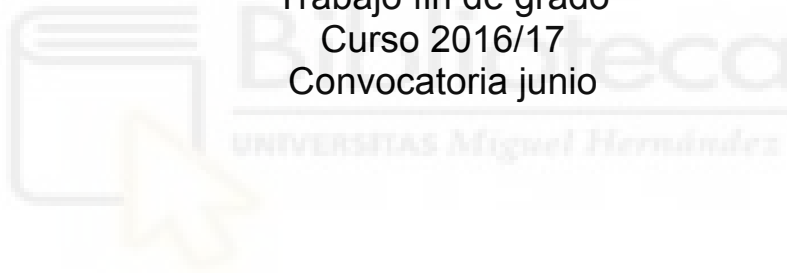




Grado en psicología
Trabajo fin de grado
Curso 2016/17
Convocatoria junio



Modalidad: Otros

Título: Estudio de la influencia del síndrome de burnout en
estudiantes de cuarto de psicología.

Autora: Inés Sáez Castaño

Tutora: María Amparo Ramos López

Elche a 15 de julio del 2017

Índice

	Páginas
-Resumen/Abstact	1
-Introducción	2-6
-Método	6-9
-Instrumentos	6-8
-Participantes	8
- Análisis de datos	9
-Resultados	9-18
-Discusión	19-22
-Referencias Bibliográficas	23-25
-Anexo I. Cuestionario	26-29



Resumen

El presente estudio analiza el síndrome de burnout en estudiantes universitarios de último curso de la carrera de psicología, el cual presenta cierta percepción de desánimo, desmotivación e insatisfacción en relación con los estudios. De igual modo, se estudia la relación de la motivación y la satisfacción en relación a este síndrome. El estudio se llevó a cabo con una muestra de 39 estudiantes de cuarto de grado de psicología de la Universidad Miguel Hernández, mediante la aplicación de un cuestionario adaptado para identificar el nivel de burnout, satisfacción y motivación que pueden presentar estos sujetos. Los resultados indican correlaciones negativas entre satisfacción, burnout y motivación intrínseca, mientras que esta correlación es positiva entre burnout y motivación extrínseca y amotivación, por lo que se puede concluir que es importante el tipo de motivación y la satisfacción referente a los estudios como protectores ante el burnout.

Palabras clave: Burnout, Burnout Universitario, Satisfacción, Motivación, Abandono universitario.

Abstract

The present investigation analyzes the burnout syndrome in students in their final year of a Psychology degree, which has a certain perception of discouragement, lack of motivation and dissatisfaction in relation to the studies. Likewise, the relationship between motivation and satisfaction in relation to this syndrome is studied. This study was carried out with a sample of 39 fourth-grade Psychology students from the Miguel Hernández University through the application of an adapted questionnaire to identify the level of burnout, satisfaction and motivation that these subjects can present. The results reflect a negative correlation between satisfaction, burnout and intrinsic motivation, whereas there is a positive correlation between burnout and extrinsic motivation and demotivation. It can be concluded that the type of motivation and satisfaction regarding the studies is an important protecting factor against the burnout syndrome.

Keywords: Burnout, University Burnout, Satisfaction, Motivation, Dropout

Introducción

Este estudio surge tras la observación del decaimiento del ánimo estudiantil en el último curso del grado de Psicología de la Universidad Miguel Hernández (UMH). Dicho decaimiento se ha podido constatar, por un lado, mediante referencias verbales que los estudiantes han expresado durante el periodo académico y, por otro lado, debido a la ausencia cada vez mayor de personas que acudían diariamente a clase.

Resulta interesante estudiar la percepción de desánimo y desmotivación global percibido por la carrera puesto que éste se ha producido de manera paulatina, con el paso de los cursos, y no súbitamente. Este cambio ha sido mas notable en los últimos años del grado, ya que muchos estudiantes se plantearon en algún momento el abandono de la carrera, y algunos de ellos lo llevaron a cabo.

El inicio de los estudios universitarios suele provocar incertidumbre ya que es una experiencia novedosa. A medida que los estudiantes avanzan de curso, estos harán frente a diversas situaciones que serán valoradas como estresantes (Barraza, 2009). Si los niveles de estrés son muy elevados pueden provocar un sentimiento de fatiga manifestándose de manera física y/o psíquica, desarrollando burnout frente a los estudios (Caballero, Abello y Palacio, 2006).

Inicialmente el síndrome de burnout, fue acuñado por Freuderberger (1974) como una combinación de cansancio emocional crónico, fatiga, pérdida de interés por la actividad laboral, baja relación personal y deshumanización en el cuidado y atención a los usuarios. Posteriormente, Maslach y Jackson (1981) redefinieron el burnout como un síndrome tridimensional caracterizado por las dimensiones de agotamiento emocional, despersonalización y pérdida de relaciones en el trabajo. Estos autores definieron el agotamiento emocional como una pérdida progresiva de energía que se caracteriza por un sentimiento de desgaste en los recursos emocionales. La despersonalización hace referencia a la falta de apego y adquirir actitudes negativas hacía los demás. Por último, la falta de realización personal se corresponde con una auto-evaluación negativa y un sentimiento de fracaso propio (Maslach y Jackson, 1981).

En contra, Appels (2006) definió el síndrome del burnout mediante un constructo

unidimensional creando, de esta manera, un segundo enfoque para este síndrome. Este único constructo coincide con el agotamiento emocional que anteriormente propusieron Maslach y Jackson (1981) a partir del cual se ha podido definir el burnout como un estado de agotamiento tanto físico como emocional y cognitivo, consecuencia de padecer situaciones prolongadas de estrés (Ricardo y Paneque, 2013).

Como podemos observar a partir de las definiciones anteriores, inicialmente el síndrome de burnout se centraba en el ámbito laboral, más concretamente con profesiones que trabajan directamente con personas, es decir trabajos asistenciales como, por ejemplo, médicos o enfermeros (Caballero, Bresó y Gutiérrez, 2015), siendo el Maslach Burnout Inventory (MBI) (Maslach y Jackson, 1981) el instrumento de medida utilizado para dicho síndrome.

Gracias a la adaptación del anterior cuestionario al Maslach Burnout Inventory General Survey (MBI-GS) (Schaufeli, Leiter, Maslach y Jackson, 1996) se hizo posible ampliar el estudio del burnout en otras profesiones, como trabajos administrativos o ingenierías, que no necesariamente tenían un trato directo con personas. De este modo la escala “despersonalización” fue cambiada a “cinismo” mostrando actitudes negativas no solamente hacia los compañeros o usuarios, también al trabajo en sí (Caballero, Bresó y Gutiérrez, 2015).

Recientemente se ha abierto una nueva etapa en el estudio del burnout, ampliando el estudio incluso en ámbitos pre-profesionales tales como los estudiantes. De este modo se crea un nuevo instrumento de medida, el Maslach Burnout Inventory- Student Survey (MBI-SS) (Schaufeli, Salanova, González-Romá y Bekker, 2002), adaptando los contenidos del anterior cuestionario a este nuevo ámbito de estudio, dando propiedad al término burnout académico (Caballero, Bresó y Gutiérrez, 2015).

A pesar de que el MBI-SS es el cuestionario más utilizado para medir el burnout en estudiantes, ha recibido algunas críticas debido a sus propiedades psicométricas ya que algunas dimensiones podrían estar mejor formuladas. Todo esto puede poner en evidencia la sensibilidad del cuestionario. Asimismo, otros autores consideran que el MBI-SS excluye los elementos físicos y cognitivos del burnout haciendo hincapié solamente en aspectos emocionales del mismo (Campos, Carlotto y Marôco, 2012). Por esta razón se

han desarrollado diferentes instrumentos de medida, tales como la Escala Unidimensional de Bournout Estudiantil (EUBE) de Barraza (2009), con una perspectiva unidimensional del síndrome o el Copenhagen Bournout Inventory- Student Versión (CBI-SV) propuesto por Kristensen, Borriz, Villadsen y Christensen (2005).

Según Barraza (2009), en su estudio de validación psicométrica de la escala EUBE para una muestra de estudiantes, la confiabilidad de este cuestionario es de 0,91 en alfa de Cronbach, del mismo modo se obtuvo una consistencia interna idónea pudiendo afirmar que los ítems de este cuestionario son homogéneos y buenos predictores del burnout estudiantil. Todo esto hace del EUBE un cuestionario adecuado para valorar el burnout en una población de estudiantes.

Por otra parte el CBI-SV fue adaptado a partir del Copenhagen Burnout Inventory (CBI) (Kristensen et al., 2005) como herramienta para medir el síndrome de burnout en estudiantes y considera el agotamiento como constructo central del burnout (Campos, Carlotto y Marôco, 2012). A pesar de que el CBI-SV no se encuentra adaptado al español, sí que se puede encontrar el CBI en su versión española, siendo la validación de este instrumento satisfactoria para la medición del burnout en muestra española mostrando consistencia, homogeneidad y discriminación en las distintas escalas de dicho cuestionario (Ruíz, Gómez-Quintero y Lluís, 2013). De igual modo, la adaptación al portugués y la validación para población brasileña y portuguesa del CBI-SV muestran resultados favorables para la utilización de dicho cuestionario no solamente en la muestra de origen (Campos, Carlotto y Marôco, 2012).

A partir de las investigaciones del síndrome de burnout académico se constató que los estudiantes pueden sufrir daños psicológicos ante demandas propias del periodo educativo que pueden resultar estresantes, cuyas consecuencias pueden ser negativas para el bienestar y el rendimiento académico, así como la satisfacción ante los estudios (Caballero, Abello y Palacio, 2007) o incluso el abandono de los mismos (Salanova, Martínez, Bresó, Llorens, y Grau, 2005).

Los estudiantes que sufren burnout tienen sensación de no poder dar más de sí mismos, sienten que no son capaces de llevar a cabo los estudios con éxito y, por tanto, pierden el interés por ellos. Se infravaloran a nivel académico, provocando, de esta

manera, la mortalidad académica anteriormente mencionada (Ricardo, 2012). En consecuencia, los estudiantes que presentan burnout suelen tener un rendimiento bajo, obteniendo peores resultados en los exámenes (Martínez y Pinto, 2005).

Además, los dolores de cabeza u otro tipo de enfermedades como problemas gastrointestinales, pueden aparecer con altos niveles de burnout, afectando de esta manera la salud física de los estudiantes (León, 2013).

Por otro lado, se ha relacionado de forma positiva la motivación referente a los estudios con el rendimiento académico y con mejoras en su estado de salud, siendo una relación negativa con niveles de estrés académico (González-Pineda, Nuñez, González-Pumarriaga, Álvarez y Roces, García, González, Cabanach y Valle, 2000; Valle, González, Rodríguez, Piñeiro y Suárez, 1999).

En relación a la motivación se distinguen diferentes tipos, ya que ésta es necesaria para el aprendizaje. La desmotivación, por un lado, es la ausencia de motivación, una sensación de desilusión por los estudios que puede provocar el abandono de los mismos. La motivación extrínseca es aquella que se asocia a la obtención de una recompensa. Por último, la motivación intrínseca es aquella en que la persona se involucra en una actividad por motivos tales como disfrute o aprender (Sánchez-Oliva, Sánchez-Miguel, González, Chamorro y Campos, 2014).

De este modo, la motivación intrínseca favorece la satisfacción y la autoestima, asimismo los estudiantes mejor evaluados, con mayores expectativas y satisfacción en el proceso de aprendizaje (Ruinaudo, Chiecher y Donolo, 2003) presentan mayores niveles de motivación extrínseca (Tous y Amorós, 2007). En consecuencia, estudiantes con baja motivación frente a los estudios pueden ser más vulnerables para sufrir burnout, destacando una correlación negativa de este síndrome con la satisfacción referente a los estudios (Caballero, Abelló y Palacios, 2007).

Gracias a estas investigaciones se ha podido demostrar que los estudiantes también pueden padecer síntomas del burnout tales como agotamiento por las demandas de estudio, actitud cínica e incluso sentirse incompetentes (Salanova, Martínez, Bresó, Llorens, y Grau 2005).

Por lo tanto, dada la importancia de este síndrome y los datos que revelan que en España el 50% de los estudiantes abandonan sin finalizar los estudios, siendo un porcentaje que casi dobla la media de Europa es fundamental el estudio de este síndrome y su repercusión en los estudiantes (Cabrera, Tomás, Álvarez y González, 2006).

Por todo lo anteriormente mencionado, es interesante hacer un primer acercamiento a una investigación sobre el síndrome de burnout en la clase de cuarto grado de psicología de la UMH, basándose en las percepciones explicadas al comienzo de este trabajo, con el fin de poder abordar en un futuro las problemáticas derivadas de dicho síndrome. Para ello se plantean los siguientes objetivos:

-Analizar si existe burnout en estudiantes del último curso de psicología en la UMH y, de ser así, el grado del mismo.

-Analizar el grado de satisfacción y motivación por los estudios y su relación con el burnout.

-Comprobar la relación de distintas variables, como el rendimiento académico situación laboral y la asistencia a clase con el burnout, la satisfacción y la motivación.

Método

Instrumentos

Para la recogida de información los participantes cumplimentaron un cuestionario de carácter anónimo donde se presentaban dos instrumentos para medir el burnout académico, dos para la satisfacción y uno para la motivación, es decir, el cuestionario final consta de 5 instrumentos de medida recogidos en el anexo 1, con un total de 73 preguntas.

A continuación se van a describir cada uno de los instrumentos utilizados.

Para medir el burnout se utilizaron el Copenhagen Bournout Inventory Student Versión (CBI-SV) y la Escala unidimensional de Burnout (EUBE).

El CBI-SV (Kristensen et al., 2005) es una escala tipo Likert de 5 puntos, siendo 1

nunca, 2 raramente, 3 a veces, 4 frecuentemente y 5 siempre. Consta de 25 ítems que evalúan 4 dimensiones del burnout. La primera dimensión pertenece al Burnout Personal (PB) comprende seis ítems (1,17,18,19,20,21). La segunda dimensión, Burnout relacionada con los Estudios (BE), está formada por siete ítems (2,4,5,6,13,14,24). La tercera hace referencia al Burnout relacionado con los Compañeros (BC) y está formada por seis ítems (3,8,10,12,16,23). Por último, la cuarta dimensión, Burnout relacionada con el Profesorado (BP), consta de seis ítems (7,9,11,15,22,25).

En cuanto a la escala EUBE (Barraza, 2009), está compuesto por 15 ítems que evalúa el burnout de una forma global contando con las dimensiones agotamiento físico, emocional y cognitivo con un grado de respuesta de 1 Nunca, 2 Algunas veces, 3 Casi siempre, 4 Siempre.

Para evaluar la motivación se realizó un cuestionario propio con ítems de la Escala de Motivaciones Educativa (EME-E) (Vallerand, Blais, Brière y Pelletier, 1989) y la escala Motivación para estudiantes de psicología (MOPI) (Gómez y Marrero, 1997) resultando un cuestionario final de 17 ítems diferenciando las dimensiones Motivación Intrínseca (MI), formado seis ítems (3,8,9,10,11,16); Motivación Extrínseca que consta de 9 ítems (4,5,6,7,12,13,14,15 y 17) y Amotivación con dos ítems (1 y 2). Asimismo se halla la Motivación Total (MT), con la suma de todos los ítems de dicha escala. El grado de respuesta de este cuestionario es según la escala Likert de 5 puntos de respuesta siendo 1 nunca, 2 raramente, 3 a veces, 4 frecuentemente y 5 siempre.

Por último, se elaboraron dos cuestionarios para evaluar la satisfacción de la carrera y la universidad a la que pertenecía la muestra. El primero es una escala tipo Likert de 12 ítems con respuestas de 1 nunca, 2 raramente, 3 a veces, 4 frecuentemente y 5 siempre. El segundo es una escala dicotómica que consta de 4 ítems con preguntas como “¿Recomendarías tu carrera?”, y por último dos preguntas abiertas donde los participantes debían responder a qué es lo que más y lo que menos les gusta de la carrera de psicología.

Por otro lado, también se recogieron datos sociodemográficos tales como edad, sexo, estado civil, tipo de domicilio en el que viven, si trabajan, la frecuencia de asistencia a clase y la nota media del curso, siendo relevantes para la investigación.

Participantes

La muestra de estudio, como se puede observar en la Tabla 1, está formada por un total de 39 sujetos pertenecientes a estudiantes de cuarto grado de psicología en la Universidad Miguel Hernández de Elche. Las edades oscilan entre 21 y 34 años, siendo la edad media 23,13 años (DT=3,019). Según el sexo, en la muestra predominan las mujeres siendo un 97,4% de la muestra, mientras que el 2,6% de la misma son hombres.

En cuanto al estado civil de los participantes el 41% están solteros, un 59% en pareja, no habiendo ningún participante casado. Por otro lado, se observó un número mayor de alumnos que vivían en el domicilio familiar (61,5%) siendo 17,9% los que viven en un piso compartido, 12,8% los participantes que comparten piso con la pareja y un 7,7% quienes viven en su propio domicilio. En relación a la actividad laboral, un 79,5% de la muestra no trabaja frente al 20,5% que sí que combinan los estudios con el trabajo.

Según la frecuencia de asistencia a las clases, un 46,2% asegura haber asistido a prácticamente todas las clases, el 33,3% ha acudido a gran parte de las clases, un 7,7% de la muestra ha asistido a la mitad de las clases, el 7,7% ha asistido a pocas clases siendo un 5,1% el alumnado que prácticamente no ha asistido a clase. Por último, la nota media de la carrera de la muestra oscila entre 6,0 y 9,2, siendo la media del total de los encuestados un 7,5 (DT=0,63).

Procedimiento

Los cuestionarios se administraron en una de las clases de cuarto grado de psicología de la UMH, previo permiso de la profesora. Se pidió a los alumnos y las alumnas la participación en el estudio y se les explicó que dichos cuestionarios serían totalmente anónimos además de proporcionarles las debidas pautas de cumplimiento de los mismos.

Análisis de datos

Para analizar los datos recogidos se utilizó el paquete estadístico IBM SPSS versión 24. Primeramente se procedió a calcular los estadísticos descriptivos media y frecuencia de todas las variables de estudio. Se ha utilizado el procedimiento de comparación de medias, mediante la prueba T de student y análisis correlacional.

Tabla 1. *Variables sociodemográficas*

	N	%
SEXO		
Hombre	1	2,6
Mujer	38	97,4
E. Civil		
Soltero/a	16	41,0
En pareja	23	59,0
Trabajo		
Si	8	20,5
No	31	79,5
Asistencia a clase		
Prácticamente a todas	18	46,2
Gran parte	13	33,3
Mitad	3	7,7
Pocas	3	7,7
Prácticamente a ninguna	2	5,1

Resultados

En primer lugar se muestra en la Tabla 2 los resultados obtenidos para cada una de las escalas utilizadas en el presente estudio.

Tal como se aprecia en la Tabla 2, en la escala CBI-SV se observan puntuaciones medias para cada una de las dimensiones, donde los estudiantes no sienten niveles de burnout preocupantes, mostrando un burnout moderado-bajo. De igual modo cabe destacar que la dimensión Burnout relacionada con el profesorado ha sido puntuada con niveles más bajos de burnout, por lo que la labor de los docentes académicos no es una

variable en esta muestra para desarrollar el síndrome de burnout.

En cuanto a la escala EUBE, la puntuación media obtenida por la muestra es de 2,33 por lo que el nivel de burnout es bajo para los sujetos evaluados. Tras analizar las puntuaciones de las dos escalas que evalúan el grado de burnout, se observa que la muestra de estudio no presenta alto grado de burnout, mostrando un nivel moderado-bajo de dicho síndrome.

Tabla 2. *Estadísticos descriptivos*

	Mínimo	Máximo	Media	DT
CBI-SV				
Personal Burnout	2	5	3,15	0,65
Burnout rel. Estudios	2	4	3,12	0,65
Burnout rel. Compañeros	2	5	3,11	0,78
Burnout rel. Profesorado	1	4	2,47	0,94
EUBE	1	4	2,33	0,68
MOTIVACIÓN				
Motivación Intrínseca	1	5	3,70	0,77
Motivación Extrínseca	2	4	2,99	0,58
Amotivación	1	5	2,14	1,26
Motivación Total	1	4	2,81	0,48
SATISFACCIÓN				
	2	4	2,76	0,57

CBI-S=Copenhagem Bournout Inventory- Student Versión,

EUBE= Escala Unidimensional de Bournout Estudiantil.

Referente a la escala Motivación, las puntuaciones medias obtenidas en la dimensión Motivación Total ha sido de 2,81 por lo que los sujetos muestran una motivación moderadamente baja. Sin embargo, al analizar las diferentes variables podemos observar que la puntuación media para Motivación Intrínseca es de 3,70, para la Motivación Extrínseca la puntuación media es de 2,99 y para la Amotivación es de 2,14 por lo que los sujetos muestran más una motivación intrínseca cuando afrontan sus estudios. Este tipo de motivación parece que favorece la satisfacción y está correlacionada negativamente con el síndrome de burnout.

Respecto a la escala de Satisfacción general por los estudios, tal como se muestra

en la Tabla 2, de nuevo la puntuación media obtenida es media-baja (2,76) lo que refleja que las personas que han contestado al cuestionario no están altamente satisfechos con sus estudios como sería deseable. Por otra parte, en referencia a las preguntas sobre la satisfacción respecto a la carrera y la universidad encontramos resultados interesantes, como se puede observar en la Tabla 3. Un porcentaje elevado, el 82,1% recomienda la carrera de psicología, lo que indica que hay una gran mayoría satisfecha con la elección de su carrera, frente a un porcentaje reducido aunque importante (17,9%) que no lo está. En cuanto a recomendar la universidad en la que estudian, la opinión está más repartida. Así, un 41% sí que la recomiendan, mientras que un 59% de los mismos no la recomendarían. Del mismo modo un 92,3% recomendarían realizar la carrera de psicología en otra universidad. Por último, un 59% de los sujetos encuestados alguna vez ha pensado en abandonar la carrera en algún momento de la misma, tal y como se puede observar en la tabla 3.

Tabla 3. Preguntas cualitativas.

	SI (%)	NO(%)
¿Recomendarías tu carrera?	82,1	17,9
¿Recomendarías tu universidad?	41,0	59,0
¿Recomendarías realizar tu carrera en otra universidad?	92,3	7,7
Alguna vez he pensado en abandonar la carrera	59,0	41,0

En cuanto al análisis de correlacional llevado a cabo entre las variables Motivación, Satisfacción y Burnout, los resultados de dichas correlaciones se explicarán a continuación.

Primeramente se estudió la relación de la variable Satisfacción con las dos escalas para evaluar el burnout, siendo éstas el CBI-SV y la escala EUBE. Como se puede observar en la Tabla 4 existe una correlación significativa de carácter negativo entre las dimensiones Burnout relacionada con los Estudios ($r = -0,664$; $p = 0,01$), Burnout relacionada con los Compañeros ($r = -0,544$; $p = 0,01$) y Burnout relacionada con los Profesorado ($r = -0,612$; $p = 0,01$), y la escala EUBE ($r = -0,572$; $p = 0,01$). Estos resultados ponen de manifiesto que cuanto mayor es el nivel de burnout, las personas se encuentran menos satisfechas con los estudios que realizan, o que cuanto menos satisfecho se está con los estudios que realizan, mayor es el nivel de burnout, por lo que se puede inferir que a más nivel de burnout menos satisfecho se está con los estudios.

Por otro lado, en la Tabla 5 se muestran los resultados obtenidos al analizar la correlación entre las variables Motivación y Burnout. Como se puede observar existe una correlación positiva entre la Motivación Extrínseca con las dimensiones del CBI-SV Personal Burnout ($r= 0,586$; $p=0,01$), Burnout relacionado con los Estudios ($r= 0,914$; $p=0,01$), Burnout relacionado con los Compañeros ($r= 0,507$; $p=0,01$) y Burnout relacionado con los Profesorado ($r= 0,799$; $p=0,01$). Igualmente, se puede observar una correlación positiva entre la escala EUBE y la Motivación Extrínseca ($r= 0,776$; $p=0,01$) por lo que se infiere que este tipo de motivación es propia de las personas que sufren burnout, debido a que buscan la fuente de motivación en causas externas a la propia tarea. En cuanto a los demás tipos de motivación los resultados no muestran ningún tipo de correlación con el síndrome de burnout. Por lo tanto, tras analizar estos resultados, se puede inferir que las personas que muestran poca motivación o una motivación extrínseca por los estudios pueden ser más propensos a sufrir burnout durante el periodo académico

Tabla 4. Coeficientes de correlación de Pearson para Burnout-Satisfacción.

	Satisfacción
CBI-S	
1. Personal Burnout	-0,308
2. Burnout rel. Estudios	-0,664**
3. Burnout rel. Compañeros	-0,554**
4. Burnout rel. Profesorado	-0,612**
5. EUBE	-0,572**

** La correlación es significativa en el nivel 0,01.

*La correlación es significativa en el nivel 0,05.

Por último, se analizó la correlación entre satisfacción y motivación tal y como aparece en la Tabla 6. Los resultados muestran una correlación negativa entre Satisfacción y Motivación Extrínseca ($r= -0,670$; $p= 0,01$) y Amotivación ($r= -0,744$ $p=0,01$) por lo que las personas con menor satisfacción con la carrera y los estudios presentan una motivación basada en recompensas, ésta es muy baja o, directamente no sienten la motivación necesaria para la realización de los estudios.

Para analizar con más detalle los resultados y con el objetivo de conocer si existen diferencias en las variables de estudio en función de la nota media, la frecuencia de

asistencia a clases y la situación laboral se utilizó la prueba de comparación de medias T-Student para muestras independientes

TABLA 5. *Coefficientes de correlación de Pearson para Burnout-Motivación.*

	Motivación Intrínseca	Motivación Extrínseca	Amotivación	Motivación Total
CBI-SV				
Personal Burnout	0,227	0,586**	0,246	0,253
Burnout rel. Estudios	-0,068	0,914**	0,533**	0,101
Burnout rel. Compañeros	-0,015	0,507**	0,482**	0,132
Burnout rel. Profesorado	-0,031	0,799**	0,536**	0,044
EUBE	0,014	0,776**	0,576**	0,002

** La correlación es significativa en el nivel 0,01.

*La correlación es significativa en el nivel 0,05

En relación a la nota obtenida, primeramente se recodificó esta variable creando dos grupos diferenciados según hayan obtenido una nota media menor o igual a 7,5 o mayor a dicha nota. Los resultados obtenidos en la prueba T-Student no muestran diferencias significativas con ninguna de las escalas utilizadas para ninguno de los dos grupos anteriormente mencionado. En otras palabras, no existen niveles de diferencia en cuanto a la satisfacción teniendo en cuenta la nota media obtenida sea mayor o menor.

TABLA 6. *Coefficientes de correlación de Pearson para Burnout-Motivación.*

	Motivación Intrínseca	Motivación Extrínseca	Amotivación	Motivación Total
Satisfacción	0,279	-0,670**	-0,749**	0,280

** La correlación es significativa en el nivel 0,01.

*La correlación es significativa en el nivel 0,05

Por otra parte, según la situación laboral de los encuestados, sí encontramos diferencias significativas en 3 aspectos medidos en el cuestionario CBI-SV. Concretamente, en los ítems “¿Tus estudios son emocionalmente agotadores?”, “¿Tienes suficiente energía para la familia y los amigos durante tu tiempo libre?” y “¿A veces te preguntas cuanto tiempo podrás continuar trabajando con los profesores/as?” Siendo

éstos los ítems 2, 4 y 22 respectivamente, que en general se refieren a aspectos relacionados con el agotamiento y la dificultad de organizar debidamente el tiempo de trabajo, los estudios y la vida personal. En estos ítems, los sujetos que trabajan y estudian son los que han obtenidos medias más elevadas, mostrando niveles más altos de burnout en estos aspectos. Probablemente esto puede ser debido a la dificultades que supone conciliar la vida laboral y los estudios que necesariamente demandan más tiempo y esfuerzo y limita el tiempo para otras actividades extras por ejemplo de ocio o de dedicárselas a la familia.

Según la asistencia a clase, primeramente se recodificó esta variable, agrupando a los sujetos que acudieron a todas las clases frente a los que no acudieron a todas ellas. Los resultados de esta prueba muestran diferencias significativas en los ítems “Antes de terminar mi horario de clases”, ya me siento cansado/a, “No me interesa asistir a clases” y “Cada vez me cuesta más trabajo poner atención al profesorado”, siendo éstos los ítems 7, 8, y 9 respectivamente, del cuestionario EUBE. Los sujetos que acuden a todas las clases han obtenido puntuaciones más bajas en estos ítems, pudiendo deducir que las personas que acuden a clase diariamente son menos propensos a sufrir burnout que el resto. Por otro lado, el ausentismo pueda deberse a una consecuencia del burnout, siendo las personas que no acuden a clase aquellas que manifiestan estar más cansadas.

Por otro lado, en relación a los estudiantes de esta universidad que no recomendarían su carrera han mostrado diferencias significativas obteniendo puntuaciones más elevadas en la dimensión de la escala del CBI-SV Burnout relacionada con los Estudios y en la dimensión Amotivación, tal y como se muestra en la Tabla 7. Por el contrario, estos sujetos obtienen puntuaciones más bajas en la escala Satisfacción y en las dimensiones Motivación Total y Motivación Intrínseca de la escala Motivación, mientras que los sujetos que sí que recomendarían la carrera obtienen puntuaciones más elevadas en dichas dimensiones. Por lo tanto, aquellas personas que no sienten una elevada motivación por la carrera se sienten menos satisfechos por la misma y, además, son más propensos a sufrir burnout.

Referente a la recomendación de estudiar en esta universidad, las personas que no la recomiendan obtienen puntuaciones más elevadas en la escala EUBE y en las dimensiones Burnout relacionada con los Estudios, Burnout relacionado con el

Profesorado, Amotivación y Motivación Extrínseca. De igual modo, en la escala Satisfacción se han obtenido diferencias significativas en los ítems “Tengo la misma motivación para estudiar psicología que cuando empecé la carrera?”, “Me gustan mis profesores/as” y “Estudiar psicología no es lo que esperaba”, siendo éstos los ítems 1, 2 y 4 de dicha escala. Como se puede observar las personas que no recomiendan la universidad obtienen mayores puntuaciones en dimensiones relacionadas con el profesorado y los estudios en sí, mostrando cansancio a ámbitos relacionados con la propia universidad, por lo que puede que la desmotivación sea debida a el sistema universitario más que a una cuestión académica. Estos resultados se pueden observar en la Tabla 8.

Tabla 7. Diferencia de medias en relación de si recomiendan o no la carrera.

	SI	NO
Personal Burnout	3,09	3,43
Burnout rel. Estudios*	3,03	3,57
Burnout rel. Compañeros	3,07	3,31
Burnout rel. Profesorado	2,34	3,05
EUBE	2,73	2,88
Satisfacción*	2,89	2,15
Motivación Total*	2,88	2,45
Motivación Intrínseca*	3,82	3,14
Motivación Extrínseca	2,91	3,37
Amotivación*	1,73	4,00

*Diferencias significativas $p < 0,05$

En cuanto a las diferencias encontradas según si recomendarían realizar la carrera en otra universidad mostradas en la Tabla 9, los sujetos que sí que recomendarían la carrera en otra universidad han obtenido puntuaciones significativamente más elevadas en la escala EUBE y la dimensión Amotivación de la escala Motivación. Referente a la escala Satisfacción los resultados muestran puntuaciones más elevadas para las personas que no recomendarían la carrera en otra universidad en aquellos ítems relacionados con aspectos positivos de la universidad como “Me gustan mis profesores/as” y “Los contenidos de las asignaturas corresponden a mis expectativas”, siendo éstos los ítems 27 y 28. Sin embargo para los ítems que expresan aspectos negativos de la misma, tales como el ítem 29, siendo éste “Estudiar psicología

no es lo que me esperaba”, son más elevadas para aquellos sujetos que han respondido que sí que recomendarían la carrera en otra universidad.

Tabla 8. *Diferencias de medias en relación de recomendar carrera en la misma universidad.*

	SI	NO
Personal Burnout	3,05	3,22
Burnout rel. Estudios*	2,84	3,32
Burnout rel. Compañeros	3,05	3,15
Burnout rel. Profesorado*	2,10	2,72
EUBE*	2,06	2,52
Satisfacción	2,97	2,61
Motivación Total	2,96	2,70
Motivación Intrínseca	3,82	3,61
Motivación Extrínseca*	2,74	3,16
Amotivación*	1,53	2,57

*Diferencias significativas $p < 0,05$

Por ultimo, referente a si alguna vez han pensado en abandonar la carrera tal como se muestra en la Tabla 10, se han obtenido puntuaciones significativas más elevadas en los sujetos que sí han pensado alguna vez en abandonar para las dimensiones Personal Burnout, Burnout relacionada con los estudios, Burnout relacionada con el Profesorado, para la escala EUBE y las dimensiones Motivación Extrínseca y Amotivación. En cuanto a la escala de Satisfacción, se encuentran diferencias significativas, siendo en este caso, las puntuaciones más elevadas la de aquellas personas que no han pensado en abandonar la carrera.

Todo ello implica que aquellas personas más satisfechas con sus estudios y la propia universidad, se sienten motivadas de una forma más intrínseca y tienen menos probabilidad de padecer el síndrome de burnout. Como se puede observar en los resultados anteriormente expuestos, aquellas personas que no recomendarían ni la carrera, ni la universidad y que, además han pensado alguna vez en abandonar los estudios, presentan puntuaciones más elevadas en las diferentes escalas de burnout así como en la motivación extrínseca o, incluso, amotivación, por lo que se puede inferir que estos sujetos no estarían del todo conformes con la carrera que han elegido.

Tabla 9. *Diferencias de medias en relación a recomendar la carrera en otra universidad.*

	SI	NO
Personal Burnout	3,13	3,44
Burnout rel. Estudios	3,14	2,90
Burnout rel. Compañeros	3,12	3,06
Burnout rel. Profesorado	2,51	1,94
EUBE*	2,39	1,58
Satisfacción	2,72	3,19
Motivación Total	2,78	3,14
Motivación Intrínseca	3,66	4,17
Motivación Extrínseca	3,01	2,74
Amotivación*	2,24	1,00

*Diferencias significativas $p < 0,05$

Para finalizar, se les preguntó a los sujetos que escribieran 3 aspectos positivos y 3 negativos de estudiar psicología. A la primera pregunta, se obtuvo un total de 96 respuestas, pudiendo agruparlas tras su análisis en diferentes categorías, tal y como se muestra en el Gráfico 1. De igual modo, se obtuvieron 99 respuestas a la pregunta sobre los aspectos negativos, cuya agrupación se puede observar en el Gráfico 2.

Como se puede observar en el Gráfico 1, la mayoría de las respuestas positivas sobre la carrera hacen referencia a aspectos intrínsecos de la misma como puede ser el aprendizaje o la ayuda al prójimo, pudiendo tener relación con la motivación intrínseca relacionada con niveles menos elevados del burnout y mayor satisfacción por la tarea. En relación a los aspectos negativos, como podemos observar en el Gráfico 2, la mayoría de las quejas son referentes a la propia universidad, como puede ser el funcionamiento de la misma, los compañeros o las asignaturas, por lo que se puede inferir que la muestra está más desencantada con la universidad que con la carrera que han escogido.

Tabla 10. *Diferencia de medias en relación al abandono de la carrera.*

	SI	NO
Personal Burnout*	3,41	2,77
Burnout rel. Estudios*	3,42	2,71
Burnout rel. Profesorado*	2,86	1,92

EUBE*	2,51	2,07
Satisfacción*	2,51	3,11
Motivación Total	2,71	2,95
Motivación Intrínseca	3,57	3,89
ME*	3,26	2,60
AM*	2,54	1,56

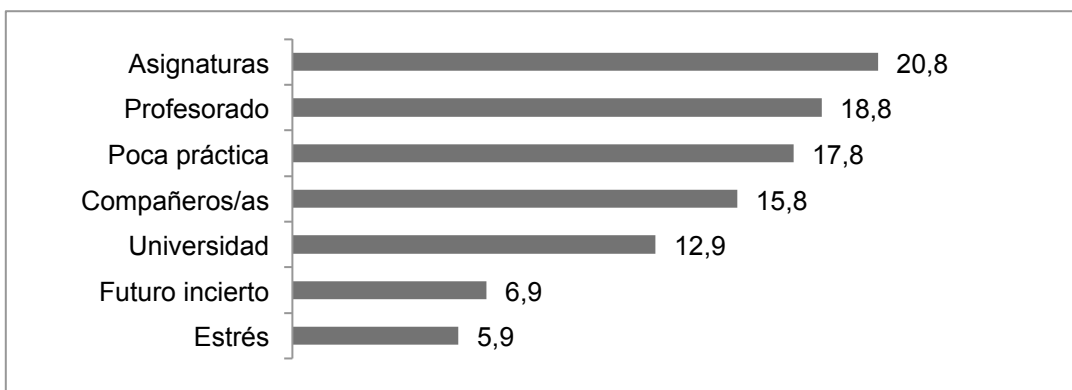
*Diferencias significativas $p < 0,05$

Teniendo en cuenta los resultados de este apartado cabe destacar como aquellas personas que tienen mayores puntuaciones en las escalas de burnout son aquellas que muestran menos satisfacción con la carrera y la universidad y, además, han pensado alguna vez en abandonar los estudios. De igual modo, se puede observar como aquellas personas que asisten a clase todos los días y que no combinan los estudios con algún trabajo han obtenido puntuaciones más bajas en algunos ítems de las escalas de burnout, invirtiendo este resultado en la escala de satisfacción.

Gráfico. Aspectos positivos carrera.



Gráfico 2. Aspectos negativos de la carrera.



Discusión

Los objetivos del presente estudio han sido analizar la existencia de burnout en cuarto de psicología de la UMH, analizar la satisfacción y la motivación de estos estudiantes así como estudiar la relación de dichas variables. De igual modo, se ha estudiado la relación de las notas medias de los estudiantes, la situación laboral y la asistencia a clases con las tres variables de estudio anteriormente mencionadas.

En referencia a el primer objetivo, los resultados obtenidos no reflejan una presencia de burnout excesivamente elevada en la muestra de estudio ya que las puntuaciones obtenidas en los diferentes cuestionarios han sido moderadamente bajas, siendo éstas las normales para las personas que están sometidas al estrés propio de cursar una carrera universitaria y más en el último curso. Estos resultados no corresponden a la sensación que se percibe en los corrillos del alumnado pudiendo deberse esto a una percepción negativa acerca del curso debido al estrés o por la aproximación de exámenes, trabajos y demandas propias de la carrera.

De igual modo, en cuanto al segundo objetivo, podríamos decir que las puntuaciones son moderadamente bajas en relación a la satisfacción y la motivación que presentan estos estudiantes. No obstante, cabe destacar que los sujetos en general muestran una motivación intrínseca más que extrínseca. En concordancia con los trabajos de Sánchez-Oliva et al., (2014), la motivación intrínseca está relacionada con mayor grado de satisfacción y menor nivel de estrés, lo que podría explicar los resultados obtenidos en la variable burnout.

Por otro lado, los resultados han constatado que existe una correlación negativa entre la satisfacción y el burnout, ya que los sujetos que muestran una mayor satisfacción hacia los estudios han obtenido puntuaciones más baja en las escalas de burnout, sobretodo en referente a los estudios, compañeros y profesorado. Por otro lado y coincidiendo con los resultados de Tous y Amorós (2007), se ha hallado una correlación positiva entre la motivación extrínseca y el síndrome de burnout, esto puede deberse a que estas personas están motivadas a estudiar la carrera por unos fines más instrumentales, esperando quizás una recompensa por ello. Así pues, este tipo de motivación correlaciona de una forma negativa con la satisfacción mostrándose menos

complacidos con la carrera elegida, pudiendo provocar un decaimiento en el ánimo a la hora de afrontar los estudios y desarrollando, posteriormente, burnout académico.

En cuanto a nuestro tercer objetivo, es decir, el análisis de burnout, motivación y satisfacción en función de las diferentes variables, nota media, situación laboral y frecuencia de asistencia a clase, no se han encontrado diferencias entre las diferentes escalas de manera global. No obstante, al analizar algunos ítems por separado se puede observar que los sujetos que trabajan han obtenido puntuaciones más elevadas en aquellas cuestiones relacionadas con la gestión del tiempo, así como los sujetos que no acuden frecuentemente a clase han obtenido puntuaciones más elevadas en los ítems que hacen referencias a las asignaturas, el profesorado o los propios compañeros

Aunque los resultados anteriormente comentados no muestran los niveles de burnout esperados, al analizar las cuatro preguntas relacionadas con recomendar la universidad, la carrera y el abandono de la mismas, se observa que un mayor número de sujetos que, a pesar de recomendar la carrera, no recomiendan la universidad o la recomendarían cursar en otra distinta, siendo el mismo número de sujetos que no recomendarían la universidad aquellos que alguna vez han pensado en abandonar la carrera. Estos datos pueden explicar una cierta desmotivación de los alumnos en relación a la institución universitaria en sí y no tanto con la elección de la carrera de estudio.

Analizando más a fondo estas cuestiones, los resultados muestran que aquellos que puntúan de una forma negativa la carrera y la universidad tienen puntuaciones más elevadas en amotivación y burnout. Una de las cuestiones a destacar es la puntuación más elevada de aquellos que no recomienda la universidad en la dimensión burnout relacionado con el profesorado, al igual que aquellos que alguna vez decidieron abandonar la carrera.

Este hecho constata los estudios que relacionan de forma negativa la satisfacción por los estudios y el abandono de los mismos, ya que los estudiantes que sí que finalizan los estudios con éxito se sienten más satisfechos por la carrera que aquellos que no lo hacen. Asimismo, la insatisfacción, tanto por la universidad como por la carrera, podría deberse a las expectativas no cumplidas del estudiante referente a la propia carrera y la institución universitaria, siendo esto más propio en alumnos de nuevo ingreso, tal y como

se muestra en los estudios de Cabrera et al., (2006). Al ser la muestra de estudio alumnos del último curso de carrera la sensación de insatisfacción mencionada podría deberse al estrés propio del último curso y sus demandas como podría ser enfrentarse al mundo laboral o la decisión de realizar un máster universitario.

En cuanto a los resultados cualitativos de las preguntas de aspectos positivos y negativos de estudiar psicología, se muestra mayores niveles de motivación intrínseca en los motivos de estudiar esta carrera y cuestiones tales como el profesorado, compañeros o universidad las peor valoradas por los mismos, por lo que la desmotivación de estos sujetos podría ser a causa del ambiente vivido en la propia clase de cuarto de psicología y no por causas relacionadas por la carrera en sí. Todo esto podría deberse al desconocimiento del funcionamiento de otras universidades, por lo que sería interesante en futuras investigaciones incluir una variable para saber cuantas personas evaluadas han estado en otras universidades, ya que estas respuestas pueden estar condicionadas por la deseabilidad de lo desconocido frente a lo conocido.

A pesar de no haber corroborado la hipótesis inicial es importante continuar estudiando más este fenómeno en los estudiantes, ya que el burnout puede causar graves secuelas a los estudiantes, incrementando el abandono de la universidad. Es importante mencionar que la muestra de este estudio limita hacer conclusiones generales ya que es poco representativa, por lo que un estudio con una muestra más grande podría cambiar dichos resultados. De igual modo, hay que tener en cuenta que al ser un trabajo donde se critica en cierto modo aspectos de la universidad, la muestra, a pesar de ser totalmente anónima, puede haber influido el hecho de ser estudiantes evaluables por lo que pueden tener un cierto miedo a dar su opinión.

Por otro lado, una limitación son los cuestionarios ya que se decidió utilizar un cuestionario propio, por ejemplo en satisfacción, para una primera aproximación, sin embargo, para futuras investigaciones más amplias y sofisticadas se podría utilizar otros cuestionarios mejor validados que podrían arrojar nuevos resultados.

En cuanto a futuras investigaciones, sería interesante analizar el burnout en alumnos de primer curso y de último curso de psicología, así como comparar entre diferentes carreras, como puede ser alguna ingeniería con psicología o diferentes

universidades. De este modo se podría analizar en que tipo de carrera es más frecuente padecer burnout o saber en que medida este síndrome depende de factores externos de la persona como puede ser la institución universitaria.

La preocupación por el bienestar de los estudiantes para evitar el síndrome de burnout, es un estudio interesante para futuras investigaciones ya que este síndrome supone una serie de secuelas. Estas secuelas pueden ser psicológicas como el abandono de los estudios, mayor dificultad en el mundo laboral o baja autoestima por no alcanzar una meta que, además, de repercutir físicamente en forma de dolores de cabeza o abdominales. Por otro lado, la correlación negativa entre motivación y satisfacción con este síndrome puede abrir un campo de investigación, ya que estas variables son protectoras del burnout, por lo que conocer métodos o tácticas para incrementar la motivación y la satisfacción en el ámbito académico puede favorecer el buen desarrollo de futuros profesionales.



Referencias Bibliográficas

- Appels, A. (2006). Estrés laboral, agotamiento y enfermedad. En J. Buendía [ed.]. *Estrés laboral y salud, Madrid: Biblioteca Nueva*. 119-128.
- Barraza, A. (2009). Estrés académico y burnout estudiantil. Análisis de sus relación en los alumnos de licenciatura. *Revista Psicogente, 12(22)*, 272-283.
- Caballero, C., Abello, R. y Palacio, J. (2006). Burnout, engagement y rendimiento académico entre estudiantes universitarios que trabajan y aquellos que no trabajan. *Revista Psicogente, 9(16)*, 11-27.
- Caballero, C., Abello, R. y Palacios, J. (2007). Relación del burnout y rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios. *Avances en Psicología Latinoamericana, 25(2)*, 98-111.
- Caballero, C. C., Bresó, É. y Gutiérrez, O. (2015). Burnout en estudiantes universitarios. *Psicología desde el caribe, 32(3)*, 424-44.
- Cabrera, L., Tomás, J., Álvarez, P. y González, M. (2006). El problema del abandono de los estudios universitarios. *Revista Relieve 12(2)*, 171-203.
- Campos, J., Carlotto, M.S. y Marôco, J. (2012). Oldenburg Burnout Inventory- Student Version: Cultural Adaptation and Validation into Portuguese. *Psicología: Reflexão e crítica, 25(4)*, 709-718.
- Freudenberg, H.J. (1974). Staff burn-out. *Journal of social issues, 30(1)*, 159-165.
- Gómez, E. y Marrero, H. (1997). Metas y motivos en la elección de la carrera de psicología. *Revista Electrónica Motivación y Emoción, 3(5-6)*. Recuperado de <http://reme.uji.es/articulos/agomee1071912100/texto.html>.

- González-Pineda, J. A., Nuñez, J.C., González-Pumariaga, S., Álvarez, L., Roces, C., García, M., González, P., Cabanach, R.G. y Valle, A. (2000). Autoconcepto, proceso de atribución causal y metas académicas en niños con y sin dificultades de aprendizaje. *Psicothema*, 12, 548-556.
- Kristensen, T.S., Borritz, M., Villadsen, E. y Christensen, K.B. (2005). The Copenhagen Burnout Inventory: A new tool for the assessment of burnout. *Work and Stress*, 19(3), 192-207.
- León, G. (2013). ¿Puede el burnout afectar al estudiantado universitario? *Revista electrónica Calidad en la Educación Superior*, 4(1), 130-147.
- Martínez, I. M. y Pinto, A. M. (2005). Burnout en estudiantes universitarios de España y Portugal y su relación con variables académicas. *Aletheia*, (21), 21-30.
- Maslach, C., y Jackson, S.E. (1981). The Maslach Burnout Inventory. *Research Edition*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press.
- Ricardo, Y. R. (2012). Estudio unidimensional del síndrome de burnout en estudiantes de medicina de Holguín. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 32(116), 796-803.
- Ricardo, Y. y Paneque, R. (2013). Burnout estudiantil universitario. Conceptualización y estudio, *Salud Mental*, 36(4), 337-347.
- Ruinaudo, M., Chiecher, A. y Donolo, D. (2003). Motivación y uso de estrategias en estudiantes universitarios. Su evaluación a partir del Motivated Strategies Learning Questionnaire. *Revista Anales de la Psicología*, 19(1), 107-119.
- Ruíz, E., Gómez-Quintero, H. y Lluís, S. (2013). Fiabilidad y validez del Copenhagen Burnout Inventory para su uso en España. *Revista Española de Salud Pública*, 87, 165-179.

- Salanova, M., Martínez, M., Bresó, E., Llorens, S. y Grau, R. (2005). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios: facilitadores y obstaculizadores del desempeño académico. *Revista Anales de psicología*, 21(1), 170-180.
- Sánchez-Oliva, D., Sánchez- Miguel, P., González, J.J., Chamorro, J.M., y Campos, R. (2014). Motivación y burnout en profesores de educación física: incidencia y frustración de las necesidades psicológicas básicas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(3), 75-82.
- Schaufeli, W.B., Leiter, M.P., Maslach, C. y Jackson, S. E. (1996). Maslach Burnout Inventory General Survey. In Maslach, C., Jackson, S.E. y Leiter, M. P. (Eds.) *Maslach Burnout Inventory Manual* (3a ed) Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Schaufeli, W.B., Martínez, I.M., Marqués-Pinto, A., Salanova, M. y Bakker, A. (2002). Burnout and engagement in university students a cross-national study. *Journal of Croos-Cultural Studies*, 33(5), 464-481
- Schaufeli, W.B., Salanova, M., González-Romá, V.y Bakker, A. (2002). The measurement of burnout and engagement: A confirmatory analytic approach. *Journal of Happiness Studies*, 3(1), 71-92.
- Tous, C. y Amorós, M. (2007). Motivaciones para el estudio en universitarios. *Revista Anales de la Psicología*, 23(1), 17-24.
- Valle, A., González, R., Rodríguez, S., Piñero, I. y Suárez J. M. (1999). Atribuciones causales, autoconcepto y motivación en estudiantes de alto y bajo rendimiento académico. *Revista Española de Pedagogía*, 214, 525-545.
- Vallerand, R. J., Blais, M. R., Brière, N. M. y Pelletier, L. G. (1989). Construction et validation de l'Échelle de Motivation en Éducation (EME). *Canadian Journal of Behavioral Sciences*, 21, 323-349.

Anexo I. Cuestionario

-Edad:

-Sexo: Hombre __ Mujer__

-Estado civil: Soltero/a__ Casado/a __ En pareja__

-Carrera y curso:____

-Tipo de domicilio en el que vives: Familiar__ Propio__ En pareja __ Compartido __

- ¿Trabajas? Si__ NO__

-¿Con qué frecuencia asistes a clase?

- Prácticamente a todas las clases
- He asistido a una gran parte de las clases
- He asistido a la mitad de las clases
- He asistido a pocas clases
- Prácticamente no he asistido a clase

-Nota media:__

A continuación responda a las siguientes cuestiones relacionadas con los estudios, siendo:

1 nunca, 2 raramente, 3 a veces, 4 frecuentemente y 5 siempre

No deje ninguna pregunta en blanco, GRACIAS

	1	2	3	4	5
1. ¿Con que frecuencia te sientes cansado/a?					
2. ¿Tus estudios son emocionalmente agotadores?					
3. ¿Trabajar con tus compañeros/as consume tu energía?					
4. ¿Tienes suficiente energía para la familia y los amigos durante tu tiempo libre?					
5. ¿Te sientes quemado por tus estudios?					
6. ¿Te sientes agotado al final de un día de universidad?					
7. ¿Te resulta frustrante tratar con los/las profesores/as?					
8. ¿Te resulta frustrante trabajar con tus compañeros/as?					
9. ¿Te resulta difícil tratar con los/las profesores/as?					
10. ¿Te resulta difícil trabajar con tus compañeros/as?					
11. ¿Sientes que se consumen tus energías cuando tratas con profesores/as?					
12. ¿Sientes que das más de lo que recibes cuando trabajas con tus compañeros/as?					
13. ¿Sientes que cada hora de estudio/clase es agotadora para ti ?					
14. ¿Por la mañana te agota pensar en otro día de universidad?					
15. ¿Estás cansado/a de tratar con tus profesores/as?					
16. ¿Estás cansado de trabajar con tus compañeros/as?					
17. ¿Con que frecuencia te sientes físicamente exhausto/a?					

18. ¿Con que frecuencia te sientes débil y susceptible a enfermarse?					
19. ¿Con que frecuencia te sientes agotado?					
20. ¿Con que frecuencia piensas “no puedo más”?					
21. ¿Con que frecuencia estás emocionalmente exhausto/a?					
22. ¿A veces te preguntas cuanto tiempo podrás continuar trabajando con tus profesores/as?					
23. ¿A veces te preguntas cuanto tiempo podrás continuar trabajando con tus compañeros/as?					
24. ¿ Te sientes frustrado con tus estudios?					
25. ¿ Sientes que das más de lo que recibes cuando tratas con profesores/as?					
26. Tengo la misma motivación para estudiar psicología que cuando empecé la carrera					
27. Me gustan mis profesorado					
28. Los contenidos de las asignaturas corresponden a mis expectativas					
29. Estudiar psicología no es lo que me esperaba					
30. No cambiaría de universidad aunque hiciera otra carrera					
31. Mis compañeros/as de clase son un gran apoyo para mi					
32. Los contenidos de las asignaturas son demasiado difíciles para mi					
33. En clase, me siento parte del grupo					
34. La Universidad nos prepara para el mundo laboral					
35. Si tuviera que elegir de nuevo, estudiaría otra carrera					
36. Tengo menor motivación para estudiar Psicología debido a la situación actual de desempleo juvenil					
37. Estoy satisfecha con las notas que he obtenido a lo largo de la carrera					

A continuación señala con que frecuencia sientes o percibes cada una de las situaciones expresadas en las siguientes afirmaciones siendo:

1 nunca, 2 raramente, 3 a veces, 4 frecuentemente y 5 siempre

No dejes ninguna en blanco, GRACIAS.

	1	2	3	4
1. Tener que asistir a clases diariamente me cansa				
2. Mis problemas escolares me deprimen fácilmente				
3. Durante las clases me siento somnoliento/a				
4. Creo que estudiar hace que sienta agotamiento				
5. Cada vez me es más difícil concentrarme en las clases				
6. Me desilusionan mis estudios				
7. Antes de terminar mi horario de clases, ya me siento cansado/a				
8. No me interesa asistir a clases				
9. Cada vez me cuesta más trabajo poner atención al profesorado				
10. Asistir a clases se me hace aburrido				
11. Siento que estudiar me está desgastando físicamente				
12. Cada vez me siento más frustrado/a por ir a clase				
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				

A continuación responda a las siguientes cuestiones siendo:

1 nunca, 2 raramente, 3 a veces, 4 frecuentemente y 5 siempre

No deje ninguna pregunta en blanco, GRACIAS

ESTUDIO PSICOLOGÍA.....	1	2	3	4	5
1. Sinceramente no lo sé, verdaderamente, tengo la impresión de perder el tiempo en la universidad					
2. En su momento, tuve buenas razones para ir a la universidad, pero ahora me pregunto si debería continuar en ella					
3. Porque siempre has tenido deseos de ayudar a los demás.					
4. Porque crees que teniendo conocimientos de psicología puedes tener cierta influencia sobre las personas.					
5. Porque está de moda estudiar psicología.					
6. Para demostrarme que soy capaz de terminar una carrera universitaria					
7. Para demostrarme que soy una persona inteligente					

8. Por el placer de saber más sobre las asignaturas que me atraen					
9. Por la satisfacción que siento cuando me supero en mis estudios					
10. Porque te interesa conocer el ser humano, su mente, su conducta					
11. Porque tienes las capacidades y motivaciones necesarias para ser psicólogo.					
12. Porque has conocido a algunas personas que han estudiado esta carrera.					
13. Porque siempre te han llamado las profesiones donde se pueda supervisar a otras personas					
14. Porque querrías tener un puesto de trabajo con cierto prestigio social.					
15. Porque hay muchas salidas profesionales para esta carrera.					
16. Porque quieres conocer más sobre un tema particular como las relaciones interpersonales.					
17. Porque tus padres y amigos te lo han aconsejado					

	SI	NO
1. ¿Recomendarías tu carrera?		
2. ¿Recomendarías tu universidad?		
3. ¿Recomendarías realizar tu carrera en otra universidad?		
4. Alguna vez he pensado en abandonar la carrera		

-3 razones por la que te gusta estudiar psicología

-
-
-

-3 razones por las que no te gusta estudiar psicología

-
-
-

GRACIAS POR TU PARTICIPACIÓN.
Los datos expuestos son totalmente anónimos .