

XIII Jornadas de Investigación y Segundo Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2006.

Prácticas pre-profesionales en psicología: de la formación a la prevención.

Argañaraz, María Fernanda del Huerto.

Cita:

Argañaraz, María Fernanda del Huerto (2006). *Prácticas pre-profesionales en psicología: de la formación a la prevención*. XIII Jornadas de Investigación y Segundo Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-039/250>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/e4go/y1c>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

PRÁCTICAS PRE-PROFESIONALES EN PSICOLOGÍA: DE LA FORMACIÓN A LA PREVENCIÓN

Argañaraz, María Fernanda del Huerto
Consejo de Investigaciones de la Universidad Nacional de Tucumán. Argentina

RESUMEN

Son significativos los índices epidemiológicos acerca de la morbilidad ó aparición de enfermedades a edades cada vez más tempranas en los profesionales de la salud. El burnout es una respuesta al estrés laboral padecido particularmente por los profesionales de la salud, quienes en su voluntad por adaptarse y responder eficazmente a excesivas demandas y presiones laborales, se esfuerzan de un modo intenso y sostenido, con una sobre-exigencia y tensión que genera riesgo de contraer enfermedades y afectar negativamente el rendimiento y la calidad del servicio profesional. Los aspectos más estresantes del desempeño profesional del psicólogo se hacen presentes ya en el desarrollo de las primeras experiencias de prácticas durante la formación de grado, al tiempo que estas se constituyen en espacios privilegiados de prevención del burnout. El presente trabajo expone avances sobre una investigación específica acerca del burnout en practicantes de psicología. El quehacer profesional posiciona al estudiante frente a desafiantes demandas siempre atravesadas por la incertidumbre. En este marco es donde los practicantes aprenden no sólo un modo de HACER, sino fundamentalmente un modo de SER psicólogo al tiempo que construyen herramientas teóricas y metodológicas que marcarán su estilo profesional e influirán directamente sobre la salud de su comunidad.

Palabras clave

Psicología Práctica preprofesional Burnout

ABSTRACT

PRACTICES PRE-PROFESIONALES IN PSYCHOLOGY:
OF THE FORMATION TO THE PREVENTION

The indices are significant epidemiologists about the morbidity or appearance of diseases to more and more early ages in the professionals of the health. Burnout is an answer to labor stress suffered particularly by the professionals of the health, who in their will to adapt and to effectively respond to excessive demands and labor pressures, make an effort of an intense way and sharp, with an on-exigency and tension that risk generates of contracting diseases and negatively of affecting the yield and the quality of the professional service. The estresantes aspects of the professional performance of the psychologist are already made presents in the development of the first experiences of practices during the degree formation, to the time that these are constituted in privileged spaces of prevention of burnout. The present work exposes advances on a specific investigation about burnout in psychology medical instructors. The professional task positions as opposed to the student challenging demands always crossed by the uncertainty. In this frame it is where the medical instructors learn nonsingle a way TO DO, but fundamentally a way of BEING methodologic psychologist to the time which they construct theoretical tools and that will mark their professional style and will influence the health of their community directly.

Key words

Psychology Practice preprofessional Burnout

1. PRESENTACIÓN Y RELEVANCIA DEL TEMA:

El "BURNOUT" es un término inglés que el diccionario traduce como: quemarse, gastarse, agotarse, fatigarse, cansarse. Sentirse exhausto, consumido, apagado, fundido. "Volverse inútil por uso excesivo".

El término mismo tiene orígenes populares, no académicos: por ej. "Ya me quemé una vez...". "Está fuera de moda, está quemado". "Es un quemado...". "Me quemó delante de todos..." son expresiones que apelan a malas experiencias cotidianas. Es un síndrome cuya principal característica es un sentimiento abrumador de estar exhausto, acompañado por sentimientos de frustración, ira e indiferencia y sensación de ineficacia y fracaso laboral que afecta tanto el funcionamiento a nivel personal como a nivel social.

Es una experiencia de distrés individual inserta en un contexto de relaciones sociales complejas y que afecta la concepción personal de sí mismo y de los otros. Los estudios de Maslach y Jackson (1981, 1985 y 1986) defienden que burnout es un **síndrome** tridimensional que se desarrolla en aquellos profesionales cuyo objeto de trabajo son personas (usuarios) y añaden tres **dimensiones** características.

La primera es el **Agotamiento emocional** que se define como cansancio y fatiga que puede manifestarse física, psíquicamente o como una combinación de ambos.

Despersonalización: es la segunda dimensión y se entiende como el desarrollo de sentimientos, actitudes, y respuestas negativas, distantes y frías hacia otras personas, especialmente hacia los beneficiarios del propio trabajo. Se acompaña de un incremento en la irritabilidad y una pérdida de motivación hacia el mismo.

Junto a estas dos dimensiones aparece una tercera, consistente en un **sentimiento de bajo logro** o realización profesional y/o personal y que surge cuando se verifica que las demandas que se le hacen, exceden su capacidad para atenderlas de forma competente. Supone respuestas negativas hacia uno mismo y hacia su trabajo, evitación de las relaciones personales y profesionales, bajo rendimiento laboral, incapacidad para soportar la presión y una baja autoestima. La falta de logro personal en el trabajo se caracteriza por una dolorosa desilusión y fracaso en dar sentido personal al trabajo. Se experimentan sentimientos de fracaso personal (falta de competencia, de esfuerzo o conocimientos), carencias de expectativas y horizontes en el trabajo, y una insatisfacción generalizada. Actualmente ha sido reconocido como riesgo ocupacional, de varias profesiones orientadas al trabajo con personas, como por ej. "Servicios", "Educación" y "Cuidado de la salud".

2. METODOLOGÍA

La investigación de la que da cuenta este trabajo responde a un diseño no experimental transeccional, de tipo exploratorio-descriptivo, y que responde a una metodología cualitativa.

Se utilizó una muestra intencional de 28 alumnos de la carrera de Psicología de la Universidad Nacional de Tucumán (U.N.T.), que realizaron experiencias de práctica en el marco del Proyecto Institucional: "Laboratorios de Investigación y Docencia con Acción e Impacto en Problemáticas Sociales".

La recolección de datos se realizó a través de entrevistas semiestructuradas a grupos focales.

3. RESULTADOS

Se buscó investigar acerca de la **presencia del Síndrome de Burnout** en los practicantes de psicología a través de la identificación de sus diferentes dimensiones.

Los resultados obtenidos indican que entre los practicantes entrevistados es importante la presencia de Sentimientos de Bajo Logro y en menor medida (pero aún así existente) de Agotamiento Emocional.

No obstante, no se detectaron en la muestra de estudiantes seleccionada, sentimientos de Despersonalización hacia los destinatarios de sus intervenciones.

Se investigó también la variable **Estresores Percibidos** por parte de los practicantes. Las respuestas proporcionadas pueden agruparse en virtud de la fuente generadora de estrés ya sea esta Interna, Organizacional o Social.

INTERNA: refieren a variables de carácter personal de cada practicante, como por ejemplo sus expectativas preformadas al inicio de la experiencia de práctica y la fantasía de sobre-logro (ilusión de eficacia desproporcionada en relación al tiempo y tipo de actividad a realizar). Se incluyen en esta categoría respuestas como:

- *"Al principio tenía expectativas muy grandes, como demasiada ambición de querer cambiar cosas que nos trascienden por lejos".*
- *"Creo que me jugó en contra el hecho de haber esperado demasiado, al comenzar me imaginaba que podíamos transformar y resolverlo todo".*

ORGANIZACIONAL: la amplia mayoría de los practicantes entrevistados menciona aspectos organizacionales de su práctica como la principal fuente de estrés entre los que se destacan en orden de importancia:

- Problema en la distribución de tiempos
- Directivas confusas
- Dificultades con la supervisión - coordinación
- Escasa o excesiva autonomía de trabajo

SOCIAL: esta categoría incluye respuestas referidas condiciones de orden social, económico, cultural y/o político, que pese a exceder la situación de práctica en sí misma fueron consideradas generadoras de estrés.

- *"Fue terrible ver el estado en que se encuentran las escuelas, yo comparo con lo que era en mi tiempo, en mi secundaria y no puedo creer el abandono".*
- *"Los chicos (alumnos de las escuelas) están terribles, hay un clima de violencia generalizado".*
- *"Trabajé con una mamá que quedó sin trabajo, violaron a su hija y está esperando su quinto hijo sabiendo que también tiene que darlo en adopción... te llegas a sentir una inútil tratando de ayudar"*

Las **Estrategias de Afrontamiento** más recurrentes fueron sin duda, las de tipo cognitivo en tanto los practicantes en su mayoría optaron por modificar sus representaciones y expectativas, sobre todo al considerar inmodificables las condiciones organizacionales estresoras.

4. DISCUSIÓN:

Entre los autores que abordan el síndrome de quemarse o burnout desde la perspectiva psicosocial están Golembiewsky y colaboradores (1983), Leiter (1988; 1992), Gil Monte y col. (1994, 1995) todos ellos conceptualizan este fenómeno como un síndrome de falta de realización personal en el trabajo, agotamiento emocional y despersonalización, pero se establecen diferencias entre ellos al considerar el orden secuencial en que aparecen estos síntomas (relación antecedentes-consecuentes) en el desarrollo del proceso de quemarse.

Las dimensiones del burnout presentes en los practicantes (Agotamiento Emocional y Sentimiento de Bajo Logro), así como la ausencia de Despersonalización parece indicar que secuencialmente primero apareció el sentimiento de bajo logro, ello coadyuvó al agotamiento emocional pero no obstante no llegaron a desarrollarse actitudes de Despersonalización

probablemente gracias a la mediación de otras estrategias de afrontamiento de carácter menos evitativo.

Sin duda también condiciones de encuadre tiempo-espacio ayudaron a evitar la Despersonalización en el sentido que el relativamente corto tiempo de prácticas efectivas (alrededor de 6 meses) y el hecho de desarrollarse como materias supervisadas dificultaron este tipo de actitudes, al menos a nivel manifiesto.

Por otro lado es muy llamativo la marcada tendencia a identificar variables de tipo organizacional como la principal fuente de estrés. Todos los alumnos entrevistados consideran que las principales dificultades se debieron a la forma de organizar estas materias prácticas responsabilizando directamente al plantel docente directivo del bajo nivel de eficacia percibido tras sus intervenciones.

Más allá del análisis objetivo de estas condiciones organizacionales es interesante el posicionamiento de los practicantes como destinatarios pasivos de directivas que los hacían sentir "atados de manos" pero contra las que no generaban reacción.

Incluso es muy llamativa la fluctuación de opiniones en relación a las consignas en los mismos sujetos, por un lado hay quejas sobre la necesidad de consignas más claras y cerradas acerca del "Qué Hacer" y el "Cómo Hacerlo" y ello coexiste con la queja generalizada acerca del déficit de autonomía percibido a la hora de planificar y decidir intervenciones.

Este tema abre una interesante línea de pensamiento acerca de la tensión siempre presente en las situaciones de práctica entre el Ser Alumno (desde un modelo tradicional de pasividad y acatamiento) y practicar el Ser Profesional, desde un rol de mayor independencia y responsabilidad.

En este sentido se destaca el importante papel que jugó la instancia de TUTORÍA para tramitar y equilibrar esta tensión, así como para implementar estrategias de afrontamiento menos nocivas, evitando por ejemplo la aparición de sentimientos y actitudes de Despersonalización.

La Universidad en su conjunto es conciente de la crisis por la que atraviesa el modelo tradicional de formación, se percibe claramente la necesidad de un cambio que permita formar profesionales comprometidos con lo social.

El deber ser de la educación superior de nuestros días se muestra complejo porque plantea el desafío de considerar la formación en un sentido integral "enseñar a conocer, a hacer, a vivir, juntos, a ser" (UNESCO, 1993).

La sociedad misma, desde diferentes sectores y bajo diversas modalidades manifiesta la necesidad de profesionales psicólogos capaces de atender nuevas y complejas demandas, para ello es indispensable potenciar las posibilidades de contacto real con aquello que constituirá objeto de intervención.

5. A MODO DE CONCLUSIÓN

Las demandas que hoy se le hacen a la Psicología están relacionadas con el trabajo en ámbitos inciertos, cambiantes; y por lo tanto es necesario abrir espacios de vinculación con situaciones problemáticas candentes de la comunidad, cuya reflexión y análisis permita a los futuros profesionales formarse en un contacto permanente con la realidad en la que luego deberán intervenir.

Pero es igualmente imprescindible generar y sostener espacios donde los practicantes puedan elaborar y re-elaborar la infinidad de sensaciones que genera este contacto como medida de alto valor preventivo en relación al desarrollo del burnout. No podemos olvidar que los practicantes de hoy son los profesionales de mañana, cuya labor tendrá directa incidencia en la salud mental de la población.

BIBLIOGRAFÍA

- GIL-MONTE, P. Y PEIRÓ, J.M. (1997): *Desgaste psíquico en el trabajo*. Madrid: SíntesisPsicología.
- FREUDENBERG, H. (1974): Saff burn-out. *Journal of social issues*. 30, 159-166.
- LAZARUS, R (2000) *Estrés y Emoción*. Manejo e implicancia en nuestra salud. Descleé De Brouwer. Bilbao
- LUCARELLI, E. (1997) *La Didactica en el Nivel Superior*. Buenos Aires FFy L. UBA
- MANSIONE, I. (2004) *Las tensiones entre la formación y la práctica docente: la experiencia emocional del docente*. HomoSapiens, Buenos Aires.
- MASLACH, C. Y JACKSON, S.E. (1985): Burnout research in the social services: a critique. Special issues: Burnout among social workers. *Journal of social service research*.
- OLIVER, P. (2000). "El Burnout, una forma específica de estrés laboral". En: Carballo, V. E. y Buela, G. (comp.), *Manual de Psicología Clínica, Madrid, Siglo XXI*.
- PEIRÓ, J. *Desencadenantes del Estrés Laboral*. Eudema Psicología Ed.. 1993.
- SHON, D. (1992) *La formación de profesionales reflexivos*. Barcelona. Paidós