

Universidad de Lima
Facultad de Psicología
Carrera de Psicología



LA RELACIÓN ENTRE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y EL SÍNDROME DE BURNOUT EN PROFESORES DE EDUCACIÓN BÁSICA

Trabajo de Suficiencia Profesional para optar el Título Profesional de Licenciado en
Psicología

Romina Vanessa del Carmen Bernal Paz

20132582

Paola Cristina Castillo Silva

20142665

Asesor

Manuel Eduardo Cueva Rojas

Lima – Perú
Marzo de 2024

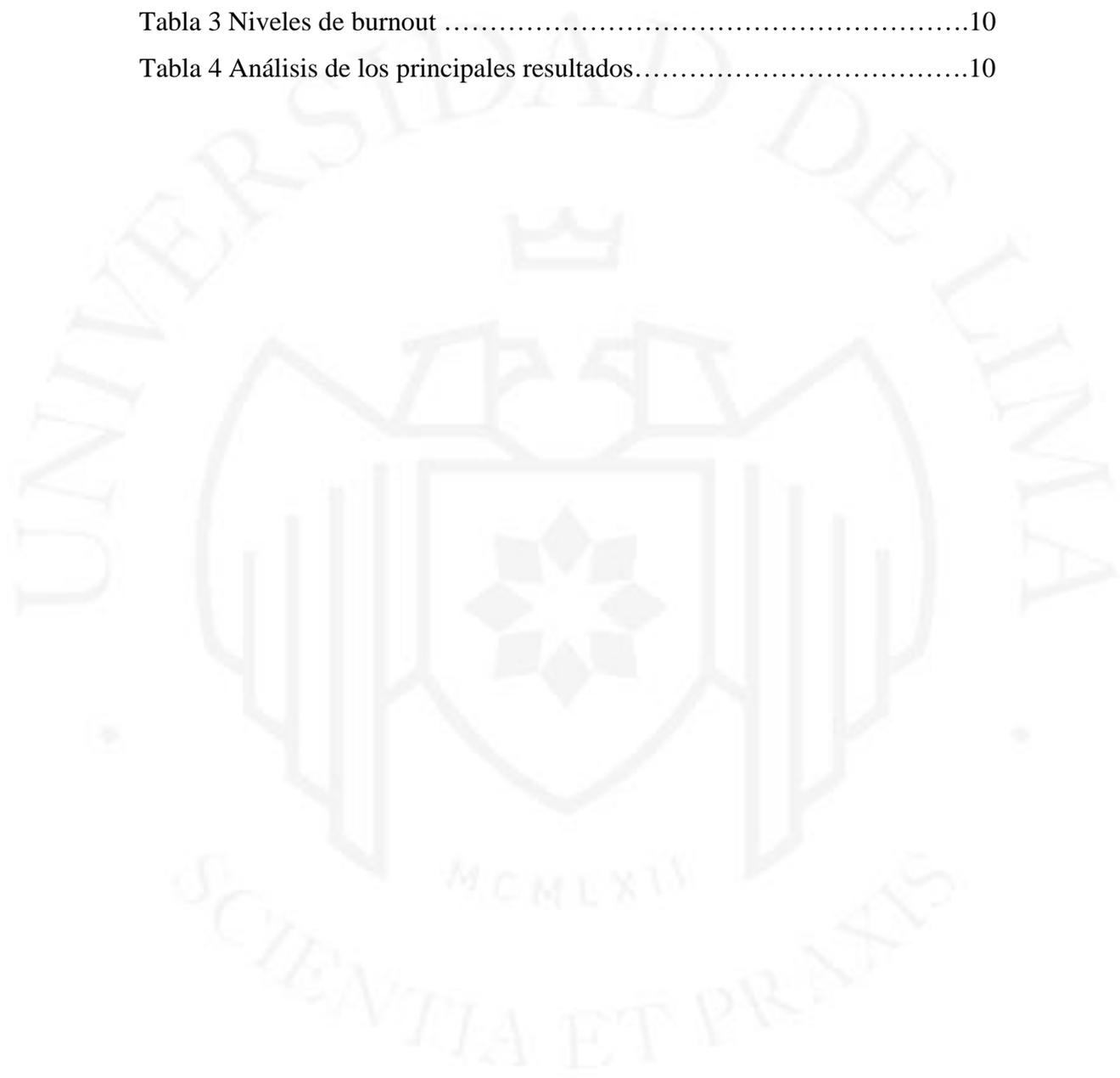
**THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL
INTELLIGENCE AND BURNOUT SYNDROME
IN BASIC EDUCATION TEACHERS**

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN:	1
ABSTRACT:.....	1
INTRODUCCIÓN	1
MATERIAL Y MÉTODO	4
CRITERIOS DE INCLUSIÓN	4
CRITERIOS DE EXCLUSIÓN	5
ESTRATEGIA DE BÚSQUEDA.....	5
RESULTADOS.....	7
DISCUSIÓN	14
CONCLUSIONES	19
REFERENCIAS.....	20

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Datos generales de los artículos analizados.....	7
Tabla 2 Diseños y modelos teóricos de las variables	8
Tabla 3 Niveles de burnout	10
Tabla 4 Análisis de los principales resultados.....	10



ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Diagrama de flujo del proceso de selección de artículos6



La relación entre la inteligencia emocional y el síndrome de burnout en profesores de educación básica

Romina Bernal Paz¹, Paola Castillo Silva²

20132582@aloe.ulima.edu.pe¹, 20142665@aloe.ulima.edu.pe²

Universidad de Lima

Resumen: El sistema educativo fue uno de los ámbitos que sufrió mayores cambios durante la pandemia del COVID – 19, generando que tanto docentes como estudiantes se adapten a nuevos métodos de enseñanza-aprendizaje, y teniendo como consecuencia niveles altos de estrés en los educadores, quienes afrontan estas situaciones haciendo uso de habilidades socioemocionales, como la inteligencia emocional, con el objetivo de hacer frente a las demandas laborales. En ese marco, el presente estudio tiene como objetivo determinar la relación entre el burnout y la inteligencia emocional en docentes de nivel escolar en el periodo de la pandemia del COVID – 19; mediante un análisis de los estudios cuantitativos que se publicaron en los años comprendidos de 2021 al 2024. Se usa la guía PRISMA para orientar la metodología del estudio, se realizó una búsqueda en las bases de datos Scopus y Web of Science. Se identificaron 216 estudios; y considerando criterios de inclusión y exclusión se seleccionaron 10 investigaciones cuantitativas. Los resultados demuestran la existencia de una correlación negativa y significativa entre ambas variables. En la mayoría de casos la inteligencia emocional cumple un rol protector sobre el burnout.

Palabras clave: Síndrome de burnout, Inteligencia emocional, Docentes, nivel escolar, estrés, COVID-19

Abstract: The educational system was one of the areas that underwent the greatest changes during the COVID-19 pandemic, causing both teachers and students to adapt to new teaching-learning methods, and resulting in high levels of stress in educators, who face these situations using socio-emotional skills, such as emotional intelligence, to cope with job demands. Therefore, the present study aims to determine the relationship between burnout and emotional intelligence in school-level teachers during the COVID-19 pandemic period; through an analysis of quantitative studies that were published in the years from 2021 to 2024. The PRISMA guide is used to conduct the methodology of this study, our research was carried out in the Scopus and Web of Science databases. 216 studies were identified; and considering inclusion and exclusion criteria, 10 quantitative investigations were selected. The results demonstrate the existence of a negative and significant correlation between both variables. In most cases, emotional intelligence plays a protective role against burnout.

Keywords: Burnout syndrome, Emotional intelligence, Teachers, school level, stress, COVID-19

Introducción

La pandemia del COVID-19 ha sido uno de los más grandes desafíos que la humanidad ha tenido que enfrentar, trayendo consigo múltiples consecuencias en la población. Esta enfermedad respiratoria apareció en China a fines del año 2019, debido a su alto nivel de contagio y propagación, se le otorgó la categoría de pandemia por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020). Debido a ello, diferentes países propusieron diversas medidas sanitarias y políticas de acuerdo al contexto de ese momento, con el fin de disminuir el número de contagios. Como medida principal, se determinó el aislamiento social a nivel mundial, y por ende, la cancelación de clases presenciales, tanto escolar como universitarias Comisión Económica para América Latina y el Caribe (Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL], 2020; Organización de las Naciones Unidas para la

Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO], 2020).

El sistema educativo fue una de las estructuras que se vio afectada en gran medida debido a la pandemia. Las instituciones educativas tuvieron que realizar grandes cambios y adaptarse a las nuevas normas impuestas por los gobiernos. Esto generó que los docentes se vieran obligados a modificar su formato de trabajo tradicional y establecer nuevas formas de enseñanza remota y virtual, experimentando así un cambio violento y no planificado (Geraci et al., 2023).

Los cambios repentinos y significativos a los que se vieron obligados los docentes a realizar durante la pandemia, trajo consigo múltiples consecuencias en estos, tanto a nivel personal como profesional. Una de estas, fue el agotamiento

emocional al que se vieron expuestos, experimentando muchos de ellos, el síndrome de burnout. La prevalencia internacional del síndrome de burnout en profesores se evidencia en un reciente estudio de metanálisis realizado por Ozamiz-Etxebarria et al. (2023), en el que se encontró que el síndrome de burnout presenta mayores niveles en profesores de educación escolar en comparación con docentes universitarios, en un 52%. En el Perú, la Encuesta Nacional a Docentes en el año 2021, reportó que más del 55% de profesores encuestados manifestó tener síntomas de estrés laboral, además que el 29% y el 19% manifestaron síntomas de ansiedad y depresión, respectivamente, siendo los más afectados las docentes del sexo femenino (Ministerio de Educación del Perú [Minedu], 2022).

La docencia antes de la pandemia ya era considerada una de las profesiones con mayor demanda y desgaste emocional, cognitiva y física en todo el mundo (Lozano-Peña et al., 2021; Schonert-Reichl, 2017). Esto debido a que los profesores deben afrontar una gran cantidad de situaciones estresantes, tales como: la ambigüedad de funciones, la excesiva carga laboral y situaciones complejas dentro del salón de clase. Asimismo, el educador responde no solo a las necesidades académicas y cognitivas de los estudiantes, sino que también aborda el ámbito socioemocional (Jones et al., 2019; Mérida-López & Extremera, 2017; Schonert-Reichl, 2017). Sin embargo, esta nueva realidad de la virtualidad en el ámbito educativo trajo consigo un incremento relevante en las horas laborales de los docentes, ya que estos debían ser capacitados y actualizados en las estrategias y herramientas virtuales a emplear, esto sumado a la carga estudiantil, menores horas de descanso y el temor a la enfermedad, repercutió en la aparición e incremento de un desgaste extremo en los maestros (Sánchez-Pujalte et al., 2021). Como se ha

mencionado, la docencia suele estar asociada a una alta prevalencia de estrés laboral o lo que desencadenaría en algo más grave aún, como es el síndrome de burnout (Mérida-López & Extremera, 2017; Puertas-Molero et al., 2019).

El término burnout refiere al agotamiento emocional, físico y psicológico progresivo, que afecta negativamente el desempeño, la salud y la eficiencia de los docentes, este surge como una respuesta poco adaptativa al estrés en el trabajo (Oliveira et al., 2021). Como constructo psicológico se presenta en tres dimensiones: Agotamiento Emocional, este aspecto es concebido como el aspecto fundamental del síndrome de burnout y se presenta como la manifestación más evidente de este conjunto de síntomas, cuando las personas hablan de sí mismas o de otros experimentando agotamiento, generalmente hacen referencia a la vivencia de cansancio extremo; la despersonalización, es el distanciamiento entre uno mismo y en este caso con los alumnos, perdiendo la confianza en sí mismo, este distanciamiento es una reacción inmediata al agotamiento; por último, falta de realización personal, es la percepción de que el trabajo no satisface sus expectativas laborales y personales. En este sentido, se puede identificar que con respecto a la presencia de las dos dimensiones antes mencionadas, es difícil obtener una sensación de logro cuando el trabajador se siente exhausto o al trabajar para personas a las que a uno es indiferente (Maslach & Leiter, 2016).

Entre las funciones más relevantes y fundamentales de los docentes, se encuentra la interacción directa con los estudiantes y padres de estos, lo cual requiere que los maestros posean una adecuada gestión emocional, con el objetivo de que puedan manejar y expresar sus emociones de manera óptima durante las diversas reuniones con padres de familia (Sánchez-Pujalte et al., 2023).

Asimismo, en los tiempos recientes, se ha reconocido la importancia de la inteligencia emocional como un factor crucial en el proceso de aprendizaje - enseñanza de los estudiantes. El continuo avance de estudios en este campo y su impacto en diversos entornos ha suscitado una mayor comprensión acerca de la relevancia de emplear apropiadamente las emociones para hacer frente al estrés laboral. En relación con lo mencionado, algunos expertos sostienen que un pobre manejo de emociones puede resultar perjudicial para la salud mental y predispone a los docentes a mayores niveles de burnout (D'Amico et al., 2020). En estos términos, desde la psicología se ha planteado que la inteligencia emocional puede ser un factor protector contra el síndrome de burnout en profesores de educación básica regular (Mérida-López & Extremera, 2017).

Inicialmente, la inteligencia emocional (IE) fue valorada como la capacidad de una persona para comprender eficientemente tanto sus propias emociones como la de otros. Esto engloba las destrezas verbales y las no verbales para reconocer, expresar y manejar las emociones (Doğru, 2022).

Según Mayer et al. (2016), la inteligencia emocional se define como la capacidad de percibir, expresar, facilitar y comprender nuestras emociones y las de los demás, y está asociada con la calidad de las relaciones interpersonales en su vida cotidiana y en el trabajo. Dentro de la literatura existen diversos modelos teóricos han abordado la inteligencia emocional; sin embargo, una de las definiciones más destacadas es la propuesta por Mayer & Salovey (1997) en la cual la IE es la capacidad para percibir, autogestionar y expresar emociones.

Asimismo, estos autores señalan que la IE se compone de cuatro componentes: percepción emocional, asimilación emocional, comprensión

emocional y manejo emocional. El primer componente, percepción emocional, hace referencia a la capacidad de las personas que tienen para detectar emociones que puede percibir de uno mismo y también del entorno. Asimismo, refiere a la capacidad para expresar adecuadamente sus emociones y sentimientos. En cuanto a la asimilación emocional, esta consiste en integrar las emociones que experimentan mediante el sistema cognitivo, alterando e impactando en la información almacenada en el cerebro, las emociones se vinculan a ciertos pensamientos, otorgándoles prioridad sobre otros con menor carga emotiva, es decir, priorizando el pensamiento dirigiendo la atención según el sentimiento presente. Por otro lado, la comprensión emocional, alude al análisis y comprensión de las emociones, tanto propias como las de los demás. Finalmente, al hablar de manejo emocional, nos referimos a la adecuada gestión de las propias emociones y la de los demás para alcanzar un resultado deseado, y a la evaluación de estrategias para mantener, disminuir o intensificar una respuesta emocional (Mayer et al., 2016).

En este sentido, dada a la gran cantidad de investigaciones existentes que desarrollan la relación entre la inteligencia emocional y el síndrome de burnout (Soriano & Jiménez, 2023; Sánchez-Pujalte et al., 2021), resulta oportuno realizar estudios que exploren la relación entre ambas variables durante la pandemia de COVID-19. Asimismo, realizar la presente investigación se alinea con lo recomendado por diversas organizaciones internacionales como la Unesco (2020), la OMS (2022) y la Organización para la Cooperación y Desarrollo Económicos (OCDE, 2018), quienes han considerado conveniente sugerir a diversos países a desarrollar políticas e invertir presupuesto nacional en mejorar la salud mental de los centros educativos. En el plano legal, en el año

2019 el estado peruano aprobó la Ley N° 30947 que exhorta a las empresas e instituciones a velar por la salud mental en el trabajo con el fin de prevenir problemáticas como el estrés laboral o agotamiento.

Es por ello que, de no intervenir en dicha problemática, el síndrome de burnout en profesores podría tener consecuencias perjudiciales para su salud mental, pues se ha demostrado que altos niveles de burnout se encuentran asociados a sintomatología como estrés, ansiedad y depresión, además de afectar su autoeficacia laboral, el clima en el aula, la relación con sus estudiantes y su satisfacción laboral (Capone & Petrillo, 2020; Oliveira et al., 2021; Poulou, 2017). Es así que, este síndrome no solo afectaría al docente a nivel profesional, como es la disminución en el nivel de su eficiencia laboral en la escuela hasta su abandono de la profesión (Zaretsky & Katz, 2019), sino también en el proceso de aprendizaje - enseñanza de los estudiantes, generando en los estudiantes menos interés y motivación en su formación, así como bajo rendimiento, el cual se ve representado en bajas calificaciones (Ruiz-Calzado & Llorent, 2018), además puede existir una influencia negativa por parte los maestros en los logros y comportamientos de sus alumnos, incluso llevando a impactos muy negativos como la deserción de la escuela (Zaretsky & Katz, 2019). Debido a ello, es necesario intervenir mediante programas de prevención y promoción dentro de los sistemas educativos, con la finalidad de mejorar el bienestar psicológico y la salud mental en los docentes, en esta misma línea, se estaría contribuyendo al bienestar general de los estudiantes, creando un entorno de aprendizaje emocionalmente seguro y apoyando su desarrollo cognitivo, social y afectivo.

De acuerdo a lo revisado anteriormente, se ha encontrado que los docentes de educación se enfrentaron a una mayor carga laboral durante la

pandemia del COVID-19, por ello, surge la preocupación por el bienestar emocional y la posible incidencia del burnout durante y después de este suceso mundial. Es así que realizamos la siguiente pregunta ¿Cómo influye la inteligencia emocional en la presencia del burnout en los docentes durante la pandemia del COVID-19?

En el mismo sentido, considerando la cantidad de literatura existente sobre inteligencia emocional y burnout, el objetivo del presente estudio es conocer la relación entre ambas variables en docentes durante la pandemia de COVID-19, mediante la revisión y recopilación de estudios empíricos realizados durante la pandemia.

Material y método

Criterios de inclusión

Para el presente estudio fueron seleccionadas las investigaciones que cumplieron con los siguientes criterios de inclusión: a) diseños de investigación cuantitativa correlacional, esto debido a que se busca conocer la relación entre inteligencia emocional y el síndrome de burnout, por ello es imprescindible usar la evidencia empírica que aporta este tipo de diseños los cuales brindan estadísticos de correlación; b) estudio con una antigüedad no mayor a 3 años que comprendan el periodo de pandemia y post pandemia; d) estudios que especifiquen el número y las características de los participantes, con el fin de determinar que los estudios hayan sido efectuados con docentes durante la pandemia COVID-19; e) estudios que especifiquen los cuestionarios utilizados, para de esta manera, corroborar que dichos instrumentos miden las variables correspondiente; f) estudios escritos en inglés, debido a que hay una mayor cantidad de publicaciones internacionales en este idioma.

Asimismo en español, ya que los estudios realizados en latinoamérica sirven para indagar sobre el contexto más cercano al nuestro; g) estudios indexados en las bases de datos Scopus o Web of Science, con el fin de obtener artículos de calidad científica.

Criterios de exclusión

En relación a los criterios de exclusión, no se tomó en cuenta aquellos estudios que cumplen con las siguientes características: a) los estudios que no sean revisiones sistemáticas o metaanálisis, ya que este tipo de estudios no favorecen en el cumplimiento del objetivo establecido, que consiste en examinar la información de estudios basados en evidencia empírica. b) artículos que no hayan sido publicados, información de blogs o revistas de divulgación, ya que esta información no suele ser publicada previo a la revisión de pares, tienden a ser opiniones particulares que no están sustentadas en revisión empíricas; c) tesis o trabajos de investigación, esto debido a que estas se encuentran publicadas en repositorios institucionales, más no en revistas científicas d) investigaciones de tipo cualitativo, pues estos no permiten realizar una comparación entre estudios; e) el uso de resúmenes y capítulos de libros publicados hace más de 7 años fueron excluidos, ya que no se encuentran actualizados; f) investigaciones que no hayan sido realizadas con docentes de educación básica durante la pandemia COVID - 19, esto debido a que la población mencionada es de interés para el presente estudio.

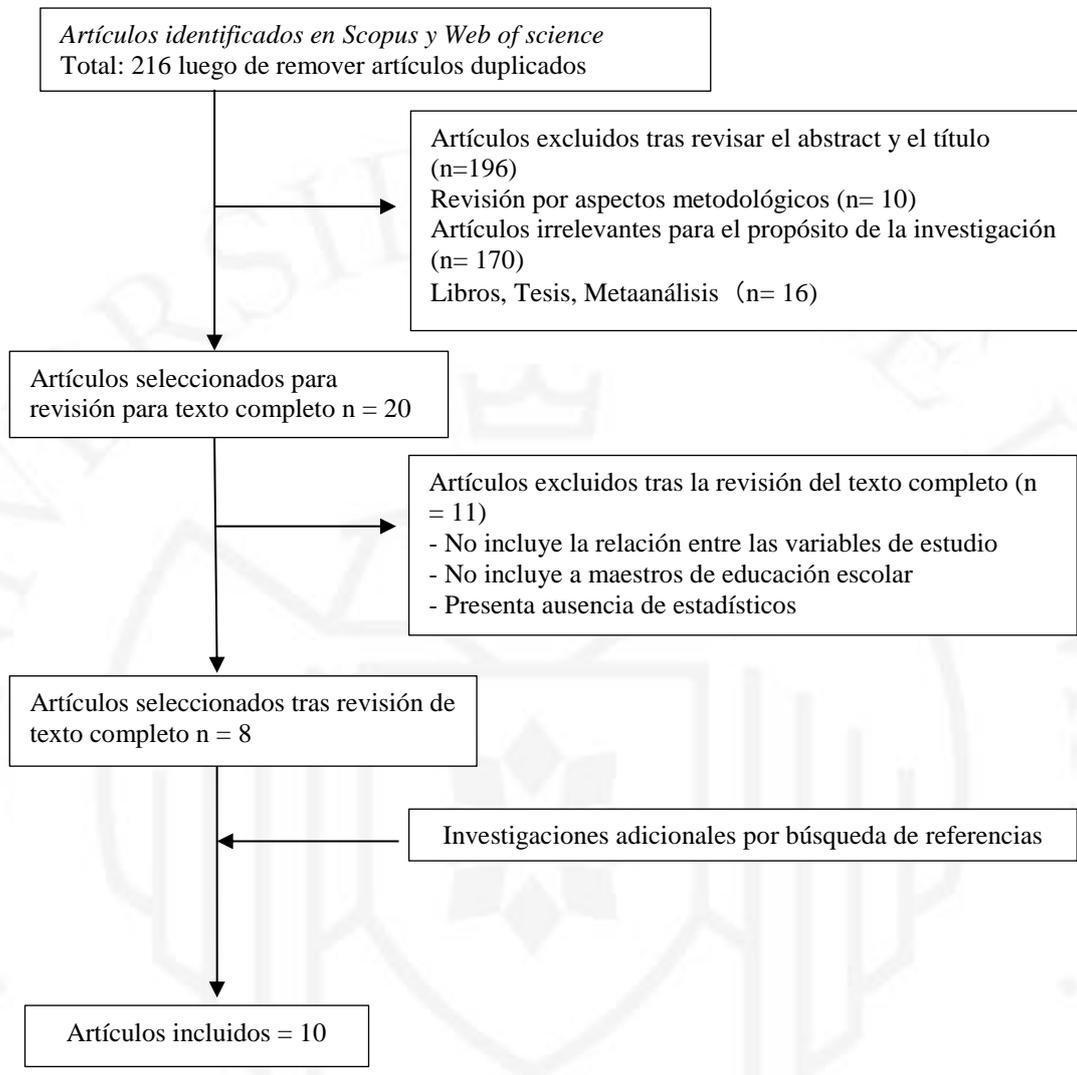
Estrategia de búsqueda

Se buscaron investigaciones publicadas en el contexto de la COVID-19 entre el 2021 y el 2024. Esta revisión se realizó siguiendo las indicaciones de la guía PRISMA (Page et al., 2021) esta revisión se llevó a cabo de manera independiente por cada investigador con el objetivo de minimizar sesgos y así aumentar la validez de la misma, resultando un total de 216 referencias.

Posteriormente, se llevó a cabo un proceso exhaustivo de depuración, aplicando criterios de inclusión y exclusión mencionados anteriormente, se examinaron títulos y abstracts para acotar el número de estudios. Luego de ello, se seleccionaron 20 artículos los cuales cumplían los criterios de inclusión y, tras una revisión minuciosa de estos estudios se redujo a el número de 10 artículos que serán analizados en la presente investigación.

Seguidamente en la figura 1 se muestra el diagrama de flujo en el cual se detalla el el procesamiento de selección de los artículos analizados.

Figura 1
Diagrama de flujo del proceso de selección de artículos



Resultados

El total de artículos analizados en la presente revisión contribuyen al cumplimiento del presente objetivo, ya que, se ha identificado que en los estudios seleccionados investigan la asociación de dichas variables. A su vez, estos fueron publicados

entre los años 2020 y 2024, debido a que se pretende obtener resultados en el contexto de pandemia.

De este modo, los datos examinados han sido estructurados en las tablas que se describen a continuación.

Tabla 1

Datos generales de los artículos analizados

Autor	Título	Países	Modelo teórico (SB)	Modelo teórico (IE)
Iacolino et al. (2023)	El papel de la inteligencia emocional y la metacognición en el estrés de los docentes durante el trabajo remoto pandémico: un modelo de mediación moderada	Italia	Modelo de 4 dimensiones de Santinello que se basa en el Modelo de la Teoría Tridimensional de Maslach (Maslach y Jackson, 1981)	Modelo de inteligencia emocional de Mayer y Salovey
Washburn et al. (2021)	Examinar el estrés del rol, la inteligencia emocional, el agotamiento emocional y el compromiso afectivo entre los educadores físicos de secundaria	USA	Gil Monte	Modelo de inteligencia emocional de Mayer y Salovey
Sánchez-Pujalte et al. (2021)	Burnout docente durante la pandemia de COVID-19 en España: rasgo de inteligencia emocional y competencias socioemocionales.	España	Modelo de la Teoría Tridimensional de Maslach (Maslach y Jackson, 1981)	Modelo de inteligencia emocional de Mayer y Salovey
Jing et al. (2023)	Un estudio sobre el mecanismo del liderazgo espiritual sobre el agotamiento de los profesores de escuelas primarias y secundarias: el papel mediador de la vocación profesional y la inteligencia emocional.	China	Modelo de la Teoría Tridimensional de Maslach (Maslach y Jackson, 1981)	Modelo de inteligencia emocional de Mayer y Salovey
Schoeps et al. (2021)	Impacto de la inteligencia emocional en el burnout entre profesores de español: un estudio de mediación	España	Gil Monte	Modelo de inteligencia emocional de Mayer y Salovey
Begum et al. (2024)	¿La inteligencia emocional y la resiliencia predicen el agotamiento entre los profesores de escuela?	Banglade sh	Modelo de la Teoría Tridimensional de Maslach (Maslach y Jackson, 1980)	Modelo multifactorial de Petrides y Furnham, (2000)

(Continúa)

(Continuación)

Autor	Título	Países	Modelo teórico (SB)	Modelo teórico (IE)
Wang et al. (2022)	La relación entre la atención plena y el agotamiento laboral de los profesores de preescolar chinos: los efectos mediadores de la inteligencia emocional y el estilo de afrontamiento.	China	Modelo de la Teoría Tridimensional de Maslach (Maslach y Jackson, 1981)	Modelo de inteligencia emocional de Mayer y Salovey
Mancini et al. (2022)	Burnout en profesores de primaria italianos: los efectos predictivos de la inteligencia emocional rasgo, la ansiedad rasgo y la inestabilidad laboral	Italia	Modelo de la Teoría Tridimensional de Maslach (Maslach y Jackson, 1981)	Modelo de auto eficacia emocional o Inteligencia Emocional Rasgo de Petrides y Furnham
Sánchez-Pujalte et al. (2023)	Docentes en riesgo: síntomas depresivos, inteligencia emocional y agotamiento durante el COVID-19	España	Modelo de la Teoría Tridimensional de Maslach (Maslach y Jackson, 1981)	Modelo de inteligencia emocional de Mayer y Salovey
Salinas-Falquez et al. (2022)	La salud mental de los docentes y su implicación en la inclusión educativa	España	Modelo de la Teoría Tridimensional de Maslach (Maslach y Jackson, 1981)	Modelo de inteligencia emocional de Mayer y Salovey

En la tabla 1 se detallan los modelos teóricos de síndrome burnout (SB) e Inteligencia emocional (IE) en los que se basan los estudios analizados. Así, en relación a la variable SB se muestra que 7 artículos utilizan el modelo de la Teoría Tridimensional de Maslach (Maslach y Jackson, 1981). Respecto a la variable de Inteligencia emocional 8 de los estudios utilizan el Modelo de inteligencia emocional de Mayer y Salovey; mientras que 2 utilizan el modelo de auto eficacia emocional o Inteligencia Emocional Rasgo de Petrides y Furnham.

De igual modo, se evidencia que los 10 estudios mencionados son transversales, lo que significa que las variables fueron analizadas en un periodo de tiempo determinado. Asimismo; son correlaciones, ya que se busca identificar la reacción entre ambas variables del estudio.

Tabla 2

Diseños y modelos teóricos de las variables síndrome de burnout e inteligencia emocional

Autor	Instrumentos de evaluación (Síndrome de Burnout)	Instrumentos de evaluación (IE)	Muestra
Iacolino et al.	The Link Burnout Questionnaire (LBQ) ($\alpha=0.96$)	The Schutte Self-Report Emotional Intelligence Test (SREIT) ($\alpha=0.89$)	604
Washburn et al.	the Spanish Burnout Inventory (SBI) ($\alpha=0.94$)	Trait Meta Mood Scale (TMMS-24) ($\alpha \geq .83$)	246

(Continúa)

(Continuación)

Autor	Instrumentos de evaluación (Síndrome de Burnout)	Instrumentos de evaluación (IE)	Muestra
Sánchez-Pujalte et al.	Maslach Burnout Inventory-Educators Survey (Maslach et al., 1986) (α = osciló entre 0.88 y 0.90)	The Wong and Law's Emotional Intelligence Scale (WLEIS; Wong & Law, 2002) (α = osciló entre 0.60 < α < 0.83)	430
Jing et al.	the Maslach Burnout Inventory–Educators Survey (MBI–ES) (α = EE: 0,944 ; RPA: 0,933 y DE: 0,817)	The Wong and Law Emotional Intelligence Scale (WLEIS) (α =0.879)	380
Schoeps et al.	Spanish Burnout Inventory (SBI) (Entusiasmo α = .91; agotamiento psicológico α = .83; indolencia α = .75 y culpa α = .71)	Trait Meta Mood Scale (TMMS-24) (attention α = .88; sentimientos α = .88 y claridad α = .92)	200
Begum et al.	The Maslach Burnout Inventory-Educators Survey (MBI-ES) (α = EE: 0.778 a .890; RPA: .817 a .999 0.764 y DE: .764 a .960)	The Emotional Intelligence Scale (EIS) (α = 0.86)	143
Wang et al.	Maslach Burnout Inventory Educator's Survey (MBI-ES) (α = 0.80 a 0.90) .	Emotional Intelligence Scale (EIS) (α = 0,69 y 0,80)	394
Mancini et al.	Maslach Burnout Inventory (MBI) (α = 0.75)	TEIQue self-report instrument (α = 0.81)	137
Sánchez-Pujalte et al.	Maslach Burnout Inventory Educators Survey (MBI-ES) (α = 0.77 a 0.82)	TMMS-24, the Spanish version (α = 0.77 a 0.82)	430
Salinas-Falquez et al.	Maslach Burnout Inventory (MBI)	The Trait Meta Mood Scale 24	65

En la tabla 2 se muestran los instrumentos utilizados y la cantidad de participantes que incluyeron en cada estudio. Asimismo, se evidencia la magnitud de la confiabilidad de los instrumentos de medición de las variables síndrome de burnout e inteligencia emocional.

La mayoría de los estudios utilizaron los instrumentos de Maslach Burnout Inventory (MBI) para medir el síndrome de burnout, hubieron otros artículos que se basaron en Copenhagen utilizando el instrumento del Inventario de Burnout de Copenhagen—CBIEI, además de los artículos basados en Gil Monte donde utilizan the Spanish Burnout Inventory (SBI). En cuanto a la variable inteligencia emocional la mayoría de los estudios utilizaron el instrumento de The Trait Meta Mood Scale - 24 la variable de inteligencia emocional la mayoría del estudio utilizaron el instrumento de The Trait Meta Mood Scale – 24.

Tabla 3*Niveles de burnout*

Autor	Niveles de burnout
Iacolino et al. (2023)	Puntuación moderado para agotamiento emocional M= 14.89 (rango: 14.56 - 24.56 nivel moderado)
Washburn et al. (2021)	puntuaciones bajas para el agotamiento emocional M= 2.18 (rango 1 al 6)
Sánchez-Pujalte et al. (2021)	Hubo altos niveles de Agotamiento Emocional (60,2%) y bajos niveles de Eficacia Profesional (69,3%); en cinismo hubo niveles bajo, medio y alto.
Jing et al. (2023)	No registra
Schoeps et al. (2021)	Entusiasmo por el trabajo (M= 3.34), Agotamiento Psicológico (M=1.58), Indolencia (M= 1.01) y Culpa (M= 1.03) (rango 0 al 4)
Begum et al. (2024)	Niveles más altos de burnout en mujeres que en hombres. Maestras (M = 87,88) - Maestros (M = 81,70) (rango; bajo=1 al 33, medio = 34 al 66 y alto = 67 y 99).
Wang et al. (2022)	Agotamiento emocional (M = 2.66) (rango 1 al 7)
Mancini et al. (2022)	Agotamiento emocional (M = 1.62), Baja realización personal (M = 1.85) (rango 0 al 6)
Sánchez-Pujalte et al. (2023)	No registra
Salinas-Falquez et al. (2022)	Agotamiento emocional (M = 1.39) (rango 0 a 6)

En la tabla 3 se muestran los niveles de burnout. Es importante resaltar que al no contar con baremos para la interpretación de los resultados sería inadecuado una clasificación rigurosa o clasificación diagnóstica. Asimismo, lo que se refleja en los resultados de la media en contraste al rango de los instrumentos, muestran una tendencia a la baja en los niveles de burnout en profesores.

Tabla 4*Análisis de los principales resultados*

Autor	Diseño del estudio	Relación entre el síndrome de burnout y Inteligencia emocional
Iacolino et al.	Enfoque cuantitativo tipo transversal	La inteligencia emocional tiene un impacto negativo en el Burnout ($r = -0.838$); $p < 0.001$).

(Continúa)

(Continuación)

Autor	Diseño del estudio	Relación entre el síndrome de burnout y Inteligencia emocional
Washburn et al.	Enfoque cuantitativo tipo transversal	Autoevaluación de emociones ($r = -0.451$; $p < 0.01$); regulación emocional ($r = -.388$; $p < 0.01$), y reconocimiento de emociones de otros ($r = -.221$, $p < .05$) se asociaron negativamente con la dimensión de cansancio emocional. Solo uso de emociones fue positiva ($r = .388$, $p < 0.01$).
Sánchez-Pujalte et al.	Enfoque cuantitativo tipo transversal	Agotamiento Emocional y Regulación ($r = -0,374$; $p < 0,001$), Claridad ($r = -0,259$; $p < 0,01$). En Cinismo, se observaron relaciones con Regulación ($r = -0,308$; $p < 0,001$). Finalmente, la Eficacia Profesional está relacionada con la Regulación ($r = 0,242$; $p < 0,001$).
Jing et al.	Enfoque cuantitativo	La IE predice de forma negativa el cansancio emocional en profesores ($\beta = -.318$, $p < 0,001$).
Schoeps et al.	Enfoque cuantitativo tipo transversal	Cansancio emocional y Claridad ($r = -.18$; $p < .05$) y con reparación ($r = -.24$; $p < 0,01$). Indolencia y claridad ($r = -.22$; $p < .01$) y reparación ($r = -0,27$; $p < 0,001$).
Begum et al.	Enfoque cuantitativo tipo transversal	Correlación negativa significativa entre la inteligencia emocional y el agotamiento ($r = -0,321$; $p < .01$).
Wang et al.	Enfoque cuantitativo tipo transversal	La inteligencia emocional se correlacionó significativa y negativamente con el agotamiento de los profesores ($r = -0,52$; $p < .001$).
Mancini et al.	Enfoque cuantitativo tipo transversal	Se encontraron asociaciones negativas significativas entre la IE y el agotamiento emocional ($r = -0.332$; $p < .01$).
Sánchez-Pujalte et al.	Enfoque cuantitativo tipo transversal	Se encontraron asociaciones negativas entre las dimensiones de IE y el agotamiento emocional. Cansancio emocional con Claridad ($r = -.259$; $p < .001$) y reparación ($r = -.187$; $p < .01$). Reparación y despersonalización ($r = .254$; $p < .001$). Claridad y logro personal ($r = -.349$; $p < .001$).
Iacolino et al.	Enfoque cuantitativo tipo transversal	Se encontraron asociaciones negativas significativas entre la IE y el agotamiento emocional ($r = -0.37$; $p < .001$).

A continuación, en la tabla 4 se detalla el diseño del estudio y los resultados obtenidos en los artículos que identifican, relación entre síndrome de burnout (SB) e inteligencia emocional (IE). Asimismo, se muestra el índice de relación; así como el nivel de significancia, en todos los estudios presentados se obtuvieron resultados de asociaciones negativas y significativas.

En el presente apartado, se presentarán los resultados de la revisión de los 10 artículos científicos seleccionados, realizados entre los años 2021 y 2024, los cuales tienen como parte de su objetivo describir la relación existente entre la inteligencia emocional y el síndrome de burnout durante la pandemia del COVID 19. Asimismo, se encontró que en estos estudios no solo se analiza la relación entre estas dos variables, sino que se considera otros constructos psicológicos relevantes.

A continuación, se observará los resultados de 10 investigaciones elegidas, que consideran las siguientes variables: inteligencia emocional y síndrome de burnout.

El estudio realizado por Iacolino et al. (2023), tuvo como objetivo probar si la inteligencia emocional y la metacognición pueden disminuir los resultados disfuncionales de la adaptación a nuevas formas de enseñanza. En esta investigación no se encontraron correlaciones significativas en cuanto a variables sociodemográficas como edad, años de servicio y género respecto a los niveles de burnout. Asimismo, se revelaron diferencias significativas en los resultados entre burnout y estrés entre los individuos pertenecientes al grupo con ausencia de factores de riesgo o presencia del mismo, además hubo una relación ligeramente significativa entre el factor riesgo del trabajo remoto sobre el burnout. Los factores de riesgo sobre el burnout están mediados por la inteligencia emocional, y la metacognición actúa como un moderador.

En la investigación realizada por Sanchez - Pujalte et al. (2021), se buscó reconocer los niveles de burnout en docentes de nivel secundaria, además de examinar la correlación entre los niveles de agotamiento, el rasgo de inteligencia emocional y las competencias socioemocionales. Los docentes que

participaron del estudio presentaron altos niveles en las dimensiones de burnout durante la pandemia (60,2%). Además, no se observaron diferencias estadísticamente significativas entre género y agotamiento emocional. Sin embargo, factores como la edad y los años de experiencia mostraron una asociación negativa con el agotamiento. De igual manera, se encontró que a mayores niveles de inteligencia emocional, menor riesgo de agotamiento por parte de los profesores. Sin embargo, el burnout está directamente relacionado con el desempeño de la actividad profesional y la vida personal, ya que se desarrolla en contextos laborales con impacto psicológico negativo. Además algunas competencias socioemocionales de los docentes como la empatía, regulación, prosocialidad y autonomía emocional, están relacionadas con sus niveles de burnout. Por otra parte, la regulación emocional se relaciona negativamente con las tres dimensiones del burnout, ya que es un factor protector ante situaciones adversas, como es el caso de la pandemia de COVID-19.

El estudio realizado por Washburn et al. (2021), busca examinar las relaciones entre el rol del estrés, la inteligencia emocional, el agotamiento emocional y el compromiso afectivo entre los profesores físicos de secundaria en los Estados Unidos, donde los resultados indican que existe un alto nivel de agotamiento en una gran cantidad de docentes los cuales se encuentran en las primeras etapas de sus carreras y tienen poca experiencia para afrontar las demandas laborales. Asimismo, la inteligencia emocional se asoció negativamente con el agotamiento emocional y positivamente con el compromiso afectivo. Además, los profesores que pueden identificar emociones negativas en sí mismos también pueden reducir el agotamiento creando técnicas de reconocimiento aceptables. Por

último, los factores estresantes provocan directa e indirectamente el agotamiento emocional.

Por otro lado, Jing et al. (2023), realizaron un estudio donde tuvieron como objetivo examinar los efectos del liderazgo espiritual, la vocación profesional y la inteligencia emocional en el agotamiento docente, en el cual los resultados mostraron que la inteligencia emocional tiene un efecto negativo significativo sobre el agotamiento. Asimismo, no hubo un impacto significativo del sexo y la edad sobre las variables de burnout e inteligencia emocional. Sin embargo, se encontró que la vocación profesional tiene un impacto negativo y significativo en el agotamiento de los docentes, es decir a mayor vocación profesional, mayor compromiso con la profesión docente, y a su vez no son propensos a presentar burnout.

Asimismo, Schoeps et al. (2021), en su investigación tuvieron como objetivo analizar la relación entre las habilidades emocionales y el síndrome de burnout, además si el equilibrio afectivo media esta asociación. Los resultados indican que dos de las tres dimensiones de la IE (claridad del estado de ánimo y reparación emocional) obtuvieron como resultado la asociación negativa y significativa con la indolencia y el agotamiento psicológico, pero no con la culpa. Asimismo, el afecto negativo medió la relación entre la inteligencia emocional y el burnout. Esto señala que los profesores con puntajes altos en inteligencia emocional tienen puntajes más bajos en estrés laboral. Sin embargo, el afecto negativo puede mediar dicha relación. Los resultados mostraron efectos directos e indirectos significativos de la claridad del estado de ánimo y la reparación emocional en las cuatro dimensiones del agotamiento. De modo que, en tanto que la atención no predijo el agotamiento de los docentes. El efecto positivo actuó como variable mediadora sobre la

relación entre la inteligencia emocional y el entusiasmo hacia el trabajo, en cuanto el afecto negativo medió la asociación entre habilidades emocionales y síntomas negativos de agotamiento.

El estudio realizado por Begum et al. (2024), tuvo como objetivo comprobar si la inteligencia emocional y la resiliencia son variables predictoras del agotamiento de los profesores de escuela. Mediante el cálculo de la prueba t de muestras independientes, se observó una diferencia significativa de género en lo que respecta al agotamiento laboral, pero no se encontraron diferencias notables en cuanto a los constructos resiliencia e inteligencia emocional, es decir, se observa mayores niveles de agotamiento laboral en mujeres en comparación con los hombres. Por otro lado, se concluyó que existe una relación negativa y significativa entre la inteligencia emocional y el agotamiento. Asimismo, se identificó una correlación negativa significativa entre la resiliencia y el agotamiento, pero se observó una correlación positiva y significativa entre la inteligencia emocional y la resiliencia. En términos de predicciones, los resultados de la regresión revelaron que tanto la resiliencia como la inteligencia emocional presentaron asociaciones negativas con el agotamiento. Por lo tanto, se concluyó que el agotamiento en los profesores de nivel escolar guarda una relación inversa con su inteligencia emocional y resiliencia.

En China, Wang et al. (2022), realizaron una investigación donde el propósito de esta fue analizar la relación existente entre la atención plena y el agotamiento laboral en maestros de preescolar, y a su vez, los posibles efectos mediadores de las variables inteligencia emocional y estilos de afrontamiento. Los resultados del presente estudio concluyeron que la inteligencia emocional se relaciona significativa y negativamente con el

agotamiento en los profesores, mientras que su relación es positiva y significativa con el estilo de afrontamiento positivo (buscar soporte, luchar por el cambio, resolución de problemas, etc). Asimismo, se observó que la inteligencia emocional actúa como variable mediadora independiente entre la asociación negativa y significativa entre la atención plena y el agotamiento laboral.

En esta línea, Mancini et al. (2022), busca analizar la influencia de las variables contextuales, como la inestabilidad laboral, y las características individuales, como la inteligencia emocional y la ansiedad rasgo de los profesores, en la predicción de los elementos vinculados al agotamiento docente. Se realizó un análisis de regresión jerárquica en la que se obtuvo que la inteligencia emocional (IE) y la ansiedad rasgo predecían tanto el agotamiento emocional como la falta de realización personal en el ámbito laboral, mostrando una relación negativa significativa del agotamiento laboral con la IE y una relación positiva significativa con la ansiedad rasgo. En lo que respecta a las variables contextualizadas, la inestabilidad laboral se asoció positivamente con una baja realización personal.

Sánchez-Pujalte et al. (2023), en su investigación tuvo como objetivo determinar los niveles de sintomatología depresiva en una muestra de docentes desecundaria que trabajaron durante la pandemia de COVID-19, y a su vez analizar las relaciones con los niveles de burnout e inteligencia emocional. Los hallazgos mostraron que existen mayores niveles de sintomatología depresiva en mujeres en comparación con hombres. Asimismo, se halló que la claridad emocional se relaciona negativa y significativamente con el agotamiento emocional y el logro personal, asimismo, la reparación emocional se asocia negativamente con el agotamiento emocional. Por último, se concluyó que las tres dimensiones de inteligencia emocional

contribuyen de manera significativa en los niveles de depresión.

Finalmente, Salinas-Falquez et al. (2022), buscó analizar el efecto de la frustración de las necesidades psicológicas básicas, la resiliencia, la inteligencia emocional y la inclusión desde la perspectiva de los docentes en tiempos de pandemia por COVID 19. Se obtuvo que tanto la resiliencia como la inteligencia emocional se relacionan de manera negativa y significativa con el agotamiento laboral. Obteniendo así a la IE como factor protector que podría prevenir la aparición del agotamiento profesional crónico entre los docentes en tiempos de pandemia por COVID 19.

Discusión

A través de este estudio se busca identificar la relación entre el síndrome de burnout y la inteligencia emocional en el periodo de pandemia, muchos estudios han resaltado el papel fundamental que desempeña la inteligencia emocional en el ejercicio de la docencia y como factor protector contra el síndrome de burnout.

Por esta razón, se ha llevado a cabo la presente revisión con el objetivo de indagar sobre la relación de las dos variables mencionadas, analizando la mayor información que permita dar respuesta a nuestra pregunta de investigación: ¿Cómo influye la inteligencia emocional en la presencia del burnout en los docentes durante la pandemia del COVID-19?

Antes de profundizar sobre el análisis detallado de la relación entre las variables mencionadas, es importante mencionar los niveles de burnout en docentes que encontraron los estudios analizados. Con respecto a ello, si bien es cierto en la mayoría de los casos no se ofrecieron porcentaje

por niveles, sino solo la media por cual podemos apreciar una marcada variabilidad de acuerdo con el análisis realizado. Por un lado, solo tres investigaciones como en las de Begum et al. (2024), Iacolino et al. (2023) y Sánchez-Pujalte et al. (2021) reportaron en sus resultados niveles de burnout de moderados a altos. Cabe resaltar que el contexto en el que se evaluaron a estos docentes fue durante la pandemia donde se enfrentaron a diversos factores estresantes, tales como: enfrentar responsabilidades competitivas al preparar sus lecciones en línea y al mismo tiempo cumplir con las responsabilidades que podrían tener en casa, generando así una sobrecarga de trabajo.

Coherentemente otros estudios realizados durante la pandemia han reportado evidencia sobre los altos niveles de burnout entre los profesores del nivel escolar como el estudio realizado por Weißenfels et al. (2022) en Alemania, donde evaluaron el agotamiento en docentes antes de la pandemia y durante, para obtener un efecto comparativo, ellos obtuvieron como resultados niveles elevados de agotamiento durante la pandemia, específicamente en lo que respecta a la despersonalización y la falta de realización personal. En este mismo sentido, en otro estudio realizado por Sokal et al. (2020) en Canadá también se encontró mayor agotamiento emocional y cinismo entre los profesores de nivel escolar, lo que podría indicar que la pandemia pudo haber afectado en presentar mayores niveles de agotamiento.

Por otro lado, destaca que la mayoría de investigaciones incluidas en este estudio reportaron niveles de burnout con tendencia a la baja, es decir niveles por debajo de la media, en profesores como las elaboradas por Mancini et al. (2022), Salinas-Falquez et al. (2022), Schoeps et al. (2021), Wang et al. (2022) y Washburn et al. (2021) lo cual podría resultar contradictorio con lo reportado por otras

investigaciones en este análisis y lo propuesto por otros autores donde se resalta un aumento de la prevalencia de los niveles de burnout en diversas poblaciones durante la pandemia por el COVID-19 Weißenfels et al. (2022) y Sokal et al. (2020). Una posible explicación es la sugerida por Washburn et al. (2021) que destaca que en su población de estudio los niveles de inteligencia emocional de su muestra fueron altos. En ese caso, lo dicho reforzaría la hipótesis de concebir a la inteligencia emocional como un factor protector en contra de los síntomas de burnout (Mérida-López & Extremera, 2017).

En cuanto a la relación de la IE y el síndrome de burnout todas las investigaciones incluídas en el análisis de la presente revisión encontraron asociaciones negativas y estadísticamente significativas, tanto en el análisis de las diferentes dimensiones de los constructos (Sánchez-Pujalte et al., 2021; Sánchez-Pujalte et al., 2023; Schoeps et al., 2021; Washburn et al., 2021) y los puntajes totales (Begum et al., 2024; Iacolino et al., 2023; Jing et al., 2023; Mancini et al., 2022; Salinas-Falquez et al., 2022; Wang et al., 2022), esto refuerza lo previamente hallado en la literatura durante y antes de la pandemia.

Esto es así porque se ha demostrado que algunas competencias socioemocionales como la inteligencia emocional, regulación emocional o empatía contribuyen a fortalecer la capacidad de los docentes para prepararse para un entorno laboral cambiante y estresante, es decir, si los profesores tienen una mayor capacidad de regulación emocional y toma de decisiones por sí mismos en las diferentes situaciones que pueden suscitar, estos se sentirán más comprometidos y motivados para mejorar su competencia profesional y realizar acciones que favorezcan su profesión, siendo así, un factor protector ante situaciones adversas, como es el caso de la pandemia de COVID-19 (Sanchez-

Pujalte et al., 2023). Asimismo, la IE puede ayudar a los docentes a reducir la angustia que originan escenarios caóticos como los acontecidos en la pandemia ya que permite que los docentes logren gestionar sus emociones y puedan utilizarlas de forma productiva, y a su vez mejorando el compromiso, ya que la forma en que se sienten los docentes influye en la forma en su enseñanza y su satisfacción con el trabajo (Washburn et al., 2021; Rogowska et al., 2022).

En estos términos, si bien la docencia es considerada una de las profesiones con mayor demanda y desgaste emocional, cognitiva y física en todo el mundo (Lozano et al., 2021; Schonert-Reichl, 2017). Debido a que se enfrentan a situaciones de gran nivel de estrés, abarcando funciones establecidas por las instituciones y respondiendo a las necesidades de los estudiantes (Jones et al., 2019) es por ello que es una población que presenta mayor vulnerabilidad a presentar burnout, también existen capacidades de índoles protectoras que pueden ayudar a evitar o disminuir los síntomas de burnout, tales como, la inteligencia emocional. A través de los resultados extraídos de todos los estudios muestran que la IE es la capacidad que al desarrollarse en la población de docentes, podrán regular más sus emociones, haciéndolos más eficientes en la toma de decisiones las situaciones cotidianas que se presentan en los entornos educativos. Además, a través del refuerzo positivo de la IE se reducen los niveles de estrés y ansiedad, lo que a su vez conlleva a una mejora en la práctica docente, así como de la salud y el bienestar mental. De igual manera en el estudio de Iacolino et al. (2023), refieren que los profesores con altos niveles de inteligencia emocional son más capaces de adaptarse a diferentes contextos de vida personal, ya sea social o profesional.

Con respecto a la presencia de variables sociodemográficas como es el género, otros estudios como el de Ozamiz-Etxebarria et al. (2023), indican que existe una prevalencia del síndrome de burnout del 52% siendo mayor en mujeres. Sin embargo, la mayoría de estudios revisados para este estudio revelaron que no se presentaron diferencias significativas respecto a la edad y el género. Esto se puede deber a que el contexto de la pandemia por COVID-19, afectó de igual medida a ambos géneros en cuanto a los niveles de burnout en profesores (Malureanu et al., 2021), así como también puede ser la tendencia en las culturas de los estudios que hemos analizado a comparación de otros países. Ya que, en algunas culturas hay mayor sobrecarga de trabajo respecto a las mujeres en sus centros laborales y roles en el hogar, por lo que pueden haber sufrido más burnout que los hombres en estos contextos.

La mayoría de investigaciones explican la relación de la IE y el burnout en su asociación con otras variables. En cuanto a variables contextuales se basan en factores externos que pueden repercutir en el comportamiento, emociones o desempeños de los empleados.

Esto se observa en la investigación realizada por Jing et al. (2023), en la cual se reveló que la IE actúa como variable mediadora en la relación entre el liderazgo espiritual y el agotamiento laboral en docentes, es decir, el practicar estilos de liderazgo espiritual por parte de los directivos hacia los docentes impulsa la inteligencia emocional y tienen un efecto significativo para la reducción del agotamiento laboral (Jing et al., 2023). Aún así, se sabe que la inteligencia emocional depende hasta cierto punto de factores demográficos individuales y de los rasgos de personalidad (Taneja et al., 2020). Además, existen estudios que han demostrado que

los factores contextuales organizacionales, como los comportamientos de liderazgo, también pueden influir en la inteligencia emocional de los empleados. El liderazgo espiritual por parte de los directivos, proporciona buenas condiciones previas para que los docentes identifiquen y naveguen mejor sus propias emociones y las de los demás (Jing et al., 2023).

Asimismo también se encontraron otras variables psicológicas que repercuten en la IE y el burnout, tal como fue la afectividad siendo un factor que se ha encontrado relevante en el proceso de afrontamiento del agotamiento emocional, puesto que se ha hallado que aquellos docentes que experimenten mayores niveles de afecto positivo en el aula, evidencian un mayor compromiso, esto va de la mano con lo mencionado por Schoeps et al. (2021), quienes indican que el afecto positivo medió la relación entre la inteligencia emocional y el síndrome de burnout. Esto quiere decir que aunque los profesores perciben su estado de ánimo y realizan una mejor reparación emocional, es posible que no puedan prevenir el agotamiento cuando experimentan sentimientos desagradables simultáneamente. Asimismo, el afecto positivo elevado y el afecto negativo reducido podrían ser el mecanismo a través del cual la IE impacta en la disminución del agotamiento emocional. De igual manera, la resiliencia es una variable que presenta relación con el síndrome de burnout, operando como un factor protector ante situaciones de agotamiento emocional por parte de los docentes. Al hablar de resiliencia se hace referencia a la capacidad para hacer frente a un problema y construir de manera positiva pese a las dificultades, es así que al presentar una mayor nivel de resiliencia, el docente presenta una actitud positiva frente a las situaciones adversas y responde de manera adecuada ante las

demandas de su profesión (Salinas-Falquez et al., 2022).

En esta misma línea sobre las variables psicológicas, se observa la existencia de constructos de índole negativa, las cuales se relacionan también con las variables desarrolladas. Tal como la sintomatología depresiva la cual es una variante que ha sido desarrollada por ciertos autores, debido a su relación con la inteligencia emocional. Se ha encontrado que los componentes de la IE se relacionan de manera negativa significativa con los niveles de depresión, pues cuanto mayor reparación y claridad emocional posea el individuo, menor serán los síntomas depresivos en este (Sánchez-Pujalte et al., 2023). Asimismo, la ansiedad rasgo, la cual es una condición psicológica y fisiológica representada por la propensión de un individuo a la ansiedad como característica estable de su personalidad, es un constructo que presenta relación con el agotamiento laboral, puesto que aquellos individuos que tienden a sobrepensar en mayor medida las situaciones, tienen mayor probabilidad de presentar frustración y agotamiento en el ámbito laboral (Mancini et al., 2022). De igual manera, Wang et al. (2022), nos indica que la manera en la que cada individuo gestiona y afronta las demandas externas e internas de diversas situaciones, influye en el nivel de estrés que experimente debido a estas, siendo así, aquellos que empleen estilos de afrontamiento negativo, tales como: enfoques evitativos y escapes de problemas, presentarán un grado de agotamiento emocional mayor que aquellos que presenten una resolución activa de los problemas (Wang et al., 2022).

Los resultados de la presente revisión permiten plantear ciertas recomendaciones con el objetivo de prevenir el burnout en docentes, tomando en cuenta que la inteligencia emocional es un factor protector que podría prevenir el desarrollo

del agotamiento emocional en educadores. En primera instancia, en base a lo hallado en los artículos revisados se sugiere la elaboración y ejecución de programas y/o talleres dirigidos al desarrollo de la inteligencia emocional en docentes tanto a nivel inicial, primaria y secundaria, por parte del departamento de psicología de las instituciones educativas, en donde se brinde herramientas de gestión emocional. Para ello, se recomienda el desarrollo de la variable IE mediante 4 módulos, basándose en el modelo de inteligencia emocional de Mayer y Salovey, el primer módulo enfocándose en la percepción emocional, implicaría actividades orientadas a reconocer sus sentimientos y los que los rodean; el segundo módulo sería la facilitación emocional, la cual enfocaría actividades tanto personales como grupales diseñadas para fomentar la expresión y la comunicación de emociones; el tercer módulo sobre la comprensión emocional, la cual involucraría actividades que respondan al entendimiento del significado de las emociones complejas y transitorias. Por último, el cuarto módulo sería en el manejo emocional, el cual contendría actividades que promuevan el manejo de las propias emociones y ajenas.

De igual manera, se propone realizar evaluaciones periódicas semestrales al profesorado, en donde se evalúe su nivel de agotamiento emocional y/o estrés, haciendo uso de una prueba estandarizada para obtener datos sobre la prevalencia actualizada sobre el burnout y posibles factores asociados.

Al observar que existen otras variables que funcionan como mediadores en la relación de IE y burnout, es preciso recomendar la realización de programas de intervención para el desarrollo, no solo de la IE, sino de diversas competencias socioemocionales que puedan contribuir al beneficio de la salud mental y bienestar en los profesores, tal

como se ha demostrado en la literatura (Montero-Chicoma & Florentino-Santisteban, 2022). Es así que resulta pertinente el abordaje del liderazgo espiritual, para ello se recomienda que el departamento de psicología de las instituciones educativas capaciten a los directivos sobre liderazgo espiritual mediante talleres de formato psicoeducativo, ya que esto permitirá que los docentes sientan un ambiente en donde se les brinda apoyo y confianza, lo cual conducirá a experiencias emocionales positivas.

Asimismo, el análisis de las investigaciones también encontró que los estilos de afrontamiento (Wang et al., 2022) y la afectividad (Schoeps et al., 2021) tuvieron un rol importante para la reducción del burnout en su relación con la IE. Por un lado, se demostró que algunos estilos de afrontamiento predicen una menor inteligencia emocional y promueven un mayor agotamiento en profesores como son el uso disfuncional de la evitación y escape del problema. En esta línea, sería importante promover mediante la psicoeducación a nivel institucional estrategias de afrontamiento funcionales como la búsqueda de apoyo y resolución activa del problema. Por otro lado, el afecto positivo ha demostrado ser un factor protector en contra del burnout a su vez que predice de forma positiva mayores niveles de inteligencia emocional. Por ello, sería importante implementar programas que desarrollen competencias basadas en el enfoque cognitivo conductual para el control de los afectos y cogniciones (Lozano-Peña et al., 2021).

Además, se sugiere la elaboración de políticas públicas con estrategias realistas dirigidas a los distintos tipos de poblaciones sociodemográficas como en un contexto rural y urbano, puesto que ambos poseen una realidad y contexto diferente, por ende, el plan a seguir debe estar alineado con la población.

Dentro de las limitaciones encontradas, se concluye que no se realizó un control para el riesgo de sesgo de los estudios individuales, debido a que los artículos no fueron revisados y analizados de manera independiente por cada autor de la revisión, por ende no se realizó una síntesis de cada artículo y posteriormente una comparación de estos. Asimismo, tampoco se especificaron las medidas del efecto utilizadas en la síntesis o presentación de los resultados para cada investigación. Por otro lado, existe una limitada literatura en donde se desarrolle la relación entre las variables abordadas en el presente estudio. También es cierto que se encontraron muy pocos estudios sobre el tema en nuestra región, sobre todo en la población de docentes.

Por último en cuanto a la operacionalización de las variables e instrumentos utilizados se evidencia la predominancia del Modelo teórico de Maslach y su instrumento de Maslach inventory. Sucede de forma distinta para el caso de la inteligencia emocional donde se apreció una mayor diversidad en cuanto a los instrumentos empleados. Esta diversidad en la medición podría afectar las conclusiones en cuanto a la medición del constructo como variable latente, por ello es recomendable que futuras investigaciones pueden uniformizar los instrumentos empleados.

Conclusiones

- Como resultado principal encontramos que existe una relación negativa y significativa entre las variables IE y burnout. Desarrollado en el contexto de docentes durante la pandemia que trajo consigo cambios importantes y mayor carga laboral. Asimismo, existe escasa evidencia científica en donde se relacionan ambos conceptos de estudio en el ámbito

educativo, por lo cual resulta complicado obtener conclusiones sólidas sobre los resultados obtenidos.

- Variabilidad en los estudios en cuanto a los niveles de burnout encontrados en la muestra. Precisamente en los estudios donde se encontró menores niveles de burnout también tuvieron alta prevalencia en la inteligencia emocional lo cual explicaría esta tendencia a la baja del agotamiento en los docentes.
- Los estudios no indicaron diferencias estadísticamente significativas según género a pesar de lo previamente establecido en la literatura. probablemente porque el covid tuvo impacto negativo tanto en hombres como mujeres.
- El análisis reportó otras variables psicológicas que pueden contribuir a una mejora de la inteligencia y a la reducción del burnout tales como liderazgo espiritual y la afectividad.

Referencias

- Begum, F., Hazra, J., & Sultana, M. (2024). Are emotional intelligence and resilience predicting burnout among school teachers? (2024). *Canadian Journal of Educational and Social Studies*, 4(1). <https://doi.org/10.53103/cjess.v4i1.212>
- Capone, V., & Petrillo, G. (2020). Mental health in teachers: Relationships with job satisfaction, efficacy beliefs, burnout and depression. *Current Psychology*, 39, 1757-1766. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-9878-7>
- D'Amico, A., Geraci, A., & Tarantino, C. (2020). The Relationship between Perceived Emotional Intelligence, Work Engagement, Job Satisfaction, and Burnout in Italian School Teachers. *Psychological Topics*, 29(1), 63-84. <https://doi.org/10.31820/pt.29.1.4>
- Doğru, Ç. (2022). A Meta-Analysis of the Relationships Between Emotional Intelligence and Employee Outcomes. *Frontiers In Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.611348>
- Fathi, J., Greenier, V., & Derakhshan, A. (2021). Self-efficacy, Reflection, and Burnout among Iranian EFL Teachers: The Mediating Role of Emotion Regulation. *Iranian Journal Of Language Teaching Research*, 9(2), 13-37. <https://doi.org/10.30466/ijltr.2021.121043>
- Geraci, A., Di Domenico, L., Inguglia, C., & D'Amico, A. (2023). Teachers' emotional intelligence, burnout, work engagement, and self-efficacy during COVID-19 lockdown. *Behavioral Sciences*, 13(4), 296. <https://doi.org/10.3390/bs13040296>
- Iacolino, C., Cervellione, B., Isgrò, R., Lombardo, E. M. C., Ferracane, G., Barattucci, M., & Ramaci, T. (2023). The role of emotional intelligence and metacognition in teachers' stress during pandemic remote working: A moderated mediation model. *European Journal of Investigation in Health Psychology and Education*, 13(1), 81-95. <https://doi.org/10.3390/ejihpe13010006>
- Jones, S. M., McGarrah, M. W., & Kahn, J. (2019). Social and emotional learning: a principled science of human development in context. *Educational Psychologist*, 54(3), 129-143. <https://doi.org/10.1080/00461520.2019.1625776>
- Li, J., Ju, S.-Y., Kong, L.-K., & Jiang, N. (2023). A study on the mechanism of spiritual leadership on burnout of elementary and secondary school teachers: The mediating role of career calling and emotional intelligence. *Sustainability*, 15(12), 9343. <https://doi.org/10.3390/su15129343>
- Lozano-Peña, G., Sáez-Delgado, F., López-Angulo, Y., & Mella-Norambuena, J. (2021). Teachers' Social- Emotional competence: History, concept, models, instruments, and recommendations for educational quality. *Sustainability*, 13(21), 12142. <https://doi.org/10.3390/su132112142>
- Malureanu, A., Pânișoară, G., & Lazar, I. (2021). The Relationship between Self-Confidence, Self-Efficacy, Grit, Usefulness, and Ease of Use of eLearning Platforms in Corporate Training during the COVID-19 Pandemic. *Sustainability*, 13(12), 6633. <https://doi.org/10.3390/su13126633>
- Mancini, G., Marni, C., & Biolcati, R. (2022). Burnout in Italian primary teachers: The predictive effects of trait emotional intelligence, trait anxiety, and job instability. *Europe's journal of psychology*, 18(2), 168-180. <https://doi.org/10.5964/ejop.2685>
- Maslach, C., & Leiter, M. (2016). Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15(2), 103-111. <https://doi.org/10.1002/wps.20311>
- Mayer, J. D., Salovey, P., Caruso, D. R., & Sitarenios, G. (2003). Measuring emotional intelligence with the MSCEIT V2.0. *Emotion*, 3 (1), 97-105. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.3.1.97>
- Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (2016). The ability model of emotional intelligence: Principles and updates. *Emotion Review*, 8, 290-300. <http://dx.doi.org/10.1177/1754073916639667>

- Mayer, J., & Salovey, P. (1997). What is Emotional Intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter, *Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators*, 3-31. <https://www.oecd.org/education/2030-project/>
- Mérida-López, S., & Extremera, N. (2017). Emotional intelligence and teacher burnout: A systematic review. *International Journal of Educational Research*, 85, 121-130. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2017.07.006>
- Ministerio de Educación del Perú. (2022). *Encuesta Nacional a Docentes de Instituciones Educativas Públicas de Educación Básica Regular (ENDO Remota 2021)*. <http://www.minedu.gob.pe/politicas/docencia/pdf/endo/2021/endo2021-0-nacional.pdf>
- Montero Chicoma, M. del P., & Florentino Santisteban, B. (2023). Programas de intervención para el desarrollo de competencias socioemocionales en docentes de educación escolar: Una revisión narrativa. *Revista Psicológica Herediana*, 15(2), 61-76. <https://doi.org/10.20453/rph.v15i2.4413>
- Oliveira, S., Roberto, M. S., Veiga-Simão, A. M., & Marques-Pinto, A. (2021). A Meta-analysis of the Impact of Social and Emotional Learning Interventions on Teachers' Burnout Symptoms. *Educational Psychology Review*. doi:10.1007/s10648-021-09612-x
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura & Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2020). *La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19*. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000374075?posInSet=1&queryId=6606d041-e555-4f06-b4c4-42ea1b4153e9>
- Organización Mundial de la Salud. (2022). *Informe mundial sobre salud mental: Transformar la salud mental para todos*. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/356118/9789240051966-356118-9789240051966-spa.pdf?sequence=1>
- Organization for Economic Cooperation and Development. (2018). *The future of education and skills: Education 2030*. <https://www.oecd.org/education/2030-project/>
- Ozamiz-Etxebarria, N., Legorburu Fernández, I., Lipnicki, D. M., Idoiaga Mondragon, N., & Santabárbara, J. (2023). Prevalence of Burnout among Teachers during the COVID-19 Pandemic: A Meta-Analysis. *International journal of environmental research and public health*, 20(6), 4866. <https://doi.org/10.3390/ijerph20064866>
- Poulou, M. S. (2017). Students' emotional and behavioral difficulties: The role of teachers' social and emotional learning and teacher-student relationships. *The International Journal of Emotional Education*, 9(2), 72-89. <https://www.um.edu.mt/library/oar/handle/123456789/24344>
- Puertas Molero, P., Zurita Ortega, F., Ubago Jiménez, J. L., & González Valero, G. (2019). Influence of emotional intelligence and burnout syndrome on teachers well-being: A systematic review. *Social Sciences*, 8(6), 185. <https://doi.org/10.3390/socsci8060185>
- Rogowska, A. M., & Meres, H. (2022). The Mediating Role of Job Satisfaction in the Relationship between Emotional Intelligence and Life Satisfaction among Teachers during the COVID-19 Pandemic. *European journal of investigation in health, psychology and education*, 12(7), 666-676. <https://doi.org/10.3390/ejihpe12070050>
- Ruiz-Calzado, I., & Llorent, V. J. (2018). El burnout en los profesionales de la educación que trabajan con personas con discapacidad en Córdoba (España). Influencia de las variables laborales. *Educación XXI*, 21(2). doi:10.5944/educxx1.15459
- Salinas-Falquez, S., Roman-Lorente, C., Buzica, M., Álvarez, J. F., Ángel, N. G., & Trigueros, R. (2022). Teachers' Mental Health and Their Involvement in Educational Inclusion. *Behavioral Sciences*, 12(8), 261. <https://doi.org/10.3390/bs12080261>
- Sánchez-Pujalte, L., Gómez Yepes, T., Etchezahar, E., & Navarro Mateu, D. (2023). Teachers at risk: Depressive symptoms, emotional intelligence, and burnout during COVID-19. *Frontiers in public health*, 11.

<https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1092839>

- Sánchez-Pujalte, L., Mateu, D. N., Etchezahar, E., & Gómez Yepes, T. (2021). Teachers' burnout during COVID-19 pandemic in Spain: Trait emotional intelligence and socioemotional competencies. *Sustainability*, 13(13), 7259. <https://doi.org/10.3390/su13137259>
- Schoeps, K., Tamarit, A., Peris-Hernández, M., & Montoya-Castilla, I. (2021). Impact of emotional intelligence on burnout among Spanish teachers: A mediation study. *Psicología Educativa*, 27(2), 135–143. <https://doi.org/10.5093/psed2021a10>
- Schonert-Reichl, K. A. (2017). Social and emotional learning and teachers. *The Future of Children*, 27(1), 137-155. <https://doi.org/10.1353/foc.2017.0007>
- Sokal, L., Trudel, L. E., & Babb, J. (2020). Canadian teachers' attitudes toward change, efficacy, and burnout during the COVID-19 pandemic. *International Journal Of Educational Research Open*, 1, 100016. <https://doi.org/10.1016/j.ijedro.2020.100016>
- Soriano, J., & Jimenez, D. (2023). La influencia de la inteligencia emocional sobre el síndrome burnout: una revisión sistemática. *Revista Estudios Psicológicos*, 3(2), 19-34. <https://doi.org/10.35622/j.rep.2023.02.002>
- Taneja, N., Gupta, S., Chellaiyan, V. G., Awasthi, A. A., & Sachdeva, S. (2020). Personality traits as a predictor of emotional intelligence among medical students. *Journal of education and health promotion*, 9, 354. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_678_19
- Wang, Y., Xiao, B., Tao, Y., & Li, Y. (2022). The relationship between mindfulness and job burnout of Chinese preschool teachers: The mediating effects of emotional intelligence and coping style. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(12), 7129. <https://doi.org/10.3390/ijerph19127129>
- Washburn, N. S., Simonton, K. L., Richards, K. A. R., & Lee, Y. H. (2021). Examining role stress, emotional intelligence, emotional exhaustion, and affective commitment among secondary physical educators. *Journal of teaching in physical education: JTPE*, 1–11. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2021-0102>
- Weißenfels, M., Klopp, E., & Perels, F. (2022). Changes in Teacher Burnout and Self-Efficacy During the COVID-19 Pandemic: Interrelations and e-Learning Variables Related to Change. *Frontiers In Education*, 6. <https://doi.org/10.3389/feduc.2021.736992>
- World Health Organization. (2020) *Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19*. <https://www.who.int/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>
- World Health Organization. (2022). *Health promoting schools: An effective approach to early action on noncommunicable disease risk factors*. <http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/>
- Zaretsky, R., & Katz, Y. J. (2019). The Relationship between Teachers' Perceptions of Emotional Labor and Teacher Burnout and Teachers' Educational Level. *Athens Journal Of Education*, 6(2), 127-144. <https://doi.org/10.30958/aje.6-2-3>

Inteligencia emocional y burnout

INFORME DE ORIGINALIDAD

11%

INDICE DE SIMILITUD

9%

FUENTES DE INTERNET

1%

PUBLICACIONES

5%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad de Lima Trabajo del estudiante	3%
2	repositorio.ulima.edu.pe Fuente de Internet	1%
3	repositorio.ucsm.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	roderic.uv.es Fuente de Internet	1%
6	revistas.urp.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	de.slideshare.net Fuente de Internet	<1%
8	archive.org Fuente de Internet	<1%
9	worldwidescience.org Fuente de Internet	<1%

10	revistas.ucv.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
11	gredos.usal.es Fuente de Internet	<1 %
12	Submitted to Universidad de Almeria Trabajo del estudiante	<1 %
13	www.mipsicologadesdecasa.com Fuente de Internet	<1 %
14	www.pinterest.es Fuente de Internet	<1 %
15	www.researchgate.net Fuente de Internet	<1 %
16	www.aitanacongress.com Fuente de Internet	<1 %

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 20 words

Excluir bibliografía

Activo