

# Bienestar y Entorno Académico

Equipo de investigación

Dra. Ángeles Domínguez  
MEE Jesús Beltrán  
Dra. Esmeralda Campos  
Dr. Pablo Barniol  
Dr. Genaro Zavala

# CONTENIDO

• Medición de Impacto	
• Objetivo	3
• Antecedentes	3
• Definiciones	4
• Enfoque	5
• Instrumentos	5
• Participantes	6
• Resultados	7
• Conclusiones	13
• Recomendaciones	13



# Medición de Impacto



## OBJETIVO

Diseñar e implementar la estrategia de investigación y medición de impacto de las iniciativas institucionales, asegurando aprendizajes y mejora continua.



Proporcionando una perspectiva externa a la unidad que opera la iniciativa institucional.



Proporcionando estudios científicos del impacto de las iniciativas a través de enfoques metodológicos cuantitativos y cualitativos.



Proporcionando talento y recursos dedicados a la investigación que aporte información a los equipos funcionales en el menor tiempo posible.

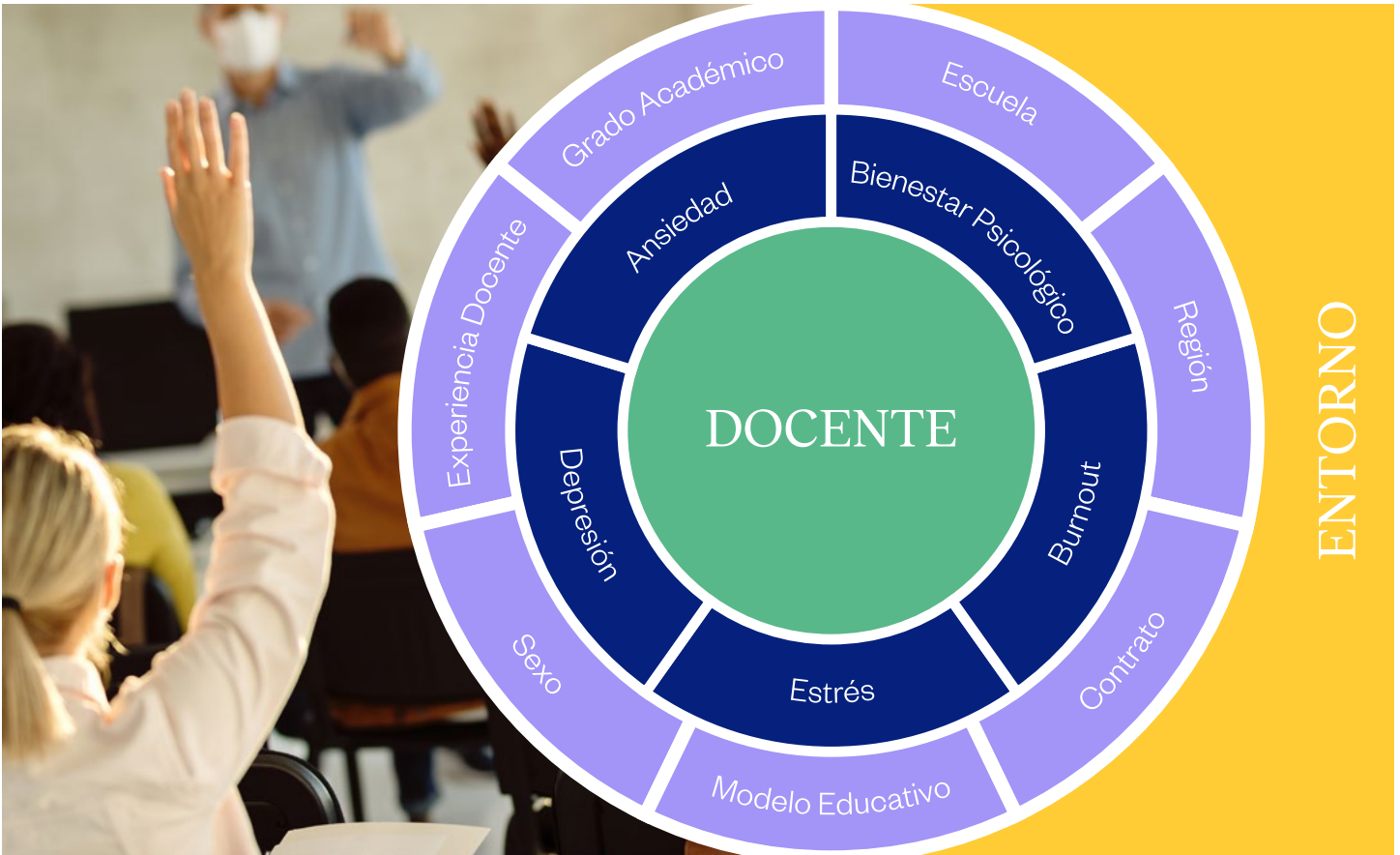
## ANTECEDENTES

**La investigación Bienestar y Entorno Académico forma parte de los once estudios del portafolio de investigaciones institucionales del área de Medición de Impacto del Instituto para el Futuro de la Educación que corresponden al ciclo 2021-2022.**

El Modelo Educativo Tec21 ha demandado nuevas actividades para los profesores del Tecnológico de Monterrey. Este hecho podría estar asociado directamente con sus niveles de bienestar, de acuerdo con las características de su perfil y de su entorno. Por lo tanto, identificar cuáles son los niveles de bienestar de los profesores, y la intensidad horaria de las actividades que realizan, hace posible fortalecer el acompañamiento institucional a la Facultad.

Agradecemos a los colaboradores del proyecto su apoyo en la investigación, particularmente a la Dra. Raquel Castaño y su equipo. Por supuesto, reconocemos especialmente a los integrantes de la Facultad del Tecnológico de Monterrey que nos permitieron conocer y aprender de su experiencia.

# DEFINICIONES



Bienestar Psicológico	Valoración que hacen las personas sobre cómo han vivido, abordando los retos que han enfrentado mientras intentaban funcionar de forma positiva y superando las demandas de su entorno.
Burnout	Deterioro cognitivo y emocional acompañado por actitudes y comportamientos de indiferencia, indolencia, distanciamiento y en ocasiones de maltrato.
Estrés	Reacción de un individuo ante el desequilibrio entre las exigencias y presiones a las que se enfrenta y que puede dar lugar a comportamientos disfuncionales y no habituales, además de contribuir a la mala salud física y mental.
Depresión	Afección psicosomática caracterizada por la disminución del interés, sentimiento de inutilidad o culpa, capacidad reducida para concentrarse y retraso psicomotor
Ansiedad	Manifestación de una emoción en la que el individuo se percibe nervioso, tenso, asustado o excesivamente preocupado por cuestiones específicas, o talvez indefinidas.

El presente material es de uso interno y con fines de consulta, queda prohibido copiar, reproducir, distribuir, publicar, transmitir, difundir, o explotar cualquier parte del presente material previa autorización por escrito del Tecnológico de Monterrey.

# Enfoque

**Estudio cuantitativo con un diseño transeccional. Se contó con la participación de 3,240 profesores, de los cuales 1347 (42%) son mujeres y 1983 (58%) son hombres.**

## OBJETIVOS

- Describir las variables de Bienestar, Burnout, Estrés, Depresión y Ansiedad de los profesores del Tecnológico de Monterrey.
- Determinar su relación con respecto a las variables demográficas y del entorno.
- Identificar el nivel de intensidad y las horas de dedicación a las actividades docentes reportadas por los profesores del Tecnológico de Monterrey.



## Instrumentos

Los instrumentos se administraron en el semestre FJ2021, durante las semanas 14 a 17.

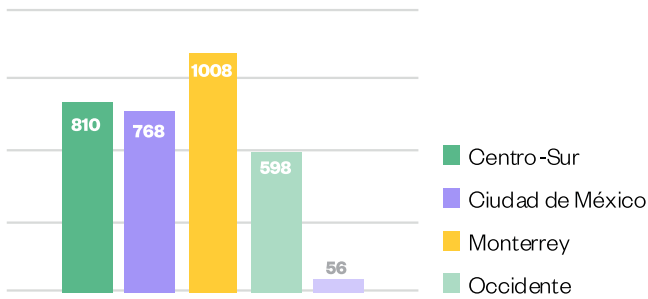
Bienestar	Burnout*	Estrés*	Ansiedad*	Depresión*
Instrumento validado por Díaz et al (2006) en población española. Toma como base el modelo de Ryff de bienestar psicológico.	Propuesto por Gil-Monte, Unda y Sandoval (2009)	“Escala de Estrés Percibido” (PSS, por sus siglas en inglés) propuesta en 1983 por Cohen	Escala para medir el Trastorno de Ansiedad Generalizado (GAD-7) propuesto por Spitzer et al. (2006) y adaptada al español por García-Campayo et al. (2010)	Fue empleada la versión abreviada de la escala de Zung, la cual es propuesta por Diaz et al. (2005)

\*Cuenta con evidencias de validez y confiabilidad en población del Tecnológico de Monterrey

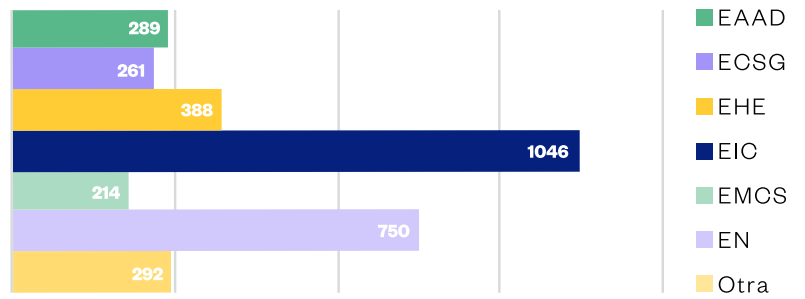
# Participantes



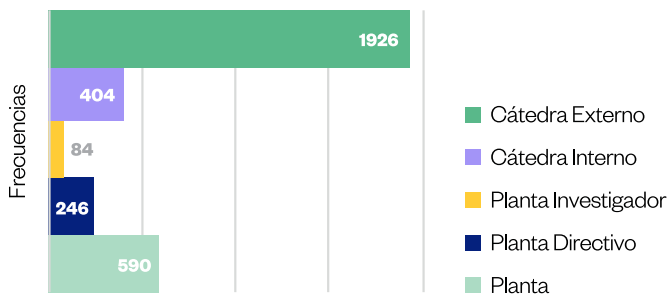
## REGIONES



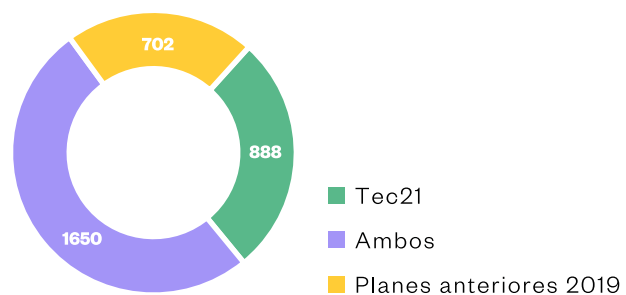
## ESCUELAS NACIONALES



## CONTRATO



## MODELOS EDUCATIVOS

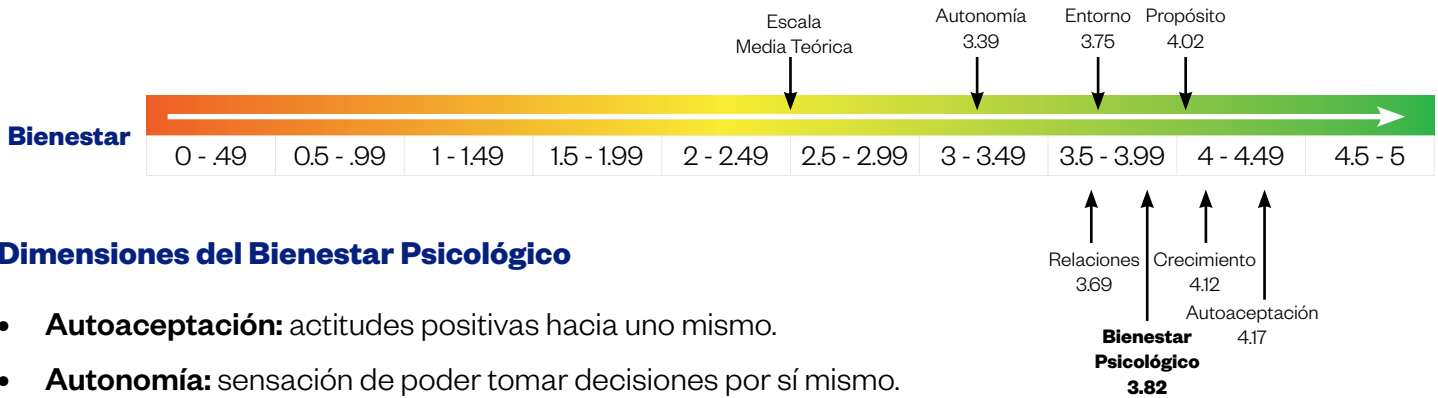


El presente material es de uso interno y con fines de consulta, queda prohibido copiar, reproducir, distribuir, publicar, transmitir, difundir, o explotar cualquier parte del presente material previa autorización por escrito del Tecnológico de Monterrey.

# Resultados

## Bienestar Psicológico

Los profesores reportan niveles altos de bienestar psicológico con un valor promedio de 3.82 (DE=.64). El 96.3% reportó puntajes por arriba de la media teórica (2.5).

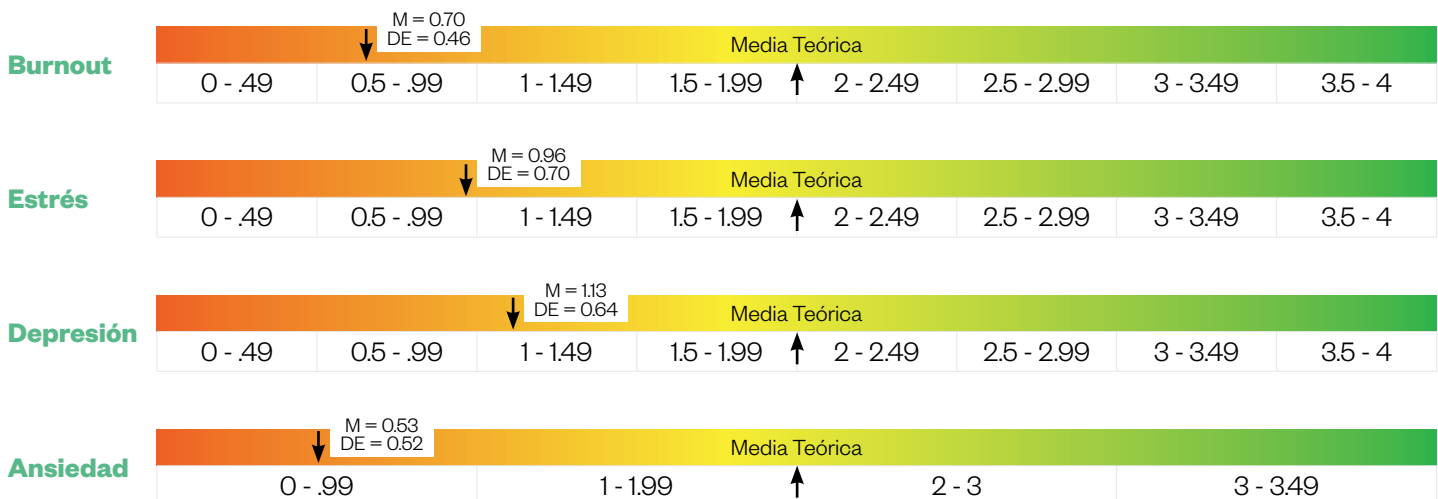


### Dimensiones del Bienestar Psicológico

- **Autoaceptación:** actitudes positivas hacia uno mismo.
- **Autonomía:** sensación de poder tomar decisiones por sí mismo.
- **Crecimiento:** crecimiento continuo y enfrentamiento de nuevos desafíos o tareas.
- **Dominio del entorno:** elegir o crear entornos adecuados a sus condiciones psíquicas.
- **Propósito:** identificación de un sentido de dirección e intencionalidad en la vida.
- **Relaciones:** amor, amistad profunda e identificación con los demás.

## Otras variables

Los profesores reportan niveles bajos de Burnout, Estrés, Depresión y Ansiedad con valores promedio por debajo de la media teórica correspondiente.

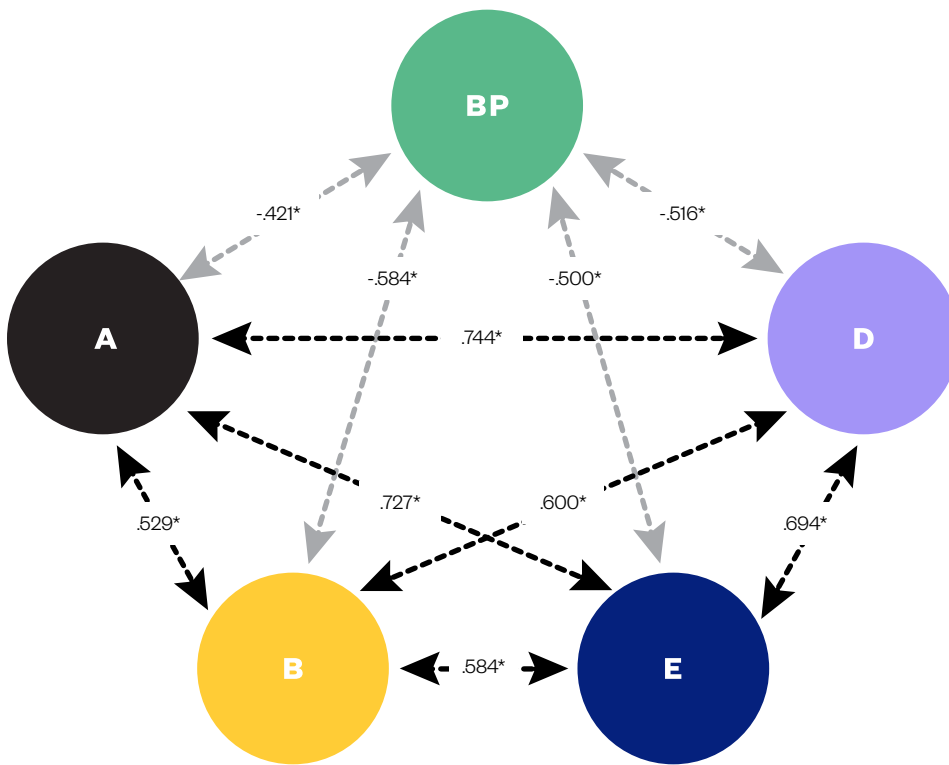


Porcentaje de profesores que reporta puntajes por debajo de la media teórica para cada variable:



## Correlación de variables

Ansiedad (A), Burnout (B), Estrés (E), y Depresión (D) se encuentran asociadas de manera negativa con el Bienestar Psicológico (BP).



Mayor BP, menor A, B, E y D

Nota: en la figura se ilustra el coeficiente de correlación bidireccional.

Las flechas **negras** indican relación positiva y las de color **gris** negativas. \* $p < .001$

**En lo general, el entorno del profesor es sano y positivo para el desarrollo de su práctica docente.**



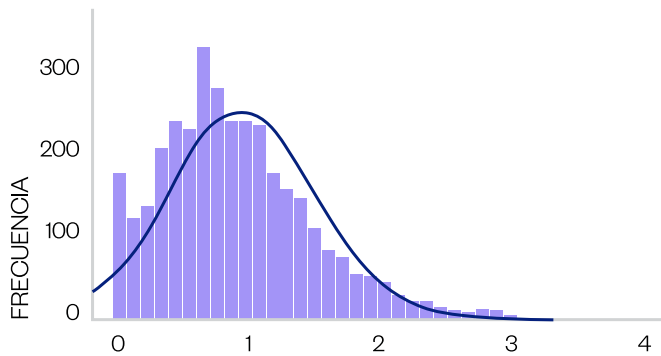


# Burnout

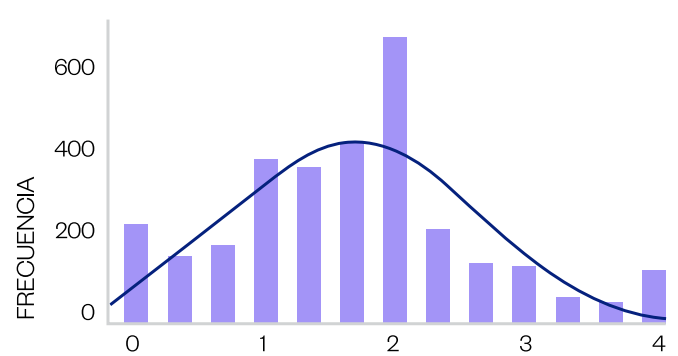
Se han encontrado niveles de **burnout** que tienden a ser bajos ( $M = .70$ ,  $DE = .46$ ). Resaltan los puntajes obtenidos en la dimensión de **ilusión** ( $M = 3.63$ ,  $DE = .52$ ) y el **desgaste generado** ( $M = 1.67$ ,  $DE = .64$ ) por trabajar en el **Tecnológico de Monterrey**.



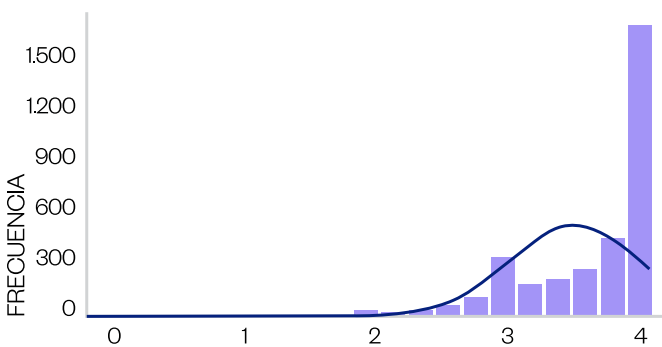
BURNOUT



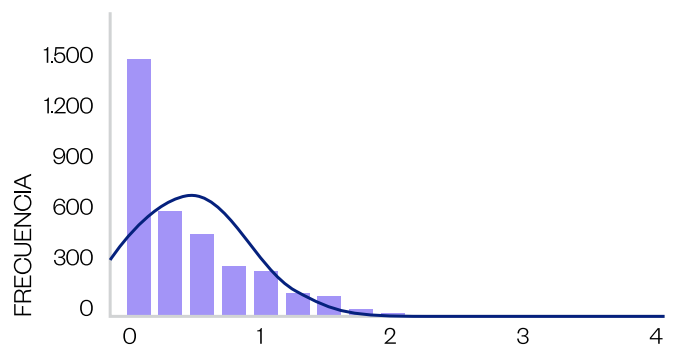
DESGASTE



ILUSIÓN



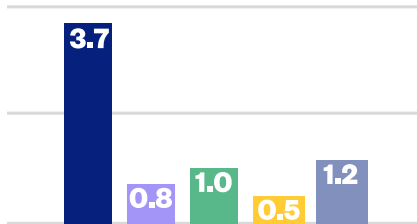
DESPERSONALIZACIÓN



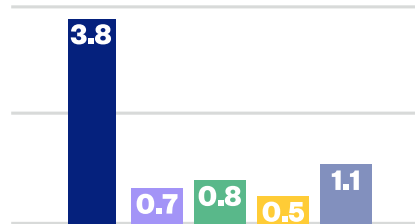
# Escuelas

En general, cada una de las escuelas obtiene puntajes positivos en las variables medidas. Se observa un patrón de comportamiento similar de las variables en todas las escuelas y consistente con el comportamiento general.

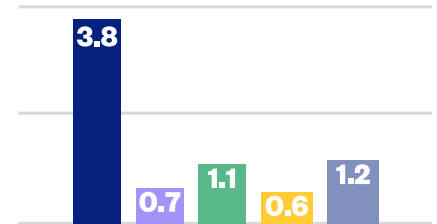
EAAD



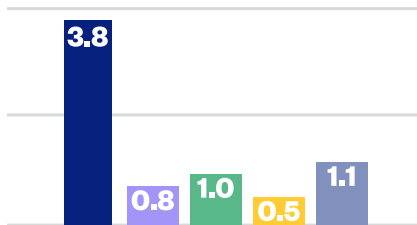
ECSG



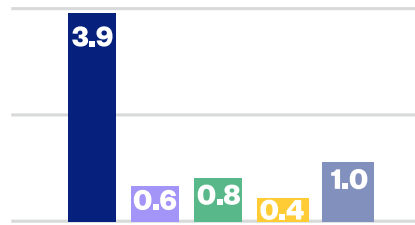
EHE



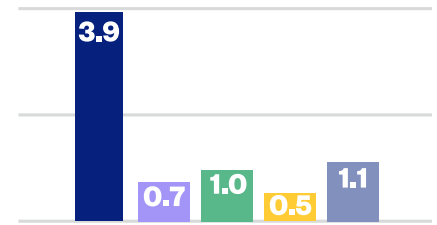
EIC



EMCS



EN



■ Bienestar   
 ■ Burnout   
 ■ Estrés   
 ■ Ansiedad   
 ■ Depresión

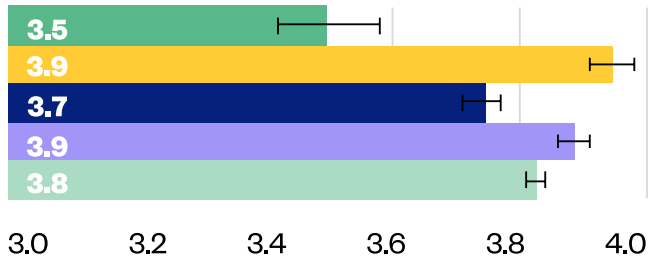


## Tipos de contrato

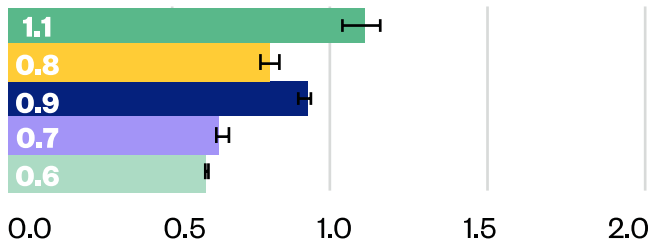
Los **profesores investigadores** reportan el nivel más bajo en bienestar y más alto en burnout, estrés y depresión.

Los profesores **cátedra externos** reportan los niveles más bajos en burnout, estrés, ansiedad y depresión.

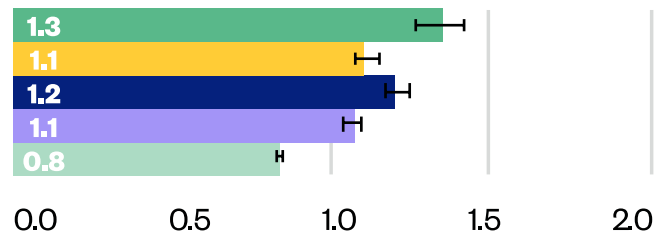
### BIENESTAR\* (0 - 5)



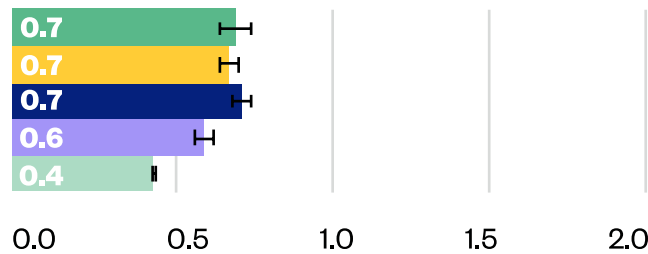
### BURNOUT\* (0 - 4)



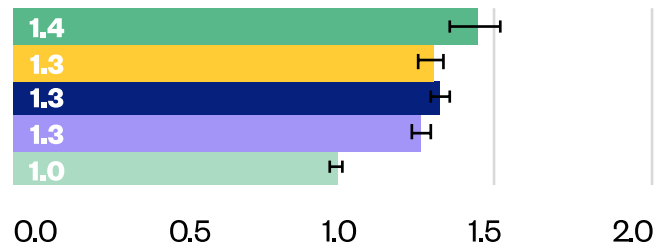
### ESTRÉS\* (0 - 4)



### ANSIEDAD\* (0 - 3)



### DEPRESIÓN\* (0 - 4)



NOTA: Se aplicó la prueba ANOVA \* $p < .001$



## Variables sociodemográficas y de entorno

### Sexo

No hay diferencias estadísticamente significativas en bienestar entre hombres y mujeres. Sin embargo, las mujeres reportan un nivel más alto en burnout.

### Regiones

No hay diferencias estadísticamente significativas.

### Modelo educativo

Los profesores que imparten en ambos modelos reportan los niveles más bajos en bienestar y más altos en burnout.

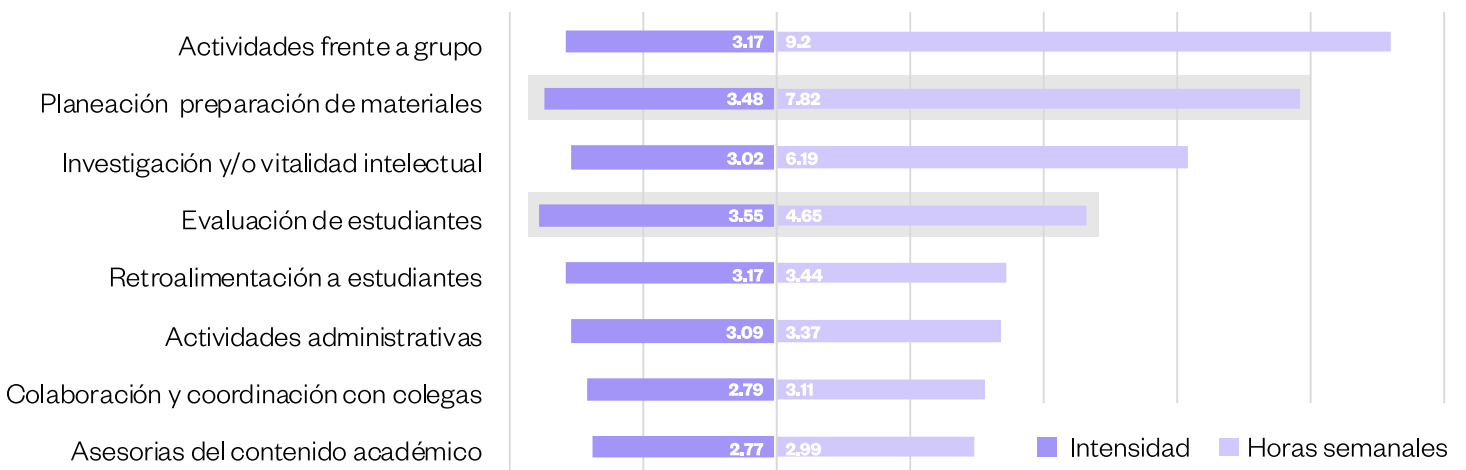
### Grado académico

Profesores con doctorado reportan niveles más bajos de bienestar y más altos en burnout.



## Horas e intensidad

Las actividades docentes requieren un nivel de intensidad medio.



- **Las actividades más intensas son:** evaluación de estudiantes y planeación.
- Es interesante la dedicación a la vitalidad intelectual.
- Un alto número de horas no significa que la actividad sea muy intensa.

# Conclusiones

1. Se obtienen **resultados positivos** para la institución.
2. **No hay diferencias entre regiones**, esto puede reflejar el compromiso institucional de “Un solo Tec”.
3. Las **mujeres** reportan un bienestar psicológico equivalente al de los hombres, pero niveles más altos en burnout; esto puede ser reflejo sociocultural de los roles.
4. Resaltan las **diferencias por tipo de contrato**, cátedra interno (alto bienestar, bajo burnout) en contraste con profesor investigador.
5. Se reporta que la **evaluación de aprendizaje** es una actividad desgastante (intensa).
6. Se resaltan las horas de **dedicación a la vitalidad intelectual** como un posible resultado de la estrategia institucional.



## RECOMENDACIONES

- Generar un sistema de **identificación y seguimiento** a profesores con niveles elevados de burnout, ansiedad, depresión y estrés.
- Continuar con el **monitoreo de bienestar y burnout** de la facultad.
- Fomentar la **corresponsabilidad entre parejas** dentro y fuera del ambiente laboral.
- Continuar con la mejora del **modelo de evaluación**.
- Fortalecer las **estrategias institucionales** para fomentar el bienestar y prevenir el burnout, estrés, ansiedad y depresión.