

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL
CUSCO**

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN SECUNDARIA



**Síndrome de Burnout y Desempeño Académico en los estudiantes de las Escuelas
Profesionales de Educación Primaria y Secundaria de la Universidad Nacional de
San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019-II**

Tesis Presentada por:

Bach. Piorina Catherine Araujo Quispe

Bach. Diana Cuba Tapia

Para optar al Título Profesional de:

Licenciada en Educación Secundaria:
Especialidad Matemática y Física

Licenciada en Educación Secundaria:
Especialidad Ciencias Sociales

Asesora:

Dra. Luz María Cahuana Fernández

Cusco – Perú

2021

Dedicatoria

A Dios por ser mi apoyo, mi sustento y mi fortaleza a lo largo de toda mi carrera universitaria; a mi familia, por compartir conmigo cada uno de mis sueños; y a las personas que me acompañaron en esta etapa de mi vida académica y que fueron de gran bendición para la culminación de la misma.

Piorina Chaterine.

Agradezco a Dios por estar presente en mi camino, a mis padres Susana y Florencio por darme su incondicional apoyo y amor en este largo proceso de mi formación académica y por ultimo a mis hermanas Vanessa y Mayra por guiarme constantemente por el camino del bien y de lo correcto.

Diana.

AGRADECIMIENTOS

A la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco y la Escuela Profesional de Educación por habernos preparado y darnos la oportunidad de terminar nuestros estudios superiores en esta prestigiosa Universidad, volcaremos todos nuestros conocimientos en beneficio de los estudiantes.

A la escuela Profesional de Educación y todas aquellas personas que formaron parte de la realización del estudio y han dado la facilidad para la aplicación de los diferentes instrumentos.

A la Doctora Luz María Cahuana Fernández por su dedicación, orientación y ayuda que nos brindó para la realización del presente trabajo de investigación.

ÍNDICE GENERAL

| | |
|--|------------|
| Dedicatoria | i |
| Resumen | xii |
| Introducción | xvi |
| Capítulo I..... | 1 |
| Planteamiento del problema | 1 |
| 1.1. Situación Problemática | 1 |
| 1.2. Formulación del Problema..... | 3 |
| 1.2.1. Problema General | 3 |
| 1.2.2. Problemas Específicos..... | 3 |
| 1.3. Justificación de la Investigación..... | 4 |
| 1.4. Objetivos de la Investigación..... | 5 |
| 1.4.1. Objetivo general | 5 |
| 1.4.2. Objetivos Específicos | 5 |
| Capítulo II | 6 |
| Marco Teórico Conceptual | 6 |
| 2.1. Antecedentes de la investigación..... | 6 |
| 2.1.1. Antecedentes Internacionales | 6 |
| 2.1.2. Antecedentes Nacionales..... | 9 |
| 2.1.3. Antecedentes Regionales..... | 12 |

| | | |
|------------------------------------|--|-----------|
| 2.2. | Bases Teóricas | 14 |
| 2.2.1. | Evolución histórica del Síndrome de Burnout..... | 14 |
| 2.2.2. | Definición del Síndrome de Burnout..... | 14 |
| 2.2.3. | Burnout Académico..... | 20 |
| 2.3. | Desempeño Académico | 24 |
| 2.3.1. | Factores que inciden en el Desempeño Académico. | 25 |
| 2.4. | Marco Conceptual..... | 30 |
| Capítulo III..... | | 32 |
| Hipótesis y Variables | | 32 |
| 3.1. | Hipótesis General | 32 |
| 3.2. | Hipótesis Específicas..... | 32 |
| 3.3. | Identificación de las variables | 32 |
| 3.3.1. | Variable de estudio 1 | 32 |
| 3.3.2. | Variable de estudio 2 | 33 |
| 3.3.3. | Variables intervinientes | 33 |
| 3.4. | Operacionalización de las Variables..... | 34 |
| Capítulo IV | | 36 |
| Metodología..... | | 36 |
| 4.1. | Enfoque de la Investigación..... | 36 |
| 4.2. | Tipo de Investigación | 36 |
| 4.3. | Nivel de Investigación | 36 |
| 4.4. | Diseño de Investigación..... | 37 |

| | | |
|-------------------------------------|--|-----------|
| 4.5. | Población de Estudio | 37 |
| 4.5.1. | Muestra y muestreo | 37 |
| 4.5.2. | Resolución de la fórmula..... | 38 |
| 4.6. | Técnicas de Recolección de Datos | 39 |
| 4.6.1. | Instrumentos de Recolección de Datos..... | 39 |
| 4.6.2. | Cuestionario de Maslach Burnout Inventory –Student Survey (MBI-SS). | 40 |
| 4.6.3. | Ficha técnica del cuestionario de Maslach Burnout Inventory –Student Survey (MBI-SS). | 41 |
| 4.6.4. | Cuestionario de Desempeño Académico..... | 41 |
| 4.6.5. | Ficha técnica del cuestionario de Desempeño Académico..... | 43 |
| 4.7. | Análisis e Interpretación de la Información..... | 44 |
| 4.8. | Análisis de fiabilidad para las variables Síndrome de Burnout y Desempeño Académico | 44 |
| Capítulo V | | 49 |
| Resultados y Discusión | | 49 |
| 5.1. | Descripción..... | 49 |
| 5.2. | Datos Generales sobre la Población estudiada (N = 307)..... | 49 |
| 5.3. | Nivel del Síndrome de Burnout | 52 |
| 5.4. | Nivel de Desempeño Académico..... | 56 |
| 5.5. | Nivel Inferencial | 60 |
| 5.5.1. | Prueba estadística para la determinación de la normalidad..... | 60 |
| 5.5.2. | Prueba de Hipótesis General: Síndrome de Burnout y Desempeño Académico.. | 62 |
| 5.5.3. | Prueba de las Hipótesis Específicas: Agotamiento Emocional y la Autoestima .. | 65 |

| | |
|---|------------|
| 5.5.4. Prueba de las Hipótesis Específicas: Agotamiento Emocional y Conductas de hábitos..... | 68 |
| 5.5.5. Prueba de las Hipótesis Específicas: Agotamiento Emocional y Administración del tiempo | 71 |
| 5.5.6. Prueba de las Hipótesis Específicas: Agotamiento Emocional y Memoria..... | 74 |
| 5.5.7. Prueba de las Hipótesis Específicas: Despersonalización y Autoestima..... | 77 |
| 5.5.8. Prueba de las Hipótesis Específicas: Despersonalización y Conductas de hábitos | 80 |
| 5.5.9. Prueba de las Hipótesis Específicas: Despersonalización y Administración del tiempo | 83 |
| 5.5.10. Prueba de las Hipótesis Específicas: Despersonalización y Memoria | 86 |
| 5.5.11. Prueba de las Hipótesis Específicas: Realización Académica y Autoestima | 89 |
| 5.5.12. Prueba de las Hipótesis Específicas: Realización Académica y Conductas de hábitos..... | 92 |
| 5.5.13. Prueba de las Hipótesis Específicas: Realización Académica o personal y Administración del tiempo | 95 |
| 5.5.14. Prueba de las Hipótesis Específicas: Realización Académica y Memoria..... | 98 |
| 5.6. Discusión | 101 |
| Conclusiones..... | 103 |
| Sugerencias..... | 105 |
| Referencias Bibliográficas | 106 |
| Anexos..... | 112 |

| | |
|--|------------|
| Anexo 1: Matriz de Consistencia..... | 113 |
| Anexo 2 Propuesta | 115 |
| Anexo 3: Instrumentos de recolección de datos..... | 123 |
| Anexo 4. Instrumentos resueltos | 135 |
| Anexo 5: Documentos de validación de expertos | 145 |
| Anexo 6: Evidencias del trabajo de campo | 147 |
| Anexo 7: Base de datos..... | 150 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|--|----|
| Tabla 1. Población, muestra y muestreo | 39 |
| Tabla 2. Descripción del cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI -SS), puntuación, porcentaje y nivel. | 40 |
| Tabla 3. Descripción del cuestionario para Desempeño Académico, puntuación, porcentaje y nivel. | 42 |
| Tabla 4. Análisis de fiabilidad y confiabilidad para la variable Síndrome de Burnout..... | 45 |
| Tabla 5. Análisis de fiabilidad y confiabilidad por ítems..... | 45 |
| Tabla 6. Análisis de fiabilidad y confiabilidad para la variable Desempeño Académico | 46 |
| Tabla 7. Análisis de fiabilidad y confiabilidad por ítems..... | 46 |
| Tabla 8. Género | 49 |
| Tabla 9. Edad..... | 50 |
| Tabla 10. Ocupación..... | 50 |
| Tabla 11. Estado civil | 50 |
| Tabla 12. Número de hijos..... | 51 |
| Tabla 13. Dimensiones del Síndrome de Burnout en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, en el semestre 2019 II | 53 |
| Tabla 14. Dimensiones del Desempeño Académico en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, en el semestre 2019 II | 57 |
| Tabla 15. Prueba de normalidad Kolmogorov-Simironov | 61 |
| Tabla 16. Relación de las variables Síndrome de Burnout y Desempeño Académico | 63 |

| | |
|---|----|
| Tabla 17. Relación de las dimensiones Agotamiento Emocional y la Autoestima | 66 |
| Tabla 18. Relación de las dimensiones Agotamiento Emocional y Conductas de hábitos | 69 |
| Tabla 19. Relación de las dimensiones Agotamiento Emocional y Administración del tiempo | 72 |
| Tabla 20. Relación de las dimensiones Agotamiento Emocional y Memoria..... | 75 |
| Tabla 21. Relación de las dimensiones Despersonalización y Autoestima | 78 |
| Tabla 22. Relación de las dimensiones Despersonalización y Conductas de hábitos | 81 |
| Tabla 23. Relación de las dimensiones Despersonalización y Administración del tiempo..... | 84 |
| Tabla 24. Relación de las dimensiones Despersonalización y Memoria..... | 87 |
| Tabla 25. Relación de las dimensiones Realización Académica y Autoestima | 90 |
| Tabla 26. Relación de las dimensiones Realización Académica y Conductas de hábitos..... | 93 |
| Tabla 27. Relación de las dimensiones Realización Académica o personal y Administración del tiempo | 96 |
| Tabla 28. Relación de las dimensiones Realización Académica o personal y Memoria..... | 99 |

ÍNDICE DE FIGURAS

| | |
|---|----|
| Figura 1. Síndrome de Burnout en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, en el semestre 2019 II. | 52 |
| Figura 2. Dimensiones del Síndrome de Burnout en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, en el semestre 2019 II | 53 |
| Figura 3. Casos de Síndrome de Burnout en los estudiantes de la facultad de educación de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, en el semestre 2019 II. | 55 |
| Figura 4. Desempeño Académico en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, en el semestre 2019 II | 56 |
| Figura 5. Dimensiones del Desempeño Académico en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, en el semestre 2019 II. | 58 |
| Figura 6. Relación entre las variables Síndrome de Burnout y Desempeño Académico. | 64 |
| Figura 7. Relación entre el Agotamiento Emocional y la Autoestima | 67 |
| Figura 8. Relación el Agotamiento Emocional y Conductas de hábitos | 70 |
| Figura 9. Relación entre Agotamiento Emocional y Administración del tiempo | 73 |
| Figura 10. Relación entre Agotamiento Emocional y Memoria..... | 76 |
| Figura 11. Relación entre Despersonalización y Autoestima..... | 79 |
| Figura 12. Relación entre Despersonalización y Conductas de hábitos | 82 |
| Figura 13. Relación entre Despersonalización y Administración del tiempo | 85 |
| Figura 14. Relación entre Despersonalización y Memoria | 88 |
| Figura 15. Relación entre Realización Académica o personal y Autoestima..... | 91 |

| | |
|---|-----|
| Figura 16. Relación entre Realización Académica o personal y Conductas de hábitos | 94 |
| Figura 17. Relación entre Realización Académica o personal y Administración del tiempo . | 97 |
| Figura 18. Relación entre Realización Académica o personal y Memoria | 100 |
| Figura 19. Presentación de los cuestionarios a los alumnos de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria semestres 2008 al 2015 I y II | 147 |
| Figura 20. Explicación del llenado de los cuestionarios de la variable Desempeño Académico a los alumnos de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria semestres 2008 al 2015 I y II..... | 147 |
| Figura 21. Resolución de los cuestionarios en las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria semestres 2008 al 2015 I y II..... | 148 |
| Figura 22. Resolución de los cuestionarios por una alumna de la Facultad de Educación ... | 148 |
| Figura 23. Resolución de los cuestionarios a los alumnos de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria semestres 2017 I y II | 149 |
| Figura 24. Resolución de los cuestionarios a los alumnos de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria semestres 2018 I y II | 149 |

Resumen

El estudio titulado “Síndrome de Burnout y Desempeño Académico en los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019-II” tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre el Síndrome de Burnout y Desempeño Académico en los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre Académico 2019-II, mediante el enfoque de investigación cuantitativo, tipo básica o pura, nivel descriptiva y correlacional y un diseño no experimental.

Se usó el cuestionario de Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) para medir el Síndrome de Burnout y un cuestionario adaptado de Solorzano (2003) para medir el Desempeño Académico aplicados a 307 estudiantes de las Escuelas Profesionales de educación Primaria y Secundaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco matriculados en el semestre Académico 2019 II.

Se determinó que el 68,37% de estudiantes presenta el Síndrome de Burnout Académico en sus niveles leve, moderado y profundo, mientras que el 31,60% no presenta, el 52,44% (161) de estudiantes tienen Desempeño Académico superior y el 40,07% (123) de estudiantes un Desempeño Académico medio. Se evidencio una correlación negativa y moderada (-0,416) entre las variables Síndrome de Burnout y Desempeño Académico en los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre Académico 2019 II.

Palabras clave: Síndrome de Burnout, Desempeño Académico, Agotamiento emocional, Administración del tiempo, Autoestima, Conductas de hábito, Despersonalización, Memoria y Realización personal.

ABSTRACT

The study entitled "Burnout Syndrome and Academic Performance in students of the professional schools of primary and secondary education of the National University of San Antonio Abad del Cusco in the semester 2019-II" aimed to determine the relationship between the Syndrome of Burnout and Academic Performance in the students of the Professional Schools of Primary and Secondary Education at the National University of San Antonio Abad del Cusco in the academic semester 2019-II, through the quantitative research approach, basic or pure type, level descriptive and correlational, and a non-experimental design.

The Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) questionnaire was used to measure the Burnout Syndrome and a questionnaire adapted from Solorzano Nubia (2003) to measure the Academic Performance applied to 307 students from professional schools of primary and secondary education. from the National University of San Antonio Abad del Cusco enrolled in the academic semester 2019 II.

It was determined that 68.37% of students present the academic Burnout syndrome in its mild, moderate and deep levels, while 31.60% do not present, 52.44% (161) of students have superior Academic Performance and 40.07% (123) of students have an average Academic Performance. A negative and moderate correlation (- 0.416) was evidenced between the variables Burnout Syndrome and Academic Performance in students of the Faculty of Education at the National University of San Antonio Abad del Cusco in the academic semester 2019 II.

Keywords: Burnout Syndrome, Academic Performance, Emotional exhaustion, Time management, Self-esteem, Habit behaviors, Depersonalization, Memory and Personal fulfillment.

PRESENTACIÓN

Señor Decano de la Facultad de Educación y Ciencias de la Comunicación y señores miembros del Jurado Examinador, en cumplimiento con lo establecido por el Reglamento de Grados y Títulos de la Facultad de Educación y Ciencias de la Comunicación de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, publicado el 03 de octubre en la Resolución-D-N° 1428-2019-F-ED y Cs.C-UNSAAC.

Ponemos a vuestra consideración el presente trabajo de investigación titulado: “Síndrome de Burnout y Desempeño Académico de los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 – II”.

Con el objetivo de determinar la relación que existe entre el Síndrome de Burnout y Desempeño Académico en los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre Académico 2019-II y contribuir con propuestas para mejorar el Desempeño Académico de los estudiantes.

Introducción

Se ha descrito que el Síndrome de Burnout consigue surgir en los estudiantes del nivel superior y puede acarrear graves consecuencias a lo largo de su vida profesional y familiar, este Síndrome es considerado “un Síndrome ocupacional multifuncional formado por una triada de síntomas basados en altos niveles de desgaste emocional, despersonalización y poca eficacia académica” (Amor, Baños y Senti, 2019, p. 26).

Estudios realizados por Maslach y Jackson en el año 1981 señalaron que el Burnout surge de manera secuencial y progresiva a causa de múltiples factores, que ocasionan en primer lugar deterioro emocional, seguido de sentimientos de despersonalización que a la larga repercute en falta de capacidad frente a una carga excesiva de trabajo o de responsabilidades académicas (Rosales y Paneque, 2013). Esta última dimensión, la falta de eficacia académica repercute en el Desempeño Académico del estudiante.

A continuación, se detalla la estructura de la investigación que consta de 4 capítulos los que se detallan en el siguiente orden:

En el capítulo I: Se detalla el Planteamiento del Problema que consta de cuatro partes, la situación problemática, la formulación del problema, la justificación de la investigación y los objetivos de la investigación.

El capítulo II: Detalla el Marco Teórico divididos antecedentes históricos, antecedentes de la investigación, las bases teóricas y el marco conceptual referente a las dos variables en estudio que nos permitieron sustentar y discutir la investigación.

En el capítulo III: Se plantea la hipótesis general, se identifica las variables, la operacionalización de las variables y la matriz de consistencia que muestra un resumen general del estudio.

El capítulo IV: Detalla la Metodología utilizada para el estudio que comprende, el enfoque, tipo, el nivel y diseño de la investigación, además se determina la población, muestra y muestro, como también las técnicas e instrumentos de recolección de datos y el análisis e interpretación de la información.

En el capítulo V: Presenta los resultados y discusión, que detalla el nivel de Síndrome de Burnout y Desempeño Académico en los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco - UNSAAC y el grado de relación entre las variables y dimensiones en estudio.

Como páginas complementarias se presentan las conclusiones, recomendaciones, la bibliografía y los anexos que consta de la propuesta, los instrumentos de recolección de datos, las correlaciones, base de datos y evidencias fotográficas.

Capítulo I

Planteamiento del problema

1.1. Situación Problemática

A nivel mundial el Síndrome de Burnout que en español significa “estar quemado” o “apagado” fue explicado por primera vez por el psiquiatra Freudenberg en Estados Unidos, que describía un patrón conductual homogéneo en personas con muchas horas de trabajo, sin un horario fijo y en un contexto social exigente (Carlin y Garcés, 2010). A partir de esta concepción se vinieron realizando diversos estudios sobre el Síndrome de Burnout, sobre todo los relacionados al estrés laboral en profesionales de la Salud y estudios sobre el Burnout estudiantil que delimita su muestra a los estudiantes de los últimos semestres académicos con sobrecarga en los estudios y prácticas pre-Profesionales. Sin embargo, existen pocos estudios relacionados al Burnout Académico que puede sufrir cualquier estudiante de cualquier semestre académico y sin ninguna responsabilidad laboral (Carlin y Garcés, 2010; Karpiuk et al., 2015).

Es así que en Latinoamérica autores como Estrada (2011) y Barraza (2009) citado por Karpiuk et al. (2015) realizaron estudios en estudiantes universitarios encontrando la presencia de un nivel de agotamiento y cinismo como consecuencia del Burnout en estudiantes universitarios siendo afín al mal Desempeño Académico desde el inicio de la carrera profesional que trae como consecuencia el denominado “desgranamiento” que es cuando “el alumno se retrasa en sus estudios, recursa materias o se matricula en materias que corresponden a semestres anteriores del semestre teórico” (Karpiuk et. al, p. 64).

En el Perú existe evidencia de la presencia del “desgranamiento” en las universidades públicas y privadas, pudiendo ser ocasionado por la presencia del Burnout Académico en

estudiantes universitarios, para los años 2012 al 2014 las universidades públicas del Perú admitieron a 950,109 estudiantes matriculados, sin embargo, solo el 14.94% (141,965 alumnos) se graduaron entre los años 2017 al 2019, surgiendo la excesiva permanencia de muchos estudiantes que no culminan sus estudios en un periodo de 5 años. Esta realidad se refleja en la principal Casa de Estudios de la Región Cusco, la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, que para los años 2012 al 2014 admitió a 54,605 estudiantes de los cuales solo egresaron 6,510 estudiantes que representa el 11.92% de alumnos en un periodo de 5 años, entre los años 2017 al 2019 (Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI], 2019).

Cabe señalar que en todo lugar “estresante” se puede presentar el Burnout, siendo las Instituciones Educativas de nivel Superior consideradas como lugares estresantes, a causa de las demandas curriculares y por parte de los docentes que para los estudiantes se transforman en estresores (Pepe, Miguez y Arce, 2014). Las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria no son ajenas a esta realidad puesto que el paso del nivel secundario al superior afecta el proceso de aprendizaje de los estudiantes reduciendo el Desempeño Académico que puede generar una actitud negativa y la pérdida de interés (Ricardo y Paneque (2013).

En base a esta realidad se hace necesario determinar si existe la presencia del Burnout en los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, siendo importante por ser un factor para la aparición del “desgranamiento” y en consecuencia la alta permanencia de los estudiantes en las universidades por un mal Desempeño Académico.

Como consecuencia de esta realidad se podría generar un avance del Burnout Académico pasando de un estado leve a profundo que puede mantenerse en un tiempo prolongado y puede generar síntomas emocionales: depresión, irritación, apatía entre otros; síntomas cognitivos:

pérdida de significado, desaparición de expectativas entre otros; síntomas conductuales: evitación de responsabilidades y desorganización, y síntomas sociales: aislamiento y sentimientos de fracaso (Inga y Issel, 2019). El aporte del estudio está en base a la contribución de un corpus teórico para la Comunidad Científica sobre el Burnout Académico que involucra a todos los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria, siendo estos resultados necesarios para la ejecución de proyectos y actividades en apoyo de los estudiantes de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco y de la problemática educativa del País. Así, ante lo anteriormente expuesto, la pregunta principal que guía esta investigación es:

1.2. Formulación del Problema

1.2.1. Problema General

¿Cuál es la relación que existe entre el Síndrome de Burnout y el Desempeño Académico en los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre Académico 2019-II?

1.2.2. Problemas Específicos

- a) ¿Cuál es el nivel del Síndrome de Burnout que presentan los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre Académico 2019-II?
- b) ¿Cuál es el nivel del Desempeño Académico que presentan los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre Académico 2019-II?

- c) ¿Cuál es la relación que existe entre las dimensiones de la variable Síndrome de Burnout con las dimensiones de la variable Desempeño Académico en los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre Académico 2019-II?

1.3. Justificación de la Investigación

Con este trabajo se pretende determinar si existe una relación significativa entre el Síndrome de Burnout y el Desempeño Académico de los estudiantes, además se desea conocer la razón de los bajos índices de retención de estudiantes, la permanencia de los estudiantes universitarios por más de 5 años, a causa de la desaprobación de los estudios por los bajos promedios Académicos y con la consecuencia del abandono de los estudios.

En cuanto a la generación de nuevo conocimiento, se pretende aportar conocimiento sobre el Síndrome de Burnout como un factor relevante que debe ser reconocida por los efectos que tiene en la salud individual y en el Desempeño Académico del futuro profesional. El conocimiento aportado sobre la interacción de las variables y dimensiones estudiadas permitirá a las diferentes casas universitarias, desarrollar actividades a favor de mejorar los factores que afectan e influyen en el incremento de Síndrome de Burnout Académico, para constituir a la organización universitaria como institución saludable y contribuya a hacer conciencia crítica y propositiva sobre su participación en la no incidencia o incidencia en los procesos de estrés y en el desempeño de los estudiantes. Además, la presente investigación ofrecerá información y análisis valiosos sobre errores y aciertos en el afrontamiento de los estudiantes ante situaciones académicas y en Desempeño Académico.

1.4. Objetivos de la Investigación

1.4.1. Objetivo general

Determinar la relación que existe entre el Síndrome de Burnout y Desempeño Académico en los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre Académico 2019-II.

1.4.2. Objetivos Específicos

- a) Determinar el nivel del Síndrome de Burnout en los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre Académico 2019-II.
- b) Determinar el nivel de Desempeño Académico en los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre Académico 2019-II.
- c) Establecer la relación que existe entre de las dimensiones, de la variable Síndrome de Burnout y las dimensiones de la variable Desempeño Académico en los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre Académico 2019-II.

Capítulo II

Marco Teórico Conceptual

2.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. Antecedentes Internacionales

Loor (2020) realizó la investigación titulada “Estudio sobre la incidencia del Síndrome de Burnout en los niveles de bajo Desempeño Académico de estudiantes universitarios” sustentado en la Universidad Católica Santiago de Guayaquil, para optar al grado de Maestro en Educación. Siendo el objetivo determinar la prevalencia del SB en los niveles de bajo Desempeño Académico de los estudiantes. Estudio correlacional y cuantitativo con una muestra de 74 estudiantes a los cuales se les aplico el test *Maslach Burnout Inventory* (MBI). Resultados:

Entre las conclusiones más relevantes los alumnos con Síndrome de Burnout extremo se identifican por tener los promedios más bajos (entre 7 a 8 puntos). Por otro lado, los componentes sociodemográficos como la relación de pareja, edad (21 años los más jóvenes), género (femenino) y promedios Académicos son factores que intervienen en la aparición del Burnout Estudiantil dentro del conjunto de estudiantes que conformaron la población del estudio. El Burnout tiende a prosperar cuando el alumno no logra una buena activación emocional que le ayude frente a los problemas y dificultades que se le presenta en la vida familiar y estudiantil. Siendo la conclusión más relevante:

Se encontró una frecuencia alta de Síndrome de Burnout entre los estudiantes, se establece una relación de incidencia del Burnout con el desempeño Académico bajo. Es importante conocer que factores se encuentran relacionados, para poder prevenir e

intervenir de manera acertada en la mejorar de los recursos emocionales de los futuros Profesionales de la salud.

El estudio como aporte a nuestra investigación nos permite opinar que el Síndrome de Burnout está presente en los estudiantes que tienen bajo Desempeño Académico, por tanto, estas dos variables tienen una relación alta y negativa (inversa). Por otro lado, el Burnout puede agravarse por la falta de balance en la actividad emocional, es decir el estudiante debe cumplir sus obligaciones de estudiantes, ocio, trabajo y relaciones de pareja de manera equilibrada sin exagerar de ninguno de los factores.

Amor et al. (2019) en su tesis “Prevalencia del Síndrome de Burnout entre los estudiantes de medicina y su relación con variables demográficas, personales y académicas”, sustentada en la Universidad de Vic-Universitat Central de Catalunya para optar al grado de Licenciados en Enfermería. El estudio estuvo dirigido a analizar la prevalencia de burnout en los estudiantes de medicina y su relación características demográficas y personales. Se realizó un estudio transversal se recogieron estudios demográficos y personales y de Burnout mediante el cuestionario *Maslach Burnout Inventory-Student Survey*. Resultados:

En los estudiantes de medicina, para el año 2018 se logró un 33,6% de prevalencia del Burnout y para el año 2019 se logró una prevalencia del 38%; los estudiantes del sexto ciclo Académico presentan mayor aparición del Burnout con un 60,5% mientras que los estudiantes del primer ciclo Académico obtuvieron el 20,6% de prevalencia. Se concluye: existe una prevalencia de *Burnout* entre los estudiantes de medicina del grado conjunto, sin embargo, no se relacionó con las variables estudiadas,

además se demuestra una prevalencia del Síndrome de Burnout en los estudiantes de los últimos ciclos.

El estudio como aporte a nuestra investigación nos permite observar que existe una prevalencia del Síndrome de Burnout en los estudiantes de medicina y esta se incrementa a medida que el estudiante avanza de ciclo Académico, sin embargo, el estudio no muestra relación con las variables demográficas, personales y académicas es decir el género, el curso, el lugar de domicilio, las actividades de ocio, el trabajo remunerado y la atención de familiares.

Carvajal y Logacho (2019) elaboraron la investigación titulada “Prevalencia del Síndrome de Burnout en los estudiantes de tercero a octavo semestre de la Carrera de Enfermería de la Universidad Central del Ecuador, abril 2018”, sustentada en la Universidad Central del Ecuador para optar al grado de Licenciadas en Enfermería. Siendo el propósito determinar la prevalencia del Síndrome de *Burnout* en los estudiantes de tercero a octavo semestre de la carrera de Enfermería. Las autoras desarrollaron un estudio de prevalencia con una muestra de 172 estudiantes para el recojo de la información se utilizó la encuesta y un cuestionario dividido en 5 secciones. Resultados:

El Síndrome de Burnout muestra una prevalencia baja, en el tipo Académico logró una prevalencia baja de 2,3% y en el tipo laboral consiguió una prevalencia del 4%, entre las subescalas que sobresalen están el agotamiento emocional bajo en un 19,2% y altos niveles de cansancio emocional en un 60%. El sexo femenino es una inclinación para que surja el Síndrome de Burnout, entre los orígenes posibles están la doble carga que afrontan muchas mujeres que deben desarrollar entre ellos los roles de estudiante, madre y trabajo, pues el 25% presenta carga familiar. Se concluye que las

principales asociaciones al Síndrome de Burnout son las inclinaciones de abandonar la carrera en un 59,9%; el consumo de alcohol en un 55,8%; los cambios de humor, la disminución Autoestima y dificultad para la concentración en un 55%.

El estudio como aporte a nuestra investigación nos permite observar que la prevalencia del Síndrome de Burnout es diferente según el ámbito de estudio y lugar, sin embargo, existe predisposición cuando el estudiante tiene carga familiar y económica y a su vez debe culminar sus estudios superiores.

2.1.2. Antecedentes Nacionales

Romero (2019) en su tesis titulada “Síndrome de Burnout y su relación con el rendimiento Académico en estudiantes universitarios, Sullana – 2017” sustentada en la Universidad San Pedro para optar al grado de Maestro en Educación. Tuvo como objetivo si el Síndrome de Burnout tiene una relación con el Rendimiento Académico en el curso de Botánica Farmacéutica, se planteó una investigación aplicada, no experimental, transeccional, explicativo y correlacional, la muestra estuvo constituida por 22 unidades experimentales siendo de tipo no probabilístico.

Los resultados obtenidos muestran un 14% de estudiantes que trabajan, padecen el Síndrome de Burnout y un 86% no lo padecen. Que el 81.8% tiene un promedio de Rendimiento Académico bueno de 15.5, el 13.6% tiene promedio regular de 12 y sólo el 4.5% muy bueno de 19 en la escala vigesimal; y con coeficiente de relación de $p = -0.664$ indica una relación negativa moderada entre el Síndrome de Burnout y Rendimiento Académico. Se concluye:

La variable Rendimiento Académico tiene una relación negativa moderada con el Síndrome de Burnout, sin embargo, es necesario focalizar y analizar otras variables personales, familiares, sociales y académicas para diseñar programas efectivos y oportunos en la población estudiantil.

Cubas (2018) realizó el trabajo de investigación titulado “Burnout estudiantil en el área de radiología de la Escuela Profesional de Tecnología Médica en la Universidad Mayor de San Marcos 2017”, para optar al grado de Licenciado en Tecnología Médica en el área de Radiología. El objetivo fue Determinar la presencia de Burnout Estudiantil en el Área de Radiología de la Escuela Profesional de Tecnología Médica de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos 2017. Utilizó un enfoque cuantitativo con alcance descriptivo, prospectivo y de corte transversal, con una muestra de 143 estudiantes. Entre los resultados se detalla:

El Síndrome de Burnout posee un nivel leve (69.2%) siendo el factor principal la corta permanencia, la adaptación de los estudiantes y los periodos cortos de vacaciones, mientras que en la dimensión comportamental el 53.3% de estudiantes presentaron niveles leves y en la dimensión actitudinal el 77.3% presentaron niveles leves, los dos resultados ponen en riesgo el rendimiento Académico y el abandono de los estudios. Se concluye: todos los resultados presentan un cierto grado del Burnout estudiantil, predomina el grado leve que a medida que el ciclo de estudios se incrementa el nivel profundo aparece, mientras que el nivel moderado aparece en estudiantes del cuarto a quinto año de estudios.

Como aporte a la presente investigación el estudio realizado por Cubas (2018), nos permite afirmar que la aparición del Síndrome de Burnout en los estudiantes se

incrementa a media que el estudiante asume mayores responsabilidades como trabajo, responsabilidad financiera y familiar.

Castillo (2018) realizó el trabajo de investigación titulado “Habilidades intelectuales y estilos de aprendizaje como variables predictoras del Desempeño Académico en los estudiantes de las I. E. públicas del distrito de Paramonga”, para optar al grado de Doctor en Ciencias de la Educación presentado en la Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle. Siendo el objetivo describir las habilidades intelectuales y los estilos de aprendizaje que utilizan los estudiantes de las instituciones educativas públicas, utilizó un diseño no experimental correlacional causal con una muestra de 159 estudiantes a los que se les aplicó un inventario de habilidades intelectuales de Rosario Lajo y Honey y Alonso. Entre los resultados y conclusiones se detallan:

En la investigación se ha probado con un $F = 14,405$ y un p valor = $0,001$ que el Desempeño Académico está emparentado y se relaciona con las destrezas intelectuales y los modos de aprendizaje en los alumnos de las instituciones educativas públicas del distrito de Paramonga. A su vez los resultados correlacionales obtenidos señalan que existen relación entre el Desempeño Académico y los diferentes estilos de aprendizaje. Se reafirman las propuestas que señalan la necesidad de formar y desarrollar lo más ampliamente posible las variables en estudio en tanto son fundamentales para un adecuado proceso de aprendizaje de los alumnos.

En base al antecedente realizado por Castillo (2018) se puede concluir que, los estilos de aprendizaje entre ellos los hábitos, la forma de adquisición de conocimientos y habilidades contribuyen a mejorar el Desempeño Académico de los estudiantes, que

permite sustentar que el Desempeño Académico se ve influenciado por diferentes factores externos.

2.1.3. Antecedentes Regionales

Ramos (2019) realizó el trabajo de investigación titulado “Nivel del Síndrome de Burnout en los docentes de la Universidad Andina del Cusco, 2019”, Siendo el objetivo Determinar el Nivel del Síndrome de Burnout en los Docentes de la Universidad Andina del Cusco 2019. Utilizó un diseño descriptivo de corte transversal, la población en estudio fue de 163 docentes con un muestreo probabilístico aleatorio estratificado, el instrumento que se utilizó fue el cuestionario de Maslash Burnout Inventory. Entre los resultados y conclusiones se detallan:

El 27% de los docentes que laboran en la Facultad de Ciencias de la Salud, 50 % se encuentran entre los 41 a 50 años, 60% son de sexo masculino, el 37% labora de 6 a 10 años, 57.3% son casados / convivientes, y el 31.3% tienen dos hijos.

Del Síndrome de Burnout en Docentes de la Universidad Andina del Cusco en la dimensión Cansancio Emocional 53% tienen estrés medio, en la dimensión Despersonalización, 70% tienen estrés alto y en la dimensión realización personal el 76% bajo. Se concluye que los docentes de la Universidad Andina del Cusco en el periodo 2019- I presentan síndrome de Burnout medio.

Benito (2019) realizó el trabajo de investigación titulado “Síndrome de Burnout en los estudiantes de la Escuela Profesional de Odontología UNSAAC, 2018”, siendo el objetivo determinar el grado del Síndrome de Burnout en los estudiantes de VII al X Semestre que realizan sus prácticas en la Clínica Odontológica de la UNSAAC 2018, utilizó un diseño no experimental, descriptivo, transversal y observacional entre los resultados se describe.

Los resultados mostraron que 84.78% de los estudiantes presentan el Síndrome de Burnout ya sea en un nivel leve, moderado o severo, frente a 15.22% que no presenta. El 81.52%% presenta el síndrome entre las edades de 18 a 29 años. De igual manera que el 100% del octavo semestre presenta el Síndrome de Burnout. Un 64.13% de los estudiantes presentan un nivel alto de agotamiento emocional, en un 19.57% presentan en un nivel medio y un 16.30% en un nivel bajo. Respecto a la dimensión de despersonalización se observa que un 59.78% de los estudiantes tienen un nivel alto, seguido de un 13.04% en nivel medio y un 27.17% en un nivel bajo. En relación a la dimensión de realización personal se obtuvo que 45.65% de los estudiantes presentan en un nivel bajo, el 34.78% se encuentran en un nivel medio y un 19.57% están en un nivel alto. Este estudio demuestra que la presencia del síndrome de Burnout es alta en un elevado porcentaje de estudiantes.

2.2. Bases Teóricas

2.2.1. Evolución histórica del Síndrome de Burnout

El término Burnout fue acuñado en el año 1974 por Herbert Freudenberger, psicólogo americano, quien realizó estudios en el campo médico sobre el cambio de actitud del personal sanitario, concerniendo el desgaste, al que designó Burnout, con etapas de ansiedad y depresión (Rosales y Rosales, 2013). Dicho término fue definido como “ la sensación de fracaso y una existencia agotada o gastada que resultaba de una sobrecarga por exigencias de energías, recursos personales o fuerza espiritual del trabajador” (Barraza, Carrasco y Arreola, s. f., p. 2).

Para el año 1981, el aún incipiente desarrollo teórico de este Síndrome se bifurca en dos enfoques conceptuales diferentes: el primer enfoque se origina en el trabajo de Maslach y Jackson, su difusión permitió definir este Síndrome a través de un constructo tridimensional el Agotamiento Emocional, la Despersonalización y baja Realización Personal; el segundo enfoque se inicia con el trabajo de Pines, Aronson y Kufry y su desarrollo proporcionó una definición de este Síndrome mediante un constructo unidimensional el Agotamiento Emocional (Barradas et al., 2017).

2.2.2. Definición del Síndrome de Burnout

A lo largo de la historia muchos investigadores han ido acuñando diversas definiciones entre las enunciaciones más relevantes aparece la elaborada por Maslach y Jackson (1981) que conceptualizan que el Burnout se configura como "un Síndrome tridimensional caracterizado por Agotamiento Emocional, Despersonalización y falta de Realización Personal” (Rodríguez et al., 2019, p.26). Siendo un estado de agotamiento físico, emocional y cognitivo producido por el involucramiento prolongado en situaciones generadoras de estrés (Loor, 2020).

Pines considera al Burnout desde un enfoque unidimensional “como un estado de agotamiento físico, emocional y cognitivo por el involucramiento prolongado a situaciones generadoras de estrés tiene un impacto importante en la población estudiantil mundial” (Caballero et al., 2010, p. 132).

Mientras que la Organización Mundial de la Salud [OMS] (2019) supone al Síndrome de Burnout como un problema de salud, en la décima revisión de la Clasificación Internacional de Enfermedades, lo incluyó como elemento que influye en el estado de salud y el contacto con los servicios de salud además de un problema afín al manejo de las dificultades de la vida, describiéndolo como agotamiento.

2.2.2.1. Constructo Tridimensional del Síndrome de Burnout.

Según Rizo et al. (2002) citado por Carvajal y Logacho (2019) el Síndrome de Burnout está considerado como “un conjunto de alteraciones que se producen en la persona, debido a una inadecuada forma de afrontamiento al estrés emocional de tipo crónico, relacionado directamente con el ambiente de trabajo” (p.29), ocasionando grandes repercusiones en la salud física y emocional del ser humano, haciendo que esto se convierta en un problema de gran impacto a nivel laboral, social y económico, porque influye directamente en el individuo, familia y sociedad. En base a esta contextualización para autores de la corriente de Maslach y Jackson el Burnout está representado por tres dimensiones fundamentales descritas a continuación:

- *Agotamiento Emocional (AE).*

Caracterizada por pérdida progresiva de energía y el desgaste físico y se expresa como: cansancio al inicio y final de una jornada de trabajo, se percibe la realización de

un trabajo demasiado duro y tensión al trabajar diariamente con personas. En esta etapa las personas se vuelven más irritables, aparece la queja constante por la cantidad de trabajo realizado y se pierde la capacidad de disfrutar de las tareas, desde una mirada externa, se las empieza a percibir como personas permanentemente insatisfechas, molestas e irritables (Carlin y Garcés, 2010).

- ***Despersonalización.***

Es un modo de responder a los sentimientos de impotencia, se desarrollan sentimientos y actitudes negativas, respuestas frías e impersonales a las personas, se manifiesta al tratar a algunas personas como si, fueran objetos impersonales, presentar un comportamiento más insensible con las personas de su entorno laboral, falta de preocupación de que el trabajo endurezca emocionalmente al trabajador, despreocupación por los problemas de las personas a las que tiene que atender, culparse de algunos problemas ajenos, entre otros (Carlin y Garcés, 2010).

- ***Falta de Realización Personal.***

Consiste en evaluar al trabajo personal de forma negativa, según Rodríguez et al. (2019) “Este Síndrome afecta el ámbito cognitivo, somático y emocional, y se manifiesta cuando hay dificultad para relacionarse con las personas del trabajo y dificultad para enfrentarse con los problemas en su trabajo” (p. 25). Por otro lado, se percibe escasa vitalidad para realizar sus labores profesionales, dificultad para crear una atmósfera de relajación con las personas que se relaciona, ausencia de estimulación para continuar trabajando, sentir que no consigue cosas satisfactorias y logros con su profesión, En esta etapa hay pérdida de ideales y fundamentalmente, un creciente alejamiento de las

actividades familiares, sociales y recreativas, creando una especie de auto reclusión (Carlin y Garcés, 2010).

2.2.2.2. Manifestaciones del Síndrome de Burnout.

El Síndrome de Burnout puede presentarse en tres grados o estadios de la enfermedad nivel leve, moderado y profundo cada uno de ellos presenta ciertas señales, las cuales son mencionadas por Rosales y Rosales (2013):

- **Nivel leve:** “Dificultad para levantarse por la mañana o el cansancio patológico” (p.53).
- **Nivel moderado o distanciamiento:** denominado como “irritabilidad, cinismo, fatiga y aburrimiento o progresiva pérdida del idealismo que convierte al individuo en emocionalmente exhausto con sentimientos de frustración, incompetencia, culpa y autovaloración negativa” (p. 54).
- **Nivel profundo o grave:** “que implica abuso de psicofármacos o ausentismo, el abuso de alcohol o uso de drogas, los síntomas que presenta el colaborador durante el Síndrome de Burnout no aparecen de manera abrupta, por lo que en líneas anteriores se mostró por niveles” (p.54).

2.2.2.3. Etapas del Síndrome de Burnout.

Para que el Síndrome se configure totalmente, la persona tiene que pasar por las siguientes etapas descritas por Marengo et al. (2017).

a. Primera Etapa.

Se revela un desequilibrio entre demandas laborales, recursos materiales y humanos de forma que los primeros aventajan a los segundos, este estado “estimula una situación de estrés agudo” (p. 58).

b. Segunda Etapa.

La persona realiza mucho esfuerzo para desarrollar el trabajo diario, esta situación marcha progresivamente, no logra mantener el control de la situación y va surgiendo síntomas como menor responsabilidad con el trabajo, desequilibrio y disminución de las metas laborales. Sin embargo, en la segunda etapa es posible hacer retroceder el Burnout.

c. Tercera Etapa.

Aparece efectivamente el Síndrome de deterioro profesional con los siguientes síntomas:

- Síntomas Psicosomáticos: como “cefaleas, dolores osteomusculares, molestias gastrointestinales, úlceras, pérdida de peso, obesidad, cansancio crónico, insomnio, hipertensión arterial y alteraciones menstruales” (p. 59).
- Síntomas Conductuales: “ausentismo laboral, abuso y dependencia de drogas, alcohol, café y otras sustancias tóxicas, consumo elevado de cigarrillos, problemas conyugales y familiares y conducta de alto riesgo como conducción temeraria” (p. 59).
- Síntomas Emocionales: “el rasgo más característico es el distanciamiento afectivo hacia las personas, al que se agregan impaciencia, deseos de abandonar el trabajo y

la irritabilidad. La ansiedad disminuye la concentración y el rendimiento, produciéndose así un descenso del rendimiento laboral” (p. 60).

- Síntomas Defensivos: “el individuo desgastado niega las emociones y conductas mencionadas y culpa a los clientes, compañeros, jefes, de su situación y no hace o no puede hacer nada para salir de ella” (p.60).

d. Cuarta Etapa:

Cuando la persona se halla deteriorado psicofísicamente, tiene bajas frecuentes, ausentismos laborales y deterioro de eficacia en su tarea, que lo convierte en un riesgo más que en una ayuda para los receptores de sus servicios (p. 63).

2.2.2.4. Factores asociados al Síndrome de Burnout.

Entre las causas principales relacionadas al Síndrome de Burnout se detallan:

- ***La edad.***

Según Romero (2018) el Burnout afecta a los más jóvenes tanto en el campo laboral como estudiantil, en el campo laboral los profesionales que recién empiezan a laborar son más propensos al Síndrome de Burnout por la inexperiencia e inseguridad que les ocasiona la realización de nuevas tareas y en el campo estudiantil todos los estudiantes son proclives al Burnout, habiéndose detectado en estudiantes con dificultades para adaptarse a la vida universitaria y en estudiantes de mayor edad con sobrecarga y estrés como el uso de nuevas tecnologías, los tratamientos que exigen un alto nivel de conocimientos y la carga familiar (Cubas, 2018).

- ***El sexo***

Maslach y Jackson (1985) citados por Karpiuk et al. (2015) comprobaron que las mujeres son más propensas que los hombres a las dimensiones de Agotamiento

Emocional y reducida Realización Personal, mientras que los hombres lo son en la dimensión de Despersonalización. Según el estudio realizado por Esparza et. al. (2011) la mujer esta predispuesta a padecer el Síndrome de Burnout y serian principalmente el grupo más vulnerable, por razones diferentes como podrían ser la doble carga de trabajo que conlleva la realización de estudios y la tarea familiar, así como la elección de determinadas especialidades profesionales que prolongarían el rol de mujer en relación con el trabajo, como Pepe et al. (2014) afirmó “las mujeres presentan más conflictos de rol, sintomatología depresiva, conflictos familiares y trabajo” (p. 17).

- ***Estado civil***

Aunque se ha asociado el Síndrome más con las personas que no tienen pareja estable, tampoco hay un acuerdo unánime; parece que las personas solteras tienen mayor cansancio emocional, menor Realización Personal o Académica y mayor Despersonalización, que aquellas otras que o bien están casadas o conviven con parejas estables. En este mismo orden la existencia o no de hijos hace que estas personas puedan ser más resistentes al Síndrome, debido a la tendencia generalmente encontrada en los padres, a ser personas más maduras y estables, y la implicación con la familia y los hijos hace que tengan mayor capacidad para afrontar problemas personales y conflictos emocionales; y ser más realistas con la ayuda del apoyo familiar (Inga e Issel, 2019).

2.2.3. *Burnout Académico*

El Burnout Académico o Estudiantil tiene su base teórica en el enfoque unidimensional (agotamiento emocional) originado en el trabajo de Pines, Aronson y Kufry et al. (1981) quienes señalaron “este Síndrome se presenta tanto en trabajadores como en personas que no son trabajadores” (Barraza et al., s. f.), no obstante algunos investigadores parte de las teorías en

base a una concepción tridimensional del Burnout fundamentado en los trabajos de Maslach y Jackson (1981). El primer trabajo que abordó el Síndrome de Burnout Estudiantil fue el de Balogum (1995) en Hererich y Caballero, 2016) sin embargo, no se tiene conocimiento de que este estudio fuera continuado por otros, por lo que no sería sino hasta el año 2003 en que este Síndrome fue estudiado nuevamente en estudiantes.

Actualmente la revisión de la literatura permitió identificar a seis grupos de investigaciones detallados por Barradas et. al. (2017) que toman como sujeto de investigación a los estudiantes: en el año 2003 Aranda, Pando, Velásquez, Acosta y Pérez; en el año 2005 el grupo de Cano y Martín; Carlotto, Goncalves y Borges; Extremera, Rey y Durán; y Martínez y Marques, mientras que en el año 2007 el grupo de investigadores liderados por Borda, Navarro, Aun, Berdejo, Racedo y Ruiz.

Por tanto, el Burnout ha sido estudiado a partir de las dos corrientes (tridimensional y unidimensional) y no se limita al área laboral pues también se muestra en los alumnos, como lo manifestado por Guzmán et al. (2020):

El Burnout Académico también puede ajustarse a un enfoque tridimensional, la primera de ellas, el agotamiento emocional, es una réplica emocional negativa a los estudios y de sensación de agotamiento frente al trabajo Académico. La segunda, la Despersonalización o cinismo reside en adoptar una respuesta impersonal y poco empática, estando distante en la interacción con los sujetos. En tanto, la tercera, sentido reducido de autoeficacia o falta de Realización Académica, envuelve sentirse incompetente en los estudios, con deficientes expectativas para el Desempeño Académico (p. 30).

El Burnout Académico o estudiantil en los universitarios depende del bajo nivel de conducción de emociones ante los retos académicos, entre los que destacan, altos niveles de frustración (Caballero et al., 2010), dudas acerca del valor del estudio, sensación de cansancio y de inutilidad. Esto se da por la falta de disfrute e inmersión en el proceso de aprendizaje y a su vez, por la falta de inspiración y dedicación en los estudios, asimismo, se relaciona con una baja Autoestima, malestar y sensación de pérdida de control (Gutiérrez et al., 2020).

2.2.3.1. Factores asociados al Síndrome de Burnout Académico.

– Sociodemográficos

Sexo: Predomina en el femenino (Bolaños y Rodríguez, 2015).

Edad: Los extremos de edad afectan de forma significativa, por un lado, algunos de los estudiantes universitarios aún están en su etapa de adolescencia, lo cual implica menor experiencia sobre situaciones estresantes. Por otra parte, a mayor edad existe más riesgos porque disminuye la competencia inmunológica (Hererich y Caballero, 2016).

– Del contexto social

Entre las causas asociadas al contexto social se detalla:

- a. Deficiente apoyo familiar.
- b. Escaso apoyo social, relacionado con la carrera escogida.
- c. Falta de incentivos económicos (becas por excelencia académica).
- d. Bajos recursos económicos y materiales, deudas u otros.
- e. Mala percepción sobre la oferta de la carrera en el mercado laboral (Marengo, Suárez y Palacio, 2017).

– Personales

Entre los factores asociadas al contexto personal se detalla:

- a. Inadecuada planificación del tiempo (Guzman y Mortigo, 2018).
- b. Temor y ansiedad en periodos de evaluaciones cognitivas.
- c. Rutina diaria sin actividades de ocio.
- d. Horas de sueño insuficientes: de acuerdo a la “National Sleep Foundation's Sleep Time Duration las horas de sueño recomendadas para personas entre 18 a 64 años, son de 7 a 9 horas (Hirshkowitz et al., 2015).

– **De tipo Académico**

Entre los factores asociadas al contexto Académico se detalla:

- a. Alto nivel de competitividad entre compañeros/as.
- b. Clima en el aula: aceptación y/o rechazo de los demás (Marengo et al., 2017).
- c. Negación a realizar trabajos grupales o no colaboración en los mismos.
- d. Dominio insuficiente de habilidades y destrezas (Rodríguez et al., 2019).
- e. Relaciones distantes y mínima comunicación con los docentes.
- f. Docentes exigentes.
- g. Ausencia de asociaciones estudiantiles.
- h. Metodologías epistemológicas inadecuadas.
- i. Insatisfacción en la temática abordada: consideran que son temas difíciles, innecesarios, que no aportan a su conocimiento o que ya los dominan (Marengo et al., 2017).
- j. Dificultad con acceso al servicio de bibliotecas.
- k. Gestión administrativa ineficaz.
- l. Ausentismo de docentes.
- m. Falta de tutorías.

- n. Límite de tiempo en la entrega de trabajos, evaluaciones, entre otros (Guzmán et al., 2020).

2.3. Desempeño Académico

El Desempeño Académico está ligado a la evaluación que hace una institución educativa a los estudiantes, con el propósito de verificar si se han alcanzado las competencias y objetivos trazados y que acrediten un conocimiento específico (Montes, 2011), en la bibliografía el Desempeño Académico es definido por diversos autores, entre ellos Lamas (2015) quien preciso “El Desempeño Académico se centra en la evaluación del conocimiento adquirido en la universidad, un estudiante con buen Desempeño Académico es aquel que obtiene calificaciones positivas en los exámenes que debe rendir a lo largo de un periodo” (p. 32). Edel (2003) lo definió como:

El Desempeño Académico es la relación que existe entre el proceso de aprendizaje y los resultados tangibles en valores predeterminados, es un tema determinante en el ámbito de la educación superior por sus implicaciones en el cumplimiento de la función formativa de las instituciones educativas y el proyecto educativo de los estudiantes. Una reflexión sobre esta temática contribuye a la labor exitosa de formación profesional en la Institución y a nivel individual (p. 12).

El Desempeño Académico es de gran importancia, pues permite establecer en qué medida los alumnos han alcanzado sus objetivos académicos, no solo sobre aspectos cognoscitivos, sino en otros aspectos, además permite obtener información para establecer estándares, “los datos y registros del Desempeño Académico son útiles para diagnosticar las habilidades y hábitos de estudio del alumno, no solo puede ser analizado como resultado final, sino como un proceso y un determinante del nivel” (Ortiz, 2018, p.32).

Según Garbanzo (2007) el “Desempeño Académico es fruto del esfuerzo y la capacidad de trabajo del estudiante que permitirá el análisis minucioso del éxito académico o por otro lado el fracaso” (p. 37), para medir el Desempeño Académico no se considera la edad del alumno, pero entre mayor sea tendrá más madurez mental y emocional, lo cual le permite tomar mejores decisiones y obtener mejores resultados en cualquier ámbito. Paralelamente, estos estudios revelan que la conducta pro social no solo favorece el apoyo social entre los individuos, sino que reduce la depresión y el desarrollo de conductas negativas, favoreciendo así el rendimiento escolar (Barrios y Frías, 2016).

2.3.1. Factores que inciden en el Desempeño Académico.

Para Izar, Ynzunza y López (2011) los factores que afectan el Desempeño Académico se mencionan a continuación:

- Factores fisiológicos: Son factores de salud que afectan el Desempeño Académico de los estudiantes, estos pueden deberse a cambios hormonales, problemas de peso, y en general problemas de salud.
- Factores pedagógicos: Son los factores que tienen relación con calidad de enseñanza, entre estas se encuentran el número de alumnos, por cada docente, los métodos y materiales que utilizan, la motivación de los alumnos, y el tiempo que los docentes utilizan para la preparación de sus clases.
- Factores psicológicos: Este factor se refiere a los aspectos psicológicos, como la memoria, la percepción y la conceptualización que dificultan el aprendizaje.
- Factores sociológicos: Son todas las características familiares y socioeconómicas de los alumnos, así como la posición económica familiar, la ocupación de los padres, y la calidad del ambiente de los estudiantes.

En el ámbito universitario se han realizado diversos estudios enfocados en explicar el rendimiento de los alumnos y si bien las variables explicativas varían de acuerdo con el nivel educativo, la mayoría considera la personalidad, los hábitos de estudio, factores socioeconómicos y rendimiento anterior (Reyes, 2000). A continuación, se describe las dimensiones Autoestima, Conductas de hábitos, Administración del tiempo y Memoria utilizadas para valorar el Desempeño Académico:

2.3.1.1. La Autoestima.

Según Branden (1998) la Autoestima tiene dos componentes: capacidad y valor personal, que se refleja en autoconfianza y auto respeto; por tanto, una alta Autoestima es imprescindible para sentirse confiadamente apto para la vida “siendo la Autoestima es el componente evaluativo del concepto de sí mismo” (p. 26), tener una buena Autoestima afecta positivamente todos los aspectos de nuestra experiencia, y tener una mala o deficiente Autoestima nos afectará negativamente, “los dramas de nuestra vida son los reflejos de nuestra visión íntima de nosotros mismos” (p. 31). Según Naranjo (2011) existen cuatro factores relevantes que contribuyen al desarrollo de la Autoestima:

El primero es el aumento de respeto, aceptación e interés que un individuo recoge de los individuos que son importantes para él, así nos valoramos como somos evaluados, un segundo elemento es la historia de metas alcanzadas y el status que se logra, generalmente los triunfos ofrecen reconocimiento, el tercero, reside que el individuo logra Autoestima únicamente en las áreas que personalmente le son significativas, y por último, el control y defensa son aptitudes individuales para notificar un evento con resultados e implicancias negativas, de tal manera que reduzca su valor (p. 27).

Para Rosenberg (1973) como se citó en Solórzano (2003) la Autoestima es un término que refleja el sentimiento de que uno es lo suficientemente bueno porque se es digno de la estima de los demás y respeto por lo que, “se acepta a sí mismo, implicando conocerse a sí mismo, reconociendo sus potencialidades y dificultades, pero también involucrando sus deseos de mejora” (p. 52).

Una de las características de la Autoestima para Coopersmith (1990) citado en Seminario (2018) “se centra en la estima relativamente estable de la Autoestima general y no en cambios transitorios y específicos, esto se verifica a través de medidas obtenidas bajo condiciones similares y con los mismos instrumentos” (p. 96).

2.3.1.2. Conductas de hábitos.

Al respecto Chauchard (1971) en Solorzano (2003) precisó el hábito es una conducta que libera nuestra conciencia y gracias a él las situaciones se nos hacen familiares, siendo relativamente estable y está formado por un montaje de reflejos condicionados que se encadenan entre sí, sin embargo, el hábito a veces puede convertirse en una rutina empobrecedora. Una de las conductas de hábito necesarias en los estudiantes a precisar son los hábitos de estudio.

2.3.1.2.1. Hábitos de estudio.

Quelopana, (1999) en Solórzano (2003) precisó que el hábito es una costumbre para hacer algo de forma natural mientras que el hábito de estudiar “es la práctica de estudio sin necesidad de ordenar de nuevo para hacerlo; una persona no nace con el hábito; éste se adquiere y se aprende todo estudiante requiere y necesita desarrollarlo” (p.45). Según Castillo (2018) hábitos de estudio:

Son un conjunto de hábitos de trabajo intelectual que afectan a las funciones de motivación, condiciones físicas y destrezas instrumentales básicas para el estudio; cada una de éstas proporciona elementos que permiten un adecuado desenvolvimiento del estudiante en el que hacer educativo, así como en su contexto personal (p.58).

Mientras que Gall et. al. (1994) se centra en las habilidades de estudio que “suelen referirse a un conjunto de técnicas para estudiar e incluyen estrategias de estudio; el ideal es que, cualquiera de estas, se pueda transformar en un hábito productivo para aquel que quiera aprender en niveles aceptables de eficiencia” (p. 37). Por otro lado, Belaunde (1994) precisó:

El concepto de hábito de estudio está referido al modo como el estudiante se enfrenta cotidianamente a su quehacer educativo, es la costumbre natural de procurar aprender permanentemente, lo cual involucra la forma en el que el alumno se organiza en cuanto a tiempo, espacio, técnica y métodos concretos que utiliza para estudiar, entre los hábitos de estudio se destaca la lectura exploratoria, la lectura comprensiva el subrayado, el esquema y la memorización (p.49).

2.3.1.3. Administración del Tiempo.

García et al. (2008) lo definen como “un proceso en donde se establecen metas claras, se tiene en cuenta el tiempo disponible y se verifica el uso que se le da al tiempo con relación al estudio” (p.28). Esta definición comprende tres aspectos claves, el establecimiento de metas, las herramientas para la gerencia del tiempo y la percepción de control o verificación del uso del tiempo personal. Mientras que Caso y Hernández,

(2007) precisaron que la forma en que los adolescentes administran el tiempo “ejerce un efecto predictor en torno a las calificaciones escolares” (p.6). Por otro lado, García, Pérez, Talaya y Martínez, (2008) en Solórzano (2003) definen la gestión de tiempo:

Un proceso en donde se establecen metas claras, se tiene en cuenta el tiempo disponible y se verifica el uso que se le da al tiempo con relación al estudio. Esta definición comprende tres aspectos claves, el primero, el establecimiento de metas, el segundo, las herramientas para la gerencia del tiempo y el tercero, la percepción de control o verificación del uso del tiempo personal (p.58).

2.3.1.4. Memoria.

Corral (1991) en Meza et al. (2020) precisó “la memoria no es solo un procesamiento interno, sino que implica acciones reales tanto en calidad de estímulos la información y entrada, como de acciones de respuesta información de salida” (p. 122). Según Castillo (2018) “la memoria es la constancia del aprendizaje a través del tiempo mediante el almacenamiento y la recuperación de la información” (p. 10).

Así también Lamas (2015) precisó “es el proceso por medio del cual se retiene y continúa actualizando la información que consta de varios pasos como el registro, codificación y decodificación o evocación” (p. 32). En el registro se recopila la información; luego, se pasa a la codificación, donde se analiza y categoriza; posteriormente, pasa al almacenamiento de la información, en el que se tienen en cuenta dos estadios: la memoria a corto plazo y la memoria a largo plazo. La primera es un sistema para almacenar una cantidad limitada de información durante un corto periodo; mientras la segunda permite almacenar una gran cantidad de información durante un tiempo

indefinido, ésta es más estable y duradera y menos vulnerable a las interferencias (Morgado, 2005).

Según Miller (1996) la Memoria a corto plazo “se entiende como el recuerdo de material de forma inmediatamente posterior a su presentación o su recuperación ininterrumpida y se la cree limitada en su capacidad” (p. 3) y la memoria a largo plazo hace referencia “al recuerdo de información tras un intervalo en el que la atención del sujeto se centra en aspectos distintos del objetivo y se cree que tiene una gran capacidad” (p. 6).

2.4. Marco Conceptual

- **Administración del Tiempo:**

Capacidad que tiene un individuo de acomodar el tiempo para ejecutar diferentes acciones (Solórzano, 2003).

- **Agotamiento Emocional (AE):**

Se le refiere como la fatiga o falta de energía y la sensación de que los recursos emocionales se han agotado. Puede proporcionar un conjunto con sentimientos de fracaso y tirantez, en la medida que ya no tiene estimulación para perseguir en el trabajo (Arpita, 2016, p.17).

- **Autoestima:**

Vocablo que refleja el sentimiento de que uno es lo “suficientemente bueno” (Caso, 2007).

- **Conductas de Hábito:**

Acciones de un individuo que ha creado a lo largo del tiempo conductas para mejorar sus hábitos de estudio, conductas ante pruebas y métodos de estudio (Solórzano, 2003).

- **Desempeño Académico:**

Está imputado al logro del alumno en los trabajos académicos, siendo la relación entre el proceso de aprendizajes y los resultados visibles en valores establecidos (Montes, 2011).

- **Despersonalización o Cinismo:**

Da cuenta del progreso de actitudes negativas e insensibilidad hacia los individuos. Esto deriva en conflictos interpersonales y aislamiento. El estilo del trato despersonalizado a las personas se basa en generalidades, etiquetas y descalificaciones, como un intento de impedir cualquier aproximación que será desgastante (Arpita, 2016, p. 17).

- **Maslach Burnout Inventory (MBI):**

Cuestionario auto administrado registrado universalmente como la media fundamental de agotamiento profesional, donde se puede distinguir y medir los tres elementos o dimensiones que conforman el Síndrome de Burnout (Arpita, 2016, p. 17).

- **Memoria:**

Es la posibilidad psicológica que utilizamos para hacer presente experiencias, funciones, acciones, condicionadas por sus equivalentes previos (Solórzano, 2003).

- **Realización Académica o Personal (RP):**

La dimensión de falta de Realización Académica o personal alude a la sensación de que no se están obteniendo logros de su trabajo, autocalificándose negativamente. Esto alude a las dificultades en el desempeño. Esta dimensión describe la tendencia a auto evaluarse negativamente, declinando el sentimiento de competencia en el trabajo (Arpita, 2016, p. 18).

Capítulo III

Hipótesis y Variables

3.1. Hipótesis General

Existe una relación significativa entre el Síndrome de Burnout y el Desempeño Académico de los estudiantes de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el año 2019.

3.2. Hipótesis Específicas

- a) Existe un nivel leve del Síndrome de Burnout en los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre Académico 2019-II
- b) Existe un nivel superior en el Desempeño Académico en los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre Académico 2019-II
- c) Existe una relación significativa entre las dimensiones de la variable Síndrome de Burnout y las dimensiones de la variable Desempeño Académico en los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre Académico 2019-II

3.3. Identificación de las variables

3.3.1. *Variable de estudio 1*

Síndrome de Burnout

3.3.2. *Variable de estudio 2*

Desempeño Académico

3.3.3. *Variables intervinientes*

- Edad
- Sexo
- Ocupación (Estudia y trabaja)
- Estado civil
- Hijos

3.4. Operacionalización de las Variables

| Variables | Definición Conceptual | Definición Operacional | Dimensiones | Indicadores | Ítems/Reactivos | Nivel |
|----------------------------|--|--|---|---|--|--|
| Síndrome de Burnout | Un Síndrome ocupacional multifuncional formado por una triada de síntomas basados en altos niveles de desgaste emocional, despersonalización y poca eficacia académica (Maslach y Jackson 1981 y citado por Amor et al., 2019) | Preguntas a los estudiantes con el uso de un cuestionario adaptado al Síndrome de Burnout Académico. | Agotamiento Emocional Despersonalización Realización Académica o personal | Cansancio Emocional Sentimientos de desesperanza y desinterés Actitudes negativas hacia el Desempeño Académico Trato impersonal Actitudes negativas con los demás Respuesta negativa en su Desempeño Académico Sentimientos de escasa competencia profesional | Preguntas del 1 al 5. Preguntas del 6 al 11. Preguntas del 12 al 15. | No presenta 0 - 25%, Leve 26 a 50%, Moderado 51 a 75% Profundo 76 a 100%. |

Fuente: Elaborado con base a las bases teóricas de Maslach y Jackson 1981 citado por Amor et al. (2019).

| Variab les | Definición Conceptual | Definición Operacional | Dimensiones | Indicadores | Ítems/Reactivos | Nivel |
|----------------------------|--|--|--|--|---|----------------------------------|
| Desempeño Académico | El Desempeño Académico se centra en la evaluación del conocimiento adquirido en el ámbito universitario, un estudiante con buen rendimiento Académico es aquel que obtiene calificaciones positivas en los exámenes que debe rendir a lo largo de un periodo de estudio. (Lamas, 2015) | Medido a través de un cuestionario sobre los factores externos que influyen en el Rendimiento Académico. | Autoestima Conductas de hábitos Administración del tiempo Memoria | Auto concepto Autoestima Conductas ante pruebas Métodos de estudio Mi tiempo Memoria de lugar Memoria visual de figuras Memoria de palabras Memoria de nombres y rostros | Preguntas del 1 al 10. Preguntas del 11 al 40. Preguntas del 41 al 55. Preguntas del 56 al 62. | Superior, Medio e Inferior |

Fuente: Elaborado en base a las bases teóricas de Solórzano (2003) y Lamas (2015).

Capítulo IV

Metodología

4.1. Enfoque de la Investigación

Cuantitativo, porque se analizó los datos para responder a los objetivos propuestos en la investigación en base a la revisión numérica y al análisis estadístico, para probar teorías, por tal motivo se ha planteado un problema de estudio delimitado y concreto, el cual es determinar la Influencia del Síndrome de Burnout en el Desempeño Académico de los estudiantes de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco (Hernández et al., 2014).

4.2. Tipo de Investigación

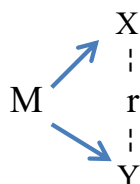
La presente investigación es de tipo Básica, porque es una investigación de tipo eminentemente teórica, orientada a la búsqueda de nuevos conocimientos teóricos a efectos de ampliar o sustentar mejor la teoría existente (Villegas, 2005).

4.3. Nivel de Investigación

El estudio corresponde a un nivel descriptivo y correlacional; descriptivo porque buscó especificar propiedades, características y rasgos importantes del Síndrome de Burnout y el Desempeño Académico y correlacional porque su propósito fue evaluar la relación que existe entre las dos variables y sus dimensiones, por medio de la técnica estadística de análisis de correlación, para hallar características y rasgos importantes.

4.4. Diseño de Investigación

La presente investigación tiene un diseño no experimental de corte transversal o llamado también transeccional, porque se observó los fenómenos en su estado natural, para luego analizarlos. Determinado en el siguiente esquema:



Donde:

M es la muestra de estudiantes

X = Variable Síndrome de Burnout

Y = Variable Desempeño Académico

r = Es el coeficiente de correlación entre las dos variables.

4.5. Población de Estudio

La población estuvo conformada por los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, matriculados en el semestre académico 2019 II, por tanto, la población es estudio fue de 1525 estudiantes.

4.5.1. Muestra y muestreo

Del total de la población de estudiantes ($N = 1525$), se seleccionó a 307 estudiantes. Se utilizó un muestreo probabilístico. Para la asignación de los tamaños muestrales para cada

semestre académico se utilizó el procedimiento de asignación proporcional (véase Tabla 1). La muestra se determinó mediante la curva de la Normal, descrita a continuación:

$$n = \frac{N \cdot p \cdot q}{\left[\frac{ME^2}{NC^2} (N - 1) \right] + p \cdot q}$$

Donde:

N = Población

n = muestra

p = 0,5 (probabilidad de acierto 50%)

q = 0,5 (probabilidad de no acierto 50%)

ME = 0,05 (error máximo permitido 5%)

NC = 95% (nivel de confiabilidad)

Zc = 1,96 (número máximo determinado según la tabla de áreas bajo la curva de la normal tipificado de 0 a Z, que representa el límite de confianza requerido para garantizar los resultados)

4.5.2. Resolución de la fórmula

$$n = \frac{N \cdot p \cdot q}{\left[\frac{ME^2}{NC^2} (N - 1) \right] + p \cdot q}$$

$$n = \frac{1525(0.5)(0.5)}{\left[\frac{0.05^2}{1.96^2} \right] (1525 - 1) + (0.5)(0.5)}$$

$$n = \frac{381.25}{0.00065 \times 1524 + (0.25)}$$

$$n = \frac{381.25}{1.241} = 307.21$$

$$n = 307$$

Al respecto en la tabla 1 se precisa la escuela profesional, la especialidad con su respectiva población muestra y proporción.

Tabla 1. *Población, muestra y muestreo*

| Escuela | Especialidad | Población | Muestra | Proporción |
|--------------------|----------------------------|------------------|----------------|-------------------|
| Profesional | | | (M) | (n/N) % |
| Primaria | | 422 | 85 | 27,67 |
| | Matemática y Física | 134 | 27 | 8,79 |
| | Ciencias Naturales | 104 | 21 | 6,82 |
| Secundaria | Ciencias Sociales | 331 | 67 | 21,70 |
| | Lengua y Literatura | 314 | 63 | 20,59 |
| | Educación Física | 220 | 44 | 14,43 |
| Total | | 1525 | 307 | 100,00 |

Fuente: Elaboración propia, 2020.

4.6. Técnicas de Recolección de Datos

Para la investigación se utilizó la técnica de la encuesta que ha permitido recabar información para la posterior medición de las variables Síndrome de Burnout y Desempeño Académico.

4.6.1. Instrumentos de Recolección de Datos

La investigación recogió la información a través de dos cuestionarios, el primero para la variable Síndrome de Burnout, se utilizó el cuestionario “Maslach Burnout Inventory –Student Survey” (MBS-SS) adaptado por Schaufeli, Salanova, González y Bakker en el año 2002 con un enfoque

netamente hacia los alumnos, que consta de 15 preguntas y el segundo cuestionario para la variable Desempeño Académico Adaptado de “Estrategias para el Rendimiento Académico” de N. Solórzano (2003) que consta de 62 preguntas.

4.6.2. *Cuestionario de Maslach Burnout Inventory –Student Survey (MBI-SS).*

Considerado el cuestionario con mayor utilidad para medir el Síndrome de Burnout en estudiantes, consta de 15 preguntas, que miden las dimensiones agotamiento emocional, despersonalización y la falta de realización académica, alcanzando una puntuación máxima de 45 puntos y con niveles de no presenta, leve, moderado y profundo, detallado en la tabla 2. Se considera que un estudiante presenta el Síndrome de Burnout Académico, si muestra valores altos en agotamiento y cinismo y bajos en realización académica

Tabla 2. *Descripción del cuestionario Maslach Burnout Inventory (MBI -SS), puntuación, porcentaje y nivel.*

| Puntuación mínima máxima | Porcentaj y e | Nivel | Descripción |
|---|--------------------------|----------------|---|
| 0 a 11 puntos | 0 – 25% | No presenta | No presenta ninguna sintomatología relacionada al Síndrome de Burnout. |
| 12 a 23 puntos | 26 – 50% | Leve | Es estudiante presenta dificultad para levantarse, denominado cansancio patológico o agotamiento emocional. |
| 24 a 34 puntos | 51 – 75% | Moderado | El estudiante tiende a aislarse, se muestra irritado, fatigado y aburrido. Presenta cansancio o agotamiento emocional y actitud cínica. |

| | | | |
|----------------|------------|------------|---|
| 35 a 45 puntos | 76 100% | – Profundo | Aparecen sentimientos de frustración, culpa, autoevaluación negativa e incompetencia; además pierde el interés por sus metas y el estudio. Presenta cansancio o agotamiento emocional, actitud cínica y Falta de realización académica. |
|----------------|------------|------------|---|

Fuente: Elaborado en base a las bases teóricas de Maslach (2003) en Karpiuk et al. (2015).

4.6.3. Ficha técnica del cuestionario de Maslach Burnout Inventory –Student Survey (MBI-SS).

A continuación, se presenta la ficha técnica del cuestionario para medir la variable Síndrome de Burnout Académico:

| | |
|-----------------------|--|
| Variable: | Síndrome de Burnout Académico. |
| Tipo de instrumento: | Cuestionario. |
| Nombre: | Cuestionario para medir la variable Síndrome de Burnout Académico. |
| Autor: | Maslach Burnout Inventory –Student Survey. |
| Administración: | Auto aplicado, directo e individual. |
| Ámbito de aplicación: | Estudiantes. |
| Tiempo: | Variable entre 10 y 15 minutos. |
| Finalidad: | Obtener datos de forma sistemática sobre el Síndrome de Burnout. |
| Ítems: | 15 ítems con 4 alternativas cada uno. |
| Puntaje: | Nunca: 0; Algunas veces: 1; Casi siempre: 2 y Siempre: 3. |
| Formato: | En papel 2 carillas |

4.6.4. Cuestionario de Desempeño Académico

El cuestionario permite medir el Desempeño Académico a través de los factores que influyen entre ellos el factor psicológico y el factor Académico, consta de 62 preguntas, que miden las

dimensiones Autoestima, conductas de habito, administración del tiempo y memoria. detallado en la tabla 3.

Tabla 3. Descripción del cuestionario para Desempeño Académico, puntuación, porcentaje y nivel.

| Puntuación mínima y máxima | Porcentaje | Nivel | Descripción |
|-------------------------------------|-----------------|------------|--|
| 85 a 126 puntos | 0 33,33% | – Superior | Se evidencia un Desempeño Académico ineficiente, con problemas de Autoestima, presenta dificultades en conductas ante pruebas, en métodos de estudio, en la administración del tiempo y en la memoria. |
| 42 a 84 puntos | 33,34 66,67% | – Medio | Se evidencia que existe un Desempeño Académico en proceso, donde el estudiante presente una Autoestima regular y no presenta habilidades para el estudio (conductas ante pruebas, métodos de estudio, administración del tiempo y memoria) que le permitan un mejor desempeño en su labor como estudiante. |
| 0 a 41 puntos | 66,68 100% | – Inferior | Se evidencia un Desempeño Académico eficiente, con Autoestima elevada, donde el estudiante conoce y pone en práctica habilidades para el estudio entre ellas: |

conductas ante pruebas, métodos de estudio, administración del tiempo y memoria.

Fuente: Elaborado en base a las bases teóricas de Solórzano (2003).

4.6.5. Ficha técnica del cuestionario de Desempeño Académico

| | |
|-----------------------|--|
| Variable: | Desempeño Académico |
| Tipo de instrumento: | Cuestionario. |
| Nombre: | Cuestionarios para medir la variable Desempeño Académico |
| Autor: | Solórzano Domínguez Nubia (2003) |
| Administración: | Autoaplicado, directo e individual. |
| Ámbito de aplicación: | Estudiantes. |
| Tiempo: | Variable entre 20 a 25 minutos. |
| Finalidad: | Obtener datos de forma sistemática sobre el Síndrome de Burnout. |
| Ítems: | 62 ítems en total. Rango total (0 a 126 puntos) |
| D. Autoestima: | Muy de acuerdo =3; De acuerdo = 2; En desacuerdo = 1; Muy en desacuerdo = 0. (10 ítems) (rango = 0 a 30 puntos). |

D. Conductas de hábito: Sí, Frecuentemente, A veces y No (30 ítems) (rango = 0 a 30 puntos).

D. Administración del tiempo: Casi nunca, Pocas veces, Frecuentemente, Casi siempre (10 ítems) (rango = 0 a 30 puntos).

Alto, Regular, Casi nada, Nada (12 ítems) (rango = 0 a 36 puntos).

Formato: En papel 4 carillas.

4.7. Análisis e Interpretación de la Información

Para iniciar con la recolección de datos se solicitó la información sobre la cantidad de estudiantes matriculados en el semestre 2019 II y los permisos para la aplicación de los cuestionarios a los estudiantes de la Facultad de Educación.

La aplicación de los cuestionarios se realizó previa coordinación con los docentes de aula, puesto que se encuestó después de la actividad académica, la duración fue aproximadamente de 30 a 40 minutos, por último, se procedió al recojo de los cuestionarios. La aplicación y el recojo de la información dura aproximadamente dos meses debido a la distribución de horarios y tiempo de los estudiantes.

Los datos fueron procesados con ayuda del software Microsoft Excel 2017 y el paquete estadístico IBM SPSS-V25.

Se realizó un análisis descriptivo y de nivel inferencias presentado en tablas y figuras.

4.8. Análisis de fiabilidad para las variables Síndrome de Burnout y Desempeño Académico

El coeficiente de confiabilidad Alfa de Cronbach permitió señalar la consistencia de los instrumentos a través de la fórmula:

$$\alpha = \frac{N}{(N - 1) \left[\frac{1 - \sum_s^2 (Yi)}{s^2x} \right]}$$

Donde N representa al número de ítems (preguntas) de la escala, $\sum_s^2 (Yi)$ es el resultado de la sumatoria de las varianzas de los ítems y s^2x señala la varianza de toda la escala. El alfa de Cronbach tiene valores que oscilan entre 0 a 1, los valores más altos señalan que el instrumento tiene mayor consistencia. Valores entre 0.8 a 1 señalan fiabilidad, mientras que valores menores a 0.8 demuestran un instrumento inconsistente.

Tabla 4. *Análisis de fiabilidad y confiabilidad para la variable Síndrome de Burnout*

| Estadísticas de fiabilidad | | |
|-----------------------------------|---|----------------|
| Alfa de Cronbach | Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados | N de elementos |
| 0,911 | 0,919 | 15 |

Fuente: Base de datos, 2020.

El alfa de Cronbach para el instrumento Síndrome de Burnout es de 0.911 que indica un instrumento fiable donde los ítems o preguntas (15) permiten medir la variable.

Tabla 5. *Análisis de fiabilidad y confiabilidad por ítems.*

| Estadísticas de elemento |
|---------------------------------|
|---------------------------------|

| Ítems | Media | Desviación estándar | N |
|-------|-------|------------------------|-----|
| 1 | ,889 | ,8560 | 307 |
| 2 | ,860 | ,8650 | 307 |
| 3 | ,893 | ,8584 | 307 |
| 4 | ,958 | ,8293 | 307 |
| 5 | 1,801 | 1,1127 | 307 |
| 6 | ,925 | ,8465 | 307 |
| 7 | ,893 | ,8584 | 307 |
| 8 | ,860 | ,8650 | 307 |
| 9 | ,919 | ,8459 | 307 |
| 10 | ,893 | ,8584 | 307 |
| 11 | ,935 | ,8531 | 307 |
| 12 | ,954 | ,8428 | 307 |
| 13 | ,860 | ,8650 | 307 |
| 14 | ,967 | ,8356 | 307 |
| 15 | ,893 | ,8584 | 307 |

Fuente: Base de datos, 2020.

Tabla 6. *Análisis de fiabilidad y confiabilidad para la variable Desempeño Académico*

| Estadísticas de fiabilidad | | |
|----------------------------|---|----------------|
| Alfa de Cronbach | Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados | N de elementos |
| 0,898 | 0,903 | 62 |

Fuente: Base de datos, 2020.

El alfa de Cronbach para el instrumento Desempeño Académico es de 0.898 que indica un instrumento fiable donde los ítems o preguntas (62) permiten medir la variable.

Tabla 7. *Análisis de fiabilidad y confiabilidad por ítems*

| Estadísticas de elemento | | | |
|---------------------------------|-------|------------------------|-----|
| Items | Media | Desviación estándar | N |
| 1 | 2,147 | ,8331 | 307 |
| 2 | 1,336 | ,9876 | 307 |
| 3 | 2,280 | ,7184 | 307 |
| 4 | 2,147 | ,8331 | 307 |
| 5 | 1,739 | ,9167 | 307 |
| 6 | 2,000 | ,8440 | 307 |
| 7 | 2,020 | ,9286 | 307 |
| 8 | 1,160 | ,8729 | 307 |
| 9 | 2,147 | ,8331 | 307 |
| 10 | 2,316 | ,6375 | 307 |
| 11 | 2,147 | ,8331 | 307 |
| 12 | 2,280 | ,7184 | 307 |
| 13 | 2,147 | ,8331 | 307 |
| 14 | 2,280 | ,7184 | 307 |
| 15 | 1,987 | ,8204 | 307 |
| 16 | 2,147 | ,8331 | 307 |
| 17 | 1,541 | ,8484 | 307 |
| 18 | 1,010 | ,8184 | 307 |
| 19 | 2,147 | ,8331 | 307 |
| 20 | 2,208 | ,8644 | 307 |
| 21 | 2,147 | ,8331 | 307 |
| 22 | 1,189 | ,9342 | 307 |
| 23 | 1,980 | ,9180 | 307 |
| 24 | 2,147 | ,8331 | 307 |
| 25 | 2,280 | ,7184 | 307 |
| 26 | ,870 | ,8494 | 307 |
| 27 | 2,147 | ,8331 | 307 |
| 28 | 2,147 | ,8331 | 307 |
| 29 | 2,280 | ,7184 | 307 |
| 30 | 1,749 | ,9595 | 307 |
| 31 | 1,391 | ,9652 | 307 |
| 32 | 2,147 | ,8331 | 307 |
| 33 | 1,752 | 1,0084 | 307 |
| 34 | 2,280 | ,7184 | 307 |
| 35 | 2,147 | ,8331 | 307 |
| 36 | 2,147 | ,8331 | 307 |
| 37 | 2,202 | ,8957 | 307 |

| | | | |
|----|-------|-------|-----|
| 38 | 2,147 | ,8331 | 307 |
| 39 | 2,280 | ,7184 | 307 |
| 40 | 2,140 | ,8574 | 307 |
| 41 | ,915 | ,7665 | 307 |
| 42 | 2,147 | ,8331 | 307 |
| 43 | 2,316 | ,6375 | 307 |
| 44 | 2,147 | ,8331 | 307 |
| 45 | 2,280 | ,7184 | 307 |
| 46 | 2,147 | ,8331 | 307 |
| 47 | 1,336 | ,9876 | 307 |
| 48 | 2,280 | ,7184 | 307 |
| 49 | 2,147 | ,8331 | 307 |
| 50 | 1,739 | ,9167 | 307 |
| 51 | 2,000 | ,8440 | 307 |
| 52 | 1,980 | ,9180 | 307 |
| 53 | 2,147 | ,8331 | 307 |
| 54 | 2,280 | ,7184 | 307 |
| 55 | ,870 | ,8494 | 307 |
| 56 | 2,147 | ,8331 | 307 |
| 57 | 2,147 | ,8331 | 307 |
| 58 | 2,280 | ,7184 | 307 |
| 59 | 1,749 | ,9595 | 307 |
| 60 | 2,147 | ,8331 | 307 |
| 61 | 2,280 | ,7184 | 307 |
| 62 | 2,147 | ,8331 | 307 |

Fuente: Base de datos, 2020.

Capítulo V

Resultados y Discusión

5.1. Descripción

Para la recolección de los datos, se utilizó el cuestionario Maslach Burnout Inventory Student Survey (IMB –SS) para medir la variable Síndrome de Burnout y el cuestionario adaptado de Solórzano (2003) para medir el Desempeño Académico cada uno cuenta con las dimensiones e indicadores pertinentes; el primer cuestionario para la variable Síndrome de Burnout consta de 15 ítems y el segundo cuestionario para la variable Desempeño Académico consta de 62 ítems, ambos instrumentos estuvieron dirigidos a los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco.

A continuación, se presenta los resultados de la información recogida en la aplicación de los instrumentos, dicha información se organizó a través de gráficos y tablas que permitieron responder a las hipótesis del trabajo.

5.2. Datos Generales sobre la Población estudiada (N = 307)

Tabla 8. Género

| Género | f _i | % |
|-----------|----------------|--------|
| Masculino | 144 | 46,91 |
| Femenino | 163 | 53,09 |
| Total | 307 | 100,00 |

Fuente: Elaboración propia en base a los resultados de la aplicación del cuestionario - 2019

De la tabla 8 se puede inferir que, de la muestra, el 55,09% son del género femenino, siendo en número mayor que los del género masculino que representa el 46,91%.

Tabla 9. Edad

| Edad | f _i | % |
|-----------------|----------------|--------|
| De 16 a 20 años | 143 | 46,58 |
| De 21 a 27 años | 157 | 51,14 |
| De 28 a 51 años | 7 | 2,28 |
| Total | 307 | 100,00 |

Fuente: Elaboración propia en base a los resultados de la aplicación del cuestionario - 2019

En la tabla 9 se puede observar que el 51,14% de estudiantes tiene entre 21 a 27 años, el 46,58% de estudiantes tiene entre 16 a 20 años, mientras que el 2,28% de estudiantes tiene entre 28 a 51 años.

Tabla 10. Ocupación

| Ocupación | f _i | % |
|-------------------|----------------|--------|
| Estudia | 163 | 53,09 |
| Estudia y trabaja | 144 | 46,91 |
| Total | 307 | 100,00 |

Fuente: Elaboración propia en base a los resultados de la aplicación del cuestionario - 2019

De la tabla 10 se puede inferir que el 53,09% de los estudiantes solo estudia, mientras que el 46,91% de los estudiantes estudia y trabaja.

Tabla 11. Estado civil

| Estado civil | f _i | % |
|--------------------|----------------|-------|
| Soltero | 295 | 96,09 |
| Conviviente/Casado | 8 | 2,61 |

| | | |
|-------|-----|--------|
| Otro | 4 | 1,30 |
| Total | 307 | 100,00 |

Fuente: Elaboración propia en base a los resultados de la aplicación del cuestionario - 2019.

De la tabla 11 se puede visualizar que el 96,09% de estudiantes son solteros, el 2,61% de estudiantes tienen una pareja con la cual conviven o están casados, mientras que el 1,30% de estudiantes tienen otro estado civil (viudo/ divorciado).

Tabla 12. *Número de hijos*

| Número de hijos | f_i | % |
|-----------------|-------|--------|
| 0 | 282 | 91,86 |
| 1 | 18 | 5,86 |
| 2 | 4 | 1,30 |
| 3 | 3 | 0,98 |
| Total | 307 | 100,00 |

Fuente: Elaboración propia en base a los resultados de la aplicación del cuestionario - 2019

En la tabla 12 se puede observar que el 91,86% de estudiantes no tiene hijos el 5,86% de estudiantes tiene un hijo, el 1,30% de estudiantes tiene dos hijos, mientras que el 0,98% de estudiantes tienen tres hijos.

5.3. Nivel del Síndrome de Burnout

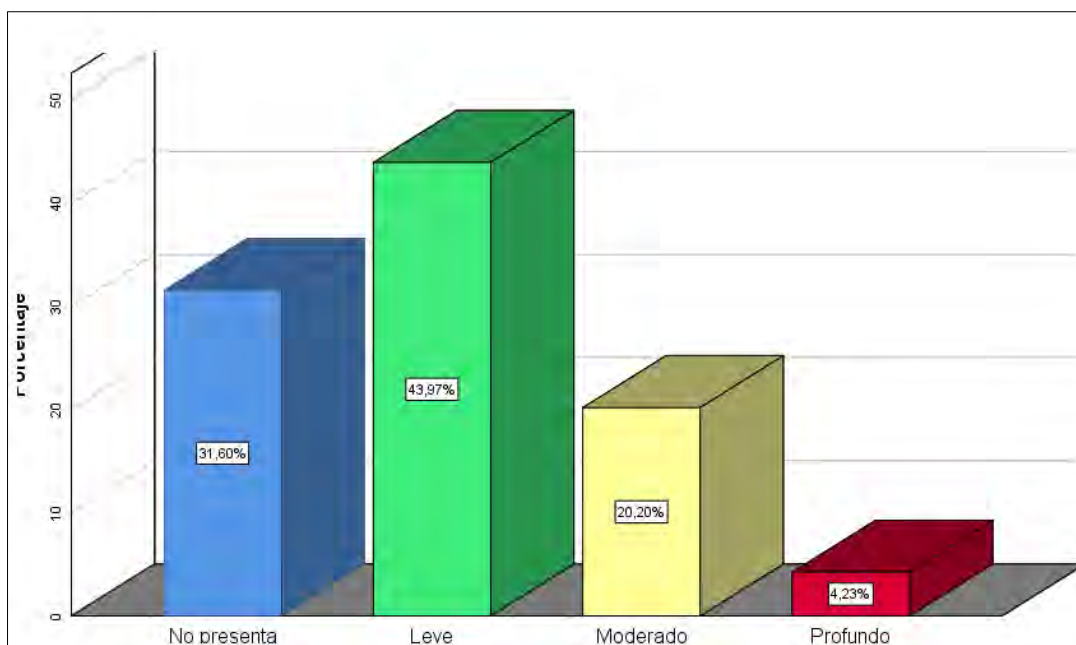


Figura 1. Síndrome de Burnout en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, en el semestre 2019 II.

En la figura 1 respecto a la presencia de Síndrome de Burnout se observa que del 100% (307) de estudiantes, el 43,97% (135) de ellos presenta un Síndrome de Burnout leve, seguido de un 31,60% (97) de estudiantes que no presentan, el 20,20% (62) presentan Burnout moderado y el 4,23% (13) presentan Burnout profundo.

El Síndrome de Burnout leve se caracteriza por la dificultad que tiene el estudiante para levantarse por la mañana o el cansancio patológico, mientras que el Burnout moderado da a entender que el estudiante tiende a aislarse, se muestra irritado, fatigado y aburrido, además presenta cansancio o agotamiento emocional y actitud cínica (Caballero et al., 2010).

Respecto a las dimensiones del Síndrome de Burnout, Agotamiento Emocional, Despersonalización y Realización Académica, en la tabla 13 se detalla la distribución por

niveles, no presenta, leve, moderado y profundo de los 307 estudiantes de la facultad educación de la UNSAAC.

Tabla 13. Dimensiones del Síndrome de Burnout en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, en el semestre 2019 II

| Dimensiones del Síndrome de Burnout | No presenta | | Leve | | Moderado | | Profundo | |
|-------------------------------------|----------------|-------|----------------|-------|----------------|-------|----------------|------|
| | f _i | % | f _i | % | f _i | % | f _i | % |
| Agotamiento Emocional | 29 | 9,45 | 133 | 43,32 | 132 | 43,00 | 13 | 4,23 |
| Despersonalización | 116 | 37,79 | 124 | 40,39 | 56 | 18,24 | 11 | 3,58 |
| Realización Académica | 99 | 32,25 | 132 | 43,00 | 68 | 22,15 | 8 | 2,61 |

Fuente: Elaboración propia en base a los resultados de la aplicación del cuestionario – 2019

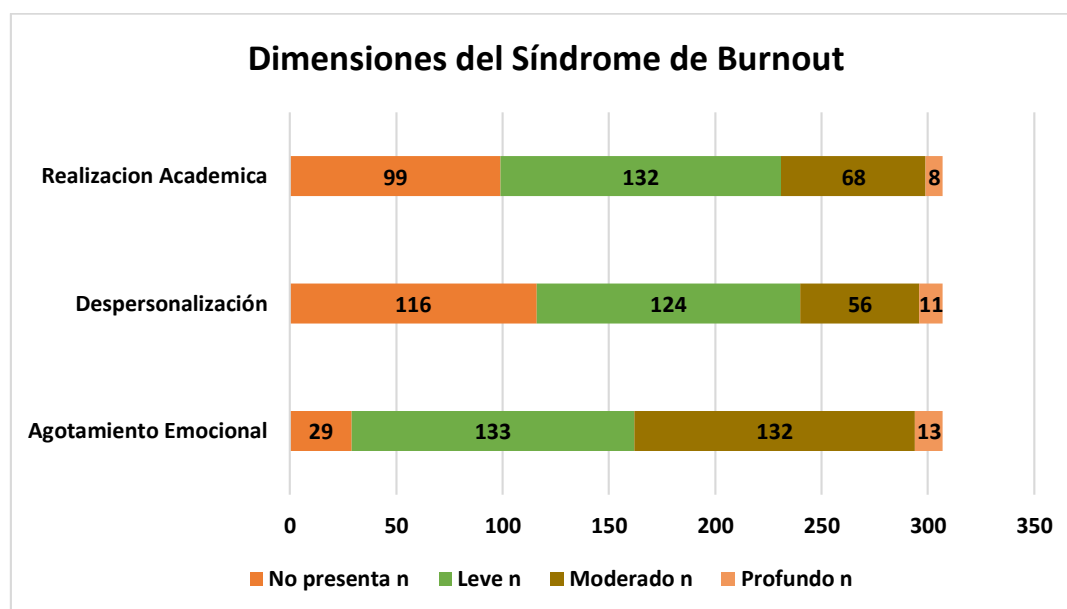


Figura 2. Dimensiones del Síndrome de Burnout en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, en el semestre 2019 II

Como se observa en la figura 2 en la dimensión de Realización Académica, el 32,25% (99) no presenta; 43,00% (132) nivel leve, 22,15% (68) nivel moderado y un 2,61% (8) nivel profundo. En la dimensión despersonalización, el 37,79% (116) no presenta; 49,39% (124) nivel leve, 18,24% (56) nivel moderado y un 3,58% (11) nivel profundo. En la dimensión Agotamiento Emocional el 9,45% (29) no presenta; 43,32% (133) nivel leve, 43,00% (132) nivel moderado y un 4,23% (13) nivel profundo.

Al respecto de las dimensiones de Síndrome de Burnout los estudiantes de la Facultad de Educación presentan un nivel profundo de Agotamiento Emocional (13), seguido de Despersonalización (11) y Realización Académica o personal (8).

Se ha definido que el Síndrome de Burnout o Síndrome del quemado aparecen de manera secuencial o progresiva que empieza con un desgaste emocional del estudiante que si no se contrala o se trata pasa a generarse sentimientos de despersonalización que trae como consecuencia sentimientos de ansiedad y muestran poca productividad académica y laboral (Amor et. la., 2019).

En principio el Burnout estudiantil se detectó en estudiantes relacionados al ámbito de la salud por estar en contacto con situaciones de sufrimiento; sin embargo, su detección se ha ampliado a estudiantes del ámbito social, que incluso es considerado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como uno de los factores de riesgo laboral (Carlin y Garcés, 2010).

A nivel Académico diferentes estudios sugieren diversos factores que desencadenan el Burnout Estudiantil entre ellos la elevada exigencia académica, la exposición al sufrimiento por relaciones personales, familiares e hijos, el ambiente de estudio entre otros factores que pueden provocar en el estudiante situaciones de estrés (Amor et. la., 2019).

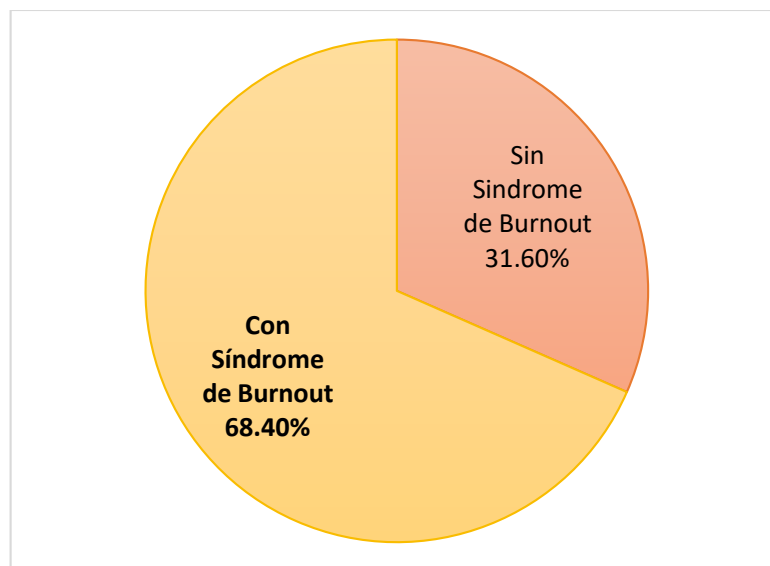


Figura 3. Casos de Síndrome de Burnout en los estudiantes de la facultad de educación de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, en el semestre 2019 II.

La frecuencia del Burnout Estudiantil (Figura 3) según los criterios definidos por Maslach leve, moderado y profundo, fue de 210 casos de los 307 encuestados que representa el 68,40%, es decir los casos que presentan Síndrome de Burnout en alguno de sus niveles, leve, moderado y profundo.

Al Síndrome de Burnout se le debe dar la importancia necesaria en los estudiantes de la Facultad de Educación, puesto que el Síndrome se manifiesta de manera progresiva y puede pasar del nivel leve, al moderado o profundo si se da las condiciones, puesto que supone un riesgo potencial para su Desempeño Académico y para su futuro profesional y familiar. Todo esto supone actuar de manera temprana proporcionando al estudiante asistencia psicológica individual y educación sobre salud mental (Durán et al., 2018).

5.4. Nivel de Desempeño Académico

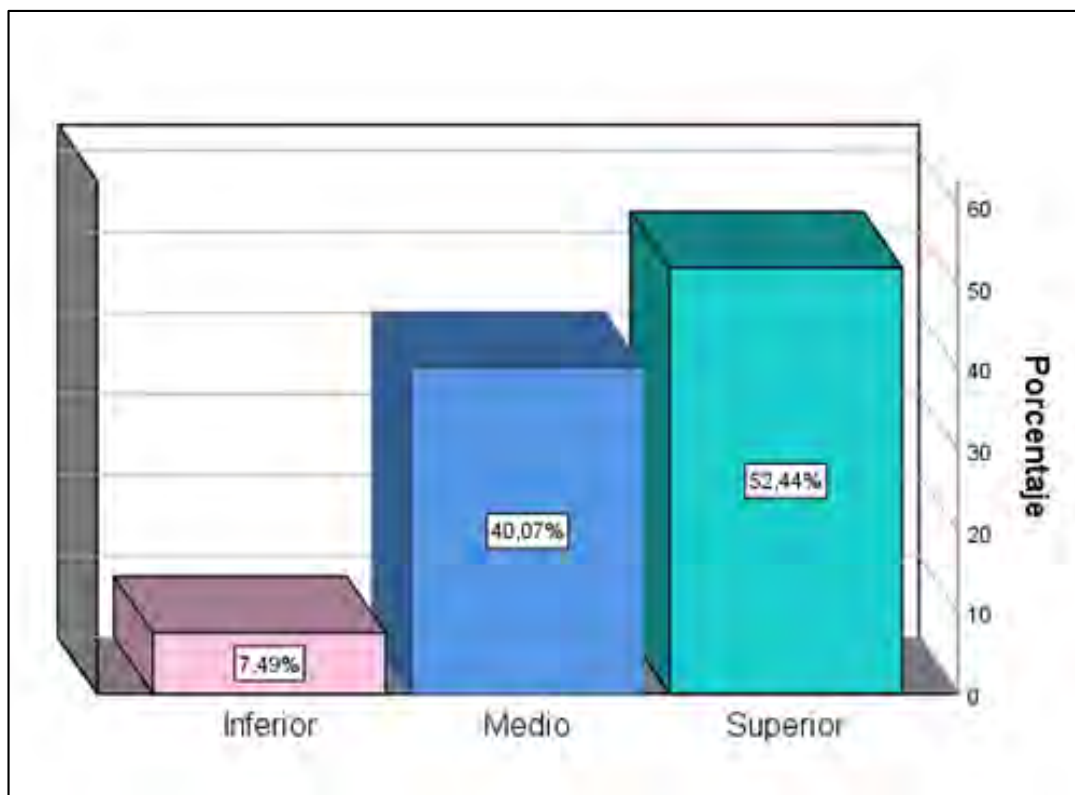


Figura 4. Desempeño Académico en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, en el semestre 2019 II

En la figura 4 respecto al Desempeño Académico se observa que del 100% (307) de estudiantes el 52,44% (161) de ellos manifiesta un Desempeño Académico superior, seguido de un 40,07% (123) de estudiantes con un Desempeño Académico medio, mientras que el 7,49% (23) de estudiantes manifiestan un Desempeño Académico inferior.

El Desempeño Académico eficiente se presenta por diferentes factores entre ellos una Autoestima elevada, donde el estudiante conoce y pone en práctica habilidades para el estudio entre ellas: conductas ante pruebas, métodos de estudio, administración del tiempo y memoria (Solórzano, 2003).

Respecto a las dimensiones de Desempeño Académico, Autoestima, conductas ante pruebas, métodos de estudio, administración del tiempo y memoria en la tabla 14 se detalla la distribución por niveles inferior, medio y superior de los 307 estudiantes de la facultad educación de la UNSAAC.

Tabla 14. *Dimensiones del Desempeño Académico en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, en el semestre 2019 II*

| Dimensiones del Desempeño Académico | Inferior | | Medio | | Superior | |
|--|-----------------|-------|--------------|-------|-----------------|-------|
| | f_i | % | f_i | % | f_i | % |
| Autoestima | 8 | 2,61 | 97 | 31,60 | 202 | 65,80 |
| Conductas de hábitos | 20 | 6,51 | 122 | 39,74 | 165 | 53,75 |
| Métodos de estudio | 36 | 11,73 | 231 | 75,24 | 40 | 13,03 |
| Administración del tiempo | 23 | 7,49 | 135 | 43,97 | 149 | 48,53 |
| Memoria | 19 | 6,19 | 132 | 43,00 | 156 | 50,81 |

Fuente: Elaboración propia en base a los resultados de la aplicación del cuestionario - 2019

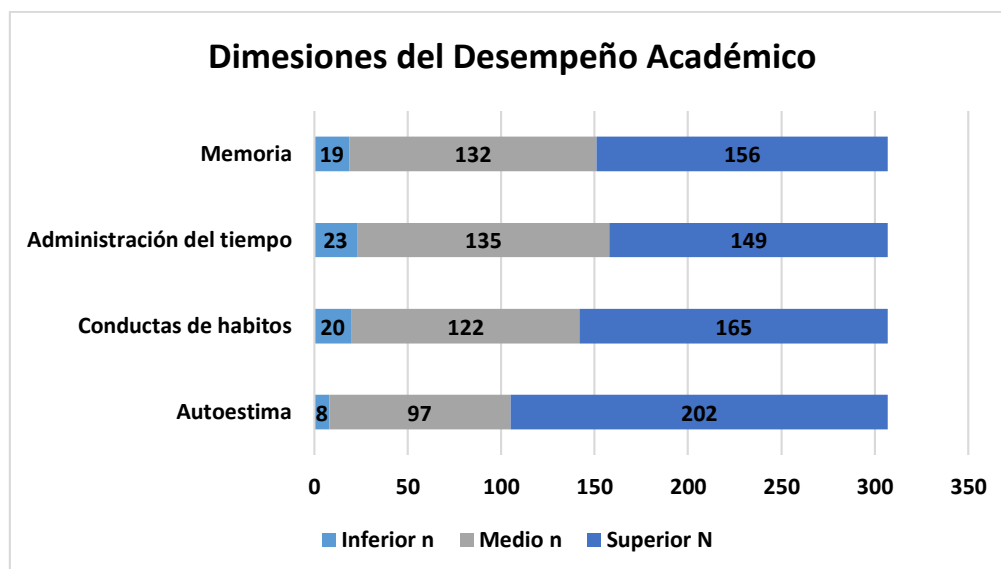


Figura 5. Dimensiones del Desempeño Académico en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, en el semestre 2019 II.

Como se observa en la figura 2 en la dimensión de Realización Académica, el 32,25% (99) no presenta; 43,00% (132) nivel leve, 22,15% (68) nivel moderado y un 2,61% (8) nivel profundo. En la dimensión despersonalización, el 37,79% (116) no presenta; 49,39% (124) nivel leve, 18,24% (56) nivel moderado y un 3,58% (11) nivel profundo. En la dimensión Agotamiento Emocional el 9,45% (29) no presenta; 43,32% (133) nivel leve, 43,00% (132) nivel moderado y un 4,23% (13) nivel profundo.

Al respecto de las dimensiones del Desempeño Académico los estudiantes presentan un nivel superior de Autoestima (202), seguido de Conductas ante pruebas (165), Memoria (156), Administración del tiempo (149) y Métodos de estudio (40).

La Autoestima superior se caracteriza por manifestar en el estudiante sensaciones permanentes de valía y de capacidad positiva que les conduce a enfrentarse mejor a las pruebas y a los retos de la vida, en vez de tender a una postura defensiva. Se sienten más capaces y

disponen de una serie de recursos internos e interpersonales. Su auto concepto es suficientemente positivo y realista. “La persona expresa sus puntos de vista con frecuencia y efectividad respetándose a sí misma y a los demás, tienen gran sentido de amor propio, comete errores, pero están inclinados a aprender de ellos” (Solórzano, 2003, p.9).

Conductas ante pruebas regular, este tipo de conductas ante el estudio da a conocer que el estudiante no revisa cuidadosamente una prueba, después de haberla terminado, no realiza una correcta revisión sistemática de todo el material que tiene a la mano para enfrentar con éxito el examen que implica releer apuntes, realización de cuadros sinópticos y repaso de la información; por otro lado no realiza una adecuada autoevaluación que involucra un control periódico de su trabajo para asegurarse que lo realiza bien (Solórzano, 2003).

La memoria de lugar, memoria visual, memoria de palabras, memoria de nombres y rostros; de este tipo de conductas ante el estudio da a conocer que el estudiante no ejercita técnicas que contribuyan a mejorarla entre ellos, la nemotecnia que enmarca las estrategias de repetición, visualización, la técnica narrativa, la técnica de la letra inicial y el resumen, se hace hincapié en el uso de la memoria pues juega un papel fundamental el quehacer y como auxiliar de los aprendizajes, esto no implica utilizar la memoria de manera incorrecta para situaciones donde es necesario el análisis, sino utilizarla para retener información académica que exigen su recurso exacto (Solórzano, 2003).

Administra su tiempo de manera buena, este tipo de conductas ante el estudio da a conocer que el estudiante dificulta para administrar su tiempo, no logrando planificar y reorganizar correctamente sus actividades, dando prioridad a actividades de ocio como salidas con los amigos y el deporte, en este sentido el estudiante no utiliza herramientas que le puedan

facilitar dicho hábito entre ellos estructuración de horario de actividades y uso de agenda (Solórzano, 2003).

Aplican los métodos de estudio de manera regular, este tipo de conductas ante el estudio da a conocer que el estudiante no domina el método nemotécnico, presenta dificultades en la redacción de textos, resumir y sistematización, haciendo mal uso de los mapas mentales y conceptuales, así también presenta problemas en la organización y transformación del material de estudio (Solórzano, 2003).

5.5. Nivel Inferencial

5.5.1. Prueba estadística para la determinación de la normalidad.

Por ser el tamaño de la muestra de 307 estudiantes (> a 50 datos) se utilizó la prueba de Kolmogorov – Smirnov de bondad de ajuste. Esta prueba evalúa el grado de dispersión de un conjunto de datos y una distribución teórica específica.

5.5.1.1. Planteamiento de la hipótesis.

Hipótesis nula H_0 : Las variables Síndrome de Burnout y Desempeño Académico, y las dimensiones Agotamiento Emocional, Despersonalización, Realización Académica, Autoestima, Conductas ante pruebas, Métodos de estudio, Administración del Tiempo y Memoria tienen distribución normal.

Hipótesis alterna H_1 : Las variables Síndrome de Burnout y Desempeño Académico, y las dimensiones Agotamiento Emocional, Despersonalización, Realización Académica, Autoestima, Conductas ante pruebas, Métodos de estudio, Administración del Tiempo y Memoria no tienen distribución normal.

5.5.1.2. Nivel de significancia.

$\alpha = 5\%$ (0,05) para todo valor de probabilidad mayor a 0,05 se acepta la hipótesis nula y para todo valor menor o igual se rechaza la hipótesis nula.

Tabla 15. Prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov

| Variables | Estadístico | N | Sig. | Conclusión |
|-------------------------------------|-------------|-----|-------|------------------------------|
| Síndrome de Burnout | 0,083 | 307 | 0,001 | No tiene distribución normal |
| Cansancio o Agotamiento emocional | 0,101 | 307 | 0,001 | No tiene distribución normal |
| Despersonalización o actitud sónica | 0,136 | 307 | 0,001 | No tiene distribución normal |
| Falta de realización académica. | 0,135 | 307 | 0,001 | No tiene distribución normal |
| Desempeño Académico | 0,069 | 307 | 0,001 | No tiene distribución normal |
| Autoestima | 0,129 | 307 | 0,001 | No tiene distribución normal |
| Conductas ante pruebas | 0,235 | 307 | 0,001 | No tiene distribución normal |
| Métodos de estudio | 0,146 | 307 | 0,001 | No tiene distribución normal |
| Administración del tiempo | 0,075 | 307 | 0,001 | No tiene distribución normal |
| Memoria | 0,112 | 307 | 0,001 | No tiene distribución normal |

Fuente: Elaboración propia en base a los resultados de la aplicación del cuestionario – 2019

5.5.1.3. Conclusión.

Se rechaza la hipótesis nula las variables Síndrome de Burnout y Desempeño Académico, y las dimensiones Agotamiento Emocional, Despersonalización, Realización Académica, Autoestima, Conductas ante pruebas, Métodos de estudio, Administración del Tiempo y Memoria ($\text{sig. } 0.001 < 0.050$), no tienen distribución normal, consecuentemente se utilizó el coeficiente de correlación Tau b de Kendall para determinar la relación.

5.5.2. Prueba de Hipótesis General: Síndrome de Burnout y Desempeño Académico

a. Planteamiento de la hipótesis general.

Hipótesis nula H_0 : No existe una relación significativa entre el Síndrome de Burnout y el Desempeño Académico de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II.

Hipótesis alterna H_1 : Existe una relación significativa entre el Síndrome de Burnout y el Desempeño Académico de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II.

b. Nivel de significancia.

$\alpha = 5\%$ (0,05) para todo valor de probabilidad mayor a 0,05 se acepta la hipótesis nula y para todo valor menor o igual se rechaza la hipótesis nula.

c. Prueba estadística.

Siendo el propósito establecer el grado de relación que existe entre las variables, se ha utilizado el coeficiente de correlación Tau b de Kendall.

Tabla 16. *Relación de las variables Síndrome de Burnout y Desempeño Académico*

| Síndrome de Burnout | Desempeño Académico | | | | | | Total | |
|---------------------|---------------------|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|
| | Inferior | | Medio | | Superior | | | |
| | f _i | % del total | f _i | % del total | f _i | % del total | f _i | % del total |
| No presenta | 2 | 0,7% | 20 | 6,5% | 75 | 24,4% | 97 | 31,6% |
| Leve | 5 | 1,6% | 63 | 20,5% | 67 | 21,8% | 135 | 44,0% |
| Moderado | 10 | 3,3% | 36 | 11,7% | 16 | 5,2% | 62 | 20,2% |
| Profundo | 6 | 2,0% | 4 | 1,3% | 3 | 1,0% | 13 | 4,2% |
| Total | 23 | 7,5% | 123 | 40,1% | 161 | 52,4% | 307 | 100,0% |

Sig., = 0,001 Tau b de Kendall = - 0,416 n = 307

Fuente: Elaboración propia en base a los resultados de la aplicación del cuestionario – 2019

Los resultados obtenidos y presentados en la Tabla 16 muestran la relación entre las variables Síndrome de Burnout y Desempeño Académico. Como se observa el Sig. Tiene un valor de 0,001 siendo menor a 0,05 por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna “existe correlación entre las variables Síndrome de Burnout y Desempeño Académico” con un valor de Tau b de Kendall = - 0,416. (Figura 6).

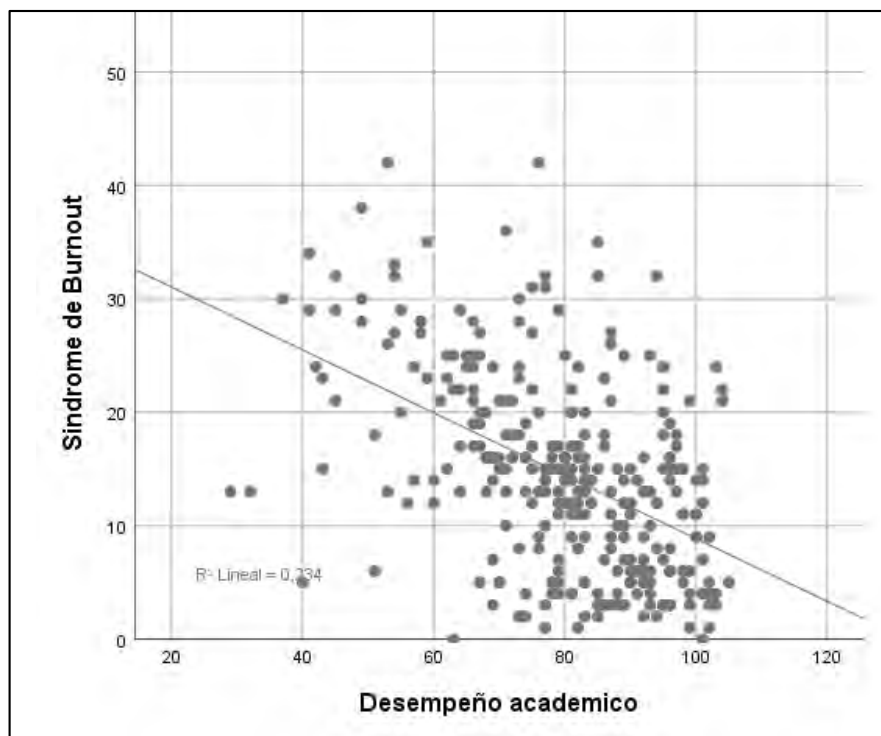


Figura 6. Relación entre las variables Síndrome de Burnout y Desempeño Académico.

d. Conclusión estadística

Se deduce que existe una correlación negativa y moderada entre las variables Síndrome de Burnout y Desempeño Académico en los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

5.5.3. Prueba de las Hipótesis Específicas: Agotamiento Emocional y la Autoestima

a. Planteamiento de la hipótesis nula y la hipótesis alterna.

Hipótesis nula H_0 : No existe una relación significativa entre el Agotamiento Emocional y la Autoestima de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II.

Hipótesis alterna H_1 : Existe una relación significativa entre el Agotamiento Emocional y la Autoestima de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II.

b. Nivel de significancia.

$\alpha = 5\%$ (0,05) para todo valor de probabilidad mayor a 0,05 se acepta la hipótesis nula y para todo valor menor o igual se rechaza la hipótesis nula.

c. Prueba estadística.

Siendo el propósito establecer el grado de relación que existe entre las dimensiones, se ha utilizado el coeficiente de correlación Tau b de Kendall.

Tabla 17. *Relación de las dimensiones Agotamiento Emocional y la Autoestima*

| Agotamiento Emocional | Autoestima | | | | | | Total | |
|-----------------------|----------------|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|
| | Inferior | | Medio | | Superior | | | |
| | f _i | % del total | f _i | % del total | f _i | % del total | f _i | % del total |
| No presenta | 0 | 0,0% | 5 | 1,6% | 24 | 7,8% | 29 | 9,4% |
| Leve | 3 | 1,0% | 34 | 11,1% | 96 | 31,3% | 133 | 43,3% |
| Moderado | 4 | 1,3% | 51 | 16,6% | 77 | 25,1% | 132 | 43,0% |
| Profundo | 1 | 0,3% | 7 | 2,3% | 5 | 1,6% | 13 | 4,2% |
| Total | 8 | 2,6% | 97 | 31,6% | 202 | 65,8% | 307 | 100,0% |

Sig., = 0,001

Tau b de Kendall = - 0,297

n = 307

Fuente: Elaboración propia en base a los resultados de la aplicación del cuestionario - 2019

Los resultados obtenidos y presentados en la tabla 17 muestran la relación entre las dimensiones Agotamiento Emocional y la Autoestima. Como se observa el Sig. Tiene un valor de 0,001 siendo menor a 0,05 por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna “existe correlación entre las dimensiones Agotamiento Emocional y la Autoestima con un valor de Tau b de Kendall = - 0,297 (Figura 7).

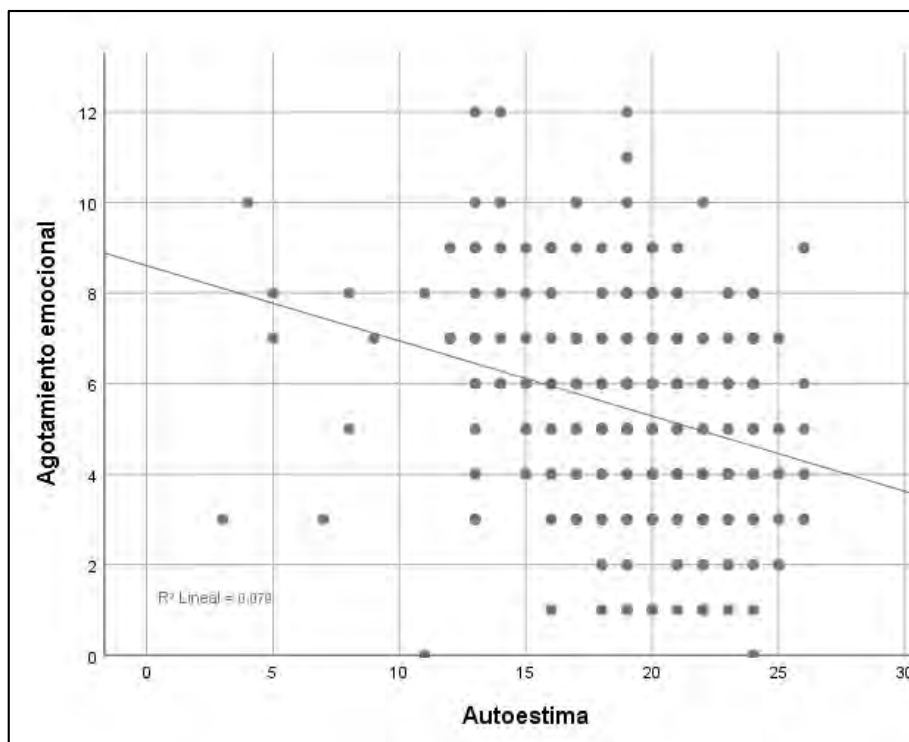


Figura 7. Relación entre el Agotamiento Emocional y la Autoestima

d. Conclusión estadística

Se deduce que existe una correlación negativa y baja entre las dimensiones Agotamiento Emocional y la Autoestima en los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

5.5.4. Prueba de las Hipótesis Específicas: Agotamiento Emocional y Conductas de hábitos

a. Planteamiento de la hipótesis nula y la hipótesis alterna.

Hipótesis nula H_0 : No existe una relación significativa entre el Agotamiento Emocional y Conductas de hábitos de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II.

Hipótesis alterna H_1 : Existe una relación significativa entre el Agotamiento Emocional y Conductas de hábitos de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II.

b. Nivel de significancia.

$\alpha = 5\%$ (0,05) para todo valor de probabilidad mayor a 0,05 se acepta la hipótesis nula y para todo valor menor o igual se rechaza la hipótesis nula.

c. Prueba estadística.

Siendo el propósito establecer el grado de relación que existe entre las dimensiones, se ha utilizado el coeficiente de correlación Tau b de Kendall.

Tabla 18. *Relación de las dimensiones Agotamiento Emocional y Conductas de hábitos*

| Agotamiento Emocional | Conductas de hábitos | | | | | | Total | |
|-----------------------|----------------------|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|
| | Inferior | | Medio | | Superior | | | |
| | f _i | % del total | f _i | % del total | f _i | % del total | f _i | % del total |
| No presenta | 0 | 0,0% | 7 | 2,3% | 22 | 7,2% | 29 | 9,4% |
| Leve | 6 | 2,0% | 36 | 11,7% | 91 | 29,6% | 133 | 43,3% |
| Moderado | 10 | 3,3% | 72 | 23,5% | 50 | 16,3% | 132 | 43,0% |
| Profundo | 4 | 1,3% | 7 | 2,3% | 2 | 0,7% | 13 | 4,2% |
| Total | 20 | 6,5% | 122 | 39,7% | 165 | 53,7% | 307 | 100,0% |

Sig., = 0,001

Tau b de Kendall = - 0,386

n = 307

Fuente: Elaboración propia en base a los resultados de la aplicación del cuestionario – 2019

Los resultados obtenidos y presentados en la tabla 18 muestran la relación entre las dimensiones Agotamiento Emocional y Conductas de hábitos. Como se observa el Sig. Tiene un valor de 0,001 siendo menor a 0,05 por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna “existe correlación entre las dimensiones Agotamiento Emocional y Conductas de hábitos con un valor de Tau b de Kendall = - 0,386.

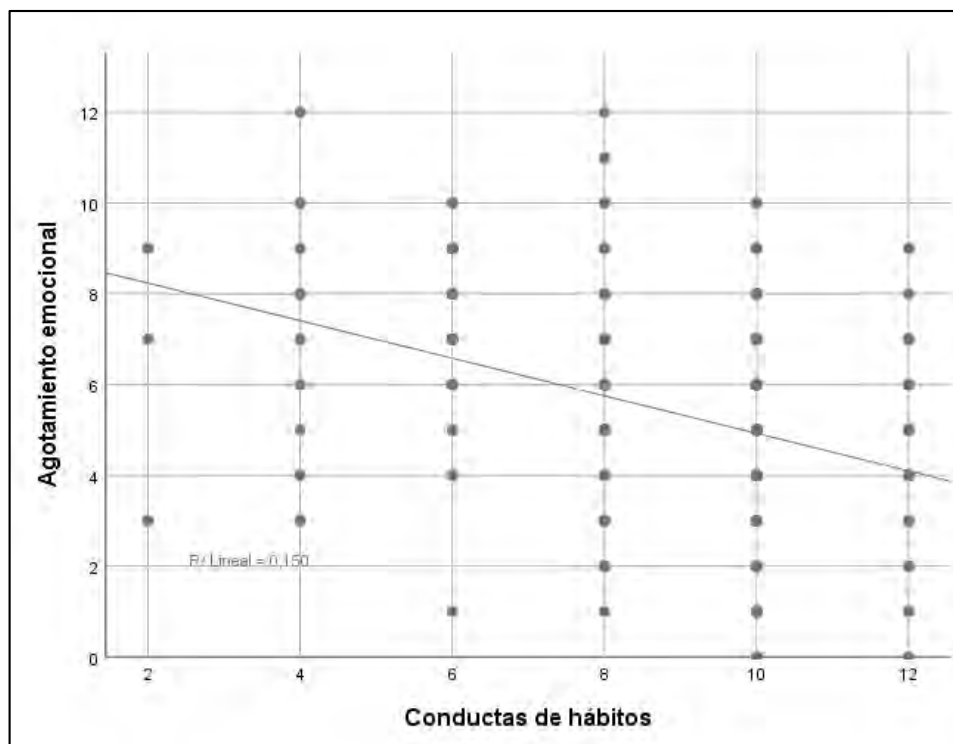


Figura 8. Relación el Agotamiento Emocional y Conductas de hábitos

d. Conclusión estadística

Se deduce que existe una correlación negativa y baja entre las dimensiones Agotamiento Emocional y Conductas de hábitos en los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

5.5.5. Prueba de las Hipótesis Específicas: Agotamiento Emocional y Administración del tiempo

a. Planteamiento de la hipótesis nula y la hipótesis alterna.

Hipótesis nula H_0 : No existe una relación significativa entre el Agotamiento Emocional y Administración del tiempo de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II.

Hipótesis alterna H_1 : Existe una relación significativa entre el Agotamiento Emocional y Administración del tiempo de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II.

b. Nivel de significancia.

$\alpha = 5\%$ (0,05) para todo valor de probabilidad mayor a 0,05 se acepta la hipótesis nula y para todo valor menor o igual se rechaza la hipótesis nula.

c. Prueba estadística.

Siendo el propósito establecer el grado de relación que existe entre las dimensiones, se ha utilizado el coeficiente de correlación Tau b de Kendall.

Tabla 19. *Relación de las dimensiones Agotamiento Emocional y Administración del tiempo*

| Agotamiento Emocional | Administración del tiempo | | | | | | Total | |
|-----------------------|---------------------------|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|
| | Inferior | | Medio | | Superior | | | |
| | f _i | % del total | f _i | % del total | f _i | % del total | f _i | % del total |
| No presenta | 0 | 0,0% | 7 | 2,3% | 22 | 7,2% | 29 | 9,4% |
| Leve | 6 | 2,0% | 50 | 16,3% | 77 | 25,1% | 133 | 43,3% |
| Moderado | 13 | 4,2% | 70 | 22,8% | 49 | 16,0% | 132 | 43,0% |
| Profundo | 4 | 1,3% | 8 | 2,6% | 1 | 0,3% | 13 | 4,2% |
| Total | 23 | 7,5% | 135 | 44,0% | 149 | 48,5% | 307 | 100,0% |

Sig., = 0,001

Tau b de Kendall = - 0,328

n = 307

Fuente: Elaboración propia en base a los resultados de la aplicación del cuestionario - 2019

Los resultados obtenidos y presentados en la Tabla 19 muestran la relación entre las dimensiones Agotamiento Emocional y Administración del tiempo. Como se observa el Sig. Tiene un valor de 0,001 siendo menor a 0,05 por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna “existe correlación entre las dimensiones Agotamiento Emocional y Administración del tiempo con un valor de Tau b de Kendall = - 0,328.

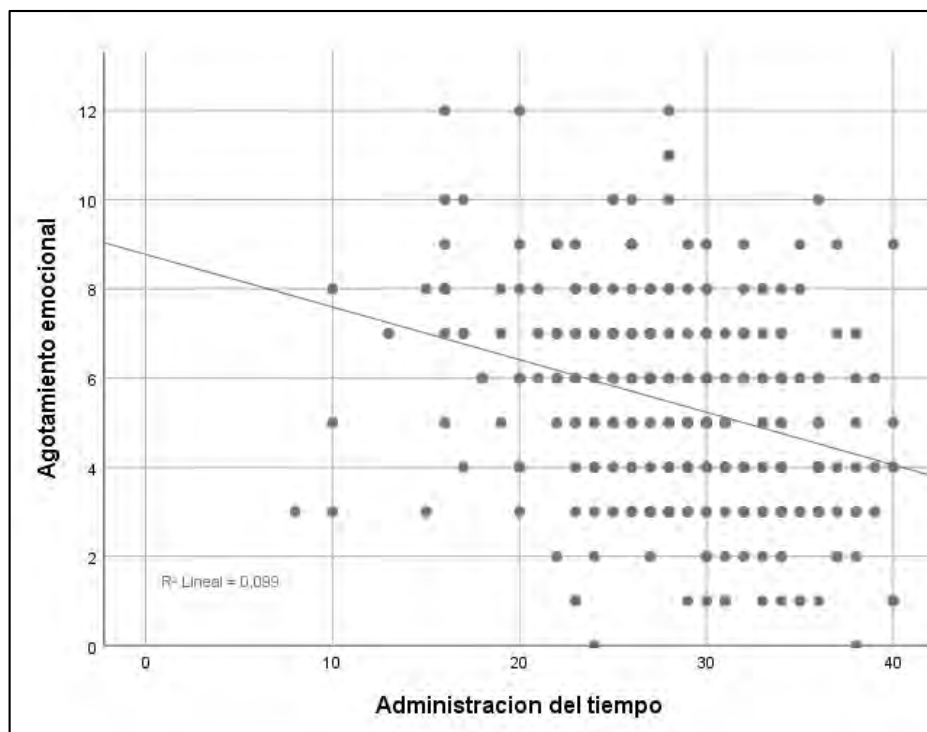


Figura 9. Relación entre Agotamiento Emocional y Administración del tiempo

d. Conclusión estadística

Se deduce que existe una correlación negativa y baja entre las dimensiones Agotamiento Emocional y Administración del tiempo en los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

5.5.6. Prueba de las Hipótesis Específicas: Agotamiento Emocional y Memoria

a. Planteamiento de la hipótesis nula y la hipótesis alterna.

Hipótesis nula H_0 : No existe una relación significativa entre el Agotamiento Emocional y Memoria de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II.

Hipótesis alterna H_1 : Existe una relación significativa entre Agotamiento Emocional y Memoria de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II.

b. Nivel de significancia.

$\alpha = 5\%$ (0,05) para todo valor de probabilidad mayor a 0,05 se acepta la hipótesis nula y para todo valor menor o igual se rechaza la hipótesis nula.

c. Prueba estadística.

Siendo el propósito establecer el grado de relación que existe entre las dimensiones, se ha utilizado el coeficiente de correlación Tau b de Kendall.

Tabla 20. *Relación de las dimensiones Agotamiento Emocional y Memoria*

| Agotamiento Emocional | Memoria | | | | | | Total | |
|-----------------------|----------------|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|
| | Inferior | | Medio | | Superior | | | |
| | f _i | % del total | f _i | % del total | f _i | % del total | f _i | % del total |
| No presenta | 0 | 0,0% | 8 | 2,6% | 21 | 6,8% | 29 | 9,4% |
| Leve | 7 | 2,3% | 46 | 15,0% | 80 | 26,1% | 133 | 43,3% |
| Moderado | 10 | 3,3% | 70 | 22,8% | 52 | 16,9% | 132 | 43,0% |
| Profundo | 2 | 0,7% | 8 | 2,6% | 3 | 1,0% | 13 | 4,2% |
| Total | 19 | 6,2% | 132 | 43,0% | 156 | 50,8% | 307 | 100,0% |

Sig., = 0,001

Tau b de Kendall = - 0,324

n = 307

Fuente: Elaboración propia en base a los resultados de la aplicación del cuestionario – 2019

Los resultados obtenidos y presentados en la tabla 20 muestran la relación entre las dimensiones Agotamiento Emocional y Memoria. Como se observa el Sig. Tiene un valor de 0,001 siendo menor a 0,05 por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna “existe correlación entre las dimensiones Agotamiento Emocional y Memoria con un valor de Tau b de Kendall = - 0,324.

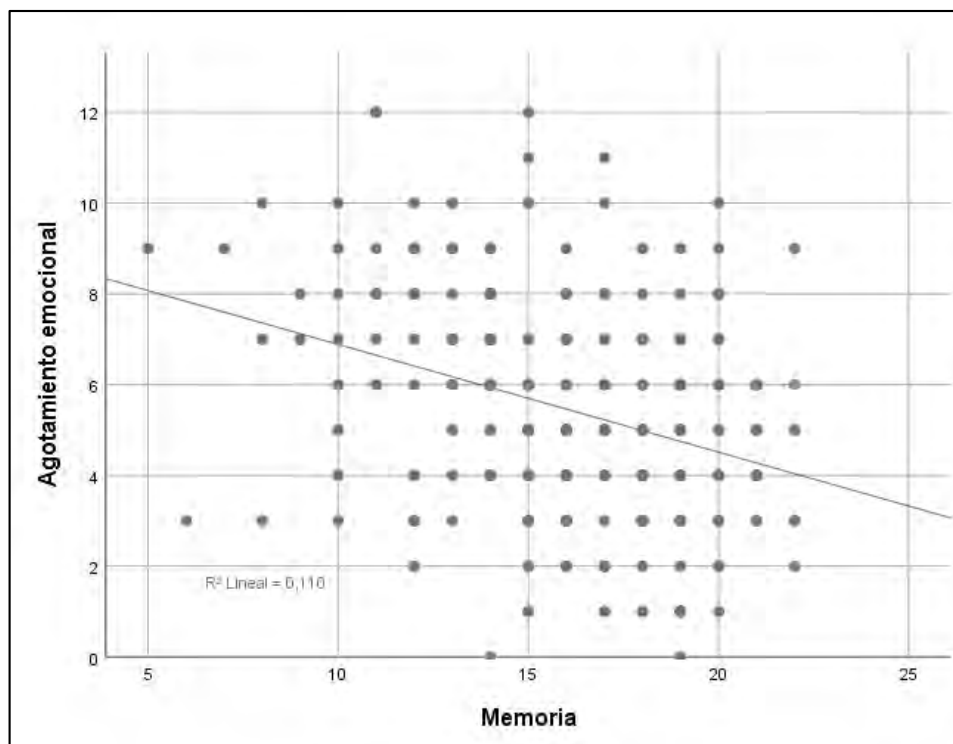


Figura 10. Relación entre Agotamiento Emocional y Memoria

d. Conclusión estadística

Se deduce que existe una correlación negativa y baja entre las dimensiones Agotamiento Emocional y Memoria en los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

5.5.7. Prueba de las Hipótesis Específicas: Despersonalización y Autoestima

a. Planteamiento de la hipótesis nula y la hipótesis alterna.

Hipótesis nula H_0 : No existe una relación significativa entre el Despersonalización y Autoestima de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II.

Hipótesis alterna H_1 : Existe una relación significativa entre Despersonalización y Autoestima de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II.

b. Nivel de significancia.

$\alpha = 5\%$ (0,05) para todo valor de probabilidad mayor a 0,05 se acepta la hipótesis nula y para todo valor menor o igual se rechaza la hipótesis nula.

c. Prueba estadística.

Siendo el propósito establecer el grado de relación que existe entre las dimensiones, se ha utilizado el coeficiente de correlación Tau b de Kendall.

Tabla 21. *Relación de las dimensiones Despersonalización y Autoestima*

| Despersonalización | Autoestima | | | | | | Total | |
|--------------------|----------------|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|
| | Inferior | | Medio | | Superior | | | |
| | f _i | % del total | f _i | % del total | f _i | % del total | f _i | % del total |
| No presenta | 0 | 0,0% | 20 | 6,5% | 96 | 31,3% | 116 | 37,8% |
| Leve | 5 | 1,6% | 38 | 12,4% | 81 | 26,4% | 124 | 40,4% |
| Moderado | 3 | 1,0% | 33 | 10,7% | 20 | 6,5% | 56 | 18,2% |
| Profundo | 0 | 0,0% | 6 | 2,0% | 5 | 1,6% | 11 | 3,6% |
| Total | 8 | 2,6% | 97 | 31,6% | 202 | 65,8% | 307 | 100,0% |

Sig., = 0,001 Tau b de Kendall = - 0,394 n = 307

Fuente: Elaboración propia en base a los resultados de la aplicación del cuestionario - 2019

Los resultados obtenidos y presentados en la tabla 21 muestran la relación entre las dimensiones Despersonalización y Autoestima. Como se observa el Sig. Tiene un valor de 0,001 siendo menor a 0,05 por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna “existe correlación entre las dimensiones Despersonalización y Autoestima con un valor de Tau b de Kendall = - 0,394.

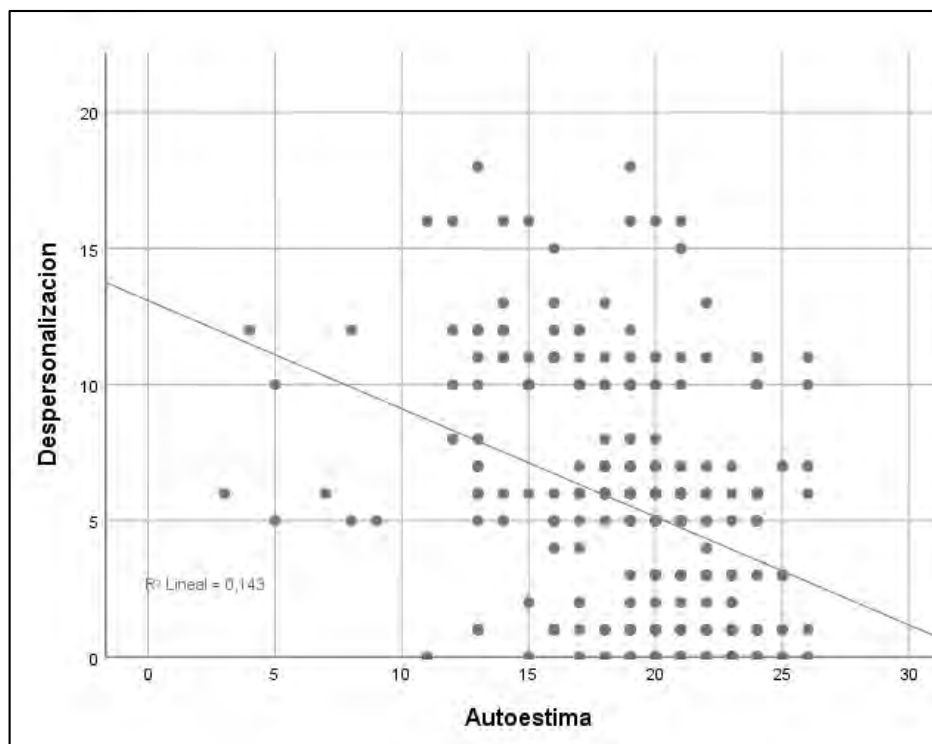


Figura 11. Relación entre Despersonalización y Autoestima

d. Conclusión estadística

Se deduce que existe una correlación negativa y baja entre las dimensiones Despersonalización y Autoestima en los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

5.5.8. Prueba de las Hipótesis Específicas: Despersonalización y Conductas de hábitos

a. Planteamiento de la hipótesis nula y la hipótesis alterna.

Hipótesis nula H_0 : No existe una relación significativa entre Despersonalización y Conductas de hábitos de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II.

Hipótesis alterna H_1 : Existe una relación significativa entre Despersonalización y Conductas de hábitos de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II.

b. Nivel de significancia.

$\alpha = 5\%$ (0,05) para todo valor de probabilidad mayor a 0,05 se acepta la hipótesis nula y para todo valor menor o igual se rechaza la hipótesis nula.

c. Prueba estadística.

Siendo el propósito establecer el grado de relación que existe entre las dimensiones, se ha utilizado el coeficiente de correlación Tau b de Kendall.

Tabla 22. *Relación de las dimensiones Despersonalización y Conductas de hábitos*

| Despersonalización | Conductas de hábitos | | | | | | Total | |
|--------------------|----------------------|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|
| | Inferior | | Medio | | Superior | | | |
| | f _i | % del total | f _i | % del total | f _i | % del total | f _i | % del total |
| No presenta | 2 | 0,7% | 25 | 8,1% | 89 | 29,0% | 116 | 37,8% |
| Leve | 4 | 1,3% | 62 | 20,2% | 58 | 18,9% | 124 | 40,4% |
| Moderado | 9 | 2,9% | 31 | 10,1% | 16 | 5,2% | 56 | 18,2% |
| Profundo | 5 | 1,6% | 4 | 1,3% | 2 | 0,7% | 11 | 3,6% |
| Total | 20 | 6,5% | 122 | 39,7% | 165 | 53,7% | 307 | 100,0% |

Sig., = 0,001 Tau b de Kendall = - 0,467 n = 307

Fuente: Elaboración propia en base a los resultados de la aplicación del cuestionario – 2019

Los resultados obtenidos y presentados en la tabla 22 muestran la relación entre las dimensiones Despersonalización y Conductas de hábitos. Como se observa el Sig. Tiene un valor de 0,001 siendo menor a 0,05 por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna “existe correlación entre las dimensiones Despersonalización y Conductas de hábitos con un valor de Tau b de Kendall = - 0,467.

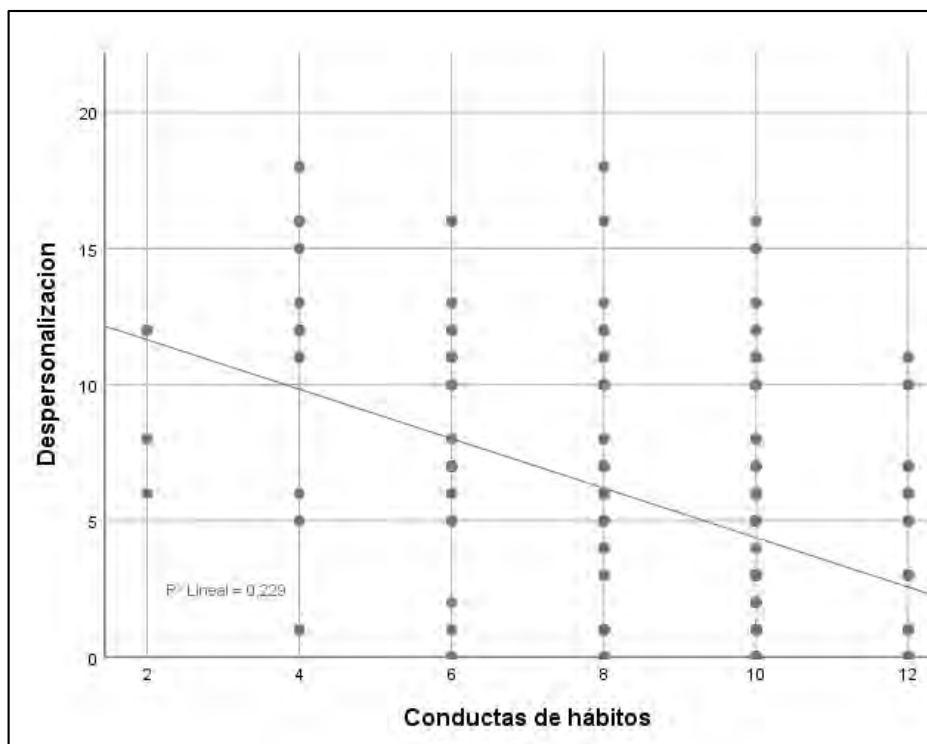


Figura 12. Relación entre Despersonalización y Conductas de hábitos

d. Conclusión estadística

Se deduce que existe una correlación negativa y moderada entre las dimensiones Despersonalización y Conductas de hábitos en los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

5.5.9. Prueba de las Hipótesis Específicas: Despersonalización y Administración del tiempo

a. Planteamiento de la hipótesis nula y la hipótesis alterna.

Hipótesis nula H_0 : No existe una relación significativa entre Despersonalización y Administración del tiempo de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II.

Hipótesis alterna H_1 : Existe una relación significativa entre Despersonalización y Administración del tiempo de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II.

b. Nivel de significancia.

$\alpha = 5\%$ (0,05) para todo valor de probabilidad mayor a 0,05 se acepta la hipótesis nula y para todo valor menor o igual se rechaza la hipótesis nula.

c. Prueba estadística.

Siendo el propósito establecer el grado de relación que existe entre las dimensiones, se ha utilizado el coeficiente de correlación Tau b de Kendall.

Tabla 23. *Relación de las dimensiones Despersonalización y Administración del tiempo*

| Despersonalización | Administración del tiempo | | | | | | Total | |
|--------------------|---------------------------|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|
| | Inferior | | Medio | | Superior | | | |
| | f _i | % del total | f _i | % del total | f _i | % del total | f _i | % del total |
| No presenta | 2 | 0,7% | 27 | 8,8% | 87 | 28,3% | 116 | 37,8% |
| Leve | 9 | 2,9% | 67 | 21,8% | 48 | 15,6% | 124 | 40,4% |
| Moderado | 9 | 2,9% | 34 | 11,1% | 13 | 4,2% | 56 | 18,2% |
| Profundo | 3 | 1,0% | 7 | 2,3% | 1 | 0,3% | 11 | 3,6% |
| Total | 23 | 7,5% | 135 | 44,0% | 149 | 48,5% | 307 | 100,0% |

Sig., = 0,001 Tau b de Kendall = - 0,453 n = 307

Fuente: Elaboración propia en base a los resultados de la aplicación del cuestionario - 2019

Los resultados obtenidos y presentados en la tabla 23 muestran la relación entre las dimensiones Despersonalización y Administración del tiempo. Como se observa el Sig. Tiene un valor de 0,001 siendo menor a 0,05 por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna “existe correlación entre las dimensiones Despersonalización y Administración del tiempo con un valor de Tau b de Kendall = - 0,453.

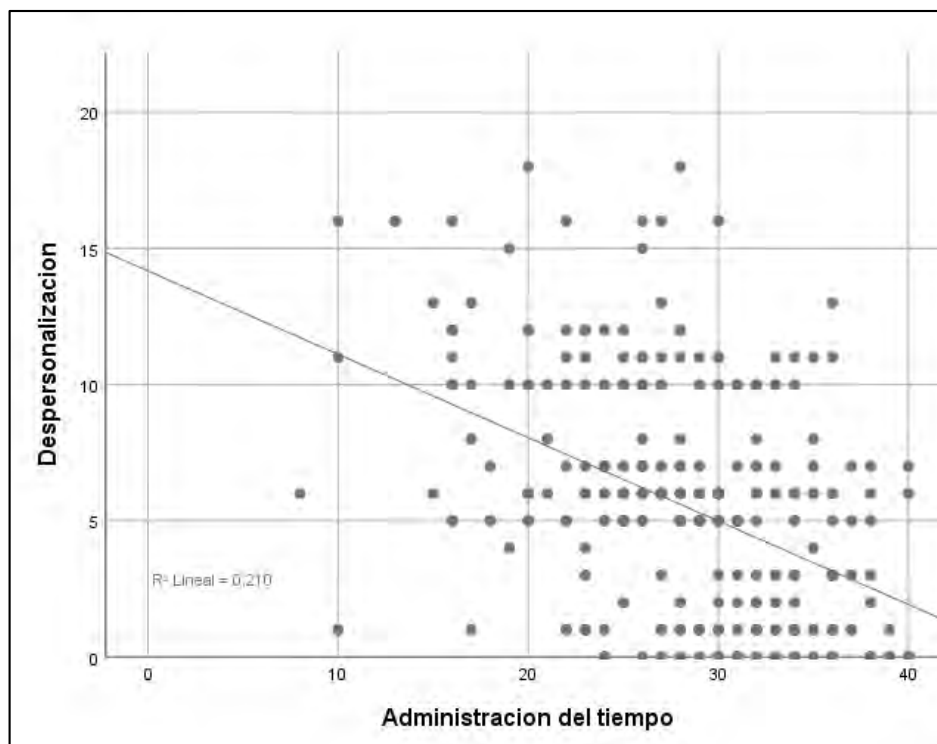


Figura 13. Relación entre Despersonalización y Administración del tiempo

d. Conclusión estadística

Se deduce que existe una correlación negativa y moderada entre las dimensiones Despersonalización y Administración del tiempo en los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

5.5.10. Prueba de las Hipótesis Específicas: Despersonalización y Memoria

a. Planteamiento de la hipótesis nula y la hipótesis alterna.

Hipótesis nula H_0 : No existe una relación significativa entre Despersonalización y Memoria de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II.

Hipótesis alterna H_1 : Existe una relación significativa entre Despersonalización y Memoria de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II.

b. Nivel de significancia.

$\alpha = 5\%$ (0,05) para todo valor de probabilidad mayor a 0,05 se acepta la hipótesis nula y para todo valor menor o igual se rechaza la hipótesis nula.

c. Prueba estadística.

Siendo el propósito establecer el grado de relación que existe entre las dimensiones, se ha utilizado el coeficiente de correlación Tau b de Kendall.

Tabla 24. *Relación de las dimensiones Despersonalización y Memoria*

| Despersonalización | Memoria | | | | | | Total | |
|--------------------|----------------|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|
| | Inferior | | Medio | | Superior | | | |
| | f _i | % del total | f _i | % del total | f _i | % del total | f _i | % del total |
| No presenta | 2 | 0,7% | 29 | 9,4% | 85 | 27,7% | 116 | 37,8% |
| Leve | 6 | 2,0% | 63 | 20,5% | 55 | 17,9% | 124 | 40,4% |
| Moderado | 8 | 2,6% | 34 | 11,1% | 14 | 4,6% | 56 | 18,2% |
| Profundo | 3 | 1,0% | 6 | 2,0% | 2 | 0,7% | 11 | 3,6% |
| Total | 19 | 6,2% | 132 | 43,0% | 156 | 50,8% | 307 | 100,0% |

Sig., = 0,001 Tau b de Kendall = - 0,449 n = 307

Fuente: Elaboración propia en base a los resultados de la aplicación del cuestionario - 2019

Los resultados obtenidos y presentados en la tabla 24 muestran la relación entre las dimensiones Despersonalización y Memoria. Como se observa el Sig. Tiene un valor de 0,001 siendo menor a 0,05 por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna “existe correlación entre las dimensiones Despersonalización y Memoria con un valor de Tau b de Kendall = - 0,449.

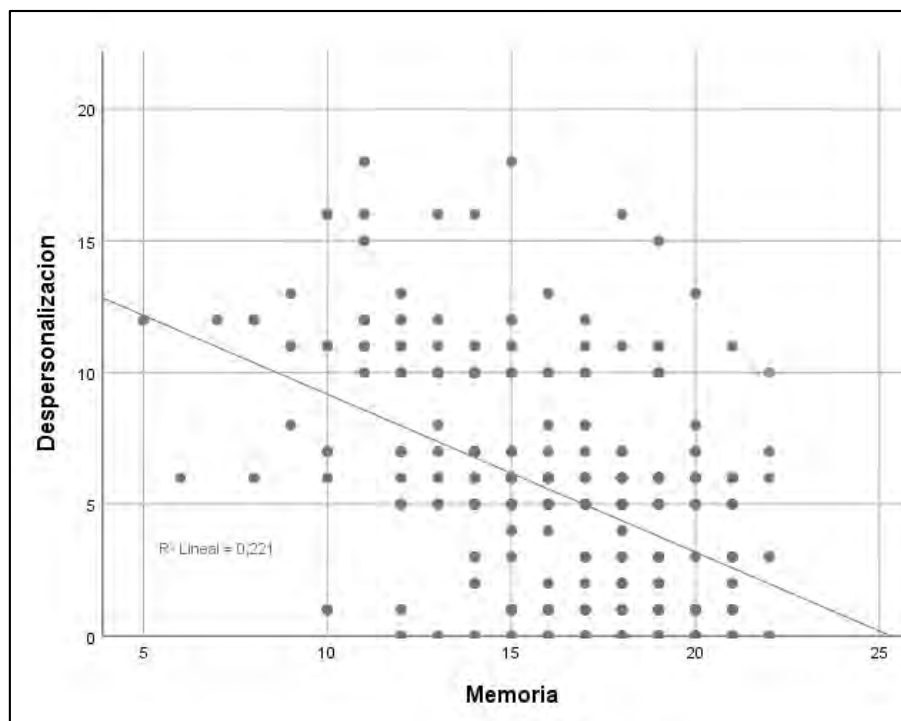


Figura 14. Relación entre Despersonalización y Memoria

d. Conclusión estadística

Se deduce que existe una correlación negativa y moderada entre las dimensiones Despersonalización y Memoria en los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

5.5.11. Prueba de las Hipótesis Específicas: Realización Académica y Autoestima

a. Planteamiento de la hipótesis nula y la hipótesis alterna.

Hipótesis nula H_0 : No existe una relación significativa entre el Realización Académica y Autoestima de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II.

Hipótesis alterna H_1 : Existe una relación significativa entre Realización Académica y Autoestima de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II.

b. Nivel de significancia.

$\alpha = 5\%$ (0,05) para todo valor de probabilidad mayor a 0,05 se acepta la hipótesis nula y para todo valor menor o igual se rechaza la hipótesis nula.

c. Prueba estadística.

Siendo el propósito establecer el grado de relación que existe entre las dimensiones, se ha utilizado el coeficiente de correlación Tau b de Kendall.

Tabla 25. *Relación de las dimensiones Realización Académica y Autoestima*

| Realización Académica o personal | Autoestima | | | | | | Total | |
|----------------------------------|----------------|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|
| | Inferior | | Medio | | Superior | | | |
| | f _i | % del total | f _i | % del total | f _i | % del total | f _i | % del total |
| No presenta | 0 | 0,0% | 18 | 5,9% | 81 | 26,4% | 99 | 32,2% |
| Leve | 5 | 1,6% | 35 | 11,4% | 92 | 30,0% | 132 | 43,0% |
| Moderado | 3 | 1,0% | 39 | 12,7% | 26 | 8,5% | 68 | 22,1% |
| Profundo | 0 | 0,0% | 5 | 1,6% | 3 | 1,0% | 8 | 2,6% |
| Total | 8 | 2,6% | 97 | 31,6% | 202 | 65,8% | 307 | 100,0% |

Sig., = 0,001

Tau b de Kendall = - 0,333

n = 307

Fuente: Elaboración propia en base a los resultados de la aplicación del cuestionario – 2019

Los resultados obtenidos y presentados en la tabla 25 muestran la relación entre las dimensiones Realización Académica o personal y Autoestima. Como se observa el Sig. Tiene un valor de 0,001 siendo menor a 0,05 por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna “existe correlación entre las dimensiones Realización Académica o personal y Autoestima con un valor de Tau b de Kendall = - 0,333.

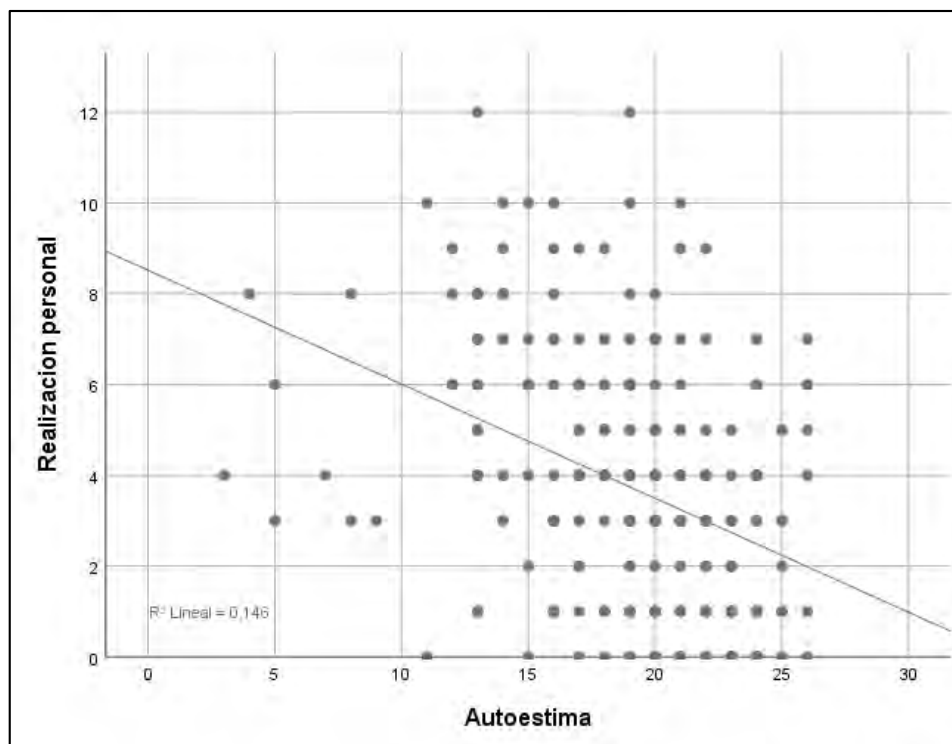


Figura 15. Relación entre Realización Académica o personal y Autoestima

d. Conclusión estadística

Se deduce que existe una correlación negativa y baja entre las dimensiones Realización Académica o personal y Autoestima en los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

5.5.12. Prueba de las Hipótesis Específicas: Realización Académica y Conductas de hábitos

a. Planteamiento de la hipótesis nula y la hipótesis alterna.

Hipótesis nula H_0 : No existe una relación significativa entre Realización Académica y Conductas de hábitos de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II.

Hipótesis alterna H_1 : Existe una relación significativa entre Realización Académica o Conductas de hábitos de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II.

b. Nivel de significancia.

$\alpha = 5\%$ (0,05) para todo valor de probabilidad mayor a 0,05 se acepta la hipótesis nula y para todo valor menor o igual se rechaza la hipótesis nula.

c. Prueba estadística.

Siendo el propósito establecer el grado de relación que existe entre las dimensiones, se ha utilizado el coeficiente de correlación Tau b de Kendall.

Tabla 26. *Relación de las dimensiones Realización Académica y Conductas de hábitos*

| Realización Académica | Conductas de hábitos | | | | | | Total | |
|-----------------------|----------------------|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|
| | Inferior | | Medio | | Superior | | | |
| | f _i | % del total | f _i | % del total | f _i | % del total | f _i | % del total |
| No presenta | 2 | 0,7% | 20 | 6,5% | 77 | 25,1% | 99 | 32,2% |
| Leve | 3 | 1,0% | 62 | 20,2% | 67 | 21,8% | 132 | 43,0% |
| Moderado | 11 | 3,6% | 37 | 12,1% | 20 | 6,5% | 68 | 22,1% |
| Profundo | 4 | 1,3% | 3 | 1,0% | 1 | 0,3% | 8 | 2,6% |
| Total | 20 | 6,5% | 122 | 39,7% | 165 | 53,7% | 307 | 100,0% |

Sig., = 0,001

Tau b de Kendall = - 0,408

n = 307

Fuente: Elaboración propia en base a los resultados de la aplicación del cuestionario – 2019

Los resultados obtenidos y presentados en la Tabla **16** 26 muestran la relación entre las dimensiones Realización Académica o personal y Conductas de hábitos. Como se observa el Sig. Tiene un valor de 0,001 siendo menor a 0,05 por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna “existe correlación entre las dimensiones Realización Académica o personal y Conductas de hábitos con un valor de Tau b de Kendall = - 0,408.

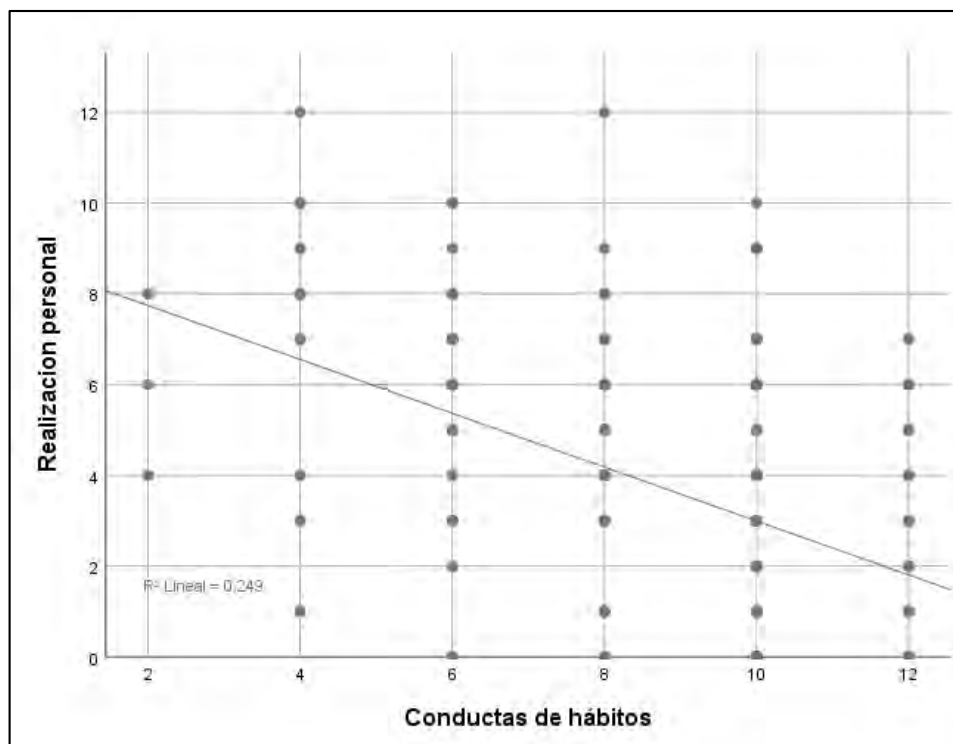


Figura 16. Relación entre Realización Académica o personal y Conductas de hábitos

d. Conclusión estadística

Se deduce que existe una correlación negativa y moderada entre las dimensiones Realización Académica o personal y Conductas de hábitos en los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

5.5.13. Prueba de las Hipótesis Específicas: Realización Académica o personal y Administración del tiempo

a. Planteamiento de la hipótesis nula y la hipótesis alterna.

Hipótesis nula H_0 : No existe una relación significativa entre Realización Académica o personal y Administración del tiempo de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II.

Hipótesis alterna H_1 : Existe una relación significativa entre Realización Académica o personal y Administración del tiempo de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II.

b. Nivel de significancia.

$\alpha = 5\%$ (0,05) para todo valor de probabilidad mayor a 0,05 se acepta la hipótesis nula y para todo valor menor o igual se rechaza la hipótesis nula.

c. Prueba estadística.

Siendo el propósito establecer el grado de relación que existe entre las dimensiones, se ha utilizado el coeficiente de correlación Tau b de Kendall.

Tabla 27. *Relación de las dimensiones Realización Académica o personal y Administración del tiempo*

| Realización Académica | Administración del Tiempo | | | | | | Total | |
|-----------------------|---------------------------|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|
| | Inferior | | Medio | | Superior | | | |
| | f _i | % del total | f _i | % del total | f _i | % del total | f _i | % del total |
| No presenta | 2 | 0,7% | 24 | 7,8% | 73 | 23,8% | 99 | 32,2% |
| Leve | 7 | 2,3% | 66 | 21,5% | 59 | 19,2% | 132 | 43,0% |
| Moderado | 12 | 3,9% | 40 | 13,0% | 16 | 5,2% | 68 | 22,1% |
| Profundo | 2 | 0,7% | 5 | 1,6% | 1 | 0,3% | 8 | 2,6% |
| Total | 23 | 7,5% | 135 | 44,0% | 149 | 48,5% | 307 | 100,0% |

Sig., = 0,001

Tau b de Kendall = - 0,409

n = 307

Fuente: Elaboración propia en base a los resultados de la aplicación del cuestionario – 2019

Los resultados obtenidos y presentados en la tabla 27 muestran la relación entre las dimensiones Realización Académica o personal y Administración del tiempo. Como se observa el Sig. Tiene un valor de 0,001 siendo menor a 0,05 por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna “existe correlación entre las dimensiones Realización Académica o personal y Administración del tiempo con un valor de Tau b de Kendall = - 0,409.

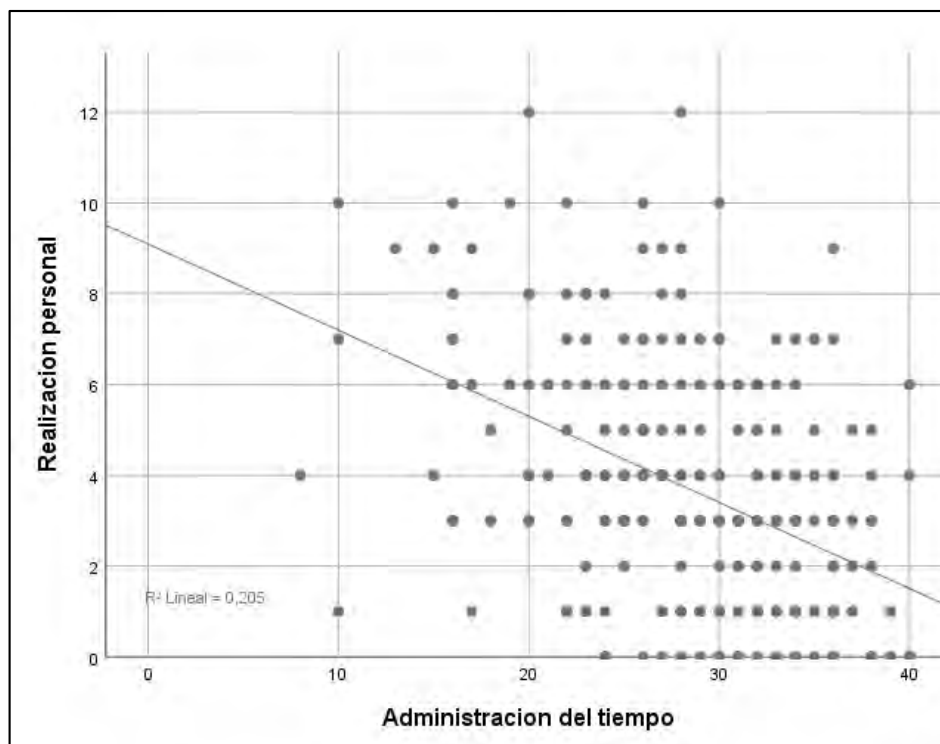


Figura 17. Relación entre Realización Académica o personal y Administración del tiempo

d. Conclusión estadística

Se deduce que existe una correlación negativa y moderada entre las dimensiones Realización Académica o personal y Administración del tiempo en los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

5.5.14. Prueba de las Hipótesis Específicas: Realización Académica y Memoria

a. Planteamiento de la hipótesis nula y la hipótesis alterna.

Hipótesis nula H_0 : No existe una relación significativa entre Realización Académica y Memoria de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II.

Hipótesis alterna H_1 : Existe una relación significativa entre Realización Académica y Memoria de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II.

b. Nivel de significancia.

$\alpha = 5\%$ (0,05) para todo valor de probabilidad mayor a 0,05 se acepta la hipótesis nula y para todo valor menor o igual se rechaza la hipótesis nula.

c. Prueba estadística.

Siendo el propósito establecer el grado de relación que existe entre las dimensiones, se ha utilizado el coeficiente de correlación Tau b de Kendall.

Tabla 28. *Relación de las dimensiones Realización Académica o personal y Memoria*

| Realización Académica | Memoria | | | | | | Total | |
|-----------------------|----------------|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|
| | Inferior | | Medio | | Superior | | | |
| | f _i | % del total | f _i | % del total | f _i | % del total | f _i | % del total |
| No presenta | 2 | 0,7% | 22 | 7,2% | 75 | 24,4% | 99 | 32,2% |
| Leve | 5 | 1,6% | 66 | 21,5% | 61 | 19,9% | 132 | 43,0% |
| Moderado | 10 | 3,3% | 39 | 12,7% | 19 | 6,2% | 68 | 22,1% |
| Profundo | 2 | 0,7% | 5 | 1,6% | 1 | 0,3% | 8 | 2,6% |
| Total | 19 | 6,2% | 132 | 43,0% | 156 | 50,8% | 307 | 100,0% |

Sig., = 0,001 Tau b de Kendall = - 0,395 n = 307

Fuente: Elaboración propia en base a los resultados de la aplicación del cuestionario - 2019

Los resultados obtenidos y presentados en la tabla 28 muestran la relación entre las dimensiones Realización Académica o personal y Memoria. Como se observa el Sig. Tiene un valor de 0,001 siendo menor a 0,05 por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna “existe correlación entre las dimensiones Realización Académica o personal y Memoria con un valor de Tau b de Kendall = - 0,395.

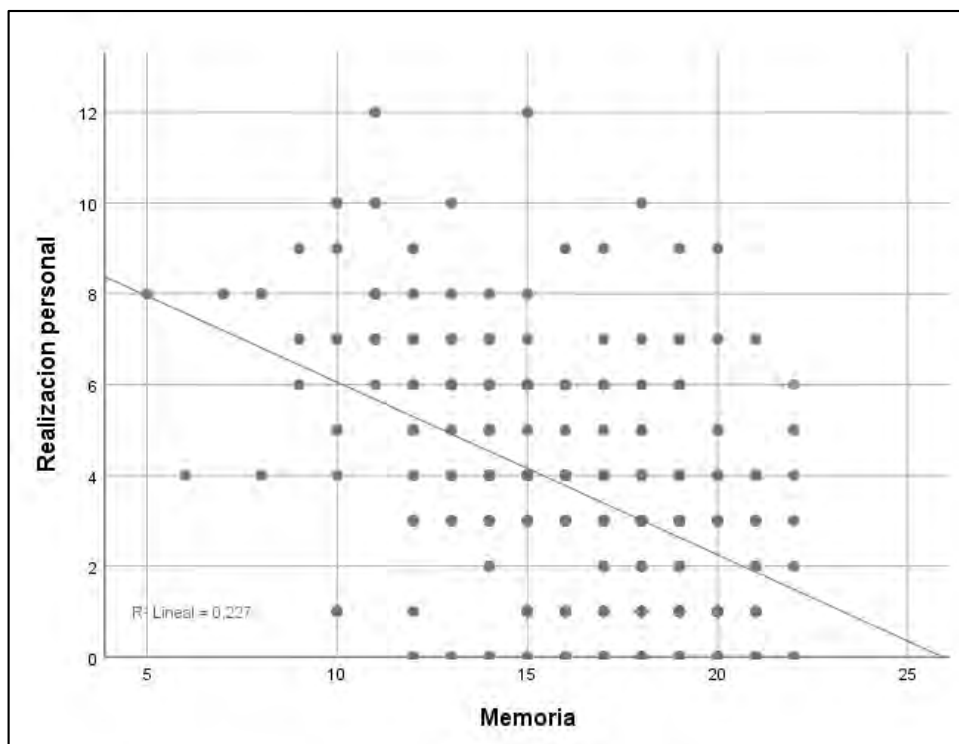


Figura 18. Relación entre Realización Académica o personal y Memoria

d. Conclusión estadística

Se deduce que existe una correlación negativa y baja entre las dimensiones Realización Académica o personal y Memoria en los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

5.6. Discusión

El objetivo de la presente investigación fue determinar la relación que existe entre el Síndrome de Burnout y Desempeño Académico en los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre Académico 2019-II.

A continuación, se discutirán los resultados obtenidos con otras investigaciones que tienen relación con las variables estudiadas. En base al análisis de datos y la revisión teórica realizada en el estudio, existe una relación significativa entre el Síndrome de Burnout y el Desempeño Académico de los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre 2019 II, con un valor de Tau b de Kendall = - 0,416 (negativa y moderada).

Resultados similares reportó Carvajal y Logacho (2019) en su estudio realizado en Ecuador con estudiantes de Enfermería determinan una prevalencia baja, en el tipo Académico obtuvo una prevalencia baja de 2,3% y en el tipo laboral obtuvo una prevalencia del 4%, entre las subescalas que resaltan están el agotamiento emocional bajo en un 19,2% y altos niveles de cansancio emocional en un 60%; entre las principales asociaciones al Síndrome de Burnout son los pensamientos de abandonar la carrera en un 59,9%; el consumo de alcohol en un 55,8%; los cambios de humor, la baja Autoestima y dificultad para la concentración en un 55%.

En el estudio realizado por Amor et. al. (2019) en España el Síndrome de Burnout tiene una prevalencia del 33,6% para el año 2018 y de 38% para el año 2019, observándose un incremento

a medida que pasan los años; mientras que no se obtuvo una relación entre el género y el trabajo remunerado.

Cubas (2018) en su estudio realizado en Lima con estudiantes de Tecnología Médica obtuvo un nivel leve de Burnout Estudiantil, que según el ciclo de estudios se incrementa, es así que el nivel profundo se presenta en estudiantes del último año, nivel moderado en estudiantes del cuarto a quinto año de estudios y nivel leve en estudiantes de primer y segundo año. Entre las características que intervienen para la aparición de un Síndrome de Burnout leve están los periodos vacacionales cortos entre semestres, la adaptación del estudiante y el corto periodo que dura el semestre.

Castillo (2018) puede concluir que los estilos de aprendizaje entre ellos los hábitos, la forma de adquisición de conocimientos y habilidades contribuyen a mejorar el Desempeño Académico de los estudiantes, que permite sustentar que el Desempeño Académico se ve influenciado por diferentes factores externos.

Loor (2020) identificó un 22% de Síndrome de Burnout nivel extremo en los estudiantes de Medicina de baja desempeño, que en género femenino representa el 14%. Los estudiantes con Síndrome de Burnout extremo se caracterizan por tener los promedios más bajos (entre 7 a 8 punto). Por otro lado, los factores sociodemográficos como la relación de pareja, edad (21 años los más jóvenes), género (femenino) y promedios Académicos son elementos que influyen en la aparición del Burnout Estudiantil dentro del grupo de estudiantes que conformaron la población del estudio. El Burnout tiende a avanzar cuando el estudiante no puede logra una buena activación emocional que le permita hacer frente a los problemas y crisis que se le presenta en la vida familiar y estudiantil.

Conclusiones

Primera. - Los resultados de correlación arrojaron que existe una correlación negativa y moderada (-0,416) entre las variables Síndrome de Burnout y Desempeño Académico en los estudiantes de la Facultad de Educación en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre Académico 2019 II.

Segunda. - Con respecto a la variable Síndrome de Burnout, se determinó que del 100% (307) de estudiantes, el 43,97% (135) de ellos presenta un Síndrome de Burnout leve, seguido de un 31,60% (97) de estudiantes que no presentan, el 20,20% (62) presentan Burnout moderado y el 4,23% (13) presentan Burnout profundo.

Tercera. - Para la variable Desempeño Académico, el 52,44% de estudiantes (161) manifiestan un Desempeño Académico superior, seguido de un 40,07% (123) de estudiantes con un Desempeño Académico medio, mientras que el 7,49% (23) de estudiantes manifiestan un Desempeño Académico inferior.

Cuarta. - Se pudo evidenciar una correlación negativa y moderada entre las dimensiones Despersonalización y Conductas de hábitos (- 0,467); Despersonalización y Administración del tiempo (-0,453); Despersonalización y Memoria (- 0,449); Realización Académica o personal y Conductas de hábitos (- 0,408); Realización Académica o personal y Administración del tiempo (- 0,409).

Mientras que existe correlación negativa y baja entre las dimensiones Agotamiento Emocional y la Autoestima (- 0,297); Agotamiento Emocional y Conductas de hábitos (- 0,386); Agotamiento Emocional y Administración del tiempo (- 0,328); Agotamiento Emocional y Memoria (- 0,324) Despersonalización y Autoestima (-0,394); Realización Académica o personal y Autoestima. (- 0,333); Realización Académica o personal y Memoria (- 0,395).

Sugerencias

- Primera.** - Se sugiere a la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco enfocarse en la prevención de factores asociados a la aparición del Burnout Estudiantil contando con la participación de estudiantes, psicólogos y docentes con la formación de grupos de trabajo y de ayuda, además de fomentar las actividades lúdicas (deportes) que evitan la aparición del estrés
- Segunda.** - Se recomienda a las instituciones de nivel superior contar con programas que ayuden y motiven el desarrollo psicológico y mental de los estudiantes, además de la realización de un seguimiento a los estudiantes con síntomas de Burnout Estudiantil.
- Tercera.** - Se sugiere en conjunto a la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, la realización de talleres en técnicas de relajación para los estudiantes universitarios que permita prevenir y mejorar los síntomas de Burnout Estudiantil en relación al Desempeño Académico.
- Cuarta.** - Se sugiere la realización de nuevas investigaciones en base a las variables Síndrome de Burnout y Desempeño Académico llevadas a cabo en otras facultades de nivel superior en la provincia del Cusco.

Referencias Bibliográficas

- Amor, E., Baños, J., y Sentí, M. (2019). *Prevalencia de Síndrome de Burnout en los estudiantes de tercero a octavo semestre de la Carrera de Enfermería de la Universidad Central del Ecuador, abril 2018 – marzo 2019*. [Tesis de maestría]. Universidad de Catalunya.
- Arpita-Rojas, A. M. (2016). *Síndrome de Burnout mediante la aplicación del cuestionario “Maslach Burnout Inventory” en internos de Obstetricia del Instituto Nacional Materno Perinatal y Hospital Nacional Docente Madre Niño “San Bartolomé” —Junio 2016*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Barradas Alarcón, M. E., Trujillo Castro, P. G., Sánchez Barradas, A. V., & López González, J. (2017). Burnout estudiantil en universitarios veracruzanos. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 7(14), 15-33.
<https://doi.org/10.23913/ride.v7i14.267>
- Barraza, A., Carrasco, R., & Arreola, M. G. (s. f.). Burnout Estudiantil, un estudio exploratorio. *X Congreso Nacional de Investigación Educativa*, 16, 1-11.
- Barrios, M. I., & Frías, M. (2016). Factores que Influyen en el Desarrollo y Rendimiento Escolar de los Jóvenes de Bachillerato. *Revista de Psicología*, 25(1), 63-82.

- Benito - Pantoja, D. (2019). *Síndrome de Burnout en los estudiantes de la Escuela Profesional de Odontología UNSAAC, 2018* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco]. <http://repositorio.unsaac.edu.pe/handle/20.500.12918/3690>
- Bolaños, N., & Rodríguez, N. (2015). *Prevalencia del Síndrome de Burnout Académico en los y las estudiantes de la Licenciatura en Enfermería*. [Tesis de pregrado, Universidad de Costa Rica].
<http://repositorio.sibdi.ucr.ac.cr:8080/jspui/bitstream/123456789/3264/1/39213.pdf>
- Branden, N. (1998). *Manual de actividades para el Rendimiento Académico y la Autoestima*.
- Caballero, C. C., Hederich, C., & Palacio, J. E. (2010). El burnout académico: Delimitación del síndrome y factores asociados con su aparición. *Revista Latinoamericana de psicología*, 42(1), 131-146.
- Carlin, M., y Garcés, E. (2010). El síndrome de burnout: Evolución histórica desde el contexto laboral al ámbito deportivo. *Anales de psicología*, 26, 168-180.
- Carvajal, L. de J., & Logacho, B. del R. (2019). *Prevalencia de Síndrome de Burnout en los estudiantes de tercero a octavo semestre de la Carrera de Enfermería de la Universidad Central del Ecuador, abril 2018 – marzo 2019*. [Tesis de pregrado]. Universidad Central del Ecuador.
- Castillo-Corzo, M. Á. (2018). *Habilidades intelectuales y Estilos de aprendizaje como variables predictores del desempeño académico en los estudiantes de las I.E. públicas del distrito de Paramonga* [Tesis de doctor]. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle.
- Cubas-León, A. (2018). *Burnout estudiantil en el área de radiología de la Escuela Profesional de Tecnología Médica en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos 2017* [Tesis de pregrado]. Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

- Durán, S., García, J., Parra Margel, A., García Velázquez, M. D. R., & Hernandez-Sánchez, I. (2018). Estrategias para disminuir el síndrome de Burnout en personal que labora en Instituciones de salud en Barranquilla. *Cultura Educación y Sociedad*, 9(1), 27-44. <https://doi.org/10.17981/cultedusoc.9.1.2018.02>
- Edel-Navarro, R. (2003). El rendimiento académico: Concepto, investigación y desarrollo. *REICE*, 1(2), 16.
- Garbanzo, G. (2007). *Factores asociados al Rendimiento Académico en estudiantes universitarios, una reflexión desde la calidad de la educación Superior Pública*. Centro de Investigación de la Universidad de Costa Rica.
- Gutiérrez - Cuadrado, V. A., Hernández - Valderrama, L. V., Jaimes - Moreno, N. A., & Serrano - Ruiz, M. T. (2020). *Síndrome de Burnout y su asociación con el Rendimiento académico en estudiantes del Programa de Enfermería en dos Instituciones de Educación Superior*. Universidad Cooperativa de Colombia.
- Guzmán, J., & Mortigo, K. (2018). *Qué factores influyen y en qué nivel de estrés académico se encuentran los estudiantes de psicología de la jornada nocturna del Politécnico Grancolombiano* [Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano]. <http://repository.poligran.edu.co/bitstream/handle/10823/1098/>
- Guzmán, M. O., Parrello, S., & Romero, C. P. (2020). Burnout académico en una muestra de estudiantes universitarios mexicanos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 2(1), 27-37.
- Hererich, C., & Caballero, C. (2016). Validación del cuestionario Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) en contexto académico colombiano. *CES Psicología*, 9(1).
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación—Sampieri* (6.^a ed.). McGRA-HILL.

- <https://docs.google.com/viewer?a=v&pid=sites&srcid=ZGVmYXVsdGRvbWFpbnxjb250YWR1cmlhcHVibGljYTk5MDUxMHxneDo0NmMxMTY0NzcxNzliZmYw>
- Hirshkowitz, M., Whiton, K., Alessi, C., & Bruni, O. (2015). National Sleep Foundation's sleep time duration recommendations: Methodology and results summary. *Sleep Health., 1*(1), 3-40.
- Inga, R., & Issel, G. (2019). Burnout estudiantil y calidad de vida en estudiantes de la facultad de ciencias económicas de una universidad privada de Trujillo. *Universidad Privada Antenor Orrego*. <https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/4547>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI]. (2019). *Instituto Nacional de Estadística e Informática*. <http://m.inei.gov.pe/estadisticas/indice-tematico/university-tuition/>
- Izar, J. M., Ynzunza, C., & López, H. (2011). Factores que afectan el desempeño académico de los estudiantes de nivel superior en Rioverde, San Luis Potosí, México. *Instituto de investigaciones en Educación*. <https://www.uv.mx/cpue/num12/opinion/completos/izar-desempeno%20academico.html>
- Karpiuk, I. N., Opazo, R. O., y Gómez, A. I. (2015). Autoeficacia académica, burnout académico y desgranamiento universitario. *Revista de Psicología, 11*(22), 45-57.
- Lamas, H. A. (2015). Sobre el rendimiento escolar. *Propósitos y Representaciones, 3*(1), 313-386. <https://doi.org/10.20511/pyr2015.v3n1.74>
- Loor-Ortíz, S. L. (2020). *Estudio sobre la incidencia del síndrome de burnout en los niveles de bajo desempeño académico de estudiantes universitarios* [Universidad Católica Santiago de Guayaquil]. <http://sinergiaseducativas.mx/index.php/revista/>

- Marengo Escuderos, A., Suárez Colorado, Y., & Palacio Sañudo, J. (2017). Burnout académico y síntomas relacionados con problemas de salud mental en universitarios colombianos. *Psychologia*, 39(15), 17.
- Meza, L., Abuabara, N., Pontón, D., Ortega, F., & Mendoza, F. (2020). *Factores personales de la resiliencia y desempeño académico de escolares en un contexto de vulnerabilidad*. 7, 1-16.
- Montes, I. (2011). *Rendimiento Académico de los estudiantes de pregrado de la Universidad EAFIT*. Universidad EAFIT.
- Naranjo Pereira, M. L. (2011). Autoestima: Un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *Actualidades Investigativas en Educación*, 7(3).
<https://doi.org/10.15517/aie.v7i3.9296>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2019). *La OMS reconoce como enfermedad el burnout o “síndrome de estar quemado” | Médicos y Pacientes*.
<http://www.medicosypacientes.com/articulo/la-oms-reconoce-como-enfermedad-el-burnout-o-sindrome-de-estar-quemado>
- Ortiz, S. (2018). *Desempeño docente y calidad educativa en la Universidad Nacional de San Martín—iLibrary.Co* [Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle].
<https://1library.co/title/desempeno-docente-y-calidad-educativa-en-la-universidad-nacional-de-san-martin>
- Pepe, A., Míguez, C., & Arce, R. (2014). *Equilibrio psicológico y burnout académico*.
<https://repositorio.minedu.gob.pe/handle/20.500.12799/3264>
- Ramos Hermoza, M. del C. (2019). *Nivel del Síndrome de Burnout en los docentes de la Universidad Andina del Cusco, 2019* [Universidad Andina del Cusco].
<http://repositorio.uandina.edu.pe/handle/20.500.12557/3174>

- Reyes-Tejada, Y. (2000). *Relación entre el rendimiento académico y...Marco Teórico* [Universidad Nacional Mayor de San Marcos].
https://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtual/tesis/salud/reyes_t_y/cap2.htm
- Rodríguez Rodríguez, T., García Rodríguez, C. M., & Cruz Pérez, R. (2005). Técnicas de relajación y autocontrol emocional. *MediSur*, 3(3), 55-70.
- Rodríguez Villalobos, J. M., Benavides, E. V., Ornelas, M., & Jurado, P. J. (2019). El Burnout Académico Percibido en Universitarios; Comparaciones por Género. *Formación universitaria*, 12(5), 23-30. <https://doi.org/10.4067/S0718-50062019000500023>
- Romero-Vivanco, M. A. (2018). *Síndrome de Burnout y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios, Sullana—2017* [Universidad San Pedro].
<http://repositorio.usanpedro.edu.pe/handle/USANPEDRO/6291>
- Rosales Ricardo, Y., & Rosales Paneque, F. R. (2013). Burnout estudiantil universitario. Conceptualización y estudio. *Salud Mental*, 36(4), 337.
<https://doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2013.041>
- Ricardo, Y. R., y Paneque, F. R. R. (2013). Burnout estudiantil universitario. Conceptualización y estudio. *Salud Mental*, 36(4), 337-345.
- Seminario-Santur, E. (2018). *Nivel de autoestima en trabajadores del Centro de Salud Ayabaca—Piura 2018* [Universidad de Piura].
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/2637>
- Solórzano, N. (2003). *Rendimiento académico*.
- Villegas, C. (2005). *Metodología de la investigación pedagógica* (Tercera). San Marcos.

Anexos

Anexo 1: Matriz de Consistencia

TITULO: SINDROME DE BURNOUT Y DESEMPEÑO ACADEMICO EN LOS ESTUDIANTES DE LAS ESCUELAS PROFESIONALES DE EDUCACIÓN PRIMARIA Y SECUNDARIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO EN EL SEMESTRE 2019-II

| PROBLEMA | OBJETIVOS | HIPÓTESIS | VARIABLES Y DIMENSIONES | METODO Y DISEÑO | POBLACION Y MUESTRA | TECNICAS E INSTRUMENTOS |
|---|---|--|--|---|---|--|
| <p>Problema general</p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre el Síndrome de Burnout y el Desempeño Académico en los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el semestre Académico 2019-II?</p> <p>Problemas específicos</p> <p>Problema específico 1</p> <p>¿Cuál es el nivel del Síndrome de Burnout en los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria en la Universidad Nacional de</p> | <p>Objetivo general</p> <p>Determinar la relación que existe entre el Síndrome de Burnout y el Desempeño Académico de los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el año 2019.</p> <p>Objetivos específicos</p> <p>Objetivo específico 1</p> <p>Determinar el nivel del Síndrome de Burnout en los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria en la Universidad Nacional de</p> | <p>Hipótesis general</p> <p>Existe una relación significativa entre el Síndrome de Burnout y el Desempeño Académico de los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el año 2019.</p> <p>Hipótesis específicas</p> <p>Hipótesis específica 1</p> <p>Existe un nivel alto del Síndrome de Burnout en los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria en la Universidad Nacional de San</p> | <p>Variable 1</p> <p>Síndrome de Burnout</p> <p>Dimensiones</p> <p>Cansancio o Agotamiento emocional. Despersonalización o actitud sinica hacia los demás. Falta de realización académica.</p> <p>Variable 2</p> <p>Desempeño Académico</p> <p>Dimensiones</p> <p>Autoestima. Conductas de hábitos. Administración del tiempo.</p> | <p>Enfoque de investigación</p> <p>Cuantitativo</p> <p>Tipo de investigación</p> <p>Básica o Pura</p> <p>Nivel de investigación</p> <p>Exploratoria y Descriptivo correlacional.</p> <p>Diseño de investigación</p> <p>No experimental</p> <p>(Hernández, 2004). (Villegas, 2006)</p> | <p>Población</p> <p>1525 estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.</p> <p>Muestra</p> <p>307 estudiantes la cual se determinó con la curva de la normal con un 5% de error y un 95 % de nivel de confianza.</p> | <p>Técnica</p> <p>Encuesta</p> <p>Instrumento</p> <p>Primer Cuestionario: (Síndrome de Burnout) Maslach Burnout Inventory – Student Survey” (MBS-SS).</p> <p>Segundo cuestionario: (Desempeño Académico) Adaptado de “Estrategias para el Rendimiento Académico” de N. Solórzano</p> |

| | | | | | | |
|---|--|--|-----------------|--|--|--|
| <p>San Antonio Abad del Cusco en el año 2019?</p> <p>Problema específico 2 ¿Cuál es el nivel del Desempeño Académico de los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el año 2019?</p> <p>Problema específico 3 ¿Cuál es la relación que existe entre las dimensiones de la variable Síndrome de Burnout y las dimensiones de la variable Desempeño Académico de los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el año 2019?</p> | <p>San Antonio Abad del Cusco en el año 2019.</p> <p>Objetivo específico 2 Determinar el nivel del Desempeño Académico de los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el año 2019.</p> <p>Objetivo específico 3 Determinar la relación que existe entre las dimensiones, de la variable Síndrome de Burnout y las dimensiones de la variable Desempeño Académico de los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el año 2019.</p> | <p>Antonio Abad del Cusco en el año 2019.</p> <p>Hipótesis específica 2 Existe un nivel deficiente en el Desempeño Académico de los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el año 2019.</p> <p>Hipótesis específica 3 Existe una relación significativa entre las dimensiones de la variable Síndrome de Burnout y las dimensiones de la variable Desempeño Académico de los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en el año 2019.</p> | <p>Memoria.</p> | | | |
|---|--|--|-----------------|--|--|--|

Anexo 2: Propuesta

Taller de fortalecimiento en Técnicas de Relajación en estudiantes universitarios para mejorar los síntomas de Burnout Estudiantil en relación al Desempeño Académico.

1. Breve Descripción del Proyecto

La siguiente propuesta para la realización de talleres de fortalecimiento en Técnicas de Relajación busca mejorar los síntomas del Burnout Estudiantil en los estudiantes universitarios de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco que repercute en un mejor Desempeño Académico.

Se ve la necesidad de la intervención de las Instituciones Educativas Públicas en la Salud Mental de sus estudiantes, debido a la existencia del Burnout Estudiantil o Académico en los estudiantes, siendo un primer síntoma el estrés y ansiedad que vienen padeciendo los estudiantes universitarios, esta situación a ser evidenciada puesto que el burnout puede traer consecuencias muy graves, ocasionar cansancio o fatiga que se manifiesta de forma física o psíquica, el progreso de sentimientos y actitudes negativas además del incremento de la irritabilidad y pérdida de motivación hacia el trabajo, así mismo puede aparecer un sentimiento de bajo logro profesional y/o personal que no logra resolverlas que trae como consecuencia el bajo desempeño académico siendo de gran importancia pues ayuda a establecer en qué medida los estudiantes logran alcanzar sus objetivos académicos cognitivos, de capacidades y competencias adquiridas (Montes, 2011).

Es así que el Síndrome de Burnout se convierte en un factor psicológico y sociológico que afecta el Desempeño Académico (Landeta, 2011) y por ende aparece la permanencia de los estudiantes por más de 5 años, no logrando culminar los estudios e incluso aparece el abandono. Siendo una alternativa para la mejora del Burnout y por ende el estrés las técnicas de relajación, que permite relajar los músculos en tensión y por ende controlar la ansiedad y el eliminar pensamientos negativos.

2. Objetivos

Objetivo General:

- Implementar el plan de fortalecimiento en Técnicas de Relajación en estudiantes universitarios para mejorar los síntomas de Burnout Estudiantil en relación al Desempeño Académico.

Objetivo Específicos:

- Fomentar la participación de los estudiantes universitarios en los talleres de Técnicas de Relajación a través de los Docentes.
- Crear talleres de acceso libre en Técnicas de Relajación en estudiantes universitarios en relación al Burnout Estudiantil.
- Crear talleres de acceso libre en Técnicas de Relajación en estudiantes universitarios en relación al Desempeño Académico.
- Generar conocimiento y aplicación de las Técnicas de Relajación en los estudiantes universitarios.

3. Resultados esperados

A los 12 meses después de iniciar los talleres en Técnicas de Relajación se logrará los siguientes resultados:

Resultado 1: Adquisición de conocimiento en Técnicas de Relajación en los estudiantes universitarios que participaron del taller.

Resultado 2: Se cuenta con un grupo de profesionales capaces de llevar el taller en técnicas de relajación, con un horario y lugar fijo.

Resultado 3: Se cuenta con la participación activa de los estudiantes universitarios de las diferentes Facultades de la UNSAAC.

4. Justificación del Proyecto

La UNSAAC es responsable del proceso enseñanza-aprendizaje de sus estudiantes como también de la salud física y mental puesto que forma parte de sus objetivos, por tanto, debe contribuir con la disposición de programas y talleres permanentes para el manejo del estrés como una forma de mitigar el Síndrome de Burnout presente en los estudiantes.

En base al estudio realizado se determinó la presencia de Burnout Estudiantil en los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria, desde el punto de vista médico no existe un tratamiento específico para el Burnout ni una estrategia sencilla para prevenirla, no obstante es recomendable el uso de terapias encaminadas a restablecer la salud basadas en el control del estrés, el ensayo conductual y la potenciación del autocontrol, pudiéndose utilizar las técnicas de relajación para el caso leve y moderado del Burnout Académico.

5. Breve Teoría del Proyecto

5.1. El Estrés

El estrés se define como la tensión mantenida que genera un estado de desequilibrio porque al utilizarse los mecanismos de reserva, el individuo no puede regresar al estado de normalidad por los mecanismos naturales o habituales. Se diferencia de la tensión en que deja huellas en el organismo. Puede pues, el estrés acarrear desfavorables consecuencias para la salud del hombre, provocando, desde alteraciones emocionales hasta aparición de enfermedades funcionales; éstas últimas son las que no tienen causa orgánica definida, es decir, donde el órgano o sistema se muestra sin alteraciones morfológicas o anatómicas, pero se afecta su funcionamiento (Rodríguez, García y Cruz, 2005).

Para el Doctor Bernard Auriol en su libro “Introducción los Métodos de Relajación”, el estrés puede ser enfrentado de tres formas:

- En forma de enfrentamiento adecuado.
- En forma de angustia vivida.
- En forma de enfermedad corporal.

Cada una de ellas está en relación a los diferentes tipos de personas y a las diferentes manifestaciones de cada una de ellas, no obstante, el enfrentamiento a esta tensión puede ser aliviada por las técnicas de relajación que puede aplicar la persona en cualquier momento de estrés.

5.2. Técnicas de Relajación

5.2.1. Técnicas Psicofisiológicas o de Autocontrol Emocional

Según Soto María T. en su libro Técnicas de Autocontrol Emocional, son aquellas técnicas que, actuando sobre los estados psíquicos del sujeto, provocan modificaciones del estado o del funcionamiento biológico y las que incidiendo sobre el estado o función fisiológica del organismo inducen a ciertos estados psíquicos. Dentro de las técnicas psicofisiológicas tenemos:

- Las técnicas bio-energéticas, basadas en técnicas respiratorias que activan la función fisiológica de algún sistema orgánico para elevar el nivel energético del organismo y desarrollar la capacidad de control consciente de los estados de ese sistema, proporcionando el control de la movilización de las energías biológicas para los fines conscientes de la actividad. Las técnicas respiratorias que vamos a exponer han sido tomadas fundamentalmente de las culturas orientales puesto que son utilizadas hace siglos y se ha comprobado el bienestar antes expresado, entre los beneficios y los tipos de técnicas respiratorias se detalla:

| Técnicas | Beneficios | Tipo de técnicas |
|--|--|---|
| Técnicas Psicofisiológicas basadas en la respiración | <ul style="list-style-type: none"> - Antídoto para el estrés. - Adecuada oxigenación de la sangre. - Mejora los estados de ansiedad, depresión, fatiga e irritabilidad. - Disminuye la tensión muscular. | <ul style="list-style-type: none"> - La relajación natural. - La respiración profunda. - La relajación mediante el suspiro. - La respiración natural completa. - La respiración purificante. |

Fuente: Soto M libro “Técnicas de Autocontrol Emocional” (1990).

5.2.2. La Relajación

Las técnicas de relajación en la actualidad, tiene su importancia por el valor que se les concede en el equilibrio psico-físico, en la mejoría del estilo de vida, en tratamientos para las enfermedades no transmisibles (psicológicas) o cuya rehabilitación exija una atención a largo plazo y también del valor que poseen para mejorar las cualidades reafirmando los rasgos positivos. En este sentido describimos las siguientes:

| Técnicas de Relajación | Descripción | Beneficios |
|---|--|---|
| Caminar descalzo | Se realiza en el campo. | favorece la distensión. |
| Los colores agradables o tristes | Se realiza en la ciudad en lugares donde el color es el punto característico (murales, pinturas) o en los espacios comunes donde los colores son debidamente utilizados, los colores calientes, fríos, claros y oscuros. | Aumento de la temperatura corporal, sedación en los órganos sensoriales, sensaciones de ligereza, libertad. |
| El contacto con las personas (amigos o familiares). | Los abrazos y las conversaciones. | Descarga las tensiones. |
| El ejercicio físico | El movimiento de los músculos estimula la producción de endorfinas, reduce la tensión muscular. | Animo entusiasta y el sentimiento de bienestar, mejora la autoestima, la capacidad de concentración, la memoria y la capacidad de adaptación. |

Fuente: Soto M libro "Técnicas de Autocontrol Emocional" (1990).

5.2.3. Consejos prácticos de relajación para estudiantes y trabajadores intelectuales.

La actividad cognitiva significa un desgaste físico y emocional capaz de generar ciertas tensiones y propiciar el Burnout a causa de las dificultades que tiene el estudiante en aprender o de las circunstancias que atraviesa en ese momento, por tanto, se aconseja utilizar las técnicas de respiración y relajación al aire libre (campo), relajación con visualización de propósitos, para ayudar a:

- Rendimiento cotidiano de acuerdo con las exigencias de la actividad intelectual.
- Cambio de tareas intelectuales con control emocional y eficacia.
- Concentración y exigencias en cada etapa del trabajo.
- Mejora la atención.
- Disminuye las tensiones en exámenes o materias nuevas.

6. Beneficiarios

Estudiantes de pregrado de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco

7. Recursos

7.1. Recursos Humanos

| Personal | Institución | Función en el Proyecto |
|---------------------------|--|---|
| Coordinador | Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco | Coordinar las acciones y planes de los talleres. |
| Psicólogo titulado | Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco | Responsable del fortalecimiento en Técnicas de Relajación |

| | | |
|-----------------------|--|--|
| 3 Practicantes | UNSAAC, Carreras profesionales de Psicología, Educación y a fines. | Asistentes en los talleres de Técnicas de Relajación |
|-----------------------|--|--|

7.2. Recursos Materiales

- Ambiente amplio y cerrado (aproximadamente con una capacidad de 100 estudiantes)
- Ambiente amplio y al aire libre (campo deportivo de la UNSAAC, áreas verdes del Centro Agronómico Kayra)
- Sitio en la Web (redes sociales)
- Celular e internet.

8. Mecanismos de Participación de la Comunidad Educativa

Los talleres de fortalecimiento en Técnicas de Relajación se darán a conocer a través de las plataformas virtuales de la UNSAAC y la invitación hecha por el coordinador del programa a todas las carreras universitarias, involucrando a los docentes para motivar la presencia de sus estudiantes.

9. Presupuesto Articulado a las Actividades Propuestas

| Recursos | Valor en Nuevos Soles | Financiamiento |
|--|------------------------------|-----------------------|
| 1 Profesional S/. 2,500.00 | 30,000.00 | UNSAAC |
| 2. Practicantes S/. 500.00 | 18,000.00 | UNSAAC |
| 3. Recursos, internet, laptop, cámara de video. | 7,000.00 | UNSAAC. |
| Total | 55, 000.00 | |

10. Cronograma de Actividades

| Actividad | Primera etapa | | | | Segunda Etapa | | | | Tercera etapa | | | |
|---|---------------|----|-----|----|---------------|----|-----|----|---------------|----|-----|----|
| | meses | | | | meses | | | | meses | | | |
| | I | II | III | IV | I | II | III | IV | I | II | III | IV |
| <ul style="list-style-type: none"> Fomentar la participación de los estudiantes universitarios en los talleres de Técnicas de Relajación a través de los Docentes. Crear talleres de acceso libre en Técnicas de Relajación en estudiantes universitarios en relación al Burnout Estudiantil. | x | x | x | x | | | | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> Crear talleres de acceso libre en Técnicas de Relajación en estudiantes universitarios en relación al Desempeño Académico. | | | | | x | x | x | x | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> Generar conocimiento y aplicación de las Técnicas de Relajación en los estudiantes universitarios. | | | | | | | | | x | x | x | x |

Anexo 3: Instrumentos de recolección de datos

Presentación

Estimado señor(a)/señorita, reciba un cordial saludo, el presente cuestionario permitirá cumplir los objetivos de la investigación titulada “” Le agradezco que proporcione una respuesta lo más sincera posible, expresándole que la información será estrictamente confidencial y de carácter anónimo.

Datos generales

A continuación, marque con un aspa (x), y/o complete donde corresponda.

1. Edad: (años).

2. Ciclo de estudio:

3. Ocupación:

a) Estudia b) Estudia y trabaja

4. Sexo

a) Hombre b) Mujer

5. Estado civil:

a) Soltero b) Casado c) otros

5. N° de hijos:

Síndrome de Burnout Académico

Instrucciones I

Las siguientes son 15 declaraciones que hablan acerca de las conductas relacionadas en el ámbito estudiantil. Te pedimos contestes con la mayor sinceridad en cada una de las opciones, marcando con una (X) la opción que más corresponde a tu sentir.

| ÍTEM | NUNCA | ALGUNAS VECES | CASI SIEMPRE | SIEMPRE |
|--|-------|------------------|-----------------|---------|
| 1. El tener que asistir a clases me cansa | | | | |
| 2. Los problemas Académicos me deprimen fácilmente | | | | |
| 3. Durante las clases me siento somnoliento | | | | |
| 4. Creo que el estudiar hace que me sienta agotado | | | | |
| 5. Cada vez que es más difícil concentrarme en las clases. | | | | |
| 6. Me desilusionan mis estudios. | | | | |
| 7. Antes de terminar mi horario de clases ya me siento cansado. | | | | |
| 8. No me interesa ir a clases. | | | | |
| 9. Cada vez me cuesta más trabajo ponerle atención al maestro. | | | | |
| 10. El asistir a clases se me hace aburrido. | | | | |
| 11. Siento que el estudio me está desgastando físicamente. | | | | |
| 12. Cada vez me siento más frustrado por asistir a la universidad. | | | | |
| 13. No creo terminar con éxito mis estudios. | | | | |
| 14. Siento que tengo más problemas para recordar lo que estudio. | | | | |
| 15. Creo que estudiar me está desgastando emocionalmente. | | | | |

Desempeño Académico

Instrucciones II

Estimado estudiante:

El presente cuestionario tiene por objeto recoger información sobre la variable desempeño Académico. Por lo tanto, la información que nos proporcione es muy valiosa para culminar con nuestros propósitos por lo que le suplicamos a Ud. contestar con toda veracidad.

INTRUCCIONES:

Marca con un aspa el casillero respectivo cada ítem de acuerdo a su sentir. Recuerda que, no hay respuestas buenas ni malas, correctas o incorrectas. Lo que interesa es solamente conocer que es lo que habitualmente sientes o piensas.

| Dimensión: Autoestima | Muy de acuerdo | De acuerdo | En desacuerdo | Muy en desacuerdo |
|--|-----------------------|-------------------|----------------------|--------------------------|
| 1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás | | | | |
| 2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas | | | | |
| 3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente | | | | |
| 4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a | | | | |
| 5. En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a | | | | |
| 6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a | | | | |
| 7. En general , me inclino a pensar que soy un fracasado/a | | | | |
| 8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo | | | | |
| 9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil | | | | |
| 10. A veces creo que no soy buena persona | | | | |

| Dimensión: Conductas de hábito | sí | frecuentemente | A veces | No |
|---|-----------|-----------------------|----------------|-----------|
| 11. Me bloqueo en las pruebas (exámenes), lo que me hace olvidar de momento lo que realmente sé. | | | | |
| 12. Creo que leo e interpreto bien las consignas (instrucciones) y las preguntas de las pruebas. | | | | |
| 13. Antes de contestar un examen, primero leo todas las preguntas. | | | | |
| 14. En las pruebas (exámenes) resuelvo primero las preguntas que realmente sé. | | | | |
| 15. Antes de devolver las pruebas (exámenes) verifico si no he dejado algo sin responder. | | | | |
| 16. Se manejar mi ansiedad o tensión durante las pruebas. | | | | |
| 17. Cuando me devuelven una prueba (examen) la reviso con cuidado para analizar y estudiar los errores que tuve. | | | | |
| 18. Me aseguro de que mi letra, mi redacción y mi ortografía estén bien al responder una prueba (examen). | | | | |
| 19. Sobreaprendo (estudio más de la cuenta) para tener confianza y no fracasar en exámenes. | | | | |
| 20. Sin importar el tipo de prueba que me vayan a poner (opción múltiple, falso/verdadero, completar), estudio como si se tratara de responder a preguntas abiertas (ensayo, resumen, comentario, escrito). | | | | |
| 21. Creo haber comprendido bien un tema, pero los resultados | | | | |

| | | | | |
|---|--|--|--|--|
| de la prueba me muestran lo contrario. | | | | |
| 22. Se me dificulta expresar correctamente mi pensamiento al hablar en público. | | | | |
| 23. Expreso fácilmente y con claridad mi pensamiento por escrito. | | | | |
| 24. Prefiero responder una prueba de memoria que tener que desarrollar un tema. | | | | |
| 25. En pruebas, deseo copiar a mi compañero(a) porque me siento inseguro(a). | | | | |
| 26. Después de estudiar, repaso el tema para tener la certeza de que lo aprendí bien. | | | | |
| 27. Se me dificulta recordar datos específicos y relevantes de algunos temas | | | | |
| 28. Cuando estudio anoto dudas y procuro aclararlas consultando textos yendo a bibliotecas preguntándole a compañeros o maestros. | | | | |
| 29. Domino un método nemotécnico del que me valgo para retener información que debe de ser memorizada. | | | | |
| 30. Se me dificulta redactar textos, resumir y extraer la idea principal de un texto. | | | | |
| 31. Me gusta llevar a la práctica los aprendizajes y hacer ejercicios extra en casa. | | | | |
| 32. Uso abreviaturas u otro tipo de símbolos con el fin de ganar tiempo al tomar apuntes. | | | | |
| 33. Creo que comprendo y retengo muy bien lo que leo. | | | | |
| 34. Al leer y estudiar subrayo, tomo apuntes y hago anotaciones como apoyo al aprendizaje. | | | | |

| | | | | |
|--|-------------------|--------------------|-----------------------|---------------------|
| 35. Confío plenamente en mi memoria y la prefiero al proceso complejo de comprender. | | | | |
| 36. Me gusta anotar todo durante la clase, pero esto me quita tiempo y me dificulta seguir las explicaciones. | | | | |
| 37. Hago esfuerzo por entender los temas antes que tratar de memorizarlos. | | | | |
| 38. Confío en mi memoria porque me es fiel. | | | | |
| 39. Busco estudiar con un(a) compañero(a) porque siento que con el (ella) retengo y aprendo más. | | | | |
| 40. Paso en limpio los apuntes en el mismo día para retenerlos mejor y procuro complementar la información con otros textos. | | | | |
| Dimensión: Administración del tiempo | Casi nunca | Pocas veces | Frecuentemente | Casi siempre |
| 41. Siento que el tiempo invertido en el trabajo Académico es importante: | | | | |
| 42. Al comienzo del año Académico me fijo metas positivas acerca de mis estudios y las llevo a cabo: | | | | |
| 43. Al jerarquizar mis actividades diarias, el estudio está dentro de las tres primeras: | | | | |
| 44. Logro relajarme y concentrarme para estudiar: | | | | |
| 45. Controlo los tiempos de estudio para no tener interrupciones: | | | | |
| 46. Logro “redistribuir” mis tiempos de actividades diarias cuando obtengo | | | | |

| | | | | |
|---|--|--|--|--|
| calificaciones no satisfactorias: | | | | |
| 47. Estudio diariamente fuera de la universidad al menos por dos horas: | | | | |
| 48. Siento que mi estudio fuera de la universidad es muy efectivo: | | | | |
| 49. Logro realizar paulatinamente los trabajos Académicos que me han dado con varios meses de anticipación: | | | | |
| 50. Al final del año hago un balance concienzudo y objetivo sobre lo que ha sido mi rendimiento Académico: | | | | |
| 51. Llevo por escrito un horario de mis compromisos Académicos y lo consulto diariamente: | | | | |
| 52. Puedo distribuir el tiempo de estudio de diferentes materias de modo que no se empalmen unas con otras: | | | | |
| 53. Me rinde el tiempo cuando estudio: | | | | |
| 54. Considero que el tiempo que dedico al estudio me ayuda en mi formación personal: | | | | |
| 55. Dedico suficiente tiempo al estudio para verlo reflejado en mis calificaciones: | | | | |

Dimensión: Memoria

MEMORIA DEL LUGAR

Observa cuidadosamente durante dos minutos la ilustración presentada a continuación, tratando de ubicar personas y detalles. Al finalizar dicho tiempo trata de responder las preguntas sin volver a mirar la ilustración.

Pregunta 58



56. ¿Cuántas personas había en la escena?

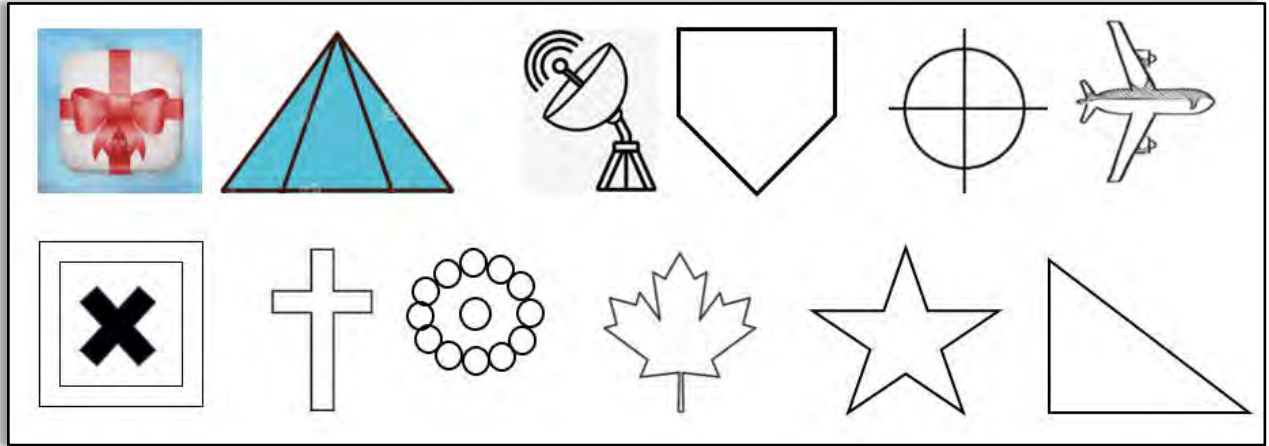
57. ¿Cuántos aparentan ser niños y cuántos adultos?

58. ¿Qué actividades parecen realizar?

59. ¿Qué letras muestra la maestra?

MEMORIA VISUAL DE FIGURAS

Observa cuidadosamente durante un minuto las 12 figuras que están en el recuadro. Pasado este tiempo, trata de dibujarlas en el recuadro de abajo, tal como lo vayas recordando.



60. Dibuje las figuras, tal como lo vayas recordando.



MEMORIA DE PALABRAS

A continuación, se presenta una serie de palabras en desorden. Obsérvalas y concéntrate en ellas durante dos minutos. Pasado ese tiempo resuelve el ejercicio.















61. Escribe las palabras que recuerdes

| | | |
|-------|-------|-------|
| _____ | _____ | _____ |
| _____ | _____ | _____ |
| _____ | _____ | _____ |

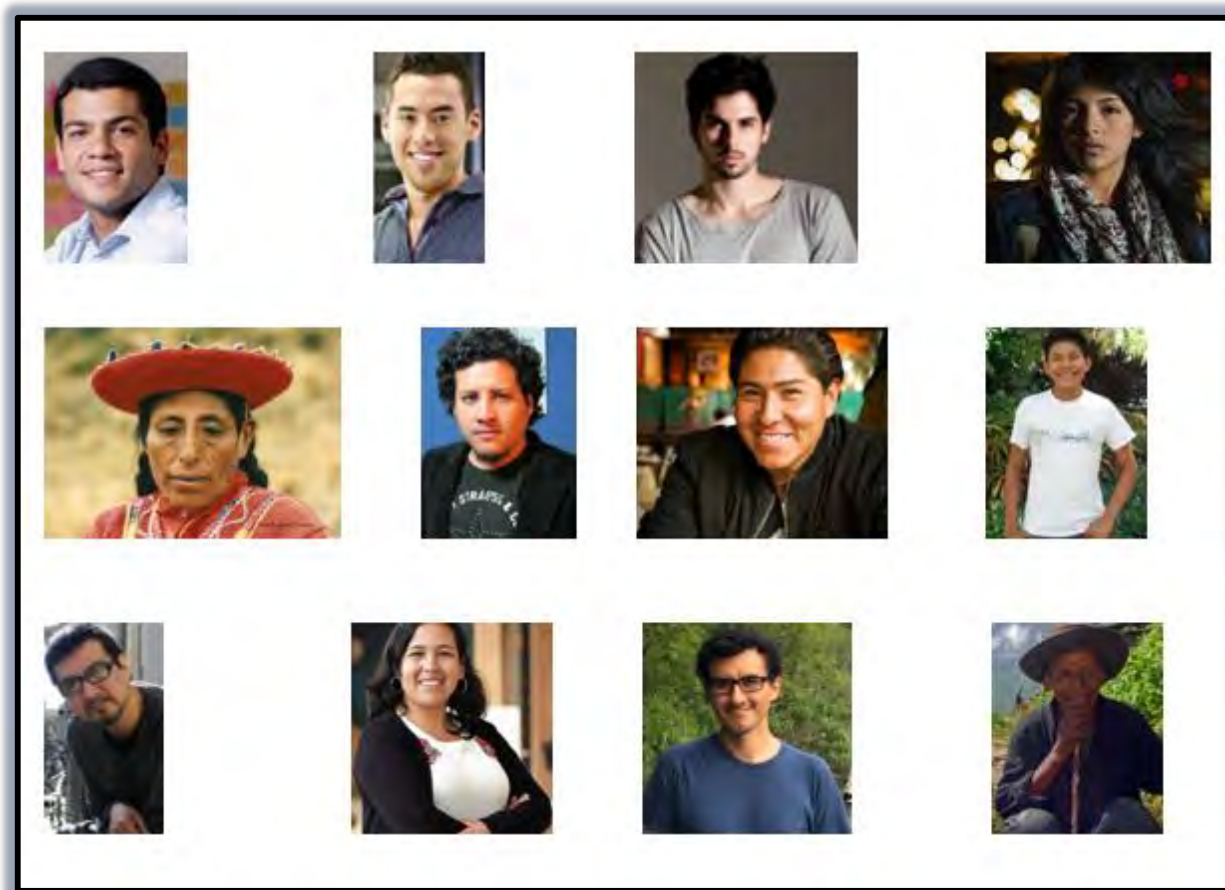
MEMORIA DE NOMBRES Y ROSTROS

Observa y concéntrate cuidadosamente, durante dos minutos, en los rostros y los nombres.

Pasado ese tiempo deberás hacer lo que pida el ejercicio.

| | | | |
|---|---|--|---|
|  |  |  |  |
| Linda Rojo | Joshua Hernández | Adolfo Huerta | Bruno Andrade |
|  |  |  |  |
| Maco Robles | Bernardo Pérez | Mariana Rojo | Daniel Gutiérrez |
|  |  |  |  |
| Eduardo Soto | Antonio Álvarez | Sergio Camargo | Carla molina |

62. Escribe el nombre que recuerdes que le corresponde a cada persona



Anexo 4. Instrumentos resueltos



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



Código: 151958

Dimensión: **Memoria**

1) MEMORIA DEL LUGAR

Observa cuidadosamente la siguiente imagen que se te presenta durante dos minutos la ilustración presentada a continuación, tratando de ubicar personas y detalles. Al finalizar dicho tiempo trata de responder las preguntas sin volver a mirar la ilustración.

1. ¿Cuántas personas había en la escena?

10 personas

2. ¿Cuántos aparentan ser niños y cuántos adultos?

5 niños y 5 adultos

3. ¿Qué actividades parecen realizar?

estar en el campo recolectando Flores,
enseñar, leer, ir al trabajo, mirar las
estrellas.

4. ¿Qué letras muestra la maestra?

a-r

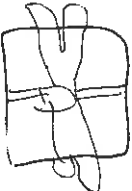
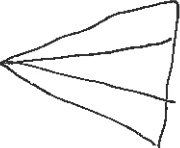
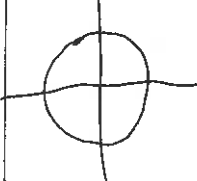


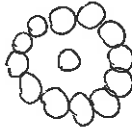

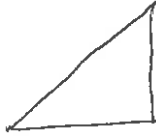


Código: 151958

2) MEMORIA VISUAL DE FIGURAS

Observa cuidadosamente durante un minuto las 12 figuras que están en el recuadro. Pasado este tiempo, trata de dibujarlas en el recuadro de abajo, tal como lo vayas recordando.

5. Dibuja las figuras, tal como lo vayas recordando.

| | | | | |
|--|---|--|---|--|
|  |  | |  |  |
|  | |  |  |  |



Código: 151958

3) MEMORIA DE PALABRAS

A continuación, se presenta una serie de palabras en desorden. Obsérvalas y concéntrate en ellas durante dos minutos. Pasado ese tiempo resuelve el ejercicio.

6. Escribe las palabras que recuerdes

| | | |
|-----------------|---------------------|-------|
| <u>el</u> | <u>Días</u> | _____ |
| <u>de</u> | <u>Licenciatura</u> | _____ |
| <u>las</u> | _____ | _____ |
| <u>ciudad</u> | _____ | _____ |
| <u>país</u> | _____ | _____ |
| <u>Colegio</u> | _____ | _____ |
| <u>América</u> | _____ | _____ |
| <u>Domingo</u> | _____ | _____ |
| <u>Felicita</u> | _____ | _____ |



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN












Código: 151958

4) MEMORIA DE NOMBRES Y ROSTROS

Observa y concéntrate cuidadosamente, durante dos minutos, en los rostros y los nombres. Pasado ese tiempo deberás hacer lo que pida el ejercicio.

7. Escribe el nombre que recuerdes que le corresponde a cada persona

| | | | |
|---|--|--|---|
|  |  |  |  Mariana Rojas |
|  Mariana |  |  |  |
|  Joshua Hernandez |  Linda Rojas |  |  |



INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Presentación

Estimado estudiante, recibe un cordial saludo, los siguientes cuestionarios permitirán cumplir los objetivos de la investigación titulada **“SINDROME DE BURNOUT Y DESEMPEÑO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE LAS ESCUELAS PROFESIONALES DE EDUCACIÓN PRIMARIA Y SECUNDARIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO EN EL SEMESTRE 2019-II”** mucho agradecemos que nos proporciones una respuesta lo más sincera posible, expresándole que la información es muy valiosa para culminar con nuestros propósitos, por lo que será estrictamente confidencial y de carácter anónimo.

Datos generales

A continuación, marque con un aspa (x), y/o complete donde corresponda.

1. Código: 151958....

2. Edad: 24 (años).

3. Ocupación: Solo estudia Estudia y trabaja

4. Sexo: Masculino Femenino

5. Estado civil: Soltero Casado Viudo Divorciado

6. N° de hijos: 0....



CUESTIONARIO SOBRE SÍNDROME DE BURNOUT

Instrucciones I

Las siguientes son 15 declaraciones que hablan acerca de las conductas relacionadas en el ámbito estudiantil. Te pedimos contestes con la mayor sinceridad en cada una de las opciones, marcando con una (X) la que más corresponde a tu sentir.

| ÍTEM | NUNCA | ALGUNAS VECES | CASI SIEMPRE | SIEMPRE |
|--|-------|---------------|--------------|---------|
| 1. El tener que asistir a clases me cansa | | X | | |
| 2. Los problemas académicos me deprimen fácilmente | | X | | |
| 3. Durante las clases me siento somnoliento | | X | | |
| 4. Creo que el estudiar hace que me sienta agotado | X | | | |
| 5. Cada vez que es más difícil concentrarme en las clases. | | X | | |
| 6. Me desilusionan mis estudios. | | X | | |
| 7. Antes de terminar mi horario de clases ya me siento cansado. | | X | | |
| 8. No me interesa ir a clases. | X | | | |
| 9. Cada vez me cuesta más trabajo ponerle atención al maestro. | | X | | |
| 10. El asistir a clases se me hace aburrido. | | X | | |
| 11. Siento que el estudio me está desgastando físicamente. | | X | | |
| 12. Cada vez me siento más frustrado por asistir a la universidad. | X | | | |
| 13. No creo terminar con éxito mis estudios. | | X | | |
| 14. Siento que tengo más problemas para recordar lo que estudio. | X | | | |
| 15. Creo que estudiar me está desgastando emocionalmente. | X | | | |



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



CUESTIONARIO SOBRE DESEMPEÑO ACADÉMICO

INTRUCCIONES:

Marca con una (X) el casillero respectivo cada ítem de acuerdo a su sentir. Recuerda que, no hay respuestas buenas ni malas, correctas o incorrectas. Lo que interesa es solamente conocer que es lo que habitualmente sientes o piensas.

| Dimensión: Autoestima | Muy de acuerdo | De acuerdo | En desacuerdo | Muy en desacuerdo |
|--|-----------------------|-----------------------|----------------------|--------------------------|
| 1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás | | X | | |
| 2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas | X | | | |
| 3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente | | X | | |
| 4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a | X | | | |
| 5. En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a | | X | | |
| 6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a | | X | | |
| 7. En general , me inclino a pensar que soy un fracasado/a | | | X | |
| 8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo | X | | | |
| 9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil | | X | | |
| 10. A veces creo que no soy buena persona | | X | | |
| Dimensión: Conductas de habito | Sí | Frecuentemente | A veces | No |
| 11. Me bloqueo en las pruebas (exámenes), lo que me hace olvidar de momento lo que realmente sé. | | | X | |
| 12. Creo que leo e interpreto bien las consignas (instrucciones) y las preguntas de las pruebas. | X | | | |
| 13. Antes de contestar un examen, primero leo todas las preguntas. | | | | X |



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



| Dimensión: Conductas de habito | Sí | Frecuent emente | A veces | No |
|---|----|--------------------|---------|----|
| 14. En las pruebas (exámenes) resuelvo primero las preguntas que realmente sé. | | | X | |
| 15. Antes de devolver las pruebas (exámenes) verifico si no he dejado algo sin responder. | X | | | |
| 16. Se manejar mi ansiedad o tensión durante las pruebas. | X | | | |
| 17. Cuando me devuelven una prueba (examen) la reviso con cuidado para analizar y estudiar los errores que tuve. | | | X | |
| 18. Me aseguro de que mi letra, mi redacción y mi ortografía estén bien al responder una prueba (examen). | X | | | |
| 19. Sobreaprendo (estudio más de la cuenta) para tener confianza y no fracasar en exámenes. | | | X | |
| 20. Sin importar el tipo de prueba que me vayan a poner (opción múltiple, falso/verdadero, completar), estudio como si se tratara de responder a preguntas abiertas (ensayo, resumen, comentario, escrito). | | | X | |
| 21. Creo haber comprendido bien un tema, pero los resultados de la prueba me muestran lo contrario. | | | X | |
| 22. Se me dificulta expresar correctamente mi pensamiento al hablar en público. | X | | | |
| 23. Expreso fácilmente y con claridad mi pensamiento por escrito. | | | X | |
| 24. Prefiero responder una prueba de memoria que tener que desarrollar un tema. | | | X | |
| 25. En pruebas, deseo copiar a mi compañero(a) porque me siento inseguro(a). | | | X | |
| 26. Después de estudiar, repaso el tema para tener la certeza de que lo aprendí bien. | X | | | |
| 27. Se me dificulta recordar datos específicos y relevantes de algunos temas | | | X | |



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



| Dimensión: Conductas de habito | Sí | Frecuent emente | A veces | No |
|---|-------------------|----------------------------|----------------------------|---------------------|
| 28. Cuando estudio anoto dudas y procuro aclararlas consultando textos yendo a bibliotecas preguntándole a compañeros o maestros. | | | | X |
| 29. Domino un método nemotécnico del que me valgo para retener información que debe de ser memorizada. | | | X | |
| 30. Se me dificulta redactar textos, resumir y extraer la idea principal de un texto. | | | X | |
| 31. Me gusta llevar a la práctica los aprendizajes y hacer ejercicios extra en casa. | | | X | |
| 32. Uso abreviaturas u otro tipo de símbolos con el fin de ganar tiempo al tomar apuntes. | X | | | |
| 33. Creo que comprendo y retengo muy bien lo que leo. | | | X | |
| 34. Al leer y estudiar subrayo, tomo apuntes y hago anotaciones como apoyo al aprendizaje. | X | | | |
| 35. Confío plenamente en mi memoria y la prefiero al proceso complejo de comprender. | | | X | |
| 36. Me gusta anotar todo durante la clase, pero esto me quita tiempo y me dificulta seguir las explicaciones. | X | | | |
| 37. Hago esfuerzo por entender los temas antes que tratar de memorizarlos. | X | | | |
| 38. Confío en mi memoria porque me es fiel. | | | X | |
| 39. Busco estudiar con un(a) compañero(a) porque siento que con el(ella) retengo y aprendo más. | | | X | |
| 40. Paso en limpio los apuntes en el mismo día para retenerlos mejor y procuro complementar la información con otros textos. | | | | X |
| Dimensión: Administración del tiempo | Casi nunca | Pocas veces | Frecuentem ente | Casi siempre |
| 41. Siento que el tiempo invertido en el trabajo académico es importante: | | | X | |



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



| Dimensión: Administración del tiempo | Casi nunca | Pocas veces | Frecuentemente | Casi siempre |
|--|------------|-------------|----------------|--------------|
| 42. Al comienzo del año académico me fijo metas positivas acerca de mis estudios y las llevo a cabo: | | | | X |
| 43. Al jerarquizar mis actividades diarias, el estudio está dentro de las tres primeras: | | | X | |
| 44. Logro relajarme y concentrarme para estudiar: | | | | X |
| 45. Controlo los tiempos de estudio para no tener interrupciones: | | | X | |
| 46. Logro "redistribuir" mis tiempos de actividades diarias cuando obtengo calificaciones no satisfactorias: | | | | X |
| 47. Estudio diariamente fuera de la universidad al menos por dos horas: | | | | X |
| 48. Siento que mi estudio fuera de la universidad es muy efectivo: | | X | | |
| 49. Logro realizar paulatinamente los trabajos académicos que me han dado con varios meses de anticipación: | | X | | |
| 50. Al final del año hago un balance concienzudo y objetivo sobre lo que ha sido mi rendimiento académico: | X | | | |
| 51. Llevo por escrito un horario de mis compromisos académicos y lo consulto diariamente: | | X | | |
| 52. Puedo distribuir el tiempo de estudio de diferentes materias de modo que no se empalmen unas con otras: | | | X | |
| 53. Me rinde el tiempo cuando estudio: | | X | | |
| 54. Considero que el tiempo que dedico al estudio me ayuda en mi formación personal: | | | X | |
| 55. Dedico suficiente tiempo al estudio para verlo reflejado en mis calificaciones: | | X | | |

Muchas gracias por tu valioso tiempo

Anexo 5: Documentos de validación de expertos

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
FACULTAD DE EDUCACION Y CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACION

FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES:

Título del trabajo de investigación:

**SINDROME DE BURNOUT Y DESEMPEÑO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE LAS
ESCUELAS PROFESIONALES DE EDUCACIÓN PRIMARIA Y SECUNDARIA DE LA
UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO EN EL SEMESTRE
2019-II**

Nombre del instrumento: Cuestionario de Encuesta

Investigadoras: Bach. Piorina Catherine Araujo Quispe Bach. Diana Cuba Tapia

| CRITERIO | INDICADORES | CRITERIOS | Deficiente 0-20% | Regular 21-40% | Bueno 41-60% | Muy Bueno 61-80% | Excelente 81-100% |
|------------|--------------------|--|---------------------|-------------------|-----------------|---------------------|----------------------|
| Forma | 1. REDACCIÓN | Los indicadores e ítems están redactados considerando los elementos necesarios. | | | | X | |
| | 2. CLARIDAD | Está formulado con un lenguaje apropiado. | | | X | | |
| | 3. OBJETIVIDAD | Está expresado en conductas observables. | | | X | | |
| Contenido | 4. ACTUALIDAD | Es adecuado al avance de la ciencia y la tecnología. | | | X | | |
| | 5. SUFICIENCIA | Los ítems son adecuados en cantidad y profundidad. | | | | X | |
| | 6. INTENCIONALIDAD | El instrumento mide en forma pertinente el comportamiento de las variables de investigación. | | | | X | |
| Estructura | 7. ORGANIZACIÓN | Existe una organización lógica entre todos los elementos básicos de la investigación. | | | X | | |
| | 8. CONSISTENCIA | Se basa en aspectos teóricos científicos de la investigación educativa. | | | | X | |
| | 9. COHERENCIA | Existe coherencia entre los ítems, indicadores, dimensiones y variables. | | | | X | |
| | 10. METODOLOGÍA | La estrategia de investigación responde al propósito del diagnóstico. | | | | X | |

II. LUEGO DE REVISADO EL INSTRUMENTO:

Procede su aplicación

Debe corregirse

PROMEDIO: 80 %

Firma

Dr.: Alfonso Chile Latorre

DNI: 73856693

Teléfono:

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
FACULTAD DE EDUCACION Y CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACION

FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES:

Título del trabajo de investigación:

**SINDROME DE BURNOUT Y DESEMPEÑO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE LAS
ESCUELAS PROFESIONALES DE EDUCACIÓN PRIMARIA Y SECUNDARIA DE LA
UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO EN EL SEMESTRE
2019-II**

Nombre del instrumento: Cuestionario de Encuesta

Investigadoras: Bach. Piorina Catherine Araujo Quispe Bach. Diana Cuba Tapia

| CRITERIO | INDICADORES | CRITERIOS | Deficiente 0-20% | Regular 21-40% | Bueno 41-60% | Muy Bueno 61-80% | Excelente 81-100% |
|------------|--------------------|--|---------------------|-------------------|-----------------|---------------------|----------------------|
| Forma | 1. REDACCIÓN | Los indicadores e ítems están redactados considerando los elementos necesarios. | | | X | | |
| | 2. CLARIDAD | Está formulado con un lenguaje apropiado. | | | X | | |
| | 3. OBJETIVIDAD | Está expresado en conductas observables. | | | | X | |
| Contenido | 4. ACTUALIDAD | Es adecuado al avance de la ciencia y la tecnología. | | | X | | |
| | 5. SUFICIENCIA | Los ítems son adecuados en cantidad y profundidad. | | | | X | |
| | 6. INTENCIONALIDAD | El instrumento mide en forma pertinente el comportamiento de las variables de investigación. | | | | X | |
| Estructura | 7. ORGANIZACIÓN | Existe una organización lógica entre todos los elementos básicos de la investigación. | | | X | | |
| | 8. CONSISTENCIA | Se basa en aspectos teóricos científicos de la investigación educativa. | | | X | | |
| | 9. COHERENCIA | Existe coherencia entre los ítems, indicadores, dimensiones y variables. | | | | X | |
| | 10. METODOLOGÍA | La estrategia de investigación responde al propósito del diagnóstico. | | | | X | |

II. LUEGO DE REVISADO EL INSTRUMENTO:

Procede su aplicación

Debe corregirse

PROMEDIO: 75 %

Firma
Dr. Leobardo Chile Letona
DNI: 24004691
Teléfono: 987960858

Anexo 6: Evidencias del trabajo de campo



Figura 19. *Presentación de los cuestionarios a los alumnos de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria semestres 2008 al 2015 I y II*



Figura 20. *Explicación del llenado de los cuestionarios de la variable Desempeño Académico a los alumnos de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria semestres 2008 al 2015 I y II*



Figura 21. Resolución de los cuestionarios en las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria semestres 2008 al 2015 I y II



Figura 22. Resolución de los cuestionarios por una alumna de la Facultad de Educación



Figura 23. Resolución de los cuestionarios a los alumnos de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria semestres 2017 I y II



Figura 24. Resolución de los cuestionarios a los alumnos de las Escuelas Profesionales de Educación Primaria y Secundaria semestres 2018 I y II

Anexo 7: Base de datos

Vista de variables analisis en el programa estadístico IBM SPSS

base sindrome 17julio2020.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

| | Nombre | Tipo | Anchura | Decimales | Etiqueta | Valores | Perdidos | Columnas | Alineación | Medida | Rol |
|----|-----------------|----------|---------|-----------|---------------------|------------------|----------|----------|------------|---------|---------|
| 1 | items | Numérico | 3 | 0 | | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Escala | Entrada |
| 2 | ciclo | Numérico | 1 | 0 | ciclo | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Ordinal | Entrada |
| 3 | Edad | Numérico | 2 | 0 | Edad | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Escala | Entrada |
| 4 | Ocupacion | Numérico | 1 | 0 | Ocupación | {1, Estudia}... | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 5 | Sexo | Numérico | 1 | 0 | Genero | {1, Masculin}... | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 6 | Estadocivil | Numérico | 1 | 0 | Estado civil | {1, Soltero}... | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 7 | Numerodehi... | Numérico | 1 | 0 | Numero de hijos | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Escala | Entrada |
| 8 | Cansancio... | Numérico | 2 | 0 | Cansancio o A... | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Escala | Entrada |
| 9 | Despersona... | Numérico | 2 | 0 | Despersonaliza... | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Escala | Entrada |
| 10 | Faltadereali... | Numérico | 2 | 0 | Falta de realiza... | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Escala | Entrada |
| 11 | Sindromede... | Numérico | 2 | 0 | Sindrome de B... | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Escala | Entrada |
| 12 | Autoestima | Numérico | 2 | 0 | | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Escala | Entrada |
| 13 | Conductasa... | Numérico | 2 | 0 | Conductas ante... | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Escala | Entrada |
| 14 | Metodosdee... | Numérico | 2 | 0 | Metodos de est... | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Escala | Entrada |
| 15 | Administrac... | Numérico | 2 | 0 | Administracion ... | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Escala | Entrada |
| 16 | Memoria | Numérico | 2 | 0 | | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Escala | Entrada |
| 17 | Desempeño... | Numérico | 3 | 0 | Desempeño ac... | Ninguno | Ninguno | 12 | Derecha | Escala | Entrada |
| 18 | edadgrupos | Numérico | 8 | 0 | Edad de los es... | {1, Entre 18... | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 19 | D1sindrome | Numérico | 8 | 0 | Cansancio o A... | {1, No prese... | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 20 | D2sindrome | Numérico | 8 | 0 | Despersonaliza... | {1, No prese... | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 21 | variable1 | Numérico | 8 | 0 | Sindrome de B... | {1, No prese... | Ninguno | 11 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 22 | d3sindrome | Numérico | 8 | 0 | Falta de realiza... | {1, No prese... | Ninguno | 12 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 23 | d1desempeño | Numérico | 8 | 0 | Autoestima | {1, Autoesti... | Ninguno | 14 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 24 | d2desempe... | Numérico | 8 | 0 | Conductas ante... | {1, Deficient... | Ninguno | 16 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 25 | d3desempe... | Numérico | 8 | 0 | Metodos de est... | {1, Deficient... | Ninguno | 14 | Derecha | Nominal | Entrada |

Vista de datos Vista de variables

| | Nombre | Tipo | Anchura | Decimales | Etiqueta | Valores | Perdidos | Columnas | Alineación | Medida | Rol |
|----|-------------|----------|---------|-----------|--------------------|-------------------|----------|----------|------------|---------|---------|
| 25 | d3desempeño | Numérico | 8 | 0 | Metodos de est... | {1, Deficient... | Ninguno | 14 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 26 | d4desempeño | Numérico | 8 | 0 | Administración ... | {1, Malo}... | Ninguno | 14 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 27 | d5desempeño | Numérico | 8 | 0 | Memoria | {1, Deficient... | Ninguno | 14 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 28 | Variable2 | Numérico | 8 | 0 | Desempeño Ac... | {1, Ineficient... | Ninguno | 11 | Derecha | Nominal | Entrada |
| 29 | | | | | | | | | | | |
| 30 | | | | | | | | | | | |
| 31 | | | | | | | | | | | |
| 32 | | | | | | | | | | | |
| 33 | | | | | | | | | | | |
| 34 | | | | | | | | | | | |
| 35 | | | | | | | | | | | |
| 36 | | | | | | | | | | | |
| 37 | | | | | | | | | | | |
| 38 | | | | | | | | | | | |
| 39 | | | | | | | | | | | |
| 40 | | | | | | | | | | | |
| 41 | | | | | | | | | | | |
| 42 | | | | | | | | | | | |
| 43 | | | | | | | | | | | |
| 44 | | | | | | | | | | | |
| 45 | | | | | | | | | | | |
| 46 | | | | | | | | | | | |
| 47 | | | | | | | | | | | |
| 48 | | | | | | | | | | | |
| 49 | | | | | | | | | | | |

Lista de datos **Vista de variables**

IBM SPSS Statistics Processor está listo domingo, 16 de agosto de 2020