADVENTISTA CENTRAL NORTE**", constituye la memoria que presenta el Bachiller **WILDER ALBERTO MATHEWS PAREDES**, para obtener el grado académico de Maestro en Teología, cuya tesis ha sido desarrollada en la Universidad Peruana Unión con mi asesoría.

Asimismo, dejo constancia de que las opiniones y declaraciones registradas en la tesis son de entera responsabilidad del autor. No comprometen a la Universidad Peruana Unión.

Para los fines pertinentes, firmo esta declaración jurada, en la ciudad de Ñaña (Lima), a los veintiún días del mes de diciembre de 2018.



DR. ARNULFO CHICO ROBLES
Asesor



Lima, 21 de diciembre de 2018

RESUMEN

El propósito del estudio fue determinar si existe relación entre la satisfacción marital y el síndrome burnout en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018.

La metodología de la investigación es de enfoque cuantitativo, y usa un diseño tanto transversal como correlacional. Los instrumentos para la recolección de los datos fueron los siguientes: Inventario Multifacético de Satisfacción Marital (IMSM), validado para México por Cañetas, Rivera y Díaz-Loving, 2002; y para conocer el burnout, instrumento de Maslach Burnout Inventory (MBI), validado por Maslach y Jackson las cuales se aceptaron para ser aplicados a la población de estudio.

Es cuantitativo dado que los datos son analizados a través de procedimientos estadísticos, y porque se usa teorías y conceptos preconcebidos para determinar los datos que serán recolectados. Es transversal porque participan una cantidad significativa de personas en la investigación y se incluye diversas medidas en la misma encuesta, ya que así se puede obtener información instantánea sobre las creencias, actitudes y comportamientos actuales de la población en estudio. Es de diseño correlacional porque se recopilan datos para determinar el grado de relación entre dos o más variables.

Las conclusiones en esta investigación, son:

1. La mayoría de los profesores están en un nivel medio a bajo de satisfacción marital (74.6%); solo el 25.4% de profesores presentan un nivel alto de satisfacción marital.

2. Un gran porcentaje de profesores (79.9%) tienen un nivel medio a bajo de síndrome de burnout, y solo el 20.3% presentan un alto nivel de síndrome de burnout.
3. Existe relación significativa inversa entre la satisfacción marital y el síndrome de burnout en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018, dado que el $p = -.445$, y su coeficiente de correlación es $.000$.
4. Existe relación significativa inversa entre la satisfacción marital y el agotamiento emocional en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018, dado que el $p = -.296$, y su coeficiente de correlación es $.023$.
5. Existe relación significativa entre la satisfacción marital y la despersonalización en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018, dado que el $p = -.374$, y su coeficiente de correlación es $.004$.
6. Existe relación significativa inversa entre la satisfacción marital y la realización personal en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018, dado que el $p = -.529$ y su coeficiente de correlación es $.000$. Entendiendo que, en una relación de dos variables al incrementarse la variable independiente, decrece la variable dependiente. Eso significa, así como satisfacción marital aumenta, la realización personal disminuye, por otro lado, si la satisfacción marital disminuye la realización personal aumenta.

Palabras claves: Satisfacción marital, síndrome burnout, Asociación Educativa.

SUMMARY

The purpose of the study was to determine if there is a relationship between marital satisfaction and burnout syndrome in the teachers of the North Central Adventist Educational Association, 2018.

The methodology of the research is of quantitative approach, and uses a design as much transversal as correlational. It is quantitative since the data are analyzed through statistical procedures, and because preconceived theories and concepts are used to determine the data that will be collected. It is transversal, because a significant number of people participate in the research at the same time, because several measures are included in the same survey, and also because they can obtain instant information about the beliefs, attitudes and current behaviors of the population under study. It is correlational in design because data is collected to determine the degree of relationship between two or more variables.

The conclusions in this investigation are:

Most teachers are at a low to medium level of marital satisfaction (74.6%); only 25.4% of teachers have a high level of marital satisfaction.

Half of teachers (79.9%) have a medium to low level of burnout syndrome, and only 20.3% have a high level of burnout syndrome.

There is a significant relationship between marital satisfaction and burnout syndrome in the teachers of the North Central Adventist Educational Association, 2018, given that $p = .000$, and its correlation coefficient is $r = -.445$.

There is a significant relationship between marital satisfaction and emotional exhaustion in the teachers of the North Central Adventist Educational Association, 2018, given that $p = .296$, and its correlation coefficient is $.023$.

There is a significant relationship between marital satisfaction and depersonalization in the teachers of the North Central Adventist Educational Association, 2018, given that $p = .374$, and its correlation coefficient is $.004$.

There is a significant relationship between marital satisfaction and personal fulfillment in the teachers of the North Central Adventist Educational Association, 2018, given that $p = .529$ and its correlation coefficient is $.000$.

Keywords: *Marital satisfaction, burnout syndrome, Educational Association.*

TABLA DE CONTENIDO

| | |
|----------------------|----|
| LISTA DE TABLAS..... | ix |
|----------------------|----|

| | |
|----------------------------|---|
| LISTA DE ABREVIATURAS..... | x |
|----------------------------|---|

Capítulo

| | |
|-------------------------------------|---|
| 1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA | 1 |
|-------------------------------------|---|

| | |
|--|----|
| Descripción de la situación problemática | 1 |
| Antecedentes de la investigación | 5 |
| Formulación del problema | 12 |
| Problema general | 12 |
| Problemas específicos..... | 12 |
| Objetivos de la investigación..... | 13 |
| Objetivo general | 13 |
| Objetivos específicos..... | 13 |
| Hipótesis de la investigación..... | 13 |
| Hipótesis general | 13 |
| Hipótesis específicas..... | 14 |
| Justificación de la investigación | 14 |
| Limitaciones..... | 15 |
| Delimitaciones | 16 |
| Presuposiciones..... | 16 |

| | |
|---------------------------------|----|
| 2. MARCO BÍBLICO TEOLÓGICO..... | 16 |
|---------------------------------|----|

| | |
|--|----|
| Satisfacción marital..... | 16 |
| Definición..... | 16 |
| Satisfacción marital en el AT..... | 18 |
| Satisfacción marital en el NT..... | 22 |
| Elena de White y la satisfacción marital | 28 |
| Dimensiones de la satisfacción marital | 31 |
| Interacción | 31 |
| Físico – sexual | 32 |
| Organización y funcionamiento | 32 |
| Familia..... | 33 |
| Recreación | 33 |
| Síndrome de burnout..... | 34 |
| Agotamiento emocional | 36 |

| | |
|--|--------|
| Despersonalización o deshumanización..... | 36 |
| Realización personal | 36 |
| Burnout en las Sagradas Escrituras | 37 |
| Causas del burnout | 39 |
| Consecuencias del burnout..... | 41 |
| Tratamiento del burnout..... | 45 |
| Ambiente | 45 |
| Disposición mental | 46 |
| Tiempo..... | 46 |
| Postura | 46 |
| 3. METODOLOGÍA..... | 43 |
| Tipo y diseño de investigación..... | 43 |
| Población y muestra | 43 |
| Criterios de inclusión y exclusión | 44 |
| Consideraciones éticas | 44 |
| Definición y operacionalización de variables | 45 |
| Instrumentos de recolección de datos | 46 |
| Elaboración y validación del instrumento | 46 |
| Descripción del instrumento | 47 |
| Procedimiento para la recolección de datos | 47 |
| Plan de tabulación y análisis de los datos | 47 |
| 4. RESULTADOS Y DISCUSIÓN | 49 |
| Descripción de los resultados..... | 49 |
| Contrastación de hipótesis | 61 |
| Discusión de resultados..... | 65 |
| 5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES | 68 |
| Conclusiones | 68 |
| Recomendaciones..... | 69 |

Apéndices

| | |
|--|----|
| A. MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE SATISFACCIÓN MARITAL | 71 |
| B. MATRIZ DE CONSISTENCIA | 79 |
| C. INSTRUMENTO | 80 |
| D. BAREMOS | 87 |

BIBLIOGRAFÍA

LISTA DE TABLAS

| | |
|---|----|
| Tabla 1. Análisis de frecuencia de las características de los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte..... | 49 |
| Tabla 2. Nivel de satisfacción marital y síndrome de burnout | 51 |
| Tabla 3. Nivel de satisfacción marital y síndrome de | 51 |
| Tabla 4. Nivel de satisfacción marital y síndrome de burnout según edad..... | 53 |
| Tabla 5. Nivel de satisfacción marital y síndrome de burnout según colegio | 54 |
| Tabla 6. Nivel de satisfacción marital y síndrome de burnout según años de matrimonio | 55 |
| Tabla 7. Nivel de satisfacción marital y síndrome de burnout según número de hijos | 57 |
| Tabla 8. Nivel de satisfacción marital y síndrome de burnout según años..... | 58 |
| Tabla 9. Nivel de satisfacción marital y síndrome de burnout según lugar de desempeño | 59 |
| Tabla 10. Nivel de satisfacción marital y síndrome de burnout según nivel de estudios . | 60 |
| Tabla 11. Correlación de la satisfacción marital con el síndrome burnout..... | 62 |
| Tabla 12. Correlación de la satisfacción marital con el agotamiento emocional..... | 63 |
| Tabla 13. Correlación de la satisfacción marital con la despersonalización..... | 64 |
| Tabla 14. Correlación de la satisfacción marital con la realización personal | 65 |

LISTA DE ABREVIATURAS

| | |
|--------|--|
| DSA | División Sudamericana de la IASD |
| IASD | Iglesia Adventista del Séptimo Día |
| CBA | Comentario Bíblico Adventista |
| JETTS | Journal of the Evangelical Theological Society |
| KAPC | Korean American Presbyterian Church |
| NT | Nuevo Testamento |
| AT | Antiguo Testamento |
| SALT | Seminario Latino-Americano de Teología |
| SM | Satisfacción Matrimonial |
| SB | Síndrome Burnout |
| UPN | Unión Peruana del Norte de la IASD |
| APCE | Asociación Peruana Central Este |
| AEACN | Asociación Educativa Adventista Central Norte |
| MICOP | Misión Centro Oeste del Perú |
| UPeU | Universidad Peruana Unión |
| FACTEO | Facultad de Teología |

CAPÍTULO 1

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Descripción de la situación problemática

Se vive en tiempos de tantos cambios, donde la familia está siendo afectada por los problemas del postmodernismo. Muchos niños crecen sin la debida atención por parte de sus progenitores, siendo esto una alarma en nuestra sociedad; el diario El Comercio informó que el Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables atendió más de 33 mil 619 llamadas por violencia familiar y sexual, el 75% de las consultas telefónicas fueron realizadas por mujeres específicamente de Lima, La Libertad, Piura y Arequipa. Los principales motivos de las consultas fueron por violencia física 50%, violencia psicológica 27%, sexual 10%, entre otros.¹

Además, en otra encuesta realizada por el diario Andina afirma que la violencia es tanto en mujeres como en varones, de acuerdo a las estadísticas el 74% de las mujeres peruanas sufren violencia, en comparación con el 8% en el caso de los varones violentados por sus cónyuges algunas veces y el 3% en los últimos meses. Como se puede ver según las estadísticas la violencia en los hogares se está haciendo más visible.²

¹“MIMP atendió más de 33 mil llamadas por violencia familiar y sexual”, *El Comercio*, <https://elcomercio.pe/peru/mimp-atendio-33-mil-llamadas-violencia-familiar-sexual-noticia-539138> (consultados: 13 de noviembre, 2018).

²“Violencia familiar afecta al 74 % de hogares en el Perú, señala estudio”, *Andina*, <https://andina.pe/agencia/noticia-violencia-familiar-afecta-al-74-hogares-el-peru-senala-estudio-474407.aspx> (Consultado: 13 de noviembre, 2018).

Por todo lo que está pasando en las familias se puede visualizar lo que acontece en el mundo con relación a los divorcios. Con todos los avances tecnológicos, industriales el ser humano parece no encontrar soluciones a los temas de la familia. Por ejemplo, las tasas de divorcio más altas son las de los países europeos: España (61%), Portugal (68%), la República Checa (66%) y Hungría (67%). Siendo Bélgica el de mayor índice con una tasa del 70%.³

El país con menos divorcios (de todo el mundo) es Chile (3%), mientras que en Ecuador el porcentaje de divorcios llega al 20%, en Guatemala al 5%, en México al 15%, en Panamá al 27%, en Brasil al 21% y en Venezuela al 27%.⁴

Dentro del territorio nacional cada hora 10 matrimonios llegan a realizarse que hacen un total de 236 matrimonios por día de acuerdo al Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). El año 2011 el Perú tuvo 97,693 matrimonios de los cuales en ese mismo año se tuvo 5625 divorcios; para el año 2012 la cifra fue de 107,380 matrimonios frente a los 13123 divorcios; en el año 2013, se registraron 89,763 matrimonios, frente a 13598 divorcios y el Perú llegó al año 2015 con 86191 matrimonios frente a 13,757 divorcios.⁵

³“Ocho estadísticas sobre el divorcio que lo sorprenderán”, *El Economista*, <https://www.eleconomistaamerica.pe/sociedad-eAm-chile/noticias/5905891/07/14/Ocho-estadisticas-sobre-el-divorcio-que-le-sorprenderan.html> (consultado: 12 de septiembre, 2018).

⁴Ibíd.

⁵INEI, Publicaciones digitales, http://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1407/libro.pdf (consultado: 23 de julio, 2017).

Para el año 2015 de los 86 191 matrimonios el 47% se realizó en el departamento de Lima dando como resultado de 40 291 matrimonios realizados. En relación a los divorcios de los 13 557 un total del 70% son del departamento de Lima es decir 9 649 matrimonios dieron fin a su relación.⁶

Luis Alberto del Pozo y Esther G. de del Pozo en su libro “La familia que yo soñé” hacen una radiografía del divorcio, presentando 7 razones que detectaron para la proliferación de divorcio, ellos proponen: 1. La falta de una buena comunicación; 2. La infidelidad; 3. El maltrato físico, psicológico o emocional; 4. Las finanzas mal llevadas; 5. La incompatibilidad sexual; 6. El aburrimiento en el matrimonio; 7. Las diferencias religiosas y culturales.⁷

El síndrome burnout laboral, también denominado síndrome del quemado o síndrome de quemarse en el trabajo, es un trastorno emocional de creación reciente que está vinculado con el ámbito laboral, el estrés causado por el trabajo y el estilo de vida del empleado. Este síndrome puede tener consecuencias muy graves, tanto a nivel físico como psicológico. Los síntomas más comunes son depresión y ansiedad, motivos de la gran mayoría de las bajas laborales.⁸

Juana Vega afirma que la Organización de las Naciones Unidas (ONU), en el año 2015, mencionó que a nivel mundial los individuos se encuentran expuestos a diversas

⁶INEI, Publicaciones digitales, http://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1407/libro.pdf (consultado: 23 de julio, 2017).

⁷Luis Alberto Del Pozo y G. Esther del Pozo, *La familia que yo soñé* (Lima: Editorial Imprenta Unión, 2016), 79.

⁸Síndrome de burnout. <http://www.cuidateplus.com/enfermedades/psiquiatricas/sindrome-de-burnout.html> (consultado: 24 de julio 2017).

realidades, y una de ellas es el estrés laboral o también llamado el síndrome de burnout, o estrés docente en las realidades académicas la misma que provoca malestar psicológico en los trabajadores, este síndrome de burnout afecta en su comportamiento, el estudio realizado muestra que el 54% de la humanidad presentan síntomas de estrés laboral como la hipertensión arterial, y el 46% suelen organizar sus actividades y su tiempo pudiendo así evitar el estrés.⁹

El síndrome de burnout suele aparecer, en la mayoría de los casos, en las personas que han elegido su oficio de manera vocacional (es muy frecuente en enfermería, medicina y el profesorado) y con menos asiduidad en trabajos que se desempeñan de forma obligatoria. Aunque al principio las manifestaciones y el malestar sólo se extienden a la vida laboral, finalmente también llegan a alcanzar, en casi todas las situaciones, la vida social y familiar del trabajador afectado.¹⁰

Maslach y Ayala, afirma que uno de los altos riesgos de burnout es trabajar estrechamente e intensamente con otras personas durante un período prolongado de tiempo y esto da como resultado el agotamiento laboral.¹¹ Por otro lado, es importante mencionar que el Síndrome de agotamiento emocional es resultante del estrés del

⁹Juana Cristina Vega Pico, “Relación entre el síndrome de burnout y la satisfacción marital en docentes, 2017”, (Tesis de Licenciatura, Universidad Técnica de Ambato, 2017) 2.

¹⁰Síndrome de burnout. <http://www.cuidateplus.com/enfermedades/psiquiatricas/sindrome-de-burnout.html> (consultado: 24 de julio 2017).

¹¹Christina Maslach y Ayala Pines, “The Bur-Out Syndrome in the Day Care Setting”, *Child Care Quarterly* 6, no.2 (1977): 100-113.

contacto interpersonal, despersonalización y reducción de logros personales que pueden ocurrir entre individuos que trabajan con personas.¹²

Antecedentes de la investigación

Las investigaciones relacionadas con el Síndrome de burnout en Europa tienen más de treinta años, es a partir del año 2000 que el interés del estrés como fenómeno docente se comienza a percibir en las realidades latinoamericanas. El síndrome de burnout, síndrome de quemarse en el trabajo, o malestar docente,¹³ como algunos lo llaman, está siendo abordado en la actualidad porque está afectando la familia, y de hecho la vida en general de las personas, es así, que cada año se presentan doscientos cincuenta millones (250,000.000) de accidentes laborales en todo el mundo y afirman que 3000 personas mueren al año por causa del estrés laboral. Se han registrado 160 millones de casos con enfermedades mortales relacionadas al trabajo, estas enfermedades pueden ser como accidentes de tránsito, ataques cardiacos, derrame cerebral, incluso se puede dar hasta por violencia intrafamiliar.¹⁴

En relación a las economías de los países se indica que en América Latina y el Caribe, el informe de enfermedades ocupacionales apenas alcanza entre el 1 y el 5% y el

¹²Gerson Jorge Quiles, “Ciclo pastoral, burnout y satisfacción laboral en pastores de la Unión Central Brasileira, 2016” (Tesis doctoral, Universidad Peruana Unión, 2017), 2.

¹³José Zavala Zavala, “Estrés y burnout docente: conceptos, causas y efectos” *Educación* 17, no. 32 (2008): 73.

¹⁴Juana Cristina Vega Pico, “Relación entre el síndrome de burnout y la satisfacción marital en docentes” (Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de Abanto, 2017), 3.

costo estimado de estas enfermedades es entre el 10 y 12% del Producto Bruto Interno (PBI)¹⁵, lo cual representa un manejo considerable de la economía sino prestamos atención a los estudios contemporáneos.

De la misma forma Zavala muestra en su estudio que se tomó un grupo de 97 profesores de las escuelas secundarias que describieron los principales problemas de salud que preocupaban a los docentes en general con relación a su trabajo, más de la mitad respondieron que el estrés estaba afectando su desempeño profesional, en cambio los problemas cardiovasculares y la hipertensión tuvieron un 9% como la tercera preocupación, todo esto sumaba un 66%.¹⁶

En México, en la ciudad de Guadalajara, se realizó un estudio donde se analizó una muestra de 301 maestros de primaria y encontraron que en un 25.9% presentaba un elevado índice de burnout.¹⁷

Asimismo, en el Perú, en el año 2002 se realizó un estudio de docentes de primaria para determinar los niveles de desgaste psíquico o burnout. Con una muestra de 264 profesores que abarcaron varias zonas de la ciudad, en la educación pública como particular; los resultados indicaron que un 43% alcanzaban niveles altos de desgaste psíquico, no indaga en posibles razones ni da mayores resultados.¹⁸ Además, se detectaron que 52.2% de los docentes de educación básica refiere haber presentado alguna dolencia

¹⁵Vega Pico, “Relación entre el síndrome de burnout y la satisfacción marital en docentes”, 3.

¹⁶Zavala, “Estrés y burnout docente: conceptos, causas y efectos”, 73.

¹⁷Ibíd.

¹⁸Ibíd.

o daño en su salud en el año previo, acentuándose más en el área rural. No se usaron instrumentos para poder medir el burnout, es por eso que los investigadores mencionan que las manifestaciones del estado emocional pudieran estar enmascaradas en otras dolencias.¹⁹

Vega, en su tesis “Relación entre el síndrome de burnout y la satisfacción marital en docentes” realizado en la ciudad de Ambato, buscando determinar la relación entre el síndrome de burnout y la satisfacción marital a docentes universitarios utilizando el Inventario de Burnout de Maslach (MBI) la misma que evalúa tres dimensiones: Agotamiento Emocional, Despersonalización y Realización Personal. Con relación a la satisfacción marital se utilizó la Escala de Satisfacción Marital (MSS) que evalúa tres dimensiones: Satisfacción con la Interacción en Pareja, Satisfacción con aspectos emocionales y satisfacción con aspectos organizacionales de la pareja. Esta investigación fue aplicada a 60 docentes de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Para el análisis de los datos se empleó el programa estadístico SPSS a través de la prueba X² y la significancia exacta de chi cuadrado ($0.225 > 0.05$), en la cual de acuerdo a los resultados de la aplicación de la prueba chi cuadrado de Pearson se encuentra que no existe relación entre la puntuación total de burnout y la de satisfacción marital $X^2(4) = 4,149, p > 0,05, N= 60$). Por lo que la hipótesis de correlación no se cumple entre las puntuaciones generales, sin embargo se realizó un análisis más específico entre las puntuaciones de las tres dimensiones de ambas variables mediante la prueba R de Pearson encontrando que sí existe correlación entre la Puntuación total de Burnout y la

¹⁹Zavala, 73.

Satisfacción con aspectos emocionales ($R = -0,298$, $p < 0,05$, $N = 60$) y también existe correlación entre el agotamiento emocional y la satisfacción con los aspectos emocionales de la pareja ($R = -0,300$, $p < 0,05$, $N = 60$), por lo que se concluye que la hipótesis se cumple parcialmente.²⁰

Jiménez, Jara y Miranda en su investigación que lleva por título “Burnout, apoyo social y satisfacción laboral en docentes”, cuyo objetivo fue analizar la relación de las variables Burnout, apoyo social y satisfacción laboral. En una muestra de 89 docentes, para el estudio se usó tres instrumentos uno para cada variable. Los resultados fueron que existe relación significativa entre estas variables, demostrando que el Burnout se relaciona de forma inversa tanto con la variable apoyo social ($r = -0,526$; $p < 0,01$) como con Satisfacción Laboral ($r = -0,477$; $p < 0,01$). Finalmente, se reporta que el apoyo social y la satisfacción laboral relacionan de manera directa ($r = 0,684$; $p < 0,01$).²¹

Gantiva, Jaimes y Villa, en su investigación “Síndrome de burnout y estrategias de afrontamiento en docentes de primaria y bachillerato”, tiene como objetivo de estudio identificar la relación de las variables entre las estrategias de afrontamiento y el síndrome de burnout. El estudio fue de diseño descriptivo correlacional, la muestra de estudio fue

²⁰Vega, “Relación entre el síndrome de burnout y la satisfacción marital en docentes”, 1.

²¹Andrés E. Jiménez Figueroa, María José Jara Gutiérrez y Elizabeth R. Miranda Celis, “Burnout, apoyo social y satisfacción laboral en docentes”, *Psicología Escolar e Educativa*, no. 1 (2012), http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-85572012000100013 (consultado: 3 de mayo, 2018).

47 docentes, los resultados muestran que existe relación positiva entre las variables de estudio.²²

Ojeda, en su tesis doctoral presentada el 2011, titulada: “Relación entre el Burnout, tendencia de afiliación, satisfacción laboral con el nivel de desempeño laboral del pastor distrital de la Iglesia Adventista del Séptimo Día, en Chile durante 2008-2009”. La investigación fue con 138 pastores adventistas que cumplen funciones pastorales en distritos constituidos por un determinado número de iglesias y grupos, el resultado fue que “el análisis de correlación canónica mostró que existe una relación significativa entre el conjunto de variables predictores (años de servicio, la tendencia de afiliación, satisfacción en el trabajo, agotamiento emocional, despersonalización y realización personal) y el conjunto de la variable criterio desempeño laboral del pastor distrital en el sistema de control, visitación, evangelismo y administración. Por otro lado, la satisfacción laboral, la tendencia de afiliación, el burnout y la experiencia como conjunto predictor se correlacionan significativamente con el desempeño laboral en la administración ($R_c=.19479$ con $p=.001$), sistema de control ($R_c=.12748$ con $p=.032$), y evangelismo ($R_c=.11880$ con $p=.047$). Pero, no se correlacionan con el desempeño laboral en la visitación ($R_c=.077$ con $p=.226$).²³

²²Carlos Andrés Gantiva Díaz, Steffany Jaimes Tabares y María Clara Villa Orozco, Síndrome de burnout y estrategias de afrontamiento en docentes de primaria y bachillerato” no. 26 (2010), http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-417X2010000200003 (consultado: 03 de mayo, 2018).

²³José Luis Ojeda Cereceda, “Relación entre el Burnout, tendencia de afiliación, satisfacción laboral con el nivel de desempeño laboral del pastor distrital de la iglesia adventista del séptimo día, en Chile durante 2008-2009” (Tesis de Maestría, Andrews University, 2011), 5.

Farfán presentó la tesis titulada: “Rasgos de personalidad y su relación con la satisfacción marital en los trabajadores de la Universidad Peruana Unión, 2013”, presentada el 2013 aplicó el Inventario Multifacético de Satisfacción marital (Cañetas, Rivera y Díaz-Loving 2002) dando los siguientes resultados: las mujeres el rasgo de personalidad neuroticismo tiene relación negativa y es altamente significativa con la satisfacción marital en las áreas de interacción, física-sexual y recreación. Esto indica que a mayor inestabilidad emocional, las mujeres perciben menor interacción, menor expresión físico-corporal e insatisfacción en las propuestas de recreación por parte de sus parejas.²⁴La investigación tuvo como objetivo identificar si existía relación significativa entre rasgos de personalidad y satisfacción marital en un grupo de 97 trabajadores de la Universidad Peruana Unión, de ambos sexos, entre 20 años de edad a más, de 0 a 41 años de casados a más.²⁵

Esther Domínguez, en su tesis de maestría titulada: “Estudio sobre satisfacción marital y variables asociadas en parejas españolas” realizada el 2012, analiza los diferentes instrumentos para medir la satisfacción marital, que variables influyen en ambos cónyuges, en la calidad de relación matrimonial, los niveles de satisfacción de hombres y mujeres y el impacto de la monogamia en la satisfacción marital. El resultado fue que un número significativo de parejas españolas consideran su matrimonio sobre las

²⁴Daniel Josué Farfán Rodríguez, “Rasgos de personalidad y su relación con la satisfacción marital en los trabajadores de la Universidad Peruana Unión, 2012”, (Tesis de Maestría, Universidad Peruana Unión, 2012), 2.

²⁵Ibíd.

bases tradicionales, considerando que en su infancia se sentían arropados por sus padres y que sus padres tuvieron un matrimonio feliz.²⁶

Soonja Choi Lee, en su tesis para optar grado de Doctor of Philosophy, presentado el 1999, Andrews University, “Marital satisfaction factors for korean-americans.” Este estudio evaluó los factores de satisfacción marital que fueron importantes para los coreano-americanos. La población coreano-americana para este estudio fue alcanzada a través de las organizaciones de la iglesia coreano-americanas en América por la selección al azar de iglesias. De los 558 sujetos, aproximadamente el 49% eran esposos y el 51% eran esposas. Trescientas cuarenta y cuatro encuestas eran de parejas. Los métodos de análisis fueron: análisis factorial, test para muestra independiente, análisis de regresión y análisis discriminante. El resultado indica que los cinco factores más importantes para la satisfacción marital de las parejas coreano-americanas fueron: expresar afecto el uno al otro, tener satisfacción sexual, tener hijos, mantener el compromiso con la fidelidad sexual y compartir actividades. Otros factores de comunicación que contribuyeron significativamente a la satisfacción marital de las parejas coreano-americanas fueron: relación de parentesco positiva (con los suegros), dinámica familiar positivo en su familia de origen, autoestima y monogamia religiosa. El orden de importancia de los 10 factores fue ligeramente diferente entre maridos y esposas.²⁷

²⁶Esther Domínguez Jové, “Estudio sobre satisfacción marital y variables asociadas en parejas españolas” (Tesis de Maestría, Universidad de Salamanca, 2012), 127.

²⁷Soonja Choi Lee, “Marital satisfaction factors for korean-americans” (Tesis doctoral, Andrews University, 2009), 11.

Los estudios aquí presentados muestran que el estrés docente o burnout está afectando la salud física, familiar, espiritual de cada uno de los que educan a las nuevas generaciones, es momento de buscar soluciones a esta problemática, el hogar sin duda es un lugar apropiado para mejorar nuestras habilidades de autoestima, de relación, tanto a nivel marital como familiar por otro lado nuestro entorno laboral debe aportar para prevenir las causas comunes, entendiendo que las causas son subjetivas, de diferente índole busquemos lugares más saludables y efectivos.

Formulación del problema

Problema general

¿Existe relación entre la satisfacción marital y el síndrome burnout en profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018?

Problemas específicos

1. ¿Cuál es nivel de satisfacción marital en profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018?
2. ¿Cuál es el nivel de síndrome burnout en profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018?
3. ¿Existe relación entre la satisfacción marital y el agotamiento emocional en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018?
4. ¿Existe relación entre la satisfacción marital y la despersonalización en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018?
5. ¿Existe relación entre la satisfacción marital y la realización personal en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018?

Objetivos de la investigación

Objetivo general

Determinar si existe relación entre la satisfacción marital y el síndrome burnout en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018.

Objetivos específicos

1. Describir el nivel de satisfacción marital en profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018
2. Describir el nivel de síndrome burnout en profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018.
3. Determinar si existe relación entre la satisfacción marital y el agotamiento emocional en profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018.
4. Determinar si existe relación entre la satisfacción marital y la despersonalización en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018.
5. Determinar si existe relación entre la satisfacción marital y la realización personal en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018.

Hipótesis de la investigación

Hipótesis general

H₁: Existe relación significativa entre la satisfacción marital y el síndrome burnout en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018.

H₀: No existe relación significativa entre la satisfacción marital y el síndrome burnout en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018.

Hipótesis específicas

H₁: Existe relación significativa entre la satisfacción marital y el agotamiento emocional en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018.

H₀: No existe relación significativa entre la satisfacción marital y el agotamiento emocional en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018.

H₂: Existe relación significativa entre la satisfacción marital y la despersonalización en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018.

H₀: No existe relación significativa entre la satisfacción marital y la despersonalización en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018.

H₃: Existe relación significativa entre la satisfacción marital y la realización personal en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018.

H₀: No existe relación significativa entre la satisfacción marital y la realización personal en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018.

Justificación de la investigación

El estudio se justifica indicando el por qué y para qué de la investigación, de esa forma, se expondrá las razones teóricas, metodológicas, prácticas y sociales.

Valor teórico: Hasta donde se investigó no se encontró investigaciones similares que aborden el tema de investigación dentro de los maestros de las instituciones adventistas, de tal manera que el estudio contribuirá con la parte teórica y también con los resultados de estudio en la ciencia de la investigación.

Valor metodológico: Para futuras investigaciones la metodología seguida y los instrumentos validados ayudarán a otras investigaciones similares los cuales podrán ser adecuados y aplicados.

Valor práctico: Mediante este estudio los administradores de cada institución ayudaran a fortalecer las relaciones familiares y matrimoniales de cada docente.

Valor social: El trabajo es importante porque los resultados del estudio ayudaran a tomar en cuenta las implicancias que tiene dichos fenómenos en las familias de los docentes. De la misma forma si se trata de ayudar a los docentes a no caer en el síndrome de burnout que es un problema para la salud mental y familiar.

Limitaciones

Las limitaciones son las restricciones propias del problema de la investigación y que se identifican las debilidades del estudio, estas son factores externos del investigador que se convierten en obstáculos durante el desarrollo del estudio, a continuación, presentamos las limitaciones del presente estudio.

Por el tamaño de la muestra y la selección no aleatoria, no se podrá generalizar los resultados fuera del ámbito que se realiza el estudio.

En cuanto a los encuestados puede haber reservas en cuanto a manifestar con fidelidad la información requerida.

El tiempo para realizar la encuesta es uno de los limitantes porque el investigador es docente y se necesitó planificación para salir a las diferentes instituciones de estudio.

Delimitaciones

La investigación abordo las variables Síndrome de Burnout y satisfacción marital. El estudio se realizó en los docentes de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018. Los cuales de manera voluntaria decidieron brindar la información y ser parte de esta investigación.

Presuposiciones

Las presuposiciones de esta investigación se basan en la cosmovisión cristiana del autor, que cree en Dios, como salvador, sostenedor, hacedor y creador de todas las cosas que existen. El investigador también reconoce a la IASD, como la iglesia remanente de Dios en la tierra, que tiene una misión que presentar a este mundo basado en el mensaje de los tres ángeles de Apocalipsis 14:6-12. Acepta la Biblia como regla de fe y práctica, y así como la infalible Palabra de Dios, y basa sus creencias en la misma. De igual modo reconoce los escritos de Elena de White como autoritativos para definir su creencia respecto del tema de investigación.

CAPÍTULO 2

MARCO BÍBLICO TEOLÓGICO

Satisfacción marital

Definición

El Diccionario de la Real Academia Española define la satisfacción como la “acción y efecto de satisfacer o satisfacerse”¹ y la insatisfacción es la “falta de satisfacción”² del ser humano respecto de alguna expectativa deseada. Podría parecer simple esta definición, pero cuando nos chocamos con la realidad de las relaciones maritales, nos damos con la sorpresa que muchas familias no están siendo satisfechas³ o ya perdieron ese encanto que deberían sostener a lo largo de la relación por el cual el mismo Jesús instituyó (Gn 2:18).

Stanley menciona que nuestro grado de satisfacción o frustración en la vida depende en gran medida del cumplimiento de nuestras expectativas, y eso sucede también en el matrimonio.⁴

¹*Diccionario de la Real Academia Española*, s.v. “satisfacción”, <http://dle.rae.es/?id=XLJpCzk>, (consultado: 29 de diciembre 2017).

²Ibíd.

³INEI, Publicaciones digitales, http://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1407/libro.pdf (consultado: 23 julio 2017).

⁵Stanley Scott, *A lasting promise* (San Francisco: Josey-Bass, 1998). 138.

Gabriela Pérez, Dávalos y Rentería, define la satisfacción familiar como la actitud hacia la interacción marital y los aspectos del cónyuge, incluyendo la satisfacción con las reacciones emocionales de la pareja, la relación en sí y los aspectos estructurales, tales como, la forma de organización, de establecimientos y cumplimiento de las reglas de pareja y la educación de los hijos.⁵

Juan García, sostiene que el término de satisfacción marital describe principalmente la percepción subjetiva no objetiva que los cónyuges tienen sobre su pareja y su relación.⁶ Además, hace referencia de que la satisfacción marital es usada para describir las actividades que las parejas realizan en su matrimonio y que a su vez para ellas es satisfactorias.⁷

Asimismo, concluye que cuando se habla de la satisfacción marital, se hace referencia a percibir y sentirse bien con la forma en que reacciona cada miembro de la pareja dentro de la relación, implicando aspectos emocionales, la relación en sí misma y aspectos estructurales tales como la manera de organización y la forma en cómo se cumplen los acuerdos en la relación.⁸

⁵Gabriela Taidé Pérez Solís, María Teresa Dávalos Romo y Jennifer Rentería Conseción, “Grado de satisfacción marital en relación a factores sociodemográficos” *Revista Digital Internacional de Psicología y Ciencia Social*2, no. 2 (julio-diciembre 2016): 173-186.

⁶Juan Carlos García Díaz, “Autoestima y satisfacción marital, en parejas casadas de la Iglesia Adventista en el Distrito de Lejanías, Colombia, 2016”, (Tesis de Maestría, Universidad Peruana Unión, 2017), 76.

⁷Ibíd.

⁸Ibíd., 77.

Rolando Díaz, menciona que la vida en pareja es la más dulce de los gozos y el más perdurable de los bienes, es una fuente de satisfacción y desarrollo; sin embargo, es compleja y en ocasiones hasta inalcanzable, debido a ello, el gran auge de investigaciones para conocer cuáles son esas variables que hacen que las parejas sean exitosas.⁹

Una de las definiciones más destacadas la presenta Cañetas que define la satisfacción marital como la interacción de la pareja que facilita los aspectos emocionales, afectivos, las caricias, las relaciones sexuales. Así mismo considera que la pareja tenga la capacidad de tomar decisiones junto a la resolución de conflictos, buscando soluciones. También la cooperación en el círculo familiar acompañada de convivencia afectiva y la satisfacción que tiene relación con la educación y cuidado de los hijos.¹⁰

Satisfacción marital en el AT

Pretender exponer en unos párrafos la enorme variedad de expresiones familiares y su evolución a lo largo de los años que cubre el Antiguo Testamento es imposible.¹¹ Por encima de todo hemos sido creados por Dios a su imagen a imagen de Dios nos creó (Gn 1:26, 27). Ambos fueron creados a la imagen de Dios tanto el varón como la mujer.¹²

⁹Rolando Díaz Loving y Rozzana Sánchez-Aragón, *Psicología del amor: una visión integral de la relación de pareja* (México: UNAM. 2002), 80.

¹⁰Ibíd.

¹¹Jorge Maldonado. *Fundamentos Bíblicos Teológicos del Matrimonio y la familia* (Grand Rapids, MI: Libros Desafío, 2006) 9.

¹²Armando Collins, Miguel A. Valdivia, eds., *Creencias de los Adventistas del Séptimo Día* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 2007), 331.

Noes que el varón fue creado a la imagen de Dios y la mujer fue creada a la imagen del varón, no, el término hombre se usa en el sentido genérico.¹³

El matrimonio es parte de la intención de Dios para la humanidad desde la creación y forma las bases de la familia la cual es la unidad primaria de la sociedad. Cuando el matrimonio florece la pareja y la comunidad son bendecidas y se ve una familia feliz que muestra ser parte de una creación hecha por un Dios amante donde reina la felicidad.¹⁴ De esta manera Génesis 2. 23 describe el momento cuando Adán ve por primera vez a Eva su pareja de toda la vida al mirarle a ella expresa “esto es a hora hueso de mis huesos y carne de mi carne”, estas palabras muestran un sentimiento de amor profundo que nace de lo más íntimo de su ser que demuestra una satisfacción marital desde ese momento y por el resto de su vida.

De la misma forma el libro de los Proverbios presenta dos versículos (Pr 5:18,19) donde se describe lo sublime de la relación íntima del hombre y la mujer en el matrimonio. Es un acto placentero, contemplado y bendecido por Dios desde el comienzo del hogar. Hebreos 13:4 lo resume bien: “Honroso sea en todos los matrimonios, y el lecho sin mancilla”. Debe llevarse a cabo únicamente entre el hombre y la mujer de su juventud (Pr 5:18). “A los fornicarios y a los adúlteros los juzgará Dios” (Heb 13:4).¹⁵

¹³Ellen White., *Educación*, (Mountain View, CA: Pacific Press Publishing Association.1903), 19.

¹⁴M. H. Manser, *Diccionario de temas bíblicos*, ed. Guillermo Powell (Bellingham, WA: Software Bíblico Logos, 2012).

¹⁵Arturo Collins, *Estudios bíblicos ELA: Cómo vivir sabiamente (Proverbios)* (Puebla, Pue., México: Ediciones Las Américas, A. C., 1997), 38-39.

Asimismo, es importante tomar en cuenta la comparación de la esposa con animales hermosos y graciosos es algo común en la literatura (Pr 5:19). La cierva se describe como *amada*. La gacela se conoce por sus movimientos gráciles y brillante mirada. De tal forma el esposo debe sentirse cautivado por el amor de su esposa, debe admirar su hermosura y verbalizar su amor con frecuencia, usando palabras atrayentes. El pasaje corrige algunas ideas equivocadas acerca del sexo. Mostrando que es un don precioso que Dios ha dado al esposo y la esposa. El creyente no debe pensar que es un mal cuando se disfruta dentro del matrimonio. Se debe disfrutar, y ni el esposo ni la esposa debe privar a su cónyuge de gozar esa delicia (1 Co 7:3).¹⁶

El esposo debería acordarse de expresar su constante amor a su esposa y el orgullo que siente por ella, especialmente cuando el peso de los años se haga sentir. Estas expresiones profundizarán su propio afecto y apoyarán a su compañera en el período cuando necesite adaptarse a la vejez, de tal forma, se ve que es importante la satisfacción marital en la pareja (Pr 2:17; Mal 2:15, 16).¹⁷

El libro de Cantar de los Cantares el capítulo 7:10 describe se describe la expresión de una esposa hacia el esposo de la siguiente manera; “yo soy de mi amado, y en mi tiene su consentimiento”, esta expresión es de una esposa enamorada y dispuesta para satisfacer a su amado matrimonialmente y sin reservas lo cual demuestra una satisfacción matrimonial saludable y de acuerdo al principio bíblico.¹⁸

¹⁶Collins, 39.

¹⁷Francis D. Nichol, *Comentario bíblico adventista*, trad. Víctor Ampuero Matta (Boise: Asociación Casa Editora Sudamericana, 1994), 997

¹⁸Ibíd.,1:238.

Tanto el sábado como el matrimonio fueron dos de los dones originales que Dios concedido a la familia humana. Fueron dados con el fin de proveer el gozo del reposo y de pertenencia, sin limitaciones de tiempo, lugar o cultura. Todo esto con el fin de que el ser humano sea feliz, completo dispuesto a servir a Dios y los demás.

Para el cristiano el matrimonio es un compromiso con Dios y con el cónyuge, y debería celebrarse solo entre personas que participan de la misma fe. El amor mutuo. El honor, respeto y la responsabilidad constituyen la estructura de esa relación que existe entre Cristo y su iglesia.¹⁹

Sin embargo, es necesario poner en análisis por ejemplo el caso de Abraham, uno de los patriarcas. Sus descendientes se asentaron en Canaán, construyeron sus ciudades e interactuaron con las personas de esas regiones. Asimismo, cuando decidieron tener un rey en vez de jueces locales, experimentaron la prosperidad, pero también los trabajos forzados, los impuestos y la brecha creciente entre ricos y pobres. Luego la división del país en dos reinos, las invasiones sin duda trajeron cambios significativos en la vida familiar de la gente en el Antiguo Testamento.

Sin embargo, es posible afirmar que la familia fue de central importancia en la organización de las sociedades veterotestamentarias. La familia desempeño un papel muy importante en la formación de las sociedades. Una tribu estaba formada por varios clanes que a su vez eran grupos de familias unidas por lazos de consanguinidad (Jos7:14-18). En esta estructura social Israel veía a cada individuo como miembro de una familia. Cada familia unida a otras familias que formaban un clan, el clan a su vez unido a grupos más

¹⁹Marriage and the family, <https://www.adventist.org/en/beliefs/living/marriage-and-the-family/> (consultado: 29 diciembre, 2017).

extensos que formaban una tribu, de modo que todo Israel era una nación conformada por familias de familias²⁰.

Dentro de la terminología hebraica se designaba a la familia con la palabra Bet-ab (casa paterna), las genealogías se presentan siempre por medio de la línea paterna. El padre tenía sobre los hijos, incluso los casados, si vivían con él, y sobre sus mujeres, una autoridad total, que antiguamente llegaba hasta el derecho de vida o muerte. La desobediencia y la maldición a los padres eran castigadas con la muerte (Éx 21:15-17; Lev 20:9; Prov 20:20).

Otro término usado en el Antiguo Testamento para designar familia era la palabra hebrea *mishpahah* que significaba familia pero a su vez también clan, tribu, pueblo y describe al grupo de personas que habitan en un mismo lugar o en varias aldeas, que tienen intereses y deberes comunes, y cuyos miembros son conscientes de los lazos de sangre que los unen, por lo que se llaman hermanos.²¹

Satisfacción marital en el NT

En las primeras páginas del Nuevo Testamento describe a Jesús como miembro de una red familiar, es considerado como hijo de David, hijo de Abraham, indicando así una línea familiar o linaje.

²⁰Maldonado, *Fundamentos Bíblicos Teológicos del Matrimonio y la familia*, 10-11.

²¹Roland de Vaux, *Instituciones del Antiguo Testamento* (Barcelona: Herder, 1996), 50-51.

Al hablar de la satisfacción marital en el Nuevo Testamento, Jesús mismo confirma lo que Dios desde el principio deseaba hacer del matrimonio de acuerdo a Génesis. Un lugar donde la familia pueda hacer de su hogar un pedacito de cielo.

A pesar de ser diferentes Dios puso como meta la unidad y el orden, desde entonces ha constituido el fundamento de la familia y la sociedad. Es así como Dios al tocar el punto del divorcio, considerado como resultado de una insatisfacción familiar, en algún momento Moisés lo había instituido por la dureza del corazón humano. Mateo 19:4-6 “¿no habéis leído que el que nos hizo al principio, hombre y mujer los hizo, y los dos serán una sola carne?” y finaliza con una frase que quedó grabado por la eternidad, para que todos puedan recordar “por tanto, lo que Dios juntó no lo separe el hombre” v.6. Aquí notamos el propósito divino al manifestar el deseo de permanencia del matrimonio y para lograr este propósito tiene que haber un clima de satisfacción familiar.

White escribe:

Jesús vino a nuestro mundo para rectificar errores y restaurar la imagen moral de Dios en el hombre. En la mente de los maestros de Israel habían hallado cabida sentimientos erróneos acerca del matrimonio. Ellos estaban anulando la sagrada institución del matrimonio. El hombre estaba endureciendo de tal manera su corazón que por la excusa más trivial se separaba de su esposa, o si prefería, la separaba a ella de los hijos y la despedía²².

En otras oportunidades Jesús mismo demostró preocupación por la familia, como en el caso cuando sana a la suegra de Pedro (Mt 8:14,15) o en el caso de la viuda de Naín cuando llevaba a enterrar a su hijo (Lc 7:12-16) y siempre estuvo relacionado con la familia de su amigo Lázaro (Jn 11:5-44). Fue por medio de Jesús cuando él nos enseñó a orar nos relacionó con Dios al llamarlo nuestro Padre (Mt 6:9) y así mismo podemos

²² Ellen G. de White, *El hogar cristiano* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 2007), 310.

verla actitud de ese padre dispuesto a esperarnos a pesar de nuestras equivocaciones, siempre iremos a sus brazos buscando una oportunidad.

Sin embargo, los problemas familiares se dieron en todas las épocas por ejemplo uno de los temas que aborda Jesús es cuando le preguntan sobre el matrimonio y el divorcio (Mc 10:2) “*le preguntaban si es lícito a un hombre repudiar a su mujer*”. Le tentaban a fin de sorprenderle en alguna falta, cualquiera que fuese su opinión sobre la cuestión que le proponían. Los ministros de Dios siempre deben estar en guardia, no sea que, bajo pretexto de pedirles consejo, les tiendan una trampa. Cristo les responde con una pregunta: “*¿Qué os ordenó Moisés?*” (Mc 10: 3). Así les habló para mostrar Su respeto por la Ley de Moisés y para que al poner la ordenación de Deuteronomio 24:1 en su debido contexto, quedasen ellos mismos confundidos.²³

Ellos contestaron citando correctamente: “*Moisés permitió escribir un certificado de divorcio, y repudiarlo*” (Mc 10: 4). En Mateo 19:7, vemos que dicen: “*mandó*”, pero no hay contradicción entre el “*permitió*” y el “*mandó*”, porque en la Ley de Deuteronomio 24:1 hay un permiso y un mandato: permiso de repudiarla, pero mandato de darle la carta de divorcio. Al replicar a esto, Cristo se atiene a la explicación que ya vimos en Mateo 5:31-32; 19:1–12, con una variante digna de consideración: tanto en Mateo 5:32 como en Mateo 19:9 se incluye un inciso “*excepto por causa de fornicación*” que no aparece aquí en Marcos 10:11. Esto refuerza la opinión ya expuesta en el comentario a Mateo, de que dicha cláusula se refiere a las uniones ilegítimas, por haber sido contraídas en grado de parentesco prohibido por la Ley, cosa que afectaba a los

²³ Matthew Henry y Francisco Lacueva, *Comentario Bíblico de Matthew Henry* (Terrassa: Editorial CLIE, 1999), 1234

judíos, para quienes fue escrito principalmente el Evangelio de Mateo, mientras que el de Marcos iba especialmente dirigido a griegos y romanos, para quienes el divorcio por causa de adulterio era cosa bien conocida y admitida, por lo cual, se calla aquí, e indican que el Señor *no admitía* el adulterio como motivo para el divorcio vincular y que la única causa por la que fue permitido en la ley mosaica era “*la dureza de vuestro corazón*” (Mc 5), pero que el propio Moisés dejó consignado (Gn 1:27; 2:24) que habría *un* solo varón para *una* sola mujer, y que ambos llegarían a ser como *una* sola persona. De esta manera, en Marcos 10:5-9, lo mismo que en Génesis 1:27; 2:24, quedan fijadas las dos propiedades del matrimonio: unidad e indisolubilidad. Además, el matrimonio no es una institución inventada por los hombres, sino por Dios: “*Por tanto, lo que Dios unió* (lit. *unció juntamente*, de donde procede el vocablo “cónyuge” = uncido al mismo yugo), *que no lo separe el hombre*”. La elección de cónyuge puede ser desacertada si no se ha hecho con oración y discreción, pero la unión matrimonial es obra de Dios y, por eso, no hay desacierto anterior que justifique su ruptura, mientras Dios no tenga a bien romperla con la muerte de uno de los cónyuges, es así, que ni los problemas por causas secundarias pueden romper lo que Dios ha instituido, de tal forma, es necesario que la satisfacción marital es importante en la vida matrimonial.²⁴

Por otro lado, la expresión “dejará a su padre y a su madre” implica que como Dios los hizo varón y hembra (Mc10: 6; Gn 1:27), es la voluntad de Dios que una persona deje a sus padres y se una a otra del sexo opuesto (Gn 2:18-25) en una relación

²⁴ Henry y Lacueva, *Comentario Bíblico de Matthew Henry*, 1235.

matrimonial indisoluble; es decir, sean una sola carne (Mc 10: 8; Gn 2:24; 1 Co 6:16) y de esa forma tener una relación marital satisfactoria.²⁵

Al ver los escritos paulinos, también se nota una alta consideración de Apóstol por la familia, aunque él prefirió quedarse solo por causa del evangelio. Por ejemplo, vemos en el caso de dar consejos de permanencia a las damas que tenían sus parejas no creyentes o en el caso de considerar la formación de la familia en el liderazgo de la iglesia local, como también la hospitalidad en los hogares cristianos (1 Co 7:1-16; 1 Ti 3:1-13).

Pablo aborda el tema de manera más detallada por ejemplo en la carta a los Efesios el capítulo 5: 21-33, la sección donde el apóstol particulariza la exhortación del versículo 21 de tal modo que, sin repetir el verbo “*sometiéndooos*”, dice textualmente (v. 22): “*Las mujeres estén sujetas a sus propios maridos, como al Señor*”, pero el verbo “*estando sometidas*” (esto es, *subordinadas*) o, mejor aún, por paralelismo con el versículo 25, “*estad sometidas*” está claramente sobrentendido que estos versículos comienza mostrando que Pablo aplica la norma general de la mutua subordinación a las relaciones conyugales. Lo hace en toda esta sección. Un resumen de todo lo que dice en 5:22-6:20 que se halla en Colosenses 3:18-4:3.²⁶

Dirigiéndose a las casadas, les advierte que *deben estar sometidas a sus respectivos maridos en todo, de la misma manera que la Iglesia está sometida a Cristo* (v. 22, 24). La razón (v. 23) es que “*el marido es cabeza de la mujer* (1 Co. 11:3), así

²⁵ Eduardo A. Hernández, LockmanFoundation, *Biblia de estudio: LBLA*. (La Habra, CA: Editorial Funacion, Casa Editorial para La FundacionBiblicaLockman, 2003), Mr 10.7.

²⁶ Henry y Lacueva, *Comentario Bíblico de Matthew Henry*, 1687.

como Cristo es cabeza de la Iglesia” (1:22, 23; 4:15; Col. 1:24). Por la frase final del versículo 23, “*la cual es su cuerpo, y Él (Cristo) es su Salvador*”, se advierte el “sentido esencialmente vital y soteriológico. Proporcionalmente debe tomarse la metáfora en el mismo sentido cuando se aplica al marido” (Leal). En efecto, así lo insinúa la comparación que hallamos en el versículo 25. La última frase del versículo 22 “*como al Señor*” (no sólo “*en el Señor*”) da a entender que, en la nueva dimensión sobrenatural del matrimonio cristiano, las mujeres casadas deben someterse a sus respectivos maridos como quien se somete a la santa voluntad de su bendito Salvador. “Esta obediencia debe ser, de parte de ella, una sumisión voluntaria; y, por cierto, solamente a su *propio* marido, no a *cualquier hombre*. Lo que, por otra parte, le hará más fácil dicha obediencia es que se le manda entregarla “como al Señor”; esto es, como parte de la obediencia a Aquel que murió por ella”.²⁷

Entonces, si a la mujer casada se le pide *sumisión y respeto* (v. 22, 33) al marido, al marido se le pide *amor y sacrificio* por la mujer. Como cabeza de la mujer, el marido (v. 25) *ha de amarla, así como Cristo amó a la Iglesia y se entregó a sí mismo por ella* (v. 2). Mayor amor que éste no cabe, y ésta es la meta que se le propone a todo creyente casado con respecto a su mujer: un amor sacrificado, que no busca su propio interés, sino el bien de su esposa.²⁸

²⁷ Henry y Lacueva, *Comentario Bíblico de Matthew Henry*, 1687.

²⁸ *Ibíd.*

Elena de White y la satisfacción marital

White afirma que Dios tiene un propósito para la familia en especial para los esposos, uno de ellos fue crear a la esposa para que fuere su ayuda idónea para el hombre, sea una con él, que le alegre, le aliente y bendijese, mientras que el a su vez fuese auxiliador. Entonces en el matrimonio debe haber “afectos puros del corazón de una mujer, y ella para suavizar, mejorar y completar el carácter de su esposo”²⁹

Ella menciona también que “La gracia de Cristo es lo único que puede hacer de esta institución lo que Dios quiso que fuera: un medio de bendecir y elevar a la humanidad. Así pueden las familias de la tierra, en su unidad, paz y amor, representar la familia del cielo”³⁰ Según lo que menciona White solo la gracia de Cristo ayudara vivir en unión y felicidad porque la presencia de Cristo es la base fundamental del matrimonio.

El efecto de tener una familia unida a Cristo es “que el hogar sea el lugar más feliz de la tierra, el mismo símbolo del hogar celestial. Mientras llevan las responsabilidades matrimoniales en el hogar, y vinculan sus intereses con Jesucristo, apoyándose en su brazo y en la seguridad de sus promesas, ambos esposos pueden compartir en esta unión una felicidad que los ángeles de Dios elogian”³¹ cuando esto pasa la satisfacción marital sería exitosa y vidente en los esposos.

Asimismo, White sigue diciendo que:

Adán fue rodeado de todo lo que su corazón pudiera desear. Toda necesidad era suplida. No habían pecado ni indicios de decadencia en el glorioso Edén. Los ángeles de Dios conversaban libre y amablemente con la santa pareja. Los felices

²⁹White, *El hogar cristiano*, 84.

³⁰Ibíd., 85.

³¹Ibíd., 87.

cantores emitían sus gozosos trinos de alabanza a su Creador. Los animales apacibles, en su feliz inocencia, jugaban en derredor de Adán y Eva, obedientes a su palabra. En la perfección de su virilidad, Adán era la obra más noble del Creador.³²

La vida familiar en el Edén fue de completa felicidad donde se podía sentir la presencia de Dios en todos los aspectos, aún más en la vida familiar y matrimonial de Adán y Eva por ser la obra más noble y la representación de amor del Creador, en tal sentido, es importante resaltar la vida marital como algo prioritario para Dios en todo sentido.

Otro aspecto importante que menciona la autora es, que “el amor no puede durar mucho si no se le da expresión. No permitáis que el corazón de quienes os acompañen se agote por falta de bondad y simpatía de parte vuestra”,³³ ella da a entender de que es importante el afecto tanto físico y emocional en la vida matrimonial, en ese sentido deben cultivar el amor entre los dos para que sea satisfechos matrimonialmente.

Es importante resaltar que la vida familiar es de carácter Divino que involucra pureza y santidad y que en los últimos tiempos se ha ido perdiendo en la sociedad moderna, White afirma al respecto diciendo lo siguiente:

La relación matrimonial es santa, pero en esta época degenerada cubre toda clase de vileza. Se abusa de ella y esto ha llegado a ser un crimen que constituye ahora una de las señales de los postreros días, así como los matrimonios, según se realizaban antes del diluvio, eran entonces un crimen. Cuando se comprendan la naturaleza sagrada y los requisitos del matrimonio, éste resultará aun ahora aprobado por el Cielo; y acarreará felicidad a ambas partes, y Dios será glorificado.³⁴

³²White, “The Signs of the Times” 11 de junio, 1874.

³³White, *El hogar cristiano*, 94.

³⁴White, *Consejos para la iglesia* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sud Americana, 1991), 381.

El hogar es el centro de toda actividad. La sociedad se compone de familias, y será lo que la hagan las cabezas de familia. Del corazón “mana la vida;” y el hogar es el corazón de la sociedad, de la iglesia y de la nación.³⁵

Una de las decisiones más importantes de la vida donde el hombre define su felicidad o su fracaso es sobre el matrimonio tal cual ella lo presenta así:

¿Un casamiento feliz o desdichado? Si los que piensan contraer matrimonio no quieren hacer después reflexiones tristes y desdichadas, deben dedicar ahora a su casamiento muy serias meditaciones. Si se lo da imprudentemente, este paso es uno de los medios más eficaces para destruir la utilidad de hombres y mujeres jóvenes. La vida llega a serles entonces una carga, una maldición. Nadie puede destruir tan completamente la felicidad y utilidad de una mujer, y hacer de su vida una carga dolorosa, como su propio esposo; y nadie puede hacer la centésima parte de lo que la propia esposa puede hacer para enfriar las esperanzas y aspiraciones de un hombre, paralizar sus energías y destruir su influencia y sus perspectivas. De la hora de su casamiento data para muchos hombres y mujeres el éxito o el fracaso en esta vida, así como sus esperanzas para la venidera.³⁶

Como se puede ver, White afirma que el enemigo en estos últimos tiempos le ha dedicado mayor tiempo a destruirlos matrimonio. La felicidad de ellos dependerá de cómo este su relación matrimonial, ya que el matrimonio no está siendo importante en la vida de las personas en los últimos años, la convivencia esta llenado nuestra sociedad, relaciones sin compromiso.

Además, de acuerdo a lo descrito anteriormente el hogar debe ser un lugar más atractivo, y es la responsabilidad de cada pareja el de velar para que esto se puede dar en nuestras familias. Elena de White dice al respecto:

Aunque incumben a los padres responsabilidades pesadas con respecto a velar cuidadosamente por la felicidad y los intereses futuros de sus hijos, también les incumbe el deber de hacer el hogar tan atractivo como sea posible. Esto tiene consecuencias mucho mayores que la adquisición de bienes y de dinero. El hogar no debe carecer de alegría. El sentimiento familiar debe conservarse vivo en el

³⁵White, *El hogar cristiano*, 11.

³⁶Ibíd., 17.

corazón de los hijos, para que puedan recordar el hogar de su infancia como lugar de paz y felicidad muy próximo al cielo. En tal caso, cuando lleguen a la madurez procurarán a su vez ser un consuelo y una bendición para sus padres.³⁷

No hay tiempo que perder, el hogar debe tener un lugar especial. Que sea un lugar donde vuestros hijos puedan recordar como el más alegre, tierno y donde se pueda respirar un aire de verdadera felicidad, un pedacito de cielo en la tierra.

Dimensiones de la satisfacción marital

La satisfacción marital es el resultado de un proceso de aprendizajes, que va desde nuestros primeros años de existencia, su cosmovisión de la vida, su contexto social, físico, espiritual hasta cuando el individuo toma la decisión de comprometerse con la persona que ama. Todo esto determinará la forma de llevar adelante su relacionamiento, logrando así una satisfacción.

Interacción

Acción que se ejerce recíprocamente entre dos o más objetos, personas, agentes, fuerzas, funciones, etc.³⁸ Evalúa los aspectos emocionales, afectivos y de comprensión que facilitan la interacción de la pareja. En el campo de la psicología como en la terapia es denominado también transacción familiar. Fairlie menciona que son expresiones o maniobras a las que se recurre reiteradamente por parte de dos o más miembros de una familia con un significado de intención.³⁹

³⁷White, *El hogar cristiano*, 17.

³⁸*Diccionario de la Real Academia Española*, s.v. “interacción”, <http://dle.rae.es/?id=XLJpCzk>, (consultado: 29 de diciembre 2017).

³⁹Dora Frisancho Anal Fairlie, “Teorías de las interacciones familiares”. *Revista de investigación en psicología* 1, no. 2 (1998): 46.

Físico – sexual

Las expresiones físicas corporales como: caricias, abrazos y contacto físico. Las expresiones físico corporales vienen a ser vitaminas para las relaciones, ya que nutre y fortalece la vida de cada uno de los individuos de nuestro sistema familiar. Podría la pareja pasar por situaciones complejas pero el contacto físico será vital para el éxito en una relación.⁴⁰

Fernando Maureira, en su investigación presenta que uno de los neurotransmisores encargados de la felicidad conyugal es la oxitocina, el cual está relacionado con algunas funciones del sistema nervioso central, con núcleos y neurotransmisores determinados. El enamoramiento dice este autor está relacionado con el placer, asociado a los sistemas de recompensa que son los mismos activados en la adicción a las drogas.⁴¹Entonces de acuerdo a Maureira, al tener mayor contacto corporal por medio de abrazos, caricias, nuestra relación será cada vez mejor y disfrutaremos de un matrimonio feliz.

Organización y funcionamiento

Es la parte estructural, instrumental en la toma de decisiones, solución de problemas y de función de las parejas. Si la pareja no tiene una buena estructura, en medio de las crisis es posible que tengan problemas los cuales irán enfrentando cada vez

⁴⁰Alma Isabel Pérez Salcedo, “El poder del contacto físico”, http://www.consultasexual.com.mx/el_poder_del_contacto_fisico.html (consultado: 16 de octubre, 2018).

⁴¹Fernando Maureira, “Neurobiología del amor romántico y la fidelidad”, *Psiquiatría Universitaria* 7, no. 1, (2011): 60.

que entren en conflicto, es donde la toma de decisiones es importante, la resolución de conflictos dependiendo de la decisión que toma la pareja “puede llevarlos a tener mayor amargura o mayor intimidad”.⁴²

Familia

En esta dimensión evalúa las condiciones de organización desde el manejo del dinero, al nivel de la realización de tareas en el hogar, la relación se va fortaleciendo a medida que hay un compromiso con las tareas mínimas de la familia.

La posibilidad de que el amor inicial siga floreciendo depende en gran medida de que las dos personas hagan funcionar las tres partes (tú, yo y nosotros) eso lo llamo proceso, mismo que tiene una importancia fundamental en el matrimonio. Por medio del amor damos inicio a nuestro matrimonio, pero por medio de la vida cotidiana – el proceso de la pareja – es lo que determina el funcionamiento de la familia.⁴³

Recreación

En esta dimensión se considera la recreación que tiene la pareja en la convivencia y comunicación afectiva que se lleva a cabo dentro y fuera del hogar. Siendo una parte importante la educación, atención y protección de los hijos.⁴⁴

⁴²Fernando Zavala Zavala, *A pesar de nuestras diferencias me casaría de nuevo contigo* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 2009), 39.

⁴³Virginia Satir, *Nuevas relaciones humanas en el núcleo familiar* (México: Editorial Pax, 2002), 158.

⁴⁴Ibíd.

Síndrome de burnout

El concepto del burnout o el estar quemado originalmente fue usado por Freudenberger, él incorpora al mundo de la psicología laboral. Este especialista en su experiencia como psiquiatra en una clínica de toxicómanos en el año de 1974, observó como el personal de voluntariado en el transcurso de un año mostraba una pérdida de energía hasta el agotamiento, juntamente con la presencia de síntomas de ansiedad y depresión, así como una enorme desmotivación para el trabajo.⁴⁵

Como psicoanalista y practicante de facultad, me di cuenta que la gente es a veces víctima de un incendio, como los edificios. Debido a la tensión producida por la vida en nuestro mundo complejo, sus recursos internos se consumen como por el efecto de las llamas, y no queda sino un vacío inmenso en el interior, aunque el exterior parezca más o menos intacto.⁴⁶

Posteriormente Yasemil Erbil, Murat y Senkal lo definieron como un trastorno adaptativo crónico, asociado a las demandas psicosociales que requiere el trabajo directo con personas, experimentando un desequilibrio prolongado entre las demandas y los recursos de afrontamiento. El trastorno suele entenderse como una respuesta al estrés laboral que surge tras un proceso de reevaluación cognitiva, cuando las estrategias de afrontamiento empleadas no son eficaces para reducir ese estrés laboral percibido⁴⁷.

⁴⁵Araceli Del Pozo Armentia, “Repercusiones de la depresión de los docentes en el ámbito escolar”, *Revista Complutense de Educación* 11, no. 1 (2000): 89.

⁴⁶José Zavala Zavala, “Estrés y burnout docente: conceptos, causas y efectos”. *Educación XVII*, no. 32 (2008): 71.

⁴⁷Yasemil Erbil, Dilek Murat, FilizSenkalSezer, “The relationship between Emotional Intelligence and Burnout Levels Among Architecture Students”, *Megaron* 11, no. 4 (2016): 492.

La mayoría de trabajos de investigación realizados hasta la fecha están basados en la propuesta conceptual de Jesús Esteras, Chorot y Sandin, los cuales describieron el síndrome de burnout como un estado psicológico de agotamiento, agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal⁴⁸. La evidencia relacionada con la investigación sobre el burnout tiende a indicar que el burnout es un proceso crónico patológico, que sigue un curso temporal donde van sucediéndose etapas, y cada etapa presenta ciertos síntomas característicos y diferenciadores.

Por otro lado, se ha sugerido que la mayor incidencia del burnout se da en los profesionales que ofrecen un servicio asistencial y cuyos destinatarios de su labor profesional son las personas, como ocurre en los profesionales de la educación tales como los profesores, los psicopedagogos, orientadores.⁴⁹ En toda relación que lleva un alto componente de experiencias de intercambio emocional.⁵⁰

Existen diversos modelos para la explicación de este síndrome. El modelo tridimensional de Maslach y Jackson de 1986, es el más utilizado para la medición de este, y se divide en tres áreas de afectación o dimensiones.

⁴⁸Jesús Esteras, Paloma Chorot y Bonifacio Sandín, “Predicción del burnout en los docentes: papel de los factores organizacionales, personales y sociodemográficos”. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica* 19, no. 2 (2014): 80.

⁴⁹Esteras y Sandín, “Predicción del burnout en los docentes: papel de los factores organizacionales, personales y sociodemográficos”, 80.

⁵⁰Magaly Robalino yKorner Antón, “El estrés docente: una dificultad añadida al reto de enseñar” http://www.oest.oas.org/iten/documentos/Investigacion/articulos/condiciones_trabajo_sald_docente.pdf (consultado: 16 de octubre, 2018).

Agotamiento emocional

Se caracteriza como una ausencia o falta de energía, entusiasmo y un sentimiento de escasez de recursos. A estos sentimientos pueden sumarse los de frustración y tensión en los trabajadores que se dan cuenta que ya no tienen condiciones de gastar más energía. Se muestra en la pérdida progresiva de energía, el agotamiento, la fatiga, que se manifiesta física o psíquicamente.⁵¹

Despersonalización o deshumanización

Se caracteriza por tratar a los clientes, compañeros y la organización como objetos. Los trabajadores pueden demostrar insensibilidad emocional, un estado psíquico en que prevalece el cinismo o la disimulación afectiva, la crítica exacerbada de todo su ambiente y de todos los demás.⁵²

Realización personal

Se caracteriza por una tendencia del trabajador a autoevaluarse de forma negativa. Las personas se sienten infelices consigo mismas, insatisfechas en su desarrollo profesional, experimentan una declinación en el sentimiento de competencia y de éxito en su trabajo y en su capacidad de interactuar con las personas.⁵³

⁵¹Saray del Carmen Contreras Palacios et al., “Síndrome de Burnout, funcionalidad familiar y factores relacionados en personal médico y de enfermería de un hospital de Villahermosa, Tabasco, México”, *Horizonte sanitario* 12, no. 2 (2013): 46.

⁵²Contreras, 46.

⁵³Ibíd.

Burnout en las Sagradas Escrituras

Cuando se observa las familias y los profesores cristianos se puede percibir que no pasan por adversidades, pero la Biblia muestra de líderes que pasaron por cuadros de burnout, un ejemplo de ellos es Moisés, él siempre fue un modelo de fortaleza, de dedicación, también tuvo momentos difíciles donde atravesó por un decaimiento no solo físico sino también en la parte del desempeño relacional (Nm11 :11-15).

Y dijo Moisés a Jehová: ¿Por qué has hecho mal a tu siervo? ¿y por qué no he hallado gracia en tus ojos, que has puesto la carga de todo este pueblo sobre mí? ¿Concebí yo a todo este pueblo? ¿Lo engendré yo, para que me digas: Llévalo en tu seno, como lleva la que cría al que mama, a la tierra de la cual juraste a sus padres? ¿De dónde conseguiré yo carne para dar a todo este pueblo? Porque lloran a mí, diciendo: Danos carne que comamos. No puedo yo solo soportar a todo este pueblo, que me es pesado en demasía. Y si así lo haces tú conmigo, yo te ruego que me des muerte, si he hallado gracia en tus ojos; y que yo no vea mi mal.

En el texto citado arriba existe un ejemplo de burnout en la vida de Moisés quien amaba a su pueblo, intercedía delante de Dios por el pueblo, el sucumbió delante de sus constantes reclamaciones y dificultades, las cuales no podría solucionar. De acuerdo al ejemplo que se ve en la Biblia puede que algunas personas por motivos de trabajo estén siendo afectados por el síndrome de burnout el cual puede afectar su vida marital.

Además la Biblia describe a otro personaje que paso por el mismo problema, este fue el caso de Elías (1 R18 y 19), el contexto era que Israel había sufrido una sequía de tres años, en este periodo, Elías permaneció escondido en el arroyo de Querit, alimentado y cuidado por Dios (1 Reyes 17:3-6) luego el arroyo también se secó, y Elías fue enviado a Sarepta, donde Elías tenía que ayudar para que creyera en Dios (1R 17:24), de esta forma fue afectado por el síndrome de burnout.

Después de su obra en Sarepta, Elías por mandato de Dios volvió a encontrarse con el Rey Acab, y le ordenó reunir a todo el pueblo y los cuatrocientos profetas de Asera, en el Monte Carmelo. Aquí se ve la respuesta de Dios al clamor humano. Allí nada pudieron hacer, no hubo manera de encender la fogata, sus divinidades no respondían. Llegó el momento de Elías, el oró al Señor y el fuego cayó del Señor, demostrando que Jehová es el único Dios. Ahí no quedó todo, Jezabel envía un mensaje al profeta de Dios, Elías, y le dice que iba a ser muerto hasta el siguiente día.

Se levantó y ahora tenía que proteger su vida y llegó a Berseba que está en Judá y dejó allí a su criado (1R 19). La mayor expresión de burnout en la vida de Elías se dio en este momento difícil, tuvo que salvaguardar su vida, camino todo un día por el desierto, luego se sentó en un arbusto y dijo: “Basta ya, oh Jehová, quítame la vida, pues no soy yo mejor que mis padres”. La respuesta del profeta al ser amenazado por Jezabel muestra a una persona con los síntomas del burnout. Estaba agotado, desesperado y con depresión de cómo serían las cosas más adelante.⁵⁴

Otro caso clásico de burnout en el Antiguo Testamento es el de Jeremías, en su libro se describe las declaraciones de lamento por ejemplo en Jeremías 20:14 y 18 “Maldito el día en que nací; el día en que mi madre dio a luz no sea bendito. ¿Para qué salí del vientre? ¿Para ver trabajo y dolor, y que mis días se gastasen en afrenta? Como se puede ver aquí tenemos estos textos que expresan sentimientos de cansancio, desilusión, soledad en la vida del profeta Jeremías. En las Sagradas Escrituras se describe a Pedro en medio de una crisis de burnout sobre todo en los últimos momentos de la vida de Jesús.

⁵⁴David H. Scott, “Personal Reflections on Pastoral Burnout” (Tesis Doctoral, Fuller Theological Seminary, 1994).

Pedro se desilusiono consigo mismo por haber negado a su Maestro en tres ocasiones, además de estar decepcionado, triste por la muerte de Jesús (Jn 21:15-19).

Pablo mismo también enfrentó momentos difíciles en su ministerio a punto de expresar en 2 Corintios 1:8 ‘fuimos abrumados sobremanera más allá de nuestras fuerzas, de tal modo que aún perdimos la esperanza de conservar la vida’.

Causas del burnout

El punto de partida para el burnout suele ser el estrés laboral, asimismo, cualquier persona que tiene sobre carga laboral está íntimamente relacionada con el cansancio emocional, esto debido a las características propias del trabajo de los docentes y a las diversas actividades en las aulas de clase, es así, que los maestros son los más estresados. Asimismo, este problema puede pasar en la típica madre a la que no le llega el día para ocuparse de todos sus hijos y las tareas del hogar, hasta el trabajador o trabajadora de oficina que no pueden cumplir con sus objetivos de trabajo. Y mucho más en la vida del docente, siendo su actividad principal estar con el educando entre 6 y 9 horas por día.⁵⁵

Dentro del paradigma o enfoque clásico se había limitado a considerar a las profesiones de riesgo aquellas donde existe la presencia de agentes de riesgos físicos, químicos o biológicos. Sin embargo, las nuevas ciencias que se van desarrollando aplican otras perspectivas de análisis y enfoques críticos a estos paradigmas. Ahora se puede considerar la identidad propia de cada trabajo a partir de su tipo, su carga laboral, horario de servicio, nivel de participación en el mismo, el propio contexto laboral y extra laboral

⁵⁵ Juan Antonio Moriana Elvira y Javier Herruzo Cabrera “Estrés y burnout en profesores”, *International Journal of Clinical and Health Psychology* 4, no. 3 (2004): 598-613.

que dicho trabajo por sus condiciones permita, así como la cultura institucional. El estilo de vida y la personalidad de cada uno también pueden influir en el síndrome de burnout. Por ejemplo, nuestra alimentación o lo que hacemos con nuestros ratos de ocio también tiene un papel importante para ayudarnos a enfrentar situaciones de estrés.⁵⁶

Esteve afirma que, con el acceso de toda la población a la educación, muchos profesores realizan funciones de asistencia social. Por otro lado, la saturación de las aulas agrava aún más la difícil situación actual. Evidentemente no es lo mismo educar a veinte que a cuarenta alumnos, entre los cuales, además, se encuentran estudiantes con carencias psíquicas, físicas, afectivas y sociales, sin que exista, al mismo tiempo, la adecuada preparación de los docentes para afrontar estas nuevas realidades.⁵⁷

Por un lado, se exige del docente ser un modelo y por otro, un mero transmisor de conocimientos. Esto supone un reto: el docente desempeña durante el proceso de enseñanza-aprendizaje el papel de compañero, asesor, colaborador, consejero del alumno y, al mismo tiempo ha de ser su evaluador.⁵⁸

Además de todo eso debe controlar el desarrollo individual del alumno, adaptándose al ritmo propio y personal de cada uno, al mismo tiempo que intenta alcanzar la acomodación de todos los miembros del grupo, al proceso de aprendizaje. Es decir, el docente tiene que conjugar las necesidades individuales y de grupo de sus alumnos al proceso de aprendizaje al mismo tiempo que debe cumplir con los requisitos,

⁵⁶ Scott, “Personal Reflections on Pastoral Burnout”

⁵⁷ Araceli Del Pozo Armentia, “Recuperaciones de la depresión de los docentes en el ámbito escolar”, *Revista Complutense de Educación* 11, no 1 (2000): 91.

⁵⁸Del Pozo, 91.

prescripciones y directivas del ministerio. Esto no resulta fácil de conseguir, y en muchos casos, sucede que el trabajo se lleva en un clima de excesiva tensión por las numerosas presiones, de diversa índole, que actúan como factores causantes del burnout docente.⁵⁹

Asimismo, la manifestación del burnout en los docentes aparece cuando el estrés es crónico y los mecanismos de afrontamiento del individuo no son los más adecuados. Además, el síndrome de burnout también puede interpretarse como una capacidad de respuesta no adecuada ante una diversidad de demandas no satisfactorias, que pudieran ser desde un trabajo monótono y aburrido, hasta una labor cuyos constantes requerimientos de conocimiento sean excesivos; es decir, demasiados conflictos emocionales, situaciones de no valoración laboral e inclusive pobre remuneración.⁶⁰

Consecuencias del burnout

Las consecuencias del malestar docente, síndrome de quemarse en el trabajo o burnout se pueden percibir en diferentes niveles; la dimensión personal, la laboral y la social. Cuando se habla de la dimensión personal se está hablando de situaciones cotidianas consideradas como normales, sin embargo el estrés laboral puede llegar a aportar otro tipo de manifestaciones que en caso de ser más constantes o recurrentes constituyan un riesgo inminente para la salud.⁶¹

Síntomas y repercusiones del estrés

⁵⁹Ibíd.

⁶⁰ José Zavala, “Estrés y burnout docente: causas y efectos”,68.

⁶¹Ibíd.

En la siguiente tabla se esquematizan 50 signos y síntomas más comunes del estrés en general según el instituto Americano de Estrés (AIS sus siglas en Ingles):⁶²

| Nº | Efecto |
|----|--|
| 1 | Dolores de cabeza frecuentes, mandíbula apretada, dolor |
| 2 | Crujir o rechinar de dientes |
| 3 | Tartamudeo |
| 4 | Temblores, manos, labios temblorosos |
| 5 | Dolores de cuello y espalda, espasmos musculares |
| 6 | Mareos, debilidad, vértigo |
| 7 | Sonidos que zumban, estallan |
| 8 | Ruborizaciones frecuentes, sudor |
| 9 | Pies o manos con sudor o fríos |
| 10 | Boca seca, problemas para deglutir |
| 11 | Frecuentes resfriados, infecciones y molestias de herpes |
| 12 | Erupciones, picaduras, piel de gallina |
| 13 | Ataques de alergia inexplicados o frecuentes |
| 14 | Dolor de estómago, de pecho; náusea |
| 15 | Evacuación excesiva, flatulencias |
| 16 | Constipación, diarrea |
| 17 | Dificultad para respirar, suspiros |
| 18 | Ataques repentinos de pánico |
| 19 | Dolores de pecho, palpitaciones |
| 20 | Frecuente micción |
| 21 | Pobre deseo o desempeño sexual |
| 22 | Ansiedad excesiva, preocupación, culpa, nerviosismo |
| 23 | Depresión, cambios súbitos de humor |
| 24 | Cólera acrecentada, hostilidad, frustración |
| 25 | Apetito incrementados o disminuido |
| 26 | Insomnio, pesadillas o sueños inquietantes |
| 27 | Dificultad de concentración, pensamientos apresurados |
| 28 | Olvido, desorganización, confusión |
| 29 | Dificultad en tomar decisiones |
| 30 | Problemas para aprender nueva información |
| 31 | Sentirse sobrecargado o abrumado |
| 32 | Expresiones con voz llorosa, pensamientos suicidas |
| 33 | Sentimientos de soledad o desvaloración |
| 34 | Poco interés en apariencia y puntualidad |
| 35 | Hábitos nerviosos, jugueteos, sonar los pies |
| 36 | Sobre reacción a pequeñas molestias |
| 37 | Incrementada frustración, irritabilidad y nerviosismo |

⁶²The American Institute Of Stress, “Stress Effects”, <https://www.stress.org/stress-effects/> (consultado: 19 de noviembre, 2018).

-
- 38 Numero incrementado de pequeños accidentes
 - 39 Comportamiento obsesivo compulsivo
 - 40 Eficiencia o productividad laboral reducida
 - 41 Pretextos para encubrir un trabajo mal hecho
 - 42 Habla rápida
 - 43 Posturas defensivas o de sospecha excesivas
 - 44 Problemas de comunicación o de compartir
 - 45 Alejamiento social y distanciamiento
 - 46 Cansancio constante, debilidad, fatiga
 - 47 Uso de drogas o medicamentos sin receta medica
 - 48 Aumento o disminución de peso sin llevar dieta
 - 49 Aumento en el consumo de cigarrros, drogas o alcohol
 - 50 Tendencia a las apuestas o compras impulsivas
-

El mismo instituto compartió algunos efectos del estrés en los sistemas del

cuerpo, aquí el detalle:⁶³

| Sistemas | Efectos o manifestaciones |
|----------------------------|---|
| Sistema nervioso | Cuando está estresado, ya sea físico o psicológicamente, el cuerpo cambia de repente. En la glándula suprarrenal se libera adrenalina y cortisol, el sistema nervioso simpático señala a la glándula adrenal para que se libere. Estas hormonas hacen que el corazón lata más rápido, aumenta la presión arterial, cambia el proceso digestivo y aumenta los niveles de glucosa en el torrente sanguíneo. La crisis pasa, los sistemas del cuerpo generalmente vuelven a la normalidad. |
| Sistema músculoesquelético | Bajo estrés los músculos se tensan. La contracción de músculos se extiende por periodos que pueden llegar a dolores de cabeza migraña y varias condiciones musculo esqueléticas. |
| Sistema respiratorio | El estrés puede hacer que respire más fuerte y provoques una respiración rápida (o hiperventilación) que puede provocar ataques de pánico en algunas personas. |
| Sistema cardiovascular | Estrés agudo: el estrés que es momentáneo, como quedar atrapado en el tráfico, causa un aumento en la frecuencia cardíaca y contracciones de contracción del músculo cardíaco. Los vasos sanguíneos que dirigen la sangre a los músculos grandes y dilatan el corazón, lo que aumenta la cantidad de sangre bombeada a estas partes del cuerpo. Los episodios repetidos de estrés agudo pueden causar inflamación en las arterias coronarias, que se cree que pueden provocar un ataque cardíaco. |
| Sistema endocrino | Cuando el cuerpo está estresado, el cerebro envía señales desde el hipotálamo, la corteza suprarrenal para producir el cortisol y la |

⁶³The American Institute Of Stress, "Stress Effects", <https://www.stress.org/stress-effects/> (consultado: 19 de noviembre, 2018).

| | |
|--------------------------|---|
| | <p>médula suprarrenal para producir epinefrina - a veces llamadas las hormonas del estrés.</p> <p>Hígado</p> <p>Cuando se libera cortisol y epinefrina, el hígado produce más glucosa, un nivel de azúcar en la sangre que le daría la energía para una pelea.</p> |
| Sistema gastrointestinal | <p>Esófago</p> <p>El estrés puede ser mucho más si come más o menos, o puede experimentar acidez estomacal o reflujo.</p> <p>Estómago</p> <p>Su estómago puede reaccionar con "mariposas" o incluso náuseas. Usted puede vomitar si el estrés es lo suficientemente grave.</p> <p>Intestinos</p> <p>El estrés puede afectar la digestión y con los nutrientes que absorben tus intestinos. También puede afectar la rapidez con que la comida se mueve a través de su cuerpo. Es posible que tenga diarrea o estreñimiento.</p> |
| Sistema reproductor | <p>En el hombre</p> <p>Las cantidades excesivas de cortisol, producidas bajo estrés, pueden afectar el funcionamiento normal del sistema reproductivo. El estrés crónico puede provocar la producción de testosterona y esperma y causar impotencia.</p> <p>En las damas</p> <p>El estrés puede causar ciclos menstruales ausentes o irregulares o períodos dolorosos. También puede reducir el deseo sexual.</p> |

Del Pozo menciona que los efectos inician con la aparición de ciertos sentimientos de desconcierto e insatisfacción, expectativas no cumplidas que surgen por la influencia directa o indirecta de los factores relacionados con el entorno laboral, estas conductas van generando en el docente una inhibición en la actuación con los alumnos y, en general, en toda la actividad educativa, llevando al docente a solicitar traslados para huir de las situaciones conflictivas que empiezan a generarse y en algunos casos culmina con el abandono de la docencia.⁶⁴

Zavala por su parte enumera algunas consecuencias posibles en relación al estrés burnout:⁶⁵

1. Ausentismo laboral
2. Asuntos familiares, personales, comisiones laborales, enfermedades somáticas.
3. Menos dedicación al trabajo

⁶⁴Del Pozo, 92.

⁶⁵Zavala, 83.

4. Práctica del rumor, del chisme, del alarde, de la crítica destructiva, la queja constante.
5. Quejas internas y externas
6. Clima laboral e institucional dañados
7. Aumento de la rotación del personal
8. Se perciben como cambios, traslados, comisiones
9. Deterioro del rendimiento y productividad
10. Baja productividad pedagógica, administrativa
11. Necesidad o solicitud de aumento de intervención sindical
12. Conflictos constantes, necesidad de mediación.

Tratamiento del burnout

Este aspecto no es nada fácil, ya vimos que las causas de estrés docente, el síndrome de quemarse en el trabajo o simplemente el burnout, ahora enfocaremos en como poder tratarlo.

Melgosa, en su libro ¡Sin Estrés!, Sugiere algunas técnicas tales como; la relajación muscular progresiva o más conocida como el método de Jacobsen donde se debe considerar el ambiente, la disposición mental, tiempo y la postura.⁶⁶

Ambiente

Silencioso en penumbra, temperatura agradable, con ropa cómoda, sin zapatos o con calzado ligero. Pidan que le respeten la próxima media hora para que nadie interrumpa la sesión de relajación.⁶⁷

⁶⁶Julián Melgosa, ¡Sin Estrés! (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 1994) 128, 129.

⁶⁷Melgosa, 128.

Disposición mental

Poner a un lado las preocupaciones cotidianas y pensar en algo agradable. En algunos casos una música suave puede ayudar.⁶⁸

Tiempo

La relajación no puede hacerse con prisa. Una sesión normal debe durar unos 20 minutos. En algunos casos, más. También es necesario aguardar los segundos necesarios en cada tensión y relajación.⁶⁹

Postura

Si usted no cuenta con un sillón especial para la relajación, utilice una cama rígida, o una colchoneta delgada puesta sobre el suelo. Use una almohada ligera o simplemente una toalla grande doblada sobre si dos o tres veces. Acuéstese boca arriba con los brazos paralelos al tronco, las piernas extendidas y los pies ligeramente separados el uno del otro.⁷⁰

El proceso inicia con llenar nuestros pulmones de aire y retenerlo durante 4 segundos, soltar el aire despacio, luego repetir por dos veces, después continua con las manos, primero la mano derecha, apriete el puño derecho con fuerza por 4 segundos relaje ahora la mano por 6 segundos, hacer lo mismo con la mano izquierda, finalmente con ambas manos a un tiempo.⁷¹

⁶⁸Ibíd.

⁶⁹Ibíd.

⁷⁰Ibíd.

⁷¹Ibíd.

Nos vamos ahora a los brazos, doble ambos brazos fuertemente contra los antebrazos por 4 segundos, relaje ahora los brazos por 6 segundos. Para continuar relajando los brazos, haga ahora presión con los brazos hacia abajo, contra el colchón por 4 segundos. Relaje los brazos 6 segundos, tense ahora ambos brazos a lo largo del cuerpo, manteniendo en tensión también las palmas de las manos. Algo así como si quisiera usted tocar los pies con la punta de las manos, pero sin moverse de su posición por 4 segundos, relajando los brazos 6 segundos, finalmente gire a tornillo de ambos brazos acabando con palmas de las manos mirando hacia fuera 4 segundos, al final relajar los brazos por 6 segundos.⁷²

Por ahora consideramos los hombros, flexionarlo los hombros hacia las orejas, no metiendo la cabeza hacia dentro, sino presionando los hombros hacia arriba por 4 segundos, relaje los hombros por 6 segundos. Flexione los hombros hacia el centro del pecho, como si intentase tocar un hombro contra el otro durante 4 segundos, finalmente relajar los hombros por 6 segundos.⁷³

Seguimos con el cuello, gire el cuello lentamente hacia la derecha todo lo que pueda, manténgalo en tensión por 4 segundos, retorne a la posición normal por 6 segundos, haga exactamente lo mismo hacia la izquierda. Finalmente levante la cabeza de la almohada hacia arriba, sin separar la espalda del colchón. Manténgala en tensión por 4 segundos y relájela por 6 segundos.⁷⁴

⁷²Ibíd., 129.

⁷³Melgoza, 130.

⁷⁴Ibíd.

Con la cara, inicie con los músculos alrededor de los ojos. Abra los ojos con fuerza, como subiendo las cejas hacia el pelo por 4 segundos, relájelos por 6 segundos.

Ahora en la boca, cierre la boca y los dientes completamente, en esta posición, hará presión con la lengua apretándola contra los dientes y muelas inferiores contra los superiores por 4 segundos. Relaje ahora la mandíbula por 4 segundos, haga un morro con fuerza sacando los labios hacia fuera por 4 segundos, relájelos por 6 segundos.

Finalmente abra la boca totalmente separando las mandíbulas al máximo por 4 segundos relájelo por 6 segundos. Ahora haga una pausa de respiración. Llene los pulmones al máximo, reténgalo por 6 segundos, suelte el aire poco a poco, repita la respiración una vez más. Respire ahora lentamente durante un minuto aproximadamente.⁷⁵

Después de estos minutos de respiración, llegamos al estómago. Apriete el estómago hacia fuera, como si quisiera sacarlo de su sitio y mantenga esa tensión por 4 segundos, relájelo por 6 segundos, repita el mismo movimiento; es decir, metiendo el estómago hacia adentro por 4 segundos y relájese por 6 segundos.⁷⁶

Para terminar, nos vamos a las piernas, tense ahora los muslos y las nalgas fuertemente por 4 segundo, relájelos por 6 segundos, estirar con fuerza ambas piernas con la punta de los pies tensas alejadas del cuerpo cuanto sea posible por 4 segundos, relájelos por 6 segundos, tense las puntas de los pies opuestamente, es decir, hacia el propio cuerpo por 4 segundos, y relájelos por 6 segundos. Para salir de la relajación, llene

⁷⁵Ibíd.

⁷⁶Melgosa, 131.

los pulmones de aire por 6 segundos, expúlselos bruscamente, para levantarse, póngase de pie lentamente, de tal manera que se pueda sentirse cómodo.⁷⁷

La práctica de la relajación trae grandes beneficios al organismo, inclusive le concede al que la practica la sensación de estar controlando el problema. La práctica de la relajación una sola vez ya trae consigo una sensación placentera y de extrema tranquilidad. Sin embargo, la verdadera grandeza y el máximo beneficio de la relajación se adquieren a través de la repetición regular y continuada. Generalmente la relajación se domina en los dos meses siguientes de haberla iniciado a practicar.⁷⁸

También hay diversas sugerencias en la literatura⁷⁹ para poder controlar el burnout desde tratamientos naturales como la hidroterapia, las plantas medicinales o la aromaterapia. Por otro lado, también de recursos cognitivos partiendo de las preocupaciones constructivas, luego creencias irracionales y el control del pensamiento.

De acuerdo al mensaje de salud, presentado por Ellen White hace más de 160 años, ella recomienda lo siguiente:

El aire puro, el sol, la abstinencia, el descanso, el ejercicio, un régimen alimenticio conveniente, el agua y la confianza en el poder divino son los verdaderos remedios. Todos debieran conocer los agentes que la naturaleza provee como remedios, y saber aplicarlos. Es de suma importancia darse cuenta exacta de los principios implicados en el tratamiento de los enfermos, y recibir

⁷⁷Melgosa, 131.

⁷⁸Ibíd., 132.

⁷⁹Medlineplus, “Manejo del estrés”, <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/001942.htm> (consultando: 20 de noviembre, 2018).

una instrucción práctica que le habilite a uno para hacer uso correcto de estos conocimientos.⁸⁰

Uno de los mensajes que resuenan con más fuerza en estos tiempos justamente es el uso de los remedios naturales en la solución de situaciones diarias, ya los estudios lo están demostrando lo que fue presentado por Dios a Ellen White.⁸¹ Además, la mejor manera de poder prevenir, tratar el síndrome de burnout debería ser adoptando mediante un estilo de vida saludable y equilibrado, tanto en la mente como en el cuerpo.⁸²

Finalmente, se puede afirmar que Dios es el creador de la vida, y nadie mejor que el para decirnos como nuestro cuerpo puede funcionar de la manera más adecuada. La buena noticia es que nos dejó un verdadero manual de instrucciones en la Santa Biblia.⁸³

⁸⁰White Ellen, *The Ministry of Healing* (Mountain View: Pacific Press Publishing Association, 1905) 127.

⁸¹ Julián Melgosa y Michelson Borges, *El poder de la esperanza: Secretos del bienestar emocional* (Lima: Editorial Imprenta Unión, 2017), 45.

⁸²Ibíd., 39.

⁸³Ibíd., 79.

CAPITULO 3

METODOLOGÍA

Tipo y diseño de investigación

El presente trabajo de investigación es de enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo correlacional. Es descriptivo, porque se especifican las propiedades y características importantes de las variables estudiadas y correlacional, porque se busca relacionar y conocer el grado de relación y asociación que existe entre las variables de estudio.¹

Asimismo, el estudio es de diseño, no experimental de corte trasversal. Es no experimental, porque no se manipula ninguna de las variables, además, es de corte trasversal o transaccional, porque se recogerán los datos en un tiempo específico y único y se realizó una sola medición.²

Población y muestra

En esta investigación, la población está conformada por los 69 profesores casados de la Asociación Educativa Adventista Central Norte. De esta población, se consideró una muestra probabilística de 59 profesores por medio de una fórmula para calcular el tamaño de la muestra. El cálculo fue hecho con un nivel de confianza del 95%, con un error de estimación de 0.05.

¹Roberto Hernández, Carlos Fernández y Pilar Baptista, *Metodología de la investigación*, 6ta. ed. (México D. F.: McGraw Hill. Interamericana, 2014), 92, 93.

²Ibíd., 127-129, 152-155.

$$n_0 = \frac{N p q z^2}{(N - 1)d^2 + z^2 p q} = \frac{69(0.5)(0.5)(1.96)^2}{68(0.05)^2 + (1.96)^2(0.5)(0.5)} = 59$$

N = Población = 69

z = Distribución normal inversa = 1.96

p = Probabilidad de éxito = 0.5

q = (1-p) = Probabilidad de fracaso = 0.5

d = Error de estimación 0.05

Criterios de inclusión y exclusión

En esta investigación solo participaron profesores casados de la Asociación Educativa Adventista Central Norte. No se consideró para fines de este estudio a los profesores solteros de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, dado que se estudió la satisfacción marital.

Consideraciones éticas

En la investigación que se desarrolló se mantuvo en todo momento el respeto por la propiedad intelectual y otros derechos inherentes a las personas e instituciones que desarrollan actividades de investigación, y se tomaron en cuenta los siguientes pasos:

Se solicitó el consentimiento informado por escrito al Departamento de Educación de la Asociación Peruana Central Este, pidiendo el permiso mediante una carta dirigida al departamental de educación profesor Michael Madrid Jiménez y buscando la participación voluntaria de los docentes de la Asociación Peruana Central Este.

Asimismo, se empleó como instrumentos de medición aquellos que están validados en Latinoamérica. Todos estos puntos se tomaron en cuenta a fin de no permitir manipulación de información para otro fin que no compete a la investigación.

Definición y operacionalización de variables

En esta investigación se estudió dos variables, la satisfacción marital y síndrome de burnout. En ese sentido, la variable independiente se define de la siguiente manera.

Variable independiente: Se define la satisfacción familiar como la actitud hacia la interacción marital y los aspectos del cónyuge, incluyendo la satisfacción con las reacciones emocionales de la pareja, la relación en sí y los aspectos estructurales, tales como, la forma de organización, de establecimientos y cumplimiento de las reglas de pareja y la educación de los hijos.³

Asimismo, la variable dependiente es síndrome de burnout la cual consta de las siguientes dimensiones, agotamiento emocional, despersonalización y la realización personal en los docentes. Esta variable lo definimos de la siguiente manera.

Variable dependiente: Se define el síndrome de burnout como un estado psicológico de agotamiento, agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal en las personas.⁴

³Martínez, S. “Efectos de la edad, sexo y la escolaridad en la satisfacción marital” *Revista Episteme de la Universidad del Valle de México*1 (agosto 2004).

⁴Jesús Esteras, Paloma Chorot y Bonifacio Sandín, “Predicción del burnout en los docentes: papel de los factores organizacionales, personales y sociodemográficos”. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*19, no. 2 (2014): 80.

Instrumentos de recolección de datos

Los instrumentos para la recolección de los datos se utilizó una encuesta titulada Inventario Multifacético de Satisfacción Marital (IMSM) validado para México por Cañetas, Rivera y Díaz-Loving, 2002 y para conocer el burnout el instrumento de Maslach Burnout Inventory (MBI) validado por Maslach y Jackson las cuales se validaron para ser aplicados a nuestra población de estudio.

Elaboración y validación del instrumento

El instrumento para la variable satisfacción marital fue tomado de Cañetas, Rivera y Díaz-Loving, 2002 y para la variable burnout fue tomado de Maslach y Jackson, para mayor confiabilidad dichos instrumentos se validaron cumpliendo tres requisitos esenciales, primero la validez que se refiere al grado en que un instrumento mide la variable de estudios. Segundo, la confiabilidad; es decir, el grado en que un instrumento produce resultados consistentes y coherentes. Tercero, la objetividad, nos referimos al grado en que el instrumento es o no permeable a la influencia de los sesgos y tendencias del investigador o investigadores que lo administran, califican e interpretan.⁵

En tal sentido, la validación de los instrumentos se dio mediante el juicio de tres expertos Dr. Juan Marcelo Zanga Céspedes, Dr. Josué Turpo Chaparro y Mgtr. Moisés Rivera Cárdenas, quienes evaluaron el contenido, la claridad, concisión de los instrumentos y relevancia de los enunciados. Asimismo, se realizó la prueba piloto en una población de 36 personas de 25 a 60 años con características similares a la muestra de estudio, esto ayudó a mejorar la redacción y la claridad de los ítems del instrumento.

⁵F. Kerlinger, *Investigación del comportamiento. Técnicas y metodología*, 2ª. ed., Ed. Interamericana (México, D.F.: Editorial Interamericana, 1983), 50.

Finalmente, se procedió a validar mediante la confiabilidad de los instrumentos a través del coeficiente de Alfa de Cronbach, con el cual el cuestionario de satisfacción marital alcanzó 0,81 mostrando una alta confiabilidad. De tal manera la confiabilidad del cuestionario de Síndrome de Burnout alcanzo 0,85 mostrando una buena confiabilidad.

Descripción del instrumento

Las encuestas comprenden tres partes con 68 ítems, la primera sección contiene información general de 5 ítems. La segunda parte consta de 46 ítems las cuales miden la variable satisfacción marital, con sus respectivas dimensiones. Asimismo, la tercera sección está conformada por 22 ítems, las cuales miden las siguientes dimensiones, agotamiento emocional 1 al ítem 9, Despersonalización consta del 10 al ítem 14, Realización personal del 15 al ítem 22.

Procedimiento para la recolección de datos

Para la recolección de los datos, primero se solicitó el permiso a las autoridades de las instituciones adventistas de la APCE. Luego se procedió a la recolección de los datos en un solo momento, el tiempo para que puedan responder a los ítems de la encuesta fue aproximadamente de 20 minutos, la población fue 59 docentes del nivel primario y secundario de estado civil casados.

Plan de tabulación y análisis de los datos

Para el análisis de los datos se usó el software Statistical Package Social Sciences (SPSS), versión 22.00 para procesar la información y obtener los resultados de la

investigación.⁶ Asimismo, se utilizaron datos estadísticos descriptivos e inferenciales. Los resultados de los análisis se presentan en el capítulo siguiente de acuerdo a los objetivos del estudio teniendo en cuenta, una fiabilidad del 95% con un margen de error $\alpha=0,05$.⁷

⁶IBM SPSS Software, *Top analyst firms position IBM as a leader in data science, predictive analytics and machine learning*, <https://www.ibm.com/analytics/us/en/technology/spss/> (consultado: 05 de noviembre, 2018).

⁷ Pineda, E., Alvarado, F.E. y Canales, H. *Metodología de la investigación* (Washington, DC.: Organización Panamericana de la Salud, 1994), 157, 158.

CAPÍTULO 4

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Descripción de los resultados demográficos

En la tabla 1, se observa que el 64.4% de profesores son mujeres. En relación al rango de edad, se aprecia que el 42.4% de profesores tienen entre 41 y 50 años de edad, y que solo el 13.6% es mayor a 50 años. Con respecto a los años de matrimonio se aprecia que el 42.4% de profesores tiene entre 1 y 10 años de casados, y solo un 3.4% sobrepasan los 30 años de casados; se observa también, que el 37.3% de profesores tienen dos hijos, y solo un 6.8% tienen más de dos hijos. Por otro lado, casi la mitad de profesores tienen de 11 a 20 años en la docencia (44.1%); casi la tercera parte (32.2%) se desempeña en primaria, y un 28.8% en secundaria. Por último, solo el 16.9% cuenta con grado de maestría.

Tabla 1. Análisis de frecuencia de las características de los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte.

| | <i>N</i> | % |
|--------------------------|----------|------|
| Sexo | | |
| Masculino | 21 | 35.6 |
| Femenino | 38 | 64.4 |
| Edad | | |
| 23-30 años | 9 | 15.3 |
| 31-40 años | 17 | 28.8 |
| 41-50 años | 25 | 42.4 |
| 51-60 años | 8 | 13.6 |
| Colegio | | |
| Eduardo Forga | 14 | 23.7 |
| Buen Pastor de Ñaña | 17 | 28.8 |
| Buen Pastor de Canto Rey | 12 | 20.3 |
| España | 16 | 27.1 |

| | | |
|---------------------|----|------|
| Años de matrimonio | | |
| 1-10 años | 25 | 42.4 |
| 11-20 años | 22 | 37.3 |
| 21-30 años | 10 | 16.9 |
| 31-36 años | 2 | 3.4 |
| Número de hijos | | |
| Ningún hijo | 17 | 28.8 |
| 1 hijo | 16 | 27.1 |
| 2 hijos | 22 | 37.3 |
| 3 hijos | 2 | 3.4 |
| 4 hijos | 2 | 3.4 |
| Años en la docencia | | |
| 1-10 años | 16 | 27.1 |
| 11-20 años | 26 | 44.1 |
| 21-30 años | 15 | 25.4 |
| 31-39 años | 2 | 3.4 |
| Se desempeña en | | |
| Inicial | 12 | 20.3 |
| Primaria | 19 | 32.2 |
| Secundaria | 17 | 28.8 |
| Administrativo | 6 | 10.2 |
| Otro | 5 | 8.5 |
| Nivel de estudios | | |
| Técnico | 4 | 6.8 |
| Bachillerato | 10 | 16.9 |
| Licenciatura | 35 | 59.3 |
| Maestría | 10 | 16.9 |
| TOTAL | 59 | 100 |

En la tabla 2, se ve que en su mayoría los profesores presentan un nivel medio de satisfacción marital (44.1%), y el 30.5% un nivel bajo; solo el 25.4% de profesores presentan un nivel alto de satisfacción marital. Por otro lado, casi la mitad de profesores (47.5%) tienen un nivel bajo de síndrome de burnout, el 32.2% tienen un nivel medio, y solo el 20.3% presentan un alto nivel de síndrome de burnout.

Descripción de las variables

Tabla 2. Nivel de satisfacción marital y síndrome de burnout

| | Bajo | | Medio | | Alto | |
|----------------------|----------|------|----------|------|----------|------|
| | <i>n</i> | % | <i>n</i> | % | <i>n</i> | % |
| Satisfacción marital | 18 | 30.5 | 26 | 44.1 | 15 | 25.4 |
| Síndrome de burnout | 28 | 47.5 | 19 | 32.2 | 12 | 20.3 |

En la tabla 3, se aprecia que el 33.3% tienen un bajo nivel de satisfacción marital; el 52.4% tienen un nivel medio de satisfacción marital; y el 14.3% tienen un alto nivel de satisfacción marital. Del 100% de profesoras el 28.9% presentan un nivel de satisfacción marital baja, el 39.5% tienen un nivel medio de satisfacción marital, y el 31.6% tienen un alto nivel de satisfacción marital.

Por otro lado, del 100% de profesores el 38.1% tienen un bajo nivel de síndrome de burnout; el 28.6% tienen un nivel medio de síndrome de burnout; y la tercera parte (33.3%) tienen un alto nivel de síndrome de burnout. Del 100% de profesoras más de la mitad (52.6%) presentan un bajo nivel de síndrome de burnout, el 34.2% tienen un nivel medio de síndrome de burnout; y solo el 13.2% tienen un alto nivel de síndrome de burnout.

Tabla 3. Nivel de satisfacción marital y síndrome de burnout según sexo

| | Sexo | | | |
|----------------------|-----------|-------|----------|-------|
| | Masculino | | Femenino | |
| | <i>n</i> | % | <i>N</i> | % |
| Satisfacción marital | | | | |
| Baja | 7 | 33.3% | 11 | 28.9% |
| Media | 11 | 52.4% | 15 | 39.5% |
| Alta | 3 | 14.3% | 12 | 31.6% |
| Total | 21 | 100% | 38 | 100% |
| Síndrome de burnout | | | | |

| | | | | |
|-------|----|-------|----|-------|
| Bajo | 8 | 38.1% | 20 | 52.6% |
| Medio | 6 | 28.6% | 13 | 34.2% |
| Alto | 7 | 33.3% | 5 | 13.2% |
| Total | 21 | 100% | 38 | 100% |

En la tabla 4, se observa que del 100% de profesores que tienen entre 23 y 30 años la tercera parte (33.3%) presentan un nivel bajo de satisfacción marital; y el 66.7% tienen un nivel medio de satisfacción marital. Del 100% de profesores que tienen entre 31 y 40 años el 35.3% presentan un bajo nivel de satisfacción marital, el 17.6% tienen un nivel medio de satisfacción marital, y casi la mitad (47.1%) tienen un alto nivel de satisfacción marital. Del 100% de profesores que tienen entre 41 y 50 años el 28% presentan un bajo nivel de satisfacción marital, más de la mitad (52%) tienen un nivel medio de satisfacción marital, y solo el 20% tienen un alto nivel de satisfacción marital. Del 100% de profesores que tienen entre 51 y 60 años el 25% presentan un bajo nivel de satisfacción marital, la mitad (50%) tienen un nivel medio de satisfacción marital, y el 25% tienen un alto nivel de satisfacción marital.

Por otro lado, del 100% de profesores que tienen entre 23 y 30 años el 44.4% presentan un nivel bajo de síndrome de burnout, el mismo porcentaje tienen un nivel medio de síndrome de burnout, y solo el 11.1% presentan un alto nivel de síndrome de burnout. Del 100% de profesores que tienen entre 31 y 40 años el 58.8% presentan un bajo nivel de síndrome de burnout, el 23.5% tienen un nivel medio de síndrome de burnout, y solo el 17.6% tienen un alto nivel de síndrome de burnout. Del 100% de profesores que tienen entre 41 y 50 años el 36% presentan un bajo nivel de síndrome de burnout, el 44% tienen un nivel medio de síndrome de burnout, y solo el 20% tienen un alto nivel de síndrome de burnout. Del 100% de profesores que tienen entre 51 y 60 años el 62.5% presentan un

bajo nivel de síndrome de burnout, y el 37.5% tienen un alto nivel de síndrome de burnout.

Tabla 4. Nivel de satisfacción marital y síndrome de burnout según edad

| | Edad | | | | | | | |
|-----------------------------|------------|-------|------------|-------|------------|-------|------------|-------|
| | 23-30 años | | 31-40 años | | 41-50 años | | 51-60 años | |
| | <i>n</i> | % | <i>n</i> | % | <i>n</i> | % | <i>n</i> | % |
| Satisfacción marital | | | | | | | | |
| Baja | 3 | 33.3% | 6 | 35.3% | 7 | 28.0% | 2 | 25.0% |
| Media | 6 | 66.7% | 3 | 17.6% | 13 | 52.0% | 4 | 50.0% |
| Alta | 0 | 0.0% | 8 | 47.1% | 5 | 20.0% | 2 | 25.0% |
| Total | 9 | 100% | 17 | 100% | 25 | 100% | 8 | 100% |
| Síndrome de burnout | | | | | | | | |
| Bajo | 4 | 44.4% | 10 | 58.8% | 9 | 36.0% | 5 | 62.5% |
| Medio | 4 | 44.4% | 4 | 23.5% | 11 | 44.0% | 0 | 0.0% |
| Alto | 1 | 11.1% | 3 | 17.6% | 5 | 20.0% | 3 | 37.5% |
| Total | 9 | 100% | 17 | 100% | 25 | 100% | 8 | 100% |

En la tabla 5, se aprecia que del 100% de profesores del Colegio Eduardo Forga el 21.4% presentan un bajo nivel de satisfacción marital, la mitad (50%) tienen un nivel medio de satisfacción marital, y el 28.6% tienen un alto nivel de satisfacción marital. Del 100% de profesores del colegio Buen Pastor de Ñaña el 23.5% presentan un nivel bajo de satisfacción marital, el 64.7% tienen un nivel medio de satisfacción marital, y solo el 11.8% tienen un alto nivel de satisfacción marital. Del 100% de profesores del colegio Buen Pastor de Canto Rey el 66.7% presentan un nivel bajo de satisfacción marital, el 16.7% tienen un nivel medio de satisfacción marital, y el mismo porcentaje tienen un alto nivel de satisfacción marital. Del 100% de profesores del Colegio España solo el 18.8% presentan un nivel bajo de satisfacción marital, el 37.5% tienen un nivel medio de satisfacción marital, y el 43.8% tienen un alto nivel de satisfacción marital.

Por otro lado, del 100% de profesores del Colegio Eduardo Forga el 64.3% presentan un bajo nivel de síndrome de burnout, y el 35.7% tienen un nivel medio de síndrome de burnout. Del 100% de profesores del colegio Buen Pastor de Ñaña el 35.3% presentan un nivel bajo de síndrome de burnout, el 41.2% tienen un nivel medio de síndrome de burnout, y solo el 23.5% tienen un alto nivel de síndrome de burnout. Del 100% de profesores del colegio Buen Pastor de Canto Rey, el 25% presentan un nivel bajo de síndrome de burnout, el mismo porcentaje tienen un nivel medio de síndrome de burnout, y la mitad (50%) tienen un alto nivel de síndrome de burnout. Del 100% de profesores del colegio España solo el 62.5% presentan un nivel bajo de síndrome de burnout, el 25% tienen un nivel medio de síndrome de burnout, y solo el 12.5% tienen un alto nivel de síndrome de burnout.

Tabla 5. Nivel de satisfacción marital y síndrome de burnout según colegio

| | Colegio | | | | | | | |
|-----------------------------|----------|-------|----------|-------|-----------|-------|----------|-------|
| | Forga | | Ñaña | | Canto Rey | | España | |
| | <i>N</i> | % | <i>n</i> | % | <i>n</i> | % | <i>n</i> | % |
| Satisfacción marital | | | | | | | | |
| Baja | 3 | 21.4% | 4 | 23.5% | 8 | 66.7% | 3 | 18.8% |
| Media | 7 | 50.0% | 11 | 64.7% | 2 | 16.7% | 6 | 37.5% |
| Alta | 4 | 28.6% | 2 | 11.8% | 2 | 16.7% | 7 | 43.8% |
| Total | 14 | 100% | 17 | 100% | 12 | 100% | 16 | 100% |
| Síndrome de burnout | | | | | | | | |
| Bajo | 9 | 64.3% | 6 | 35.3% | 3 | 25.0% | 10 | 62.5% |
| Medio | 5 | 35.7% | 7 | 41.2% | 3 | 25.0% | 4 | 25.0% |
| Alto | 0 | 0.0% | 4 | 23.5% | 6 | 50.0% | 2 | 12.5% |
| Total | 14 | 100% | 17 | 100% | 12 | 100% | 16 | 100% |

En la tabla 6, se observa que del 100% de profesores que tienen entre 1 y 10 años de casados el 20% presentan un nivel bajo de satisfacción marital, el 40% tienen un nivel medio de satisfacción marital, y el mismo porcentaje tienen un alto nivel de satisfacción marital. Del 100% de profesores que tienen entre 11 y 20 años de casados el 31.8%

presentan un bajo nivel de satisfacción marital, la mitad (50%) tienen un nivel medio de satisfacción marital, y solo el 18.2% tienen un alto nivel de satisfacción marital. Del 100% de profesores que tienen entre 21 y 30 años de casados el 60% presentan un bajo nivel de satisfacción marital, casi la tercera parte (30%) tienen un nivel medio de satisfacción marital, y solo el 10% tienen un alto nivel de satisfacción marital. Del 100% de profesores que tienen entre 31 y 36 años de casados el 100% tienen un nivel medio de satisfacción marital.

Por otro lado, del 100% de profesores que tienen entre 1 y 10 años de casados más de la mitad (52%) presentan un nivel bajo de síndrome de burnout, el 32% tienen un nivel medio de síndrome de burnout, y solo el 16% tienen un alto nivel de síndrome de burnout. Del 100% de profesores que tienen entre 11 y 20 años de casados el 40.9% presentan un bajo nivel de síndrome de burnout, el mismo porcentaje tienen un nivel medio de síndrome de burnout, y solo el 18.2% tienen un alto nivel de síndrome de burnout. Del 100% de profesores que tienen entre 21 y 30 años de casados el 40% presentan un bajo nivel de síndrome de burnout, el 20% tienen un nivel medio de síndrome de burnout, y el 40% tienen un alto nivel de síndrome de burnout. Del 100% de profesores que tienen entre 31 y 36 años de casados el 100% tienen un nivel bajo de síndrome de burnout.

Tabla 6. Nivel de satisfacción marital y síndrome de burnout según años de matrimonio

| | Años de matrimonio | | | | | | | |
|----------------------|--------------------|-------|------------|-------|------------|-------|------------|------|
| | 1-10 años | | 11-20 años | | 21-30 años | | 31-36 años | |
| | <i>n</i> | % | <i>n</i> | % | <i>n</i> | % | <i>n</i> | % |
| Satisfacción marital | | | | | | | | |
| Baja | 5 | 20.0% | 7 | 31.8% | 6 | 60.0% | 0 | 0.0% |
| Media | 10 | 40.0% | 11 | 50.0% | 3 | 30.0% | 2 | 100% |

| | | | | | | | | |
|---------------------|----|-------|----|-------|----|-------|---|------|
| Alta | 10 | 40.0% | 4 | 18.2% | 1 | 10.0% | 0 | 0.0% |
| Total | 25 | 100% | 22 | 100% | 10 | 100% | 2 | 100% |
| Síndrome de burnout | | | | | | | | |
| Bajo | 13 | 52.0% | 9 | 40.9% | 4 | 40.0% | 2 | 100% |
| Medio | 8 | 32.0% | 9 | 40.9% | 2 | 20.0% | 0 | 0.0% |
| Alto | 4 | 16.0% | 4 | 18.2% | 4 | 40.0% | 0 | 0.0% |
| Total | 25 | 100% | 22 | 100% | 10 | 100% | 2 | 100% |

En la tabla 7, se observa que del 100% de profesores que no tienen hijos solo el 17.6% presentan un nivel bajo de satisfacción marital, más de la mitad (52.9%) tienen un nivel medio de satisfacción marital, y el 29.4% tienen un alto nivel de satisfacción marital. Del 100% de profesores que solo tienen un hijo la mitad (50%) presentan un bajo nivel de satisfacción marital, solo el 18.8% tienen un nivel medio de satisfacción marital, y el 31.3% tienen un alto nivel de satisfacción marital. Del 100% de profesores que tienen dos hijos el 31.8% presentan un bajo nivel de satisfacción marital, el 45.5% tienen un nivel medio de satisfacción marital, y el 22.7% tienen un alto nivel de satisfacción marital.

Por otro lado, del 100% de profesores que no tienen hijos el 47.1% presentan un nivel bajo de síndrome de burnout, el mismo porcentaje tienen un nivel medio de síndrome de burnout, y solo el 5.9% tienen un alto nivel de síndrome de burnout. Del 100% de profesores que solo tienen un hijo el 37.5% presentan un bajo nivel de síndrome de burnout, el 31.3% tienen un nivel medio de síndrome de burnout, y el mismo porcentaje tienen un alto nivel de síndrome de burnout. Del 100% de profesores que tienen dos hijos más de la mitad (54.5%) presentan un bajo nivel de síndrome de burnout, solo el 18.2% tienen un nivel medio de síndrome de burnout, y el 27.3% tienen un alto nivel de síndrome de burnout.

Tabla 7. Nivel de satisfacción marital y síndrome de burnout según número de hijos

| | Número de hijos | | | | | | | | | |
|-----------------------------|-----------------|-------|----------|-------|----------|-------|----------|-------|----------|-------|
| | Ninguno | | 1 hijo | | 2 hijos | | 3 hijos | | 4 hijos | |
| | <i>n</i> | % | <i>n</i> | % | <i>n</i> | % | <i>n</i> | % | <i>n</i> | % |
| Satisfacción marital | | | | | | | | | | |
| Baja | 3 | 17.6% | 8 | 50.0% | 7 | 31.8% | 0 | 0.0% | 0 | 0.0% |
| Media | 9 | 52.9% | 3 | 18.8% | 10 | 45.5% | 2 | 100% | 2 | 100% |
| Alta | 5 | 29.4% | 5 | 31.3% | 5 | 22.7% | 0 | 0.0% | 0 | 0.0% |
| Total | 17 | 100% | 16 | 100% | 22 | 100% | 2 | 100% | 2 | 100% |
| Síndrome de burnout | | | | | | | | | | |
| Bajo | 8 | 47.1% | 6 | 37.5% | 12 | 54.5% | 1 | 50.0% | 1 | 50.0% |
| Medio | 8 | 47.1% | 5 | 31.3% | 4 | 18.2% | 1 | 50.0% | 1 | 50.0% |
| Alto | 1 | 5.9% | 5 | 31.3% | 6 | 27.3% | 0 | 0.0% | 0 | 0.0% |
| Total | 17 | 100% | 16 | 100% | 22 | 100% | 2 | 100% | 2 | 100% |

En la tabla 8, se observa que del 100% de profesores que tienen entre 1 y 10 años en la docencia el 25% presentan un nivel bajo de satisfacción marital, el 62.5% tienen un nivel medio de satisfacción marital, y solo el 12.5% tienen un alto nivel de satisfacción marital. Del 100% de profesores que tienen entre 11 y 20 años en la docencia el 30.8% presentan un bajo nivel de satisfacción marital, el 26.9% tienen un nivel medio de satisfacción marital, y el 42.3% tienen un alto nivel de satisfacción marital. Del 100% de profesores que tienen entre 21 y 30 años en la docencia el 40% presentan un bajo nivel de satisfacción marital, el 46.7% tienen un nivel medio de satisfacción marital, y solo el 13.3% tienen un alto nivel de satisfacción marital. Del 100% de profesores que tienen entre 31 y 39 años en la docencia el 100% tienen un nivel medio de satisfacción marital.

Por otro lado, del 100% de profesores que tienen entre 1 y 10 años en la docencia el 43.8% presentan un nivel bajo de síndrome de burnout, el mismo porcentaje tienen un nivel medio de síndrome de burnout, y solo el 12.5% tienen un alto nivel de síndrome de burnout. Del 100% de profesores que tienen entre 11 y 20 años en la docencia la mitad

(50%) presentan un bajo nivel de síndrome de burnout, el 30.8% tienen un nivel medio de síndrome de burnout, y solo el 19.2% tienen un alto nivel de síndrome de burnout. Del 100% de profesores que tienen entre 21 y 30 años en la docencia el 40% presentan un bajo nivel de síndrome de burnout, el 26.7% tienen un nivel medio de síndrome de burnout, y la tercera parte (33.3%) tienen un alto nivel de síndrome de burnout. Del 100% de profesores que tienen entre 31 y 39 años en la docencia el 100% tienen un nivel bajo de síndrome de burnout.

Tabla 8. Nivel de satisfacción marital y síndrome de burnout según años

| | Años en la docencia | | | | | | | |
|-----------------------------|---------------------|-------|------------|-------|------------|-------|------------|------|
| | 1-10 años | | 11-20 años | | 21-30 años | | 31-39 años | |
| | <i>n</i> | % | <i>n</i> | % | <i>n</i> | % | <i>n</i> | % |
| Satisfacción marital | | | | | | | | |
| Baja | 4 | 25.0% | 8 | 30.8% | 6 | 40.0% | 0 | 0.0% |
| Media | 10 | 62.5% | 7 | 26.9% | 7 | 46.7% | 2 | 100% |
| Alta | 2 | 12.5% | 11 | 42.3% | 2 | 13.3% | 0 | 0.0% |
| Total | 16 | 100% | 26 | 100% | 15 | 100% | 2 | 100% |
| Síndrome de burnout | | | | | | | | |
| Bajo | 7 | 43.8% | 13 | 50.0% | 6 | 40.0% | 2 | 100% |
| Medio | 7 | 43.8% | 8 | 30.8% | 4 | 26.7% | 0 | 0.0% |
| Alto | 2 | 12.5% | 5 | 19.2% | 5 | 33.3% | 0 | 0.0% |
| Total | 16 | 100% | 26 | 100% | 15 | 100% | 2 | 100% |

En la tabla 9, se observa que del 100% de profesores que se desempeñan en inicial la tercera parte (33.3%) presentan un nivel bajo de satisfacción marital, el 41.7% tienen un nivel medio de satisfacción marital, y solo el 25% tienen un alto nivel de satisfacción marital. Del 100% de profesores que se desempeñan en primaria el 26.3% presentan un bajo nivel de satisfacción marital, más de la mitad (52.6%) tienen un nivel medio de satisfacción marital, y solo el 21.1% tienen un alto nivel de satisfacción marital. Del 100% de profesores que se desempeñan en secundaria el 35.3% presentan un bajo nivel

de satisfacción marital, el 29.4% tienen un nivel medio de satisfacción marital, y el 35.3% tienen un alto nivel de satisfacción marital. Del 100% de profesores que ocupan cargos administrativos la tercera parte (33.3%) tienen un nivel bajo de satisfacción marital, la tercera parte (33.3%) tienen un nivel medio de satisfacción marital, y la otra tercera parte (33.3%) tienen un nivel alto de satisfacción marital.

Por otro lado, del 100% de profesores que se desempeñan en inicial el 66.7% presentan un nivel bajo de síndrome de burnout, y la otra tercera parte (33.3%) tienen un nivel medio de síndrome de burnout. Del 100% de profesores que se desempeñan en primaria el 36.8% presentan un bajo nivel de síndrome de burnout, el 42.1% tienen un nivel medio de síndrome de burnout, y solo el 21.1% tienen un alto nivel de síndrome de burnout. Del 100% de profesores que se desempeñan en secundaria el 29.4% presentan un bajo nivel de síndrome de burnout, el 23.5% tienen un nivel medio de síndrome de burnout, y casi la mitad (47.1%) tienen un alto nivel de síndrome de burnout. Del 100% de profesores que ocupan cargos administrativos el 83.3% tienen un nivel bajo de síndrome de burnout, y solo el 16.7% tienen un nivel medio de síndrome de burnout.

Tabla 9. Nivel de satisfacción marital y síndrome de burnout según lugar de desempeño

| | Se desempeña en | | | | | | | | | |
|-----------------------------|-----------------|-------|----------|-------|------------|-------|----------------|-------|----------|-------|
| | Inicial | | Primaria | | Secundaria | | Administrativo | | Otro | |
| | <i>n</i> | % | <i>n</i> | % | <i>n</i> | % | <i>n</i> | % | <i>n</i> | % |
| Satisfacción marital | | | | | | | | | | |
| Baja | 4 | 33.3% | 5 | 26.3% | 6 | 35.3% | 2 | 33.3% | 1 | 20.0% |
| Media | 5 | 41.7% | 10 | 52.6% | 5 | 29.4% | 2 | 33.3% | 4 | 80.0% |
| Alta | 3 | 25.0% | 4 | 21.1% | 6 | 35.3% | 2 | 33.3% | 0 | 0.0% |
| Total | 12 | 100% | 19 | 100% | 17 | 100% | 6 | 100% | 5 | 100% |
| Síndrome de burnout | | | | | | | | | | |
| Bajo | 8 | 66.7% | 7 | 36.8% | 5 | 29.4% | 5 | 83.3% | 3 | 60.0% |
| Medio | 4 | 33.3% | 8 | 42.1% | 4 | 23.5% | 1 | 16.7% | 2 | 40.0% |
| Alto | 0 | 0.0% | 4 | 21.1% | 8 | 47.1% | 0 | 0.0% | 0 | 0.0% |

| | | | | | | | | | | |
|-------|----|------|----|------|----|------|---|------|---|------|
| Total | 12 | 100% | 19 | 100% | 17 | 100% | 6 | 100% | 5 | 100% |
|-------|----|------|----|------|----|------|---|------|---|------|

En la tabla 10, se observa que del 100% de profesores que son técnicos el 25% presentan un nivel bajo de satisfacción marital, y el 75% tienen un nivel medio de satisfacción marital. Del 100% de profesores que son bachilleres solo el 20% presentan un bajo nivel de satisfacción marital, el 40% tienen un nivel medio de satisfacción marital, y el mismo porcentaje tienen un alto nivel de satisfacción marital. Del 100% de profesores que son licenciados el 28.6% presentan un bajo nivel de satisfacción marital, casi la mitad (48.6%) tienen un nivel medio de satisfacción marital, y solo el 22.9% tienen un alto nivel de satisfacción marital. Del 100% de profesores que son maestros la mitad (50%) tienen un nivel bajo de satisfacción marital, solo el 20% tienen un nivel medio de satisfacción marital, y el 30% tienen un nivel alto de satisfacción marital.

Por otro lado, del 100% de profesores que son técnicos el 25% presentan un nivel bajo de síndrome de burnout, la mitad (50%) tienen un nivel medio de síndrome de burnout, y el 25% tienen un nivel alto de síndrome de burnout. Del 100% de profesores que son bachilleres el 40% presentan un bajo nivel de síndrome de burnout, el mismo porcentaje tienen un nivel medio de síndrome de burnout, y solo el 20% tienen un alto nivel de síndrome de burnout. Del 100% de profesores que son licenciados casi la mitad (48.6%) presentan un bajo nivel de síndrome de burnout, el 37.1% tienen un nivel medio de síndrome de burnout, y solo el 14.3% tienen un alto nivel de síndrome de burnout. Del 100% de profesores que son maestros más la mitad (60%) tienen un nivel bajo de síndrome de burnout, y el 40% tienen un nivel alto de síndrome de burnout.

Tabla 10. Nivel de satisfacción marital y síndrome de burnout según nivel de estudios

| | Nivel de estudios | | | |
|--|-------------------|--------------|--------------|----------|
| | Técnico | Bachillerato | Licenciatura | Maestría |

| | <i>n</i> | % | <i>n</i> | % | <i>n</i> | % | <i>n</i> | % |
|-----------------------------|----------|-------|----------|-------|----------|-------|----------|-------|
| Satisfacción marital | | | | | | | | |
| Baja | 1 | 25.0% | 2 | 20.0% | 10 | 28.6% | 5 | 50.0% |
| Media | 3 | 75.0% | 4 | 40.0% | 17 | 48.6% | 2 | 20.0% |
| Alta | 0 | 0.0% | 4 | 40.0% | 8 | 22.9% | 3 | 30.0% |
| Total | 4 | 100% | 10 | 100% | 35 | 100% | 10 | 100% |
| Síndrome de burnout | | | | | | | | |
| Bajo | 1 | 25.0% | 4 | 40.0% | 17 | 48.6% | 6 | 60.0% |
| Medio | 2 | 50.0% | 4 | 40.0% | 13 | 37.1% | 0 | 0.0% |
| Alto | 1 | 25.0% | 2 | 20.0% | 5 | 14.3% | 4 | 40.0% |
| Total | 4 | 100% | 10 | 100% | 35 | 100% | 10 | 100% |

Contrastación de hipótesis

Hipótesis general

H1: Existe relación significativa entre la satisfacción marital y el síndrome de burnout en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018.

Ho: No existe relación significativa entre la satisfacción marital y el síndrome de burnout en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018.

Regla de decisión

Si valor $p > 0.05$, se acepta la hipótesis nula (Ho)

Si valor $p < 0.05$, se rechaza la hipótesis nula (Ho), y se acepta la hipótesis alternativa (H1)

Como se muestra en la tabla 11, de la satisfacción marital con el síndrome de burnout, se observa que el coeficiente de correlación de Rho Spearman = -0.445 y el valor $p = .000$. A un nivel de significancia de $.05$, se cumple que $p < \alpha$, lo que significa que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa. Por lo tanto, existe una relación significativa entre la satisfacción marital y el síndrome de burnout en los

profesores de la AEACN, 2018. Además, el resultado del coeficiente de correlación indica que existe una correlación inversa moderada entre la satisfacción marital y el síndrome de burnout.

Tabla 11. Correlación de la satisfacción marital con el síndrome burnout

| Rho Spearman | | Síndrome de burnout |
|----------------------|----------------------------|---------------------|
| Satisfacción marital | Coeficiente de correlación | -.445 |
| | Sig. (bilateral) | .000 |
| | N | 59 |

Hipótesis específica 1

H1: Existe relación significativa entre la satisfacción marital y el agotamiento emocional en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018.

Ho: No existe relación significativa entre la satisfacción marital y el agotamiento emocional en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018.

Regla de decisión

Si valor $p > 0.05$, se acepta la hipótesis nula (Ho)

Si valor $p < 0.05$, se rechaza la hipótesis nula (Ho), y se acepta la hipótesis alternativa (H1)

Como se muestra en la tabla 12, de la satisfacción marital con el agotamiento emocional, se observa que el coeficiente de correlación de Rho Spearman = $-.296$. y el valor $p = .023$. A un nivel de significancia de $.05$, se cumple que $p < \alpha$, lo que significa que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa. Por lo tanto, existe relación significativa entre la satisfacción marital y el agotamiento emocional en los profesores de la AEACN, 2018. Además, el resultado del coeficiente de correlación

indica que existe una correlación inversa baja entre la satisfacción marital y el agotamiento emocional

Tabla 12. Correlación de la satisfacción marital con el agotamiento emocional

| Rho Spearman | | Agotamiento emocional |
|----------------------|-----------------------------|-----------------------|
| Satisfacción marital | Coefficiente de correlación | -.296 |
| | Sig. (bilateral) | .023 |
| | N | 59 |

Hipótesis específica 2

H1: Existe relación significativa entre la satisfacción marital y la despersonalización en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018.

Ho: No existe relación significativa entre la satisfacción marital y la despersonalización en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018.

Regla de decisión

Si valor $p > 0.05$, se acepta la hipótesis nula (Ho)

Si valor $p < 0.05$, se rechaza la hipótesis nula (Ho), y se acepta la hipótesis alternativa (H1)

Como se muestra en la tabla 13, de la satisfacción marital con la despersonalización, se observa que el coeficiente de correlación de Rho Spearman = -0.374 y el valor $p = .004$. A un nivel de significancia de $.05$, se cumple que $p < \alpha$, lo que significa que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa. Por lo tanto, existe una relación significativa entre la satisfacción marital y la despersonalización en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018. Además, el

resultado del coeficiente de correlación indica que existe una correlación inversa baja entre la satisfacción marital y la despersonalización.

Tabla 13. Correlación de la satisfacción marital con la despersonalización

| Rho Spearman | | Despersonalización |
|----------------------|-----------------------------|--------------------|
| Satisfacción marital | Coefficiente de correlación | -.374 |
| | Sig. (bilateral) | .004 |
| | N | 59 |

Hipótesis específica 3

H1: Si existe relación significativa entre la satisfacción marital y la realización personal en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018.

Ho: No existe relación significativa entre la satisfacción marital y la realización personal en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018.

Regla de decisión

Si valor $p > 0.05$, se acepta la hipótesis nula (H_0)

Si valor $p < 0.05$, se rechaza la hipótesis nula (H_0), y se acepta la hipótesis alternativa (H_1)

Como se muestra en la tabla 14, de la satisfacción marital con la realización personal, se observa que el coeficiente de correlación de Rho Spearman = $-.529$ y el valor $p = .000$. A un nivel de significancia de $.05$, se cumple que $p < \alpha$, lo que significa que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa. Por lo tanto, existe una

relación significativa inversa entre la satisfacción marital y la realización personal en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018. Además, el resultado del coeficiente de correlación indica que existe una correlación inversa moderada entre la satisfacción marital y la realización personal. Entendiendo que, en una relación de dos variables al incrementarse la variable independiente, decrece la variable dependiente. Eso significa, así como satisfacción marital aumenta, la realización personal disminuye, por otro lado, si la satisfacción marital disminuye la realización personal aumenta.

Tabla 14. Correlación de la satisfacción marital con la realización personal

| Rho Spearman | | Realización personal |
|----------------------|----------------------------|----------------------|
| Satisfacción marital | Coeficiente de correlación | -.529 |
| | Sig. (bilateral) | .000 |
| | N | 59 |

Discusión de resultados

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre la satisfacción marital y el síndrome de burnout en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018. De acuerdo a los resultados se encontró que existe una relación significativa entre la satisfacción marital y el síndrome de burnout en los profesores. Además, el resultado del coeficiente de correlación indica que existe una correlación inversa moderada entre la satisfacción marital y el síndrome de burnout.

Los niveles de síndrome de burnout en el estudio muestran que el 45.5% de los profesores tienen un nivel bajo de síndrome de burnout y el 52.5% están en un nivel

medio y alto, estos resultados son similares a los de Fernández¹ quien en su estudio mostró que el 43% alcanzaba niveles altos de desgaste y burnout; asimismo, Soria y Chiroque² en su estudio describen que el 52. 2% de los docentes encuestados tienen problemas de desgaste en su salud y que está relacionado como el síndrome de burnout. Entonces de acuerdo nuestros resultados y de los otros estudios realizados por Jalisco; Aldrete, Pando, Aranda y Balcázar el año 2003³ se puede afirmar que el problema del síndrome de burnout se está dando en los maestros y que se debe tomar medidas preventivas.

Los niveles de satisfacción marital de los maestros están en los niveles de medio a bajo en un 74.6% y solo el 25.4% de profesores presentan un nivel alto de satisfacción marital, como se puede ver según la relación que existe entre las variables a mayor síndrome de Burnout menor es la satisfacción marital en las personas. Los resultados son similares a los de Farfán quien presentó su tesis titulada: “Rasgos de personalidad y su relación con la satisfacción marital en los trabajadores de la Universidad Peruana Unión, 2013”,⁴ llegando a los mismos resultados, aunque una variable es diferente al estudio abordado, el afirma que existe relación negativa, pero es altamente significativa con la satisfacción marital en las áreas de interacción, física-sexual y recreación. Lo cual sus

¹Fernández. “Desgaste psíquico (burnout) en profesores de educación primaria de Lima Metropolitana.”, 73.

² Soria y Judith Chiroque. Salud del maestro peruano: salud ocupacional docente”, 73.

³Aldrete,Pando, Aranda y Bálcazar. “Síndrome de burnout en maestros de educación básica, nivel primario de Guadalajara”, 73

⁴Farfán, “Rasgos de personalidad y su relación con la satisfacción marital en los trabajadores de la Universidad Peruana Unión, 2012”, 2.

resultados muestran que, a mayor inestabilidad emocional, las mujeres perciben menor interacción, menor expresión físico-corporal e insatisfacción en las propuestas de recreación por parte de sus parejas. Entonces podemos decir que cuando una persona pasa por un síndrome de burnout será afectado negativamente en su satisfacción marital con su pareja.

Finalmente, las dos variables de estudio están relacionadas significativamente, al igual que las investigaciones de Vega, Jiménez, Jara, Miranda, Gantiva, Jaimes, Villa, Ojeda, Farfán, Domínguez, (citados anteriormente) quienes realizaron estudios usando la misma metodología y relacionando variables similares a la presente investigación, ellos llegaron a las conclusiones de que existe relación significativa, esto ayuda a corroborar nuestros resultados del estudio del síndrome burnout y la satisfacción marital.

CAPÍTULO 5

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

De acuerdo a los resultados presentados en esta investigación, se concluye:

1. La mayoría de los profesores están en un nivel medio a bajo de satisfacción marital (74.6%); solo el 25.4% de profesores presentan un nivel alto de satisfacción marital.
2. Un gran porcentaje de profesores (79.9%) tienen un nivel medio a bajo de síndrome de burnout, y solo el 20.3% presentan un alto nivel de síndrome de burnout.
3. Existe relación significativa inversa entre la satisfacción marital y el síndrome de burnout en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018, dado que el $p = -.445$, y su coeficiente de correlación es $.000$.
4. Existe relación significativa inversa entre la satisfacción marital y el agotamiento emocional en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018, dado que el $p = -.296$, y su coeficiente de correlación es $.023$.
5. Existe relación significativa entre la satisfacción marital y la despersonalización en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018, dado que el $p = -.374$, y su coeficiente de correlación es $.004$.

6. Existe relación significativa inversa entre la satisfacción marital y la realización personal en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018, dado que el $p = -.529$ y su coeficiente de correlación es $.000$. Entendiendo que, en una relación de dos variables al incrementarse la variable independiente, decrece la variable dependiente. Eso significa, así como satisfacción marital aumenta, la realización personal disminuye, por otro lado, si la satisfacción marital disminuye la realización personal aumenta.

Recomendaciones

Sobre la base de la investigación realizada, se hacen las siguientes recomendaciones.

1. Siendo que existe un porcentaje significativo de profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte con un bajo nivel de satisfacción marital, un alto nivel de síndrome de burnout, se sugiere diseñar e implementar programas que ayuden a mejorar la satisfacción marital; y que a su vez puedan implementarse en otras asociaciones de la Unión Peruana del Norte.
2. Elaborar o adaptar más instrumentos que permitan a cada campo de la Unión Peruana del Norte medir la satisfacción marital y su relación con el síndrome de burnout en otras poblaciones (pastores, feligreses, etc.).
3. Desarrollar investigaciones que ayuden a saber las causas de estos altos índices de insatisfacción marital; así como, el impacto que puedan estar causando en otras áreas de la vida docente.

4. Aunque se pudo encontrar resultados favorables en cuanto a la relación de la satisfacción marital con el síndrome de burnout, se recomienda seguir buscando variables intervinientes que ejerzan algún impacto, por ejemplo, la esperanza.

5. Llevar a cabo estudios cualitativos que permitan contribuir, redefinir o confirmar la teoría que se tiene sobre la satisfacción marital tomando en cuenta la cosmovisión adventista

APÉNDICE A

Matriz de operacionalización de satisfacción marital

| Dimensiones | Definición | Indicadores | Ítems | Valoración |
|-------------|---|-------------|---|--|
| Interacción | Evalúa los aspectos emocionales, Afectivos y de comprensión que facilitan la interacción de pareja. | Interés | 12. La manera en que mi pareja se interesa en mi 13. La frecuencia en que mi pareja se interesa en mi 24. La manera en que mi pareja presta atención a mi apariencia. 25. La frecuencia en que mi pareja presta atención a mi Apariencia | Inventario Multifacético de Satisfacción Marital (IMSM) validado para México (Cañetas, Rivera y Díaz-Loving, 2002) El inventario está constituido por 62 reactivos está formado por tres subescalas: actitud, gusto y frecuencia en la satisfacción, cada una de ellas tiene cinco opciones de respuesta que van de: 5 Me gusta mucho 4 Me gusta 3 Ni me gusta, ni me disgusta 2 Me disgusta 1 Me disgusta mucho |
| | | Protección | 14. La manera en que mi pareja me protege 15. La frecuencia con la que mi pareja me protege | |
| | | Comprensión | 16. La manera en que mi pareja me demuestra su comprensión 17. La frecuencia con la que mi pareja me demuestra su comprensión | |
| | | Apoyo | 18. La manera en que mi pareja me demuestra su apoyo 19. La frecuencia con la que mi pareja me demuestra su apoyo | |

| | | | | |
|----------------|--|-----------|---|---|
| Físico-sexual: | Evalúa las expresiones físico corporales: como caricias, abrazos, besos y contacto físico. | Emociones | 20. La sensibilidad con la que mi pareja responde a mis emociones 21. La frecuencia con que mi pareja responde en una forma sensible a mis emociones | Respectivamente y el tiempo aproximado es de 20 minutos |
| | | Problemas | 22. La manera en que mi pareja se interesa en mis problemas 23. La frecuencia con la que mi pareja se interesa en mis problemas | |
| | | Pláticas | 39. La manera en la que mi pareja dialoga conmigo 40. Los temas que mi pareja aborda en nuestras conversaciones | |
| | | Abrazos | 1. La manera en que mi pareja me abraza 2. La frecuencia con la que mi pareja me abraza | |
| | | Besos | 3. La manera en que mi pareja me besa 4. La frecuencia con la que mi pareja me besa | |
| | | Caricia | 5. La manera en que mi pareja me acaricia | |

| | | | |
|--------------------------------|--|---------------------|--|
| | | | 6. La frecuencia con la que mi pareja me acaricia |
| | | Trato | 1. La manera en que mi pareja me trata |
| | | Relaciones sexuales | 8. La manera en que mi pareja me expresa su interés en que tengamos relaciones sexuales 9. La frecuencia con la que mi pareja me expresa su interés en que tengamos relaciones sexuales |
| | | Amor | 10. La manera en que mi pareja me demuestra su amor 11. La frecuencia con la que mi pareja me demuestra su amor |
| Organización y funcionamiento: | Evalúa la parte estructural, instrumental, de toma de decisiones, de solución de problemas y de función de la pareja | Toma de decisiones | 26. La manera en que mi pareja soluciona los problemas familiares 27. La frecuencia en que mi pareja soluciona los problemas familiares 28. La manera en que mi pareja participa en la toma de decisiones 29. La frecuencia en que mi pareja participa en la toma de decisiones |

| | | | |
|-------------|---|----------------------------|--|
| | | Distribución del dinero | 37. La manera en la que mi pareja administra el dinero 38. La contribución de mi pareja |
| | | Organización de las tareas | 30. La manera en que mi pareja propone que se distribuyan las tareas familiares 31. La frecuencia con que mi pareja propone que se distribuyan las tareas familiares |
| Familia: | Evalúa la organización y a la realización de tareas que se llevan a cabo en el hogar. | Realización de las tareas | 32. La manera en que mi pareja participa en la realización de las tareas del hogar 33. La frecuencia en que mi pareja participa en la realización de las tareas del hogar |
| | | Distracción | 34. Las actividades recreativas que mi pareja propone 35. La frecuencia con la que mi pareja propone actividades recreativas 36. La manera en que mi pareja se recrea |
| Recreación: | Evalúa la recreación que tiene la pareja en la convivencia y comunicación afectiva que se lleve a cabo dentro y fuera del hogar. Hijos: evalúa la satisfacción que | Plática | 41. La frecuencia con la que mi pareja dialoga conmigo |
| | | Educación | 42. La educación que mi pareja propone para los hijos |

| | | |
|---|----------|--|
| siente el cónyuge por la educación, atención y cuidado que proporciona su pareja a los hijos. | Atención | 43. La manera en que mi pareja educa a nuestros hijos 44. La frecuencia con la que mi pareja participa en la educación de los hijos 45. La manera en la cual mi pareja presta atención a nuestros hijos 46. La frecuencia con la que mi pareja presta atención a nuestros hijos |
|---|----------|--|

Matriz de operacionalización de Burnout

| Variable | Dimensiones | Indicadores | Ítems | Unidad de Análisis | Alternativa de respuesta | Niveles y rangos | |
|----------|-----------------------|-----------------------|---|--------------------|---|--|----------|
| | | | | | | Dimensión | Variable |
| Burnout | Agotamiento Emocional | Agotamiento Emocional | 1. Me siento agotado emocionalmente debido a mi trabajo. 2. Me siento cansado (a) al final de la jornada de trabajo. 3. Cuando me levanto por la mañana y voy a enfrentar otra jornada de trabajo. Me siento cansado. 4. Trabajar con personas todo el día exige un gran esfuerzo. | Profesor | 6- Todos los días 5- Algunas veces a la semana 4- Una vez por semana 3- Algunas veces al mes 2- Una vez al mes 1- Una vez al año 0- Nunca | Bajo – 0 - 16; Intermedio – 17-26; Alto – 27 | |

| | | | | | | | |
|--|--------------------|--------------------|--|--|--|---|--|
| | | | <p>5. Mi trabajo me deja exhausto.</p> <p>6. Me siento frustrado en mi trabajo.</p> <p>7. Creo que estoy trabajando demasiado.</p> <p>8. Trabajar directamente con las personas me causa estrés.</p> <p>9. Me siento en el límite de mis posibilidades.</p> | | | | |
| | Despersonalización | Despersonalización | <p>10. Creo que trato a las personas como si fuesen objetos</p> <p>11. Me estoy volviendo más insensible con las personas desde que ejerzo este trabajo</p> <p>12. Me preocupa el hecho de que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente</p> <p>13. No me preocupo realmente de lo que ocurre con las personas que atiendo.</p> <p>14. Siento que las personas que trato me culpan de algún modo por sus problemas.</p> | | <p>6- Todos los días</p> <p>5- Algunas veces a la semana</p> <p>4- Una vez por semana</p> <p>3- Algunas veces al mes</p> <p>2- Una vez al mes</p> <p>1- Una vez al año</p> <p>0- Nunca</p> | <p>Bajo – 0 - 16;</p> <p>Intermedio – 17-26;</p> <p>Alto – 27</p> | |

| | | | | | | | |
|--|----------------------|----------------------|--|--|--|---|--|
| | Realización Personal | Realización Personal | <p>15. Puedo entender con facilidad lo que sienten las personas.</p> <p>16. Trato con eficacia los problemas de las personas.</p> <p>17. Siento que a través de mi trabajo influyo positivamente en la vida de otros.</p> <p>18. Me siento con mucha vitalidad.</p> <p>19. Puedo crear fácilmente un ambiente relajado con las personas.</p> <p>20. Me siento estimulado (a) después de trabajar en contacto con las personas.</p> <p>21. He conseguido muchos distintivos con mi profesión.</p> <p>22. Siento que se tratar de forma adecuada los problemas emocionales en mi trabajo</p> | | <p>6- Todos los días</p> <p>5- Algunas veces a la semana</p> <p>4- Una vez por semana</p> <p>3- Algunas veces al mes</p> <p>2- Una vez al mes</p> <p>1- Una vez al año</p> <p>0- Nunca</p> | <p>Bajo – 0 - 16;</p> <p>Intermedio – 17-26;</p> <p>Alto – 27</p> | |
|--|----------------------|----------------------|--|--|--|---|--|

| PROBLEMAS | OBJETIVOS | HIPÓTESIS | VARIABLES |
|---|--|--|---|
| <p data-bbox="212 440 569 467">PROBLEMA GENERAL</p> <p data-bbox="201 513 579 724">¿Qué relación existe entre la satisfacción marital y el síndrome burnout en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018?</p> <p data-bbox="281 769 499 834">PROBLEMA ESPECÍFICAS</p> <p data-bbox="201 880 579 1203">1.- ¿Qué relación existe entre la satisfacción marital y el agotamiento emocional? 2.- ¿Qué relación existe entre la satisfacción marital y la despersonalización? 3.- ¿Qué relación existe entre la satisfacción marital y la realización personal?</p> | <p data-bbox="638 440 968 467">OBJETIVO GENERAL</p> <p data-bbox="600 513 1010 760">Determinar la relación existente entre la satisfacción marital y el síndrome burnout en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018.</p> <p data-bbox="611 805 999 834">OBJETIVO ESPECÍFICAS</p> <p data-bbox="600 915 1010 1312">1.- Determinar la relación existente entre la satisfacción marital y el agotamiento emocional. 2.- Determinar la relación existente entre la satisfacción marital y la despersonalización. 3.- Determinar la relación existente entre satisfacción marital y la realización personal.</p> | <p data-bbox="1062 440 1402 467">HIPÓTESIS GENERAL</p> <p data-bbox="1031 513 1440 724">Hi Existe relación significativa entre la satisfacción marital y el síndrome burnout en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018.</p> <p data-bbox="1031 732 1440 979">H₀ No existe relación significativa entre la satisfacción marital y el síndrome burnout en los profesores de la Asociación Educativa Adventista Central Norte, 2018</p> <p data-bbox="1037 1024 1430 1053">HIPÓTESIS ESPECÍFICAS</p> <p data-bbox="1031 1099 1440 1239">H₁.- Existe relación significativa entre la satisfacción marital y el agotamiento emocional. H₂.- Existe relación significativa entre la satisfacción marital y la despersonalización.</p> | <p data-bbox="1619 440 1738 467"><u>VAR. A.</u></p> <p data-bbox="1472 475 1881 505">SATISFACCION MARITAL</p> <p data-bbox="1461 513 1892 909">Respuesta emocional o conjunto de respuestas que engloba: aspectos subjetivos o cognitivos de carácter displacentero, aspectos corporales o fisiológicos caracterizados por un alto grado de activación del sistema periférico, aspectos observables o motores que suelen implicar comportamientos poco ajustados y escasamente adaptativos.</p> <p data-bbox="1619 1062 1738 1091"><u>VAR. B.</u></p> <p data-bbox="1503 1099 1850 1128">SINDROME BURNOUT</p> <p data-bbox="1461 1136 1892 1312">Dinámicas de relación sistémica que se da a través de :Cohesión, armonía, roles, comunicación, permeabilidad, afectividad y adaptabilidad.</p> |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | H ₃ Existe relación significativa entre la satisfacción marital y la realización personal. | |
|--|--|---|--|

APÉNDICE C

Cuestionario

Este cuestionario tiene como propósito recolectar información sobre la satisfacción marital y el síndrome burnout (desgaste emocional). Dicha información será de mucha importancia para buscar mejorar las relaciones familiares.

La información brindada será confidencial y completamente anónima.

I. INFORMACIÓN SOCIODEMOGRÁFICA

Llena los espacios en blanco o encierra el número que corresponde a tu respuesta.

Edad _____ años

Sexo: (1) Masculino (2) Femenino

Años de matrimonio _____ años

Número de hijos _____

hijos

Años en la docencia _____ años

Se desempeña en:

(1) Inicial (2) Primaria (3) Secundaria (4) Administrativo (5) Otros

II. Escala de Satisfacción Marital

| N. o | Ítems | Me disgu sta much o (1) | Me disgu sta (2) | Ni me gusta, ni me disgust a (3) | Me gust a (4) | Me gust a muc ho (5) |
|---------|--|--|-------------------------------|---|----------------------------|---|
| 1 | La manera en que mi pareja me abraza | | | | | |
| 2 | La frecuencia con la que mi pareja me abraza | | | | | |
| 3 | La manera en que mi pareja me besa | | | | | |
| 4 | La frecuencia con la que mi pareja me besa | | | | | |
| 5 | La manera en que mi pareja me acaricia | | | | | |
| 6 | La frecuencia con la que mi pareja me acaricia | | | | | |
| 7 | La manera en que mi pareja me trata | | | | | |
| 8 | La manera en que mi pareja me expresa su interés en que tengamos relaciones sexuales | | | | | |
| 9 | La frecuencia con la que mi pareja me expresa su interés en que tengamos relaciones sexuales | | | | | |
| 10 | La manera en que mi pareja me demuestra su amor | | | | | |
| 11 | La frecuencia con la que mi pareja me demuestra su amor | | | | | |
| 12 | La manera en que mi pareja se interesa en mí | | | | | |

| | | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|--|
| 13 | La frecuencia en que mi pareja se interesa en mí | | | | | |
| 14 | La manera en que mi pareja me protege | | | | | |
| 15 | La frecuencia con la que mi pareja me protege | | | | | |
| 16 | La manera en que mi pareja me demuestra su comprensión | | | | | |
| 17 | La frecuencia con la que mi pareja me demuestra su comprensión | | | | | |
| 18 | La manera en que mi pareja me demuestra su apoyo | | | | | |
| 19 | La frecuencia con la que mi pareja me demuestra su apoyo | | | | | |
| 20 | La sensibilidad con la que mi pareja responde a mis emociones | | | | | |
| 21 | La frecuencia con la que mi pareja responde en manera sensible a mis emociones | | | | | |
| 22 | La manera en que mi pareja se interesa en mis problemas | | | | | |
| 23 | La frecuencia con la que mi pareja se interesa en mis problemas | | | | | |
| 24 | La manera en que mi pareja presta atención a mi apariencia | | | | | |
| 25 | La frecuencia en que mi pareja presta atención a mi apariencia | | | | | |
| 26 | La manera en que mi pareja soluciona los problemas familiares | | | | | |
| 27 | La frecuencia en que mi pareja soluciona los problemas familiares | | | | | |
| 28 | La manera en que mi pareja participa en la toma de decisiones | | | | | |
| 29 | La frecuencia en que mi pareja participa en la toma de decisiones | | | | | |
| 30 | La manera en que mi pareja propone que se distribuyan las tareas familiares | | | | | |
| 31 | La frecuencia con que mi pareja propone que se distribuyan las tareas familiares | | | | | |
| 32 | La manera en que mi pareja participa en la realización de las tareas del hogar | | | | | |
| 33 | La frecuencia en que mi pareja participa en la realización de las tareas del hogar | | | | | |
| 34 | Las actividades recreativas que mi pareja propone | | | | | |

| | | | | | | |
|----|---|--|--|--|--|--|
| 35 | La frecuencia con la que mi pareja propone actividades recreativas | | | | | |
| 36 | La manera en que mi pareja se recrea | | | | | |
| 37 | La manera en la que mi pareja administra el dinero | | | | | |
| 38 | La contribución de mi pareja en los gastos familiares | | | | | |
| 39 | La manera en la que mi pareja dialoga conmigo | | | | | |
| 40 | Los temas que mi pareja aborda en nuestras conversaciones | | | | | |
| 41 | La frecuencia con la que mi pareja dialoga conmigo | | | | | |
| 42 | La educación que mi pareja propone para los hijos | | | | | |
| 43 | La manera en que mi pareja educa a nuestros hijos | | | | | |
| 44 | La frecuencia con la que mi pareja participa en la educación de los hijos | | | | | |
| 45 | La manera en la cual mi pareja presta atención a nuestros hijos | | | | | |
| 46 | La frecuencia con la que mi pareja presta atención a nuestros hijos | | | | | |

III. Escala de Burnout

Por favor, lea atentamente cada uno de los siguientes elementos y responda si ya experimentó en lo que se refiere a su trabajo tales sentimientos. Si nunca ha tenido tal sentimiento, responda "0" cero en la columna correspondiente. En caso fuere afirmativo, indique cuál es la frecuencia (de 1 a 6) que describe mejor sus sentimientos, de la siguiente manera:

| N | Ítem | NUNCA (0) | ALGUNA VEZ AL AÑO O MENOS (1) | UNA VEZ AL MES O MENOS (2) | ALGUNAS VECES AL MES (3) | UNA VEZ A LA SEMANA (4) | VARIAS VECES A LA SEMANA (5) | A DIARIO (6) |
|----|--|--------------|----------------------------------|-------------------------------|-----------------------------|----------------------------|---------------------------------|-----------------|
| 1. | Debido a mi trabajo me siento emocionalmente agotado | | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 2. | Al final de la jornada me siento agotado | | | | | | | |
| 3. | Me encuentro cansado cuando me levanto por las mañanas y tengo que enfrentarme a otro día de trabajo | | | | | | | |
| 4. | Puedo entender con facilidad lo que piensan mis alumnos | | | | | | | |
| 5. | Creo que trato a algunos alumnos con indiferencia | | | | | | | |
| 6. | Trabajar con alumnos todos los días es una tensión para mí | | | | | | | |
| 7. | Me enfrento muy bien con los problemas que me presentan mis alumnos | | | | | | | |
| 8. | Me siento agotado por el trabajo | | | | | | | |
| 9. | Siento que mediante mi trabajo estoy | | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|-----|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | influyendo positivamente en la vida de otros | | | | | | | |
| 10. | Creo que tengo un comportamiento más insensible con la gente desde que hago este trabajo | | | | | | | |
| 11. | Me preocupa que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente | | | | | | | |
| 12. | Me encuentro con mucha vitalidad | | | | | | | |
| 13. | Me siento frustrado por mi trabajo | | | | | | | |
| 14. | Siento que estoy haciendo un trabajo demasiado duro. | | | | | | | |
| 15. | Realmente no me importa lo que ocurrirá a algunos de mis alumnos. | | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|-----|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 16. | Trabajar en contacto directo con los alumnos me produce bastante estrés | | | | | | | |
| 17. | Tengo facilidad para crear una atmósfera relajada en mis clases | | | | | | | |
| 18. | Me encuentro animado después de trabajar junto con los alumnos | | | | | | | |
| 19. | He realizado muchas cosas que merecen la pena en este trabajo | | | | | | | |
| 20. | En el trabajo siento que estoy al límite de mis posibilidades. | | | | | | | |
| 21. | Siento que sé tratar de forma adecuada los problemas emocionales en el trabajo | | | | | | | |
| 22. | Siento que los alumnos me | | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| culpan de algunos de sus problemas | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

MUCHAS GRACIAS

APÉNDICE C

BAREMOS DE LA ESCALA DEL SÍNDROME DE BURNOUT

Normas Percentilares

| | |
|---------------------|--------|
| Media | 40,81 |
| Desviación estándar | 19,950 |
| Percentiles 30 | 27,00 |
| 70 | 47,00 |

Categorías

| Nivel de Uso | Puntuación directa |
|------------------------|--------------------|
| | Total |
| Bajo nivel de burnout | 0-27 |
| Medio nivel de burnout | 28-47 |
| Alto nivel de burnout | 48-132 |

BIBLIOGRAFÍA

- Abel, M. "Interaction of humor and gender in moderating relationship between stress and outcomes". En *British Journal of Psychology*, Vol.132, 1998.
- Aldrete María, Pando Manuel, Aranda Carolina y Bálcazar Nidia. "Síndrome de burnout en maestros de educación básica, nivel primaria de Guadalajara" *Investigación en Salud*, Vol 1, 2003.
- Anal Fairlie Dora Frisancho, "Teorías de las interacciones familiares". *Revista de investigación en psicología* Vol 1, N°2 1998.
- Barret, M., McIntosh, M. *The antisocial family*. London: Verso. 1992.
- Baucom, D. C. & Epstein, N. *Cognitive-behavioral marital therapy*, Nueva York: Brunner/Maze. 1990
- Behrens, Brett C., Sanders, Matthew R. "Prevention of marital distress: Current issues in programing and research". En *Behavior Change* 11, N° 2. 1994.
- Berheid, C. W. "Women's work in the home: Seems like old times". In B. B. Hess, M. B. Sussman (Eds), *Women and the family: Two decades of change*. New York: Haworth Press. 1984.
- Buettner Dan, *The Secrets of Long Life* Washington: National Geographic Society, 2005.
- Buettner Dan, *The Blue Zones: Lessons for Living Longer from the People Who've Lived the Longest* (Washington: National Geographic Society, 2009.
- Bisquerra, R. *Educación para la ciudadanía y la convivencia: el enfoque de la educación emocional*. España: Wolters Kluwer. 2008.
- Boland, J., Follingstad, D. "The relationships between communication and marital satisfaction: A review". En *Journal of Sex and Marital Therapy*, 13, 1987.
- Lye, D. N., Biblarz, T. J. "The effect of attitudes toward family life and gender roles on marital satisfaction". En *Journal of Family Issues*. 14, N° 2. 1993.
- Blood, R. O., Wolfe, D. M. *Husband and Wives: The Dynamics of Married Living*. New York: The Free Press. 1960.
- Bowman, M. L. "Coping efforts and marital satisfaction: measuring marital coping and its correlates". En *Journal of marriage and the family*, 52, 1990.

- Conger, R. D., Elder, G. H. Jr., Lorenz, F. O., Conger, K. J., Simon, R. L., Whitebeck, L. B., Huck, S., Melby, J. N. "Linking economic hardship to marital quality and instability". En *Journal of Marriage & the Family*. 1990.
- Cortés, M. S. L., Reyes, D. D. R., Díaz-Loving, R., Rivera, A. S., y Monjaraz, C. J. Elaboración y análisis psicométrico del inventario multifacético de satisfacción marital (IMSM), *La Psicología Social en México*, 5, 1994.
- Creencias de los Adventistas del Séptimo Día. Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 2007
- Chico Robles, Arnulfo. Lo que debes saber antes de dar el sí. Lima: Editorial Imprenta Unión, 2010.
- _____. Cómo aprender a pelear y ser feliz en el matrimonio: Claves para la resolución de conflictos. Lima: Editorial Imprenta Unión, 2015.
- Choi Lee, Soonja. "Marital satisfaction factors for Korean-Americans". Tesis doctoral, Andrews University, Berrien Spring, Michigan, 1999.
- Del Pozo Luis Alberto y Del Pozo de Esther, *La familia que yo soñé*. Lima: Editorial Imprenta Unión, 2016.
- Del Pozo Armentia Araceli, "Repercusiones de la depresión de los docentes en el ámbito escolar" *Revista Complutense de Educación* Vol. 11 N° 1, 2000.
- Diccionario de la Real Academia Española, <http://dle.rae.es/?id=LjSwokt>
- Díaz-Loving, R. & Sánchez-Aragón, R. *Psicología del amor: una visión integral de la relación de pareja*. México: UNAM. 2002.
- Domínguez Jové, Esther. "Estudio sobre satisfacción marital y variables asociadas en parejas españolas". Tesis de Maestría, Universidad de Salamanca, España, 2012.
- Duque, J. y Duque, C. La comunicación y la incomunicación en el matrimonio. En *Familia y Sociedad*, N° 94. 2003.
- Esteve J M, El malestar docente. Barcelona: Laia 1987
- Esteras Jesús, Chorot Paloma y Sandín Bonifacio, "Predicción del burnout en los docentes: papel de los factores organizacionales, personales y sociodemográficos". *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica* Vol 19, N°2 2014.
- Erbil Yasemil, Murat Dilek, Senkal Sezer Filiz, "The relationship between Emotional Intelligence and Burnout Levels Among Architecture Students" *Megaron*, Uludag Universitesi, Bursa, Turkey. Vol 11, N°4 2016.

- EviatarZerubavel, *The Seven Day Circle: The History and Meaning of the Week*
Chicago: University of Chicago Press, 1985.
- Farfán Rodríguez, Josue Daniel. “Rasgos de personalidad y su relación con la satisfacción marital en trabajadores de la Universidad Peruana Unión, 2013”. Tesis de maestría, Universidad Peruana Unión, 2014.
- Fernández Manuel. “Desgaste psíquico (burnout) en profesores de educación primaria de Lima Metropolitana.” *Persona. Revista de la Universidad de Lima* N° 5, 2002.
- Fincham, F. D., Beach, S. R. H. “Conflict in marriage: Implications for working with couples”. En *Annual Review of Psychology*, 50, 1999.
- Fincham, F.D. & Bradbury, T.N. “The impact of atributions in marriage: Empirical and conceptual foundations”. En *British Journal of Clinical Psychology*, 27, 1988.
- Griffin, R. J., Ebert, E. *Negocios*. México: Pearson Educación. 2005.
- González García, M. J. *Habilidades directivas*. Málaga: Innovación y Cualificación. 2005.
- Gottman, John. “A theory of marital dissolution and stability”. En *Journal of Family Psychology*. N° 7. 1993.
- Helms, Heather M., Walls, Jill K., Crouter, Ann C., y McHale, Susan M. “Provider role attitudes, marital satisfaction, role overload, and housework: A dyadic approach”. En *Journal of Family Psychology*, 24, N° 5, 2010.
- Henderson-King, D. H., Veroff, J. “Sexual satisfaction and marital well-being in the first years of marriages”. En *Journal of Social and Personal Relationships*, 11, 1994.
- Hernandez Sampiere, Roberto. *Metodología de la Investigación*, 2014, Mc Graw Hill, 6ª edición, México
- Iboro, F., Akpan, UduakabasiIniabasi. “Predicting marital satisfaction from the attachment styles and gender of a culturally and religiously homogenous population”. *Gender y Behaviour*, 9, N° 1, 2011.
- Iuorno, Jorge Allan. “satisfacción laboral y el desgaste emocional entre pastores distritales de la Unión Austral”. Tesis Doctoral, Universidad Peruana Unión, Lima, 2007.
- Jiménez Figueroa Andrés, Jara Gutiérrez María Jose y Miranda Celis Elizabeth R., “Burnout, apoyo social y satisfacción laboral en docentes”, *Psicología Escolar e Educativa*, N° 1, 2012.

- Kwon, H. "Gender roles, married life and marital satisfaction in Korea". Disertacion doctoral, University of Washington. DissertationAbstracts International. 53-06A. 2120.1992.
- Kornblit Ana, Mendes Ana y Di Leo Pablo. "El estrés laboral en docentes de enseñanza media en la ciudad de Buenos Aires". Asociación Argentina de Especialistas en Estudios del Trabajo. 2004
- Gay, L. R., Mills, Geoffrey E., y Airasian, Peter W. *Educational Research: Competencies for analysis and applications*, 10ma ed. New York: Pearson, 2012.
- Gantiva Díaz Carlos Andrés, Jaimes Tabares Steffany y Villa Orozco Maria Clara, "Síndrome de burnout y estrategias de afrontamiento en docentes de primaria y bachillerato" no. 26 2010.
- Larson, M. L., y Bahr, H. M. "The Dimensionality of Marital Role Satisfaction". En *Journal of Marriage and the Family*, 42, N° 1, 1980.
- Locke, H. J., y Wallace, K. M. "Short multi-adjustment and prediction tests: Their reliability and validity". En *Marriage and Family Living*, 21, 1959.
- MacLean, A., y Peters, Ray D. "Graduate student couples: Dyadic satisfaction in relation to type of partnership and demographic characteristics." En *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, Vol. 27, N° 1, 1995.
- Maldonado Jorge. *Fundamentos Bíblicos Teológicos del Matrimonio y la familia*. Buenos Aires: WMEedermans Publishing Co. 1995.
- Martínez, J. *Amores que duran...y duran... y duran: claves para superar las creencias destructivas que separan a las parejas*. México: Editorial Pax México, 2006.
- Martínez, S. "Efectos de la edad, sexo y la escolaridad en la satisfacción marital" *Revista Episteme de la Universidad del Valle de México*, N°.1 agosto 2004.
- Márquez, D. J. & Rivera, A. S. *Apego, cultura y satisfacción en la relación de pareja: que pesa más ¿Nuestros vínculos afectivos o nuestros vínculos culturales? La Psicología Social en México* México: AMEPSO. 2010.
- MaslachCristhina y Ayala Pines, "The Bur-Out Syndrome in the Day Care Setting", *Child Care Quarterly* 6 Summer, 1977.
- Maureira Fernando, "Neurobiología del amor romántico y la fidelidad". *Psiquiatría Universitaria*. Vol 7 N°1 2011.
- Melgosa Julian, *¡Sin Estrés!* Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 1994.

- MelgosaJulian, Borges Michelson, *El Poder de la Esperanza: Secretos del Bienestar Emocional* Lima: Editorial Imprenta Unión, 2017.
- Meredith D. Gall, Joyce P. Gall y Walter R. Borg, *Educational Research: An introduction*, 7ma ed. New York: Pearson Education, 2003.
- Miranda, P. y Ávila, R. “Estimación de la magnitud de la satisfacción marital en función de los años de matrimonio.” En *Revista Intercontinental de Psicología*
- Gall, Meredith D., Gall, Joyce P., y Borg, Walter R. *Educational Research: An introduction*, 7ma ed. New York: Pearson Education, 2003.
- Nichol, Francis D., ed. *Comentario bíblico adventista*. Vol. 1. Traducido por Victor AmpueroMatta, Boise: Asociación Casa Editora Sudamericana, 1992.
- Ojeda Cereceda, José Luis. “Relación entre el Burnout, tendencia de afiliación, satisfacción laboral con el nivel de desempeño laboral del pastor distrital de la iglesia adventista del séptimo día, en Chile durante 2008-2009”. Tesis de Maestría, Andrews University, Berrien Spring, Michigan, 2011.
- Peiró, J. M. *Psicología de la organización*. Universidad Nacional de Educación a Distancia, Madrid, 2000.
- Peleg, O. “The relation between differentiation of self and marital satisfaction: What can be learned from married people over the course of life?”. En *The American Journal of Family Therapy*, Vol. 36, 2008.
- Pick, S., y Andrade, P. “Desarrollo y validación de la Escala de Satisfacción Marital (ESM).” En *Psiquiatría*, Vol. 4, N° 1, 1988.
- Quiles, Gerson Jorge. “Ciclo pastoral, burnout y satisfacción laboral en pastores de la Unión Central Brasileira, São Paulo, 2017”. Tesis Doctoral, Universidad Peruana Unión, Lima, 2017.
- Quintanilla Morales, Rosa Evila. “Motivación y satisfacción laboral de los pastores adventistas de El Salvador”. Tesis de maestría, Universidad de Montemorelos, México, 2009.
- Rioux Alain, *L'épuisement professionnel selon Freudenberg*[El desgaste profesional según Freudenberg] 2010.
- Robalino Magaly, Korner Antón, “El estrés docente: una dificultad añadida al reto de enseñar” Lima: Unesco, 2006.
- Rodríguez González, Flor Antonieta. “La satisfacción marital y la edad, el género, los años de matrimonio y la religión en parejas del municipio Santiago, Nuevo León, México en el año 2011”. Tesis de maestría, Universidad de Montemorelos, 2011.
- Rodríguez Fernández, A. *Psicología de las organizaciones*. Cataluña: UOC. 2004.

- Roach, A. J., Frazier, L. P., & Bowden, S. R. "The Marital Satisfaction Scale: Development of a measure for intervention research." En *Journal of Marriage and the Family*. 1981.
- Virginia Satir, *Nuevas relaciones humanas en el núcleo familiar*. México: Editorial Pax, 2002.
- Scott, "Personal Reflections on Pastoral Burnout" Tesis Doctoral, Fuller Theological Seminary, 1994.
- Soria Juan y Chiroque Judith. Salud del maestro peruano: salud ocupacional docente" *Informe N°23*, mayo, Instituto de Pedagogía Popular, 2004.
- Spanier, G. B. "Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads." En *Journal of Marriage and the Family*, Vol. 38, 1976.
- Sternberg, Robert J. "A triangular theory of love." En *Psychological review*, Vol. 93, N° 2, 1986.
- Todd D. Little, ed., *The Oxford Handbook of Quantitative Methods: Foundations*, vol. 1 New York: Oxford University Press, 2013.
- Vega Pico Juana Cristina, "Relación entre el síndrome de burnout y la satisfacción marital en docentes, 2017". Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de Ambato, 2017.
- Vaux de Roland, *Instituciones del Antiguo Testamento*, Barcelona: Herder, 1996.
- White, Elena de. *El deseado de todas las gentes*. Asociación Casa Editora Sudamericana, Buenos aires Argentina, 2007.
- _____. *El Hogar Cristiano*. Asociación Casa Editora Sudamericana, Buenos Aires Argentina, 2007.
- _____. *La Educación*. Asociación Casa Editora Sudamericana, Buenos Aires Argentina, 2007.
- _____. *Patriarcas y profetas*. Asociación Casa Editora Sudamericana, Buenos Aires Argentina, 2007.
- White, Ellen. *Christian Temperance and Bible Hygiene*, Mountain View, CA: Pacific Press, 1890.
- _____. *Counsels on Health*, Mountain View, CA: Pacific Press, 1905.
- _____. *The Ministry of Healing*. Mountain View, CA: Pacific Press, 1905.
- _____. *Prophets and Kings*, Mountain View, CA: Pacific Press, 1917.

Todd D. Little, ed., *The Oxford Handbook of Quantitative Methods: Foundations*, vol 1 New York: Oxford University Press, 2013.

Zavala José, “Estrés y burnout docente: conceptos, causas y efectos” *Educación* Vol. XVII, N° 32, marzo 2008.

Zavala Fernando, *A pesar de nuestras diferencias me casaría de nuevo contigo*. (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 2009).

Cohen Ariana, *The Sex Diaries Project: What We Are Saying About What We're Doing* (Wiley), https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2013-11-13/la-causa-por-la-que-todos-los-matrimonios-seran-infelices_47787/ (consultado: 24 de julio, 2017)

El Economista América, “Ocho estadísticas sobre el divorcio que lo sorprenderán”, <http://www.eleconomistaamerica.pe/sociedad-eAm-chile/noticias/5905891/07/14/Ocho-estadisticas-sobre-el-divorcio-que-le-sorprenderan.html> (consultado: 25 de julio 2016)

Ellen White, periódico *El reformador de salud*, 1 de enero de 1873, 26, <https://egwwritings.org/>, (consultado: 11 de julio, 2017).

INEI, Publicaciones digitales, http://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1407/libro.pdf (consultado: 23 julio 2017)

Psicología y autoayuda, <http://i0.wp.com/psicologiayautoayuda.com/wp-content/uploads/2009/09/como-influye-el-dinero-en-la-relacion-de-pareja1> (consultado: 17 de octubre, 2017)

Rincón Abstracto, <https://www.rinconabstracto.com/2011/05/8-senales-cientificas-de-divorcio-que.html> (consultado: 19 de octubre, 2017).

¿Qué es? Síndrome de burnout. <http://www.cuidateplus.com/enfermedades/psiquiatricas/sindrome-de-burnout.html> (revisado: 24 de julio 2017).

<https://www.adventist.org/en/beliefs/living/marriage-and-the-family/> (consultado: 29 diciembre 2017).

<http://dle.rae.es/srv/fetch?id=LsCpk2t>

<https://www.stress.org/stress-effects/>

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/001942.htm>