

27

RELACIÓN

**ENTRE SÍNDROME DE BURNOUT Y HABILIDADES
SOCIOEMOCIONALES EN UN COLEGIO PARTICULAR DE
QUITO**



© 2025; Los autores. Este es un artículo en acceso abierto, distribuido bajo los términos de una licencia Creative Commons que permite el uso, distribución y reproducción en cualquier medio siempre que la obra original sea correctamente citada.

RELACIÓN

ENTRE SÍNDROME DE BURNOUT Y HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES EN UN COLEGIO PARTICULAR DE QUITO

RELATIONSHIP BETWEEN BURNOUT SYNDROME AND SOCIO-EMOTIONAL SKILLS IN A PRIVATE SCHOOL IN QUITO

Xavier Solano-Jaramillo¹

E-mail: xsolano@est.unibe.edu.ec

ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-0918-3408>

Miriam Iglesias-León¹

E-mail: miriam.iglesias.leon@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1335-0344>

¹ Universidad Iberoamericana del Ecuador. Ecuador.

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Solano-Jaramillo, X., & Iglesias-León, M. (2025). Relación entre Síndrome de Burnout y Habilidades Socioemocionales en un colegio particular de Quito. *Revista Mexicana de Investigación e Intervención Educativa*, 4(3), 263-274.

Fecha de presentación: 13/05/2025

Fecha de aceptación: 04/08/2025

Fecha de publicación: 01/09/2025

RESUMEN

Actualmente la profesión docente demanda una alta exigencia emocional, y el Síndrome de Burnout, entendido como un estado de agotamiento derivado del estrés laboral crónico, representa una preocupación creciente. Por otro lado, las Habilidades Socioemocionales se cultivan en múltiples entornos como el laboral y escolar, permiten que las personas establezcan interacciones efectivas, cordiales y colaborativas. Esta investigación tuvo como objetivo principal analizar la relación entre el Síndrome de Burnout y las Habilidades Socioemocionales en docentes de un colegio particular de Quito. Se empleó un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental y correlacional, en una muestra de 31 docentes con más de cinco años de experiencia en sus labores. Se aplicaron los cuestionarios Maslach Burnout Inventory (MBI) y la Escala de Competencia Autopercebida Docente (ECAD-EP). Los resultados revelaron un nivel de Síndrome de Burnout bajo y medio, aunque con un considerable Agotamiento emocional en casi la mitad de la muestra. La autopercepción de las Habilidades Socioemocionales fue alta en todas sus dimensiones. El análisis correlacional confirmó la hipótesis alterna, ya que se evidenció una relación inversa y moderada entre el Síndrome de Burnout y las Habilidades Socioemocionales de los profesores ($r = -0.416$). Se concluyó que el desgaste profesional, y en particular el agotamiento, se relaciona directamente con una disminución de las Habilidades Socioemocionales de los educadores, especialmente de su autoeficacia.

Palabras clave:

Síndrome de Burnout, habilidades socioemocionales, docentes, agotamiento emocional, autoeficacia.

ABSTRACT

Currently, the teaching profession demands a high level of emotional exertion, and Burnout Syndrome—understood as a state of exhaustion derived from chronic work-related stress—represents a growing concern. On the other hand, Socio-emotional Skills are cultivated in multiple environments such as the workplace and school, allowing people to establish effective, cordial, and collaborative interactions. The main objective of this research was to analyze the relationship between Burnout Syndrome and Socio-emotional Skills in teachers from a private school in Quito. A quantitative approach with a non-experimental, correlational design was employed on a sample of 31 teachers with more than five years of work experience. The Maslach Burnout Inventory (MBI) and the Self-perceived Teacher Competence Scale (ECAD-EP) questionnaires were administered. The results revealed a low to medium level of Burnout Syndrome, although with considerable Emotional Exhaustion in almost half of the sample. The self-perception of Socio-emotional Skills was high across all dimensions. The correlational analysis confirmed the alternative hypothesis, as an inverse and moderate relationship between Burnout Syndrome and the teachers' Socio-emotional Skills was evidenced ($r = -0.416$). It was concluded that professional burnout, and particularly exhaustion, is directly related to a decrease in the educators' Socio-emotional Skills, especially their self-efficacy.

Keywords:

Burnout syndrome, socio-emotional skills, teachers, emotional exhaustion, self-efficacy.

INTRODUCCIÓN

El Síndrome de Burnout (SB), entendido como una respuesta al estrés laboral crónico, caracterizada por una sensación de fracaso y agotamiento de los recursos personales (Freudenberger, 1974; Maslach & Jackson, 1981), representa una preocupación significativa y creciente en el ámbito educativo global y ecuatoriano. Su presencia en el sistema educativo se ha reportado consistentemente, manifestándose a través de síntomas como el agotamiento emocional, la despersonalización o cinismo hacia la labor, y una disminución de la efectividad o realización personal del docente (Cayambe Guzmán et al., 2024) using the Maslach Burnout Inventory-Student Scale (MBI-SS).

A pesar de ser objeto de estudio durante más de cinco décadas y reconocido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como un fenómeno ocupacional derivado del estrés crónico en el trabajo, la limitada aceptación oficial del Síndrome de Burnout como enfermedad profesional a menudo dificulta el tratamiento y apoyo adecuado a los trabajadores afectados, incluidos los docentes (Demerouti, 2024). Este síndrome se caracteriza y evalúa comúnmente a través de tres dimensiones clave propuestas por Maslach & Jackson (1981): agotamiento emocional, despersonalización (distanciamiento cínico de la labor o de los estudiantes) y una reducida realización personal en el trabajo.

Demerouti (2024), subraya la necesidad de reconocerlo formalmente como enfermedad profesional. Esto mejoraría su diagnóstico mediante enfoques combinados y permitiría aplicar intervenciones a nivel organizacional e individual. Lo que a su vez ayudaría a atacar las causas que lo generan, como las altas demandas laborales y la escasez de recursos, y que sean apoyadas por políticas específicas.

Otros estudios recientes en docentes confirman su relevancia. Herrera-Herrera et al. (2025), identificaron la sobrecarga laboral y factores socioculturales adversos como desencadenantes clave del Síndrome de Burnout en profesores de ciencias, quienes además reportaron falta de recursos didácticos, y se destacó la urgencia de estrategias preventivas centradas en la salud mental.

Para secundaria, Cari Motta (2025), en Perú encontró un 39.8% con síntomas de Síndrome de Burnout, asociados significativamente a factores personales (edad, estado civil), laborales (situación contractual, tiempo de servicio, # alumnos) y clínicos (depresión). También se analizó la revisión bibliográfica de Lulema Cahueñas (2025), sobre docentes latinoamericanos, la que ratifica la sobrecarga laboral, la falta de apoyo institucional y la precariedad contractual como causas principales del Síndrome de Burnout, que afectan su desempeño.

El estudio de Torres-Hernández (2023), con docentes mexicanos, analizó la relación entre las dimensiones de la vocación profesional y el Síndrome de Burnout, y

concluyó que el predictor más potente del agotamiento emocional, considerado el mayor del síndrome, fue un bajo nivel de autoeficacia. Asimismo, el estudio encontró hallazgos diferenciados por segmento: los docentes del ámbito privado, los solteros y los hombres mostraron una mayor exposición al desgaste, específicamente en las dimensiones de agotamiento y despersonalización. En contraste, una mayor experiencia docente se asoció con un menor agotamiento emocional, que sugiere que la práctica a lo largo de los años opera como un factor de aprendizaje y resiliencia.

Las habilidades socioemocionales son *“un conjunto de competencias que permiten a las personas gestionar de manera efectiva sus emociones, establecer relaciones saludables y tomar decisiones responsables en distintos contextos sociales y personales”*. (Montañez-Huancaya de Salinas et al., 2025, p. 17)

Estas Habilidades Socioemocionales se desarrollan en diversos entornos (social, familiar, laboral, escolar), permiten a las personas interactuar de manera cordial, colaborativa y asertiva cotidianamente (Cedeño Sandoya et al., 2022).

La entidad de control educativo ecuatoriano, considera que la política educativa actual demanda una visión integral que combine habilidades cognitivas y emocionales, y promueva relaciones respetuosas; esto implica que los educandos aprendan a gestionar sus emociones (Ecuador. Ministerio de Educación, 2021).

Entre los beneficios principales de las Habilidades Socioemocionales de los docentes en las instituciones educativas, se encuentran la mejora de la enseñanza-aprendizaje, clima, convivencia y bienestar; además el fortalecimiento de la autorregulación, autoeficacia y profesionalidad, aspectos que son claves para generar conocimiento, calidad y armonía (CabanillaTello et al., 2021).

Las Habilidades Socioemocionales pueden clasificarse en 3 dimensiones principales (Rivera Campos, 2025). Autoconciencia y autorregulación, que se refieren a la capacidad de identificar y comprender las propias emociones, pero también de gestionar las reacciones de manera constructiva. Empatía y conciencia social, que consideran la habilidad para reconocer y comprender las perspectivas y emociones de las demás personas. Como última dimensión, las Habilidades sociales, que corresponde al conjunto de destrezas que permiten establecer y mantener relaciones interpersonales efectivas, lo cual incluye la comunicación, la cooperación y la resolución de conflictos.

Jennings et al. (2017), demostraron empíricamente que las competencias internas del docente se traducen en “interacciones en el aula” medibles y que brindan un mayor “soporte emocional” hacia los estudiantes, lo que permite incluir una cuarta dimensión que se denomine

Gestión pedagógica socioemocional, la que se enfocaría específicamente a las acciones que el docente realiza para crear un clima de aula positivo.

El estudio de las Habilidades Socioemocionales cobra importancia en la actualidad. En Ecuador, Cedeño Sandoya et al. (2022), observaron que el énfasis escolar en lo cognitivo margina la enseñanza intencionada de Habilidades Socioemocionales, lo que limita el desarrollo de competencias emocionales y relacionales en los estudiantes. La necesidad de transitar hacia un modelo que integre las Habilidades Socioemocionales es confirmada por revisiones como la de Cabanilla Tello et al. (2021), que analizó estudios entre 2016-2020.

Investigaciones más recientes, como la de Torres-Hernández (2025), sobre trabajos de 2019 a 2024, concluyen que promover las Habilidades Socioemocionales e Inteligencia Emocional (IE) en docentes es esencial para crear ambientes educativos positivos y mejorar el bienestar general. En esta misma línea, Rivera Campos (2025), enfatiza que el desarrollo de competencias socioemocionales en docentes es crucial para su propio bienestar y para fomentar ambientes educativos que mejoren el rendimiento y bienestar estudiantil. Su estudio también advierte sobre desafíos en su implementación efectiva en Latinoamérica.

En cuanto a la relación entre las variables: Síndrome de Burnout y Habilidades Socioemocionales, algunos estudios previos ofrecen perspectivas. Torres Hernández (2018), encontró que bajas competencias socioemocionales (empatía, autonomía) y baja autoeficacia se asocian con mayor sintomatología de Síndrome de Burnout, aunque factores contextuales también influyen significativamente. Por su parte, Marrau (2004), observó niveles de Síndrome de Burnout generalmente bajos, aunque mayores en mujeres, concluyó sobre la necesidad de cambios institucionales ante las transformaciones laborales y sociales que exigen nuevas capacidades a los docentes.

Luego del análisis de estudios sobre cada variable y algunos que exploran relaciones similares, como el de Torres Hernández (2018), que sugirió una relación indirecta, se identificó una brecha en la investigación, ya que no se han encontrado publicaciones que midan de manera específica y directa la correlación entre los constructos del Síndrome de Burnout y de las Habilidades Socioemocionales en docentes en Ecuador. Este vacío justificó la necesidad de la presente investigación, que busca aportar evidencia empírica a esta relación teóricamente fundamentada.

En el contexto educativo seleccionado, no se han efectuado análisis o estudios del Síndrome de Burnout, ni de Habilidades Socioemocionales. Situación que motivó a levantar información referente a las variables, y a investigar la conexión entre el desgaste de los docentes y sus cualidades emocionales, lo que llevó al

planteamiento de la pregunta de investigación: ¿Cómo se relaciona el Síndrome de Burnout con las Habilidades Socioemocionales de los docentes de un colegio particular de Quito?

El objetivo general del estudio fue analizar la relación entre el Síndrome de Burnout y las Habilidades Socioemocionales en los docentes del colegio particular seleccionado. Y tres objetivos específicos: Primero, se procedió a describir el nivel de Síndrome de Burnout presente en la muestra. Segundo, de forma paralela, se estableció el grado de Habilidades Socioemocionales de los docentes. Tercero, se relacionaron los resultados de ambas variables para determinar la naturaleza, dirección y fuerza de su conexión.

En la literatura revisada, el Síndrome de Burnout implica un estado de agotamiento, mientras que las Habilidades Socioemocionales se presentan como un conjunto de cualidades para la gestión emocional y relacional de los docentes. Por tanto, la hipótesis de investigación alterna (H_1) afirma que: "El Síndrome de Burnout tiene una relación con las Habilidades Socioemocionales docentes de un colegio particular de Quito". Para el contraste estadístico, se someterá a prueba la hipótesis nula (H_0), la cual establece que no existe una relación entre las variables.

Finalmente, es prudente mencionar que la presente investigación se justificó teóricamente al buscar validar los modelos de Síndrome de Burnout y Habilidades Socioemocionales en un colegio particular de Quito. Metodológicamente, es pionera al relacionar estas dos variables en dicho entorno. En su relevancia práctica, sus hallazgos buscan contribuir a solucionar problemas de agotamiento y apatía en la institución estudiada, que sirve como referencia para otras investigaciones. Socialmente, el estudio contribuye a fomentar un profesorado con menor desgaste y mejores Habilidades Socioemocionales, para generar beneficios para todo el sistema educativo.

MATERIALES Y MÉTODOS

La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo de tipo básico, ya que el objetivo fue medir las variables y analizar su relación de forma numérica. El diseño seleccionado fue no experimental y transversal. El alcance del estudio fue inicialmente descriptivo, para caracterizar los niveles de Síndrome de Burnout y Habilidades Socioemocionales, y posteriormente correlacional, para analizar la relación entre ambas variables.

La investigación se llevó a cabo en una institución educativa particular de Quito, cuya identidad se mantiene confidencial por razones éticas. Al universo de 47 docentes y por condiciones de conveniencia de la investigación, tener más de cinco años de experiencia, se tomaron 34 profesores para el cálculo del muestreo probabilístico aleatorio simple. El tamaño de la muestra (n) se estableció con la fórmula de muestreo para poblaciones finitas

(F1), bajo los parámetros de nivel de confianza del 95% y margen de error del 5%, lo que determinó una muestra de 31 maestros.

$$(F1) \ n = \frac{N \cdot Z^2 \cdot p \cdot q}{e^2 \cdot (N-1) + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

Se utilizaron dos instrumentos para estudiar las variables. La variable Síndrome de Burnout se midió con el Maslach Burnout Inventory (MBI) de Maslach & Jackson (1981). Este instrumento evalúa la intensidad y frecuencia del Síndrome de Burnout a través de una escala Likert de 7 niveles en sus tres dimensiones clave: Agotamiento emocional, Despersonalización y Realización personal en el trabajo. Los autores reportan una alta fiabilidad del cuestionario por medio del Alpha de Cronbach ($\alpha=0.90$ en realización personal; $\alpha=0.76$ en agotamiento y despersonalización).

La variable Habilidades Socioemocionales se midió con el cuestionario ECAD-EP de Valdivieso Burón (2012), en su versión validada por Soria-Aldavero et al. (2023). Este instrumento evalúa el nivel de desarrollo de estas competencias mediante una escala Likert de 5 niveles. Así también, los autores citados reportaron una excelente fiabilidad a través del coeficiente Alpha de Cronbach para sus tres dimensiones: Respeto a la diversidad ($\alpha=0.821$), Autoeficacia instruccional y emocional ($\alpha=0.939$) y Dinamización del trabajo colaborativo ($\alpha=0.925$).

Prevía autorización institucional y con el consentimiento informado de los participantes, los instrumentos se aplicaron de forma digital en una sesión única, con la garantía de mantener el anonimato de los participantes. Durante todo el proceso se aseguraron principios éticos de confidencialidad, manejo adecuado de datos y participación voluntaria.

El análisis de los datos se efectuó en dos fases: primero se procesaron en Microsoft Excel para calcular los estadísticos descriptivos que permitieron caracterizar cada variable. Para este análisis, los puntajes totales de ambas variables fueron categorizados en tres niveles: bajo, medio y alto. Los rangos se calcularon con la división de la escala máxima en tres partes iguales, un procedimiento metodológico adaptado de los criterios establecidos en el manual del Maslach Burnout Inventory (Maslach & Jackson, 1981) para la interpretación de sus resultados.

La segunda fase consistió en contrastar la hipótesis, con el apoyo del software SPSS, por medio del coeficiente de correlación de Spearman, elegido de acuerdo a la escala de datos ordinal. La prueba se enfocó en evaluar la hipótesis nula (H_0), cuyo postulado afirma que no existe relación entre el Síndrome de Burnout y las Habilidades Socioemocionales, frente a la hipótesis alternativa (H_1) que sí considera la relación.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La muestra estuvo compuesta por 31 docentes, con una distribución de género equitativa (51,6% femenino y 48,4% masculino). El perfil predominante es el de un profesor maduro y con una trayectoria consolidada, ya que la mayoría se concentra en el rango de edad de 46 a 55 años (67,7%) y está casado o en unión libre (67,7%). Profesionalmente, casi la mitad posee una Licenciatura en educación (45,2%) y un tercio cuenta con una Maestría en educación (32,3%). La mayoría de los participantes (67,7%) tiene más de 10 años de experiencia docente total y una notable estabilidad en la institución (41,9% más de 10 años). Finalmente, la muestra se distribuye de manera equilibrada entre las secciones de Primaria (45,2%) y Secundaria (48,4%).

La Figura 1 presenta los rangos del Síndrome de Burnout y cada una de sus 3 dimensiones. A nivel general, la mayoría de los profesores se ubicó en un rango bajo (61,3%), y un poco más de la tercera en el rango medio (38,7%) de Síndrome de Burnout, no hubo ningún caso que se encuentre en la categoría de alto. Sin embargo, el desglose por dimensiones muestra que la principal fuente de desgaste es el Agotamiento emocional, en el que más de la mitad registran un rango bajo (51,6%), pero 48,4% de docentes se encuentra en los niveles medio (38,7%) y alto (9,7%). La Despersonalización fue prácticamente nula, porque 100% del grupo consta en el rango bajo, lo que indica que los docentes no han desarrollado distanciamiento hacia su labor o impudencia al momento de efectuarla, a pesar de que hay una parte de ellos que si mostró desgaste medio o alto. La Realización Personal de casi todos los profesores se ubicó en el rango alto (90,3%), lo que sugiere que se sienten muy competentes y eficaces en su gestión de enseñanza. Estos resultados permiten afirmar que los profesores están altamente comprometidos y se sienten realizados con su trabajo, a pesar de que un grupo de ellos refleja un agotamiento emocional.

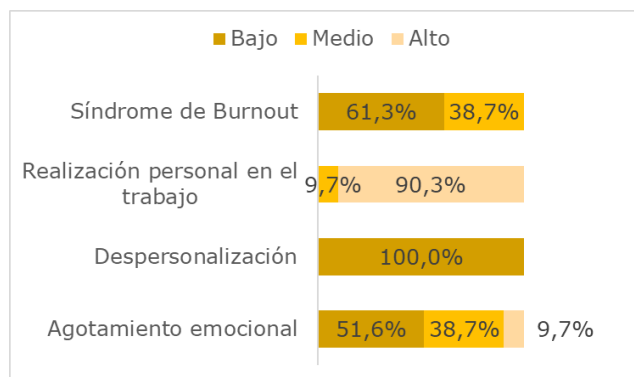


Figura 1. Nivel del Síndrome de Burnout.

Este resultado que muestra un bajo Síndrome de Burnout, pero un considerable Agotamiento emocional, es consistente con la literatura. Estudios previos podrían explicar las posibles causas el alta agotamiento, como la

sobrecarga laboral y los factores socioculturales adversos que señalan Herrera-Herrera et al. (2025). Se han registrado síntomas de Síndrome de Burnout en la región, como lo demostró el estudio de Cari Motta (2025), en Perú, que encontró un 39.8% de docentes con síntomas de Síndrome de Burnout, una cifra que concuerda con el desgaste encontrado en la presente muestra.

Se efectuó un análisis segmentado para 6 grupos (sexo, edad, estado civil, nivel de estudios, tiempo de trabajo y sección de labor). El primer hallazgo reveló patrones diferenciados en el Agotamiento emocional, principal fuente del desgaste. Se identificó en el grupo de edad de 26 a 35 años, donde el 75% presenta un nivel alto de agotamiento, que contrasta con los docentes de mayor edad. Asimismo, el 20% de los docentes hombres y el 20% de quienes tienen maestría en educación también reportan un alto agotamiento. Por el contrario, la despersonalización fue nula en todos los segmentos, mientras que la realización personal es alta en la mayoría de los grupos, alcanzando el 100% en docentes de 36 a 45 años y en aquellos con más de 20 años de experiencia.

La elevada tasa de agotamiento en la presente investigación podría explicarse por las causas identificadas en la literatura latinoamericana, como la sensación de sobrecarga laboral y la percepción de falta de apoyo institucional, factores que Lulema Cahueñas (2025), ratificó como principales detonantes del Síndrome de Burnout.

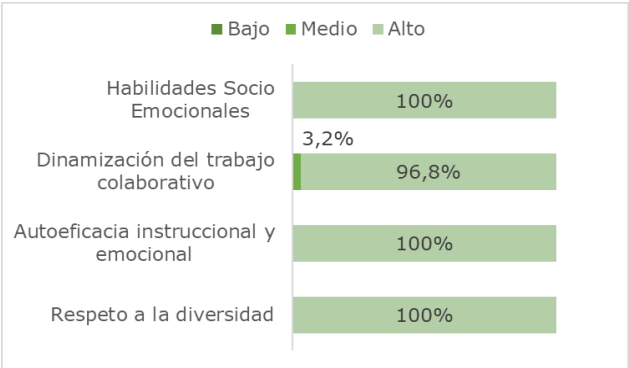


Figura 2. Grado de Habilidades Socioemocionales.

En contraste a los resultados de la primera variable (Figura 2), la autopercepción de las Habilidades Socioemocionales fue positiva en los docentes. El 100% de los maestros se situó en el rango alto, tanto en el consolidado de Habilidades Socioemocionales como en las dimensiones de Respeto a la diversidad y Autoeficacia instruccional y emocional.

Este análisis de la segunda variable indica que los profesores no solo se sienten capaces de manejar las interacciones con los estudiantes y el clima del aula, sino que

tienen una confianza plena en su capacidad para enseñar y regular sus emociones. La dimensión de Dinamización del trabajo colaborativo también presentó un resultado alto (96,8%), aunque es la única que mostró un mínimo porcentaje en el rango medio (3,2%); lo que no la define como una debilidad, sino que evidencia un ligero margen de potencial desarrollo dentro de un perfil de alta competencia socioemocional.

La autopercepción de las Habilidades Socioemocionales en la muestra es excepcionalmente alta y consistente en todos los grupos analizados. El 100% de los docentes se ubicó en el rango alto tanto para la variable general de Habilidades Socioemocionales como para las dimensiones de Respeto a la Diversidad y Autoeficacia. La única variación observable, aunque mínima, se presentó en la Dinamización del trabajo colaborativo, donde grupos específicos como los divorciados (25%) y aquellos con licenciatura en educación (7,1%) mostraron un pequeño porcentaje en el rango medio.

Este elevado nivel de autopercepción de Habilidades Socioemocionales sorprende en el contexto ecuatoriano, ya que estudios como el de Cedeño Sandoya et al. (2022), observaron un énfasis escolar en lo cognitivo que tiende a marginar la enseñanza de las competencias sociales. La alta confianza de los docentes en su autoeficacia y gestión del aula se conecta con la idea de Jennings et al. (2017), quienes demostraron empíricamente que las competencias internas del docente se traducen en un “soporte emocional” y en la generación de un ambiente positivo en el aula, que es precisamente lo que los participantes de este estudio sienten que dominan.

Al considerar la información que permitió clasificarla (Rivera Campos, 2025), se consolidaron los resultados de cada encuesta para los datos de las Habilidades Socioemocionales como consta en el Anexo 1, y al compararlos se observa (Figura 3) que los docentes se autoevaluaron con un nivel de desarrollo muy alto en todas las áreas, que alcanzó el 92% para el total de Habilidades Socioemocionales, respecto del puntaje máximo que podían alcanzar. Las dos áreas con la puntuación más elevada son la Gestión pedagógica socioemocional y la Competencia profesional, ambas con un 93% de desarrollo. Esto indica que los docentes no solo se sienten seguros en su conocimiento, sino también en su capacidad para aplicar sus habilidades y gestionar el clima del aula de manera efectiva. Aunque todas las dimensiones son altas, el área de Empatía y conciencia social (88%) es la que presentó el nivel relativamente más bajo, lo que no implica debilidad, pero permite comprender que existe una posibilidad de mejora para aspectos como empatía, respeto y valoración, escucha activa o percepción social.

Autoconoc. y...	0,92
Empatía y Conc. Social	0,88
Gestión Pedagógica SE	0,93
Habilidades Sociales	0,91
Compet. Profesional	0,93
HSE	0,92

Figura3. Niveles por tipo de Habilidades Socioemocionales.

Este elevado nivel de Habilidades Socioemocionales se alinea con la creciente importancia que otros estudios atribuyen a estas competencias como un factor crucial para el bienestar docente y la creación de ambientes educativos positivos (Rivera Campos, 2025; Torres-Hernández, 2025). El hecho de que la Empatía y conciencia social sea el área con el menor nivel (88%), aunque sigue siendo alto, podría tener relación con el desgaste emocional reportado. Ese resultado sugiere que las cualidades empáticas del docente podrían ser los primeros en verse afectados por el agotamiento.

Se aplicó el coeficiente de correlación de Spearman que obtuvo un valor negativo de -0,416 (significancia < 0.05), resultado que evidencia una relación inversa y moderada entre el Síndrome de Burnout y las Habilidades Socioemocionales de los docentes. Esta cifra confirma que, a medida que los niveles de Síndrome de Burnout de un profesor aumentan, se observa una disminución moderada en sus competencias socioemocionales.

Este hallazgo central confirma de manera empírica lo que la revisión previa había sugerido de forma indirecta. Por ejemplo el estudio de Torres Hernández (2018), ya había encontrado que bajas competencias socioemocionales se asociaban con una mayor sintomatología de Síndrome de Burnout. El presente estudio valida esa conexión, pero también, al medir ambos constructos, aporta la evidencia de una correlación inversa entre ellos, en el contexto ecuatoriano.

Correlaciones					
		Agotamiento emocional	Despersonalización	Realización personal en el trabajo	Síndrome de Burnout
Rho de Spearman	Respeto a la diversidad	-,388*	-0,279	-0,152	-0,268
	Autoeficacia instruccional y emocional	-,530**	-,467**	-0,337	-,434*
	Dinamización del trabajo colaborativo	-,429*	-0,341	-0,250	-0,291
	Habilidades Socio Emocionales	-,529**	-,459**	-0,307	-,416*

**.

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

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

Figura 4. Correlación entre variables y dimensiones.

Al profundizar en los coeficientes(Figura 4) obtenidos entre las dimensiones, el hallazgo de mayor coeficiente se encuentra en la relación del Agotamiento emocional con dimensiones y variable de las Habilidades Socioemocionales.

Este componente del Síndrome de Burnout es el que muestra la conexión negativa más fuerte con la variable consolidada Habilidades Socioemocionales ($r = -0,529$), y de forma específica con la Autoeficacia instruccional y emocional ($r = -0,530$). Esta es la correlación más intensa de la tabla, lo que significa que la confianza del docente en su propia capacidad para enseñar y manejar las emociones es la habilidad más vulnerable al desgaste por agotamiento. La Despersonalización también mostró una relación inversa con las Habilidades Socioemocionales ($r = -0,459$), lo que indica que el cinismo y el distanciamiento también podrían afectar estas competencias de los educadores.

Es pertinente decir que la Realización personal, a pesar de ser un componente del Síndrome de Burnout, no muestra una correlación significativa con ninguna de las dimensiones de las Habilidades Socioemocionales. Esto podría indicar que la sensación de logro de un profesor funciona de manera independiente, mientras que el desgaste emocional y el cinismo son los que podrían impactar de forma directa sobre las cualidades socioemocionales en la cotidianidad de un docente.

La fuerte correlación entre el Agotamiento emocional y una baja Autoeficacia ($r = -0,530$) es un importante hallazgo y consistente con otros estudios; por ejemplo se alinea con las conclusiones de Torres-Hernández (2023), quien identificó precisamente a la baja Autoeficacia como el predictor más importante del Agotamiento emocional en docentes mexicanos. Esto refuerza la idea de que la pérdida de confianza en las propias capacidades impacta directamente en el desgaste profesional, y podría disminuir las cualidades emocionales del profesor.

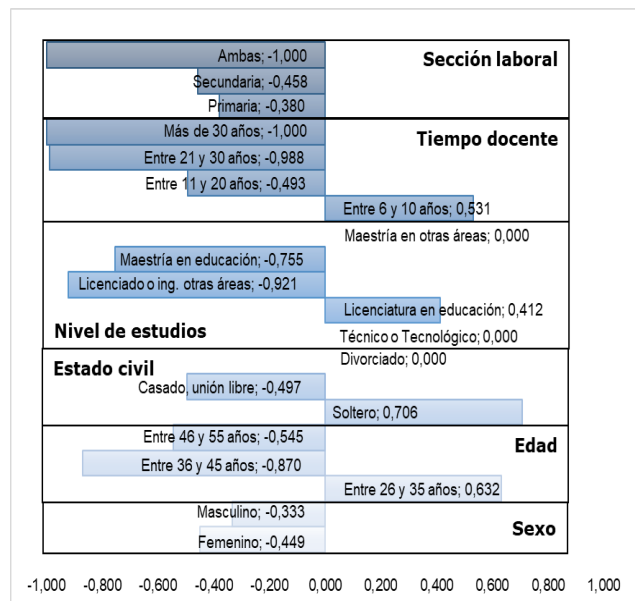


Figura 5. Correlación de Síndrome de Burnout y Habilidades Socioemocionales por segmentos.

Además de los resultados presentados, se procedió a segmentar los datos en función de las categorías demográficas incluidas al inicio del cuestionario, como: sexo, edad, estado civil, nivel de estudios, tiempo de trabajo y sección en la que labora. La Figura 5 presenta los coeficientes de correlación entre el Síndrome de Burnout de docentes y sus Habilidades Socioemocionales, para cada alternativa de estos 6 segmentos.

El análisis segmentado, para dar respuesta al problema que se relaciona entre el Síndrome de Burnout y las Habilidades Socioemocionales, reveló que se intensifica en perfiles de docentes con mayor trayectoria y responsabilidades. Aunque se observa una tendencia negativa en ambos sexos, los coeficientes son moderados y levemente mayor del grupo femenino. La edad puede ser un factor importante, con correlaciones negativas y fuertes a partir de los 36 años, alcanzando su punto más crítico en el grupo de 36 a 45 años ($r = -0,870$). De igual manera, el tiempo docente muestra que esta conexión se casi perfecta en los profesores con más de 20 años de experiencia ($r = -0,988$).

El estado civil también presentó resultados destacados, donde los docentes casados o en unión libre presentan una relación moderada ($r = -0,497$). En el nivel de estudios, donde los profesores cuentan con formación de tercer nivel distinta de la pedagógica o con estudios de cuarto nivel mostraron las correlaciones más fuertes ($r = -0,921$ y $r = -0,755$, respectivamente). El resultado más extremo se encontró en quienes trabajan en ambas secciones, donde la correlación, aunque no significativa por el tamaño del grupo, fue perfecta, lo que establece una mayor relación cuando el docente imparte asignaturas tanto en la primaria como en la secundaria.

La correlación negativa ligeramente más fuerte en el grupo femenino, encuentra un eco en la literatura. Aunque en un contexto diferente, Marrau (2004), ya había observado en su estudio que los niveles de Síndrome de Burnout, si bien bajos en general, eran mayores en las mujeres, lo que sugiere que el género puede ser una variable a considerar en el desgaste profesional.

Llama la atención el resultado sobre la experiencia docente de la investigación, por su contraste con la literatura revisada. Mientras que este estudio encontró una correlación negativa casi perfecta en los docentes con más de 20 años de servicio, el estudio de Torres-Hernández (2023), asoció una mayor experiencia con un menor agotamiento emocional. Esta aparente contradicción podría explicarse por diferencias contextuales o por la naturaleza de las Habilidades Socioemocionales; ya que, aunque los docentes más veteranos se agotan menos, el agotamiento que sí experimentan tiene un impacto mucho más directo en sus cualidades socioemocionales.

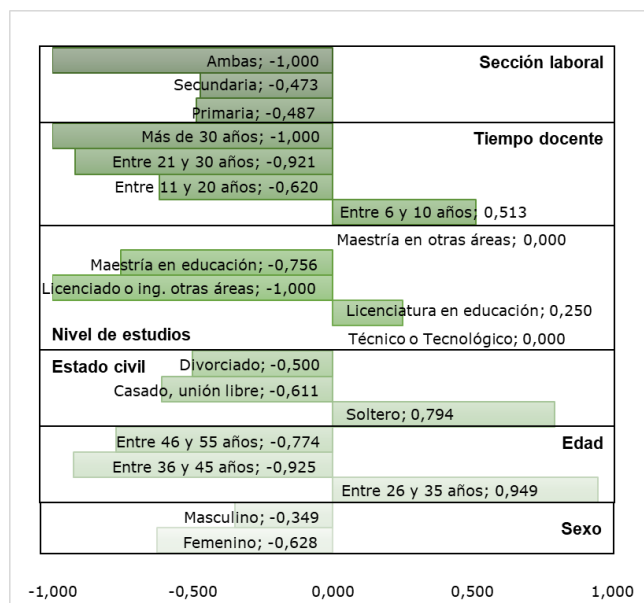


Figura 6. Correlación entre Agotamiento emocional y Habilidades Socioemocionales por segmentos.

Un segundo análisis segmentado (Figura 6), revela que la relación negativa entre el Agotamiento emocional y las Habilidades Socioemocionales se intensifica en perfiles de docentes con mayor trayectoria y responsabilidades. Los hallazgos más importantes se observan en el grupo de edad de 36 a 45 años ($r = -0,925$) y en aquellos con más de 20 años de experiencia, donde la correlación es muy fuerte o perfecta. Esto sugiere que la mitad y la etapa final de la carrera docente, pueden ser periodos críticos donde el agotamiento presenta un mayor desgaste de las cualidades socioemocionales en los educadores.

Además, se destacaron otras relaciones relevantes, como la del grupo de mujeres ($r = -0,628$) y de casados o en unión libre ($r = -0,611$), en las que la conexión negativa

también fue fuerte, a diferencia de sus contrapartes. De igual manera, los docentes con formación en otras áreas como ingeniería ($r = -1,000$) o con maestría en educación ($r = -0,756$) mostraron una relación alta, lo que indica que un mayor nivel académico o una formación de tercer nivel alterna a la pedagógica podría intensificar esta dinámica. Finalmente, la correlación más extrema se da en quienes trabajan en ambas secciones ($r = -1,000$), confirmando que este tipo de labor tiene un impacto directo en la potencial disminución de las Habilidades Socioemocionales.

Cabe mencionar que el hallazgo de que los docentes casados son el único grupo con una correlación significativa, también contrasta con los hallazgos de Torres-Hernández (2023), quien encontró mayor desgaste en los solteros. Esta diferencia podría indicar que, en el contexto de la presente muestra, las responsabilidades familiares pueden estar actuando como un factor que intensifica la conexión entre el estrés laboral y el desgaste de las cualidades emocionales de cada maestro.

Es pertinente indicar que, en los casos en que la correlación negativa se intensificó con los años de experiencia y, sobre todo, en quienes trabajan en ambas secciones, refuerza la tesis central sobre el Síndrome de Burnout. La sobrecarga laboral, identificada por autores como Herrera-Herrera et al. (2025); y Lulema Cahueñas (2025), es probablemente mucho mayor en los docentes que deben gestionar la complejidad de dos niveles educativos, lo que explicaría por qué en este grupo el agotamiento tiene un impacto mayor en sus cualidades emocionales.

CONCLUSIONES

De acuerdo a los objetivos planteados, se puede mencionar que el nivel de Síndrome de Burnout en los docentes de la muestra fue bajo y medio. Sin embargo, el análisis por dimensiones reveló que el Agotamiento emocional se muestra en casi la mitad del profesorado. Este desgaste es contrarrestado por dos fortalezas: una nula Despersonalización y una Realización personal alta, lo que perfila a un grupo de docentes que, puede sentirse emocionalmente agotado en ciertos momentos, pero se mantiene altamente comprometido y eficaz en su labor.

La aplicación del instrumento también permitió establecer que el grado de Habilidades Socioemocionales fue alto en la muestra. El 100% de los participantes se autoevaluó en el rango alto en el constructo general de Habilidades Socioemocionales y en sus dimensiones de Respeto a la Diversidad y Autoeficacia. Este hallazgo indica una confianza plena y generalizada de los profesores en sus capacidades para gestionar el clima del aula, las interacciones con estudiantes y sus propias emociones. La Empatía y conciencia social se podría considerar como el área con un ligero margen de desarrollo dentro de un perfil de muy alta competencia.

El análisis de los coeficientes de correlación permite concluir que existe una relación inversa y moderada entre el Síndrome de Burnout y las Habilidades Socioemocionales ($r = -0,416$). Esto confirma la hipótesis alterna que postuló la disminución de las Habilidades Socioemocionales, cuando es mayor el nivel de Síndrome de Burnout en los docentes. La conexión más fuerte se evidenció entre el Agotamiento emocional y la Autoeficacia ($r = -0,530$), que sugiere la disminución de la confianza del profesor en su propia capacidad para enseñar y gestionar sus emociones, generada por el desgaste profesional.

Algunos docentes con cuarto nivel académico o con formación de tercer nivel distinta a la pedagógica podrían ser un grupo vulnerable, donde el desgaste profesional se relaciona con mayor intensidad a la disminución de sus cualidades socioemocionales. Por esto, es sugerente que las instituciones educativas diseñen programas de desarrollo socioemocional y acompañamiento, dirigidos a todos los profesores, pero sobre todo a este perfil de docentes.

Se deben reconocer las limitaciones de este estudio, entre las que destacó el tamaño de la muestra y su enfoque en una sola institución. Por esto, los hallazgos que ofrecen una valiosa y primera aproximación empírica a esta dinámica, no son generalizables. En este sentido, se sugiere la investigación de las mismas variables en muestras más amplias y diversas en el país, lo que permitiría contrastar estos resultados, así como también profundizar en la comprensión de la relación entre el Síndrome de Burnout y las Habilidades Socioemocionales en el contexto educativo ecuatoriano.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Cabanillas Tello, M. N., Rivadeneyra Perez, R., Palacios Alva, C. Y., & Hernández Fernández, B. (2021). Habilidades Socioemocionales en las Instituciones Educativas. *SciComm Report*, 1(1), 1–17. <https://doi.org/10.32457/scr.v1i1.609>
- Cari Motta, G. J. (2025). *Factores asociados al síndrome de burnout en docentes del nivel secundario del distrito de La Joya*. (Tesis de grado). Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa.
- Cayambe Guzmán, D., Gordon Torres, K. L., Reyes, V. M., Bustillos Jelly, L. K., & Bustillos Mervis, G. A. (2024). Burnout académico en estudiantes universitarios: prevalencia y relación con el rendimiento académico. *Prohominum*, 6(3), 284–299. <https://doi.org/10.47606/AC-VEN/PH0279>
- Cedeño Sandoya, W. A., Ibarra Mustelir, L. M., Galarza Bravo, F. A., Verdesoto Galeas, J. D. R., & Gómez Villalba, D. A. (2022). Habilidades socioemocionales y su incidencia en las relaciones interpersonales entre estudiantes. *Universidad Y Sociedad*, 14(4), 466–474. <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/3068>

- Demerouti, E. (2024). Burnout: A comprehensive review. *Zeitschrift Für Arbeitswissenschaft*, 78, 492-504. <https://doi.org/10.1007/s41449-024-00452-3>
- Ecuador. Ministerio de Educación. (2021). *Plan educativo sección 5: Socioemocional* (p. 40). Ministerio de Educación del Ecuador. https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2020/09/Seccion-5_Socioemocional.pdf
- Herrera-Herrera, K., Jiménez-Zumbado, K., Méndez-Anchía, V., & León-León, G. (2025). Desencadenantes del contexto laboral que pueden generar síndrome de burnout en docentes de secundaria. *Revista Electrónica Educare*, 29(1). <https://doi.org/10.15359/ree.29-1.18599>
- Jennings, P. A., Brown, J. L., Frank, J. L., Doyle, S., Oh, Y., Davis, R., Rasheed, D., DeWeese, A., DeMauro, A. A., Cham, H., & Greenberg, M. T. (2017). Impacts of the CARE for Teachers program on teachers' social and emotional competence and classroom interactions. *Journal of Educational Psychology*, 109(7), 1010-1028. <https://doi.org/10.1037/edu0000187>
- Lulema Cahueñas, K. S. (2025). *Síndrome de Burnout en Docentes en Latinoamérica: Una revisión bibliográfica*. (Trabajo de fin de Carrera). Universidad Internacional SEK.
- Marrau, M. C. (2004). El síndrome de Burnout y sus posibles consecuencias en el trabajador docente. *Fundamentos en humanidades*, 10, 53-68. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2004369.pdf>
- Maslach y Jackson, C. (1981). MBI (Inventario de Burnout de Maslach) <https://psicogerontologiauneve.com/wp-content/uploads/2013/01/mbi-inventario-de-burnout-de-maslach.pdf>
- Montañez-Huancaya de Salinas, A. P., Figueroa-Hurtado, F. S., Montañez Huancaya, N. N., Roca-Avila, Y. C., Arainga-Blas, E., & Yupanqui-Cueva, I. M. (2025). *Ecología Emocional y Aprendizaje en Entornos Digitales Universitarios*. Sophia Editions.
- Rivera Campos, A. C. . (2025). Competencias socioemocionales en docentes: una revisión sistemática. *Revista InveCom*, 5(3), 1-11. <https://doi.org/10.5281/zenodo.14642456>
- Soria-Aldavero, E., Martínez-Huertas, J. Á., Rodríguez-Navarro, H., & García-Celay, I. M. (2023). Adaptación de una escala de Habilidades Socioemocionales para profesorado de Educación Infantil, Primaria y Secundaria. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 26(2), 87-101. <https://doi.org/10.6018/reifop.558931>
- Torres Hernández, E. (2018). Competencias socioemocionales y creencias de autoeficacia como predictores del burnout en docentes mexicanos. *Revista De Estudios Y Experiencias En Educación*, 17(35), 15-27. <https://doi.org/10.21703/rexe.20181735torres1>
- Torres-Hernández, E. F. (2023). Vocación y burnout en docentes mexicanos. *Educación XX1*, 26(1), 327-346. <https://doi.org/10.5944/educxx1.32954>
- Torres-Hernández, E. F. (2025). Programas de desarrollo de habilidades socioemocionales e inteligencia emocional en docentes de educación básica: Una revisión sistemática. *Revista UNIMAR*, 43(1). <https://doi.org/10.31948/ru.v43i1.4282>
- Valdivieso Burón, J. A. (2012). Construcción y validación de la escala de evaluación de la competencia auto-percibida docente de educación primaria. (Tesis doctoral). Universidad de Valladolid.

ANEXOS

Anexo 1. Clasificación de las habilidades socioemocionales.

La siguiente tabla muestra la clasificación que se tomó para análisis, para cada uno de los ítems del cuestionario de Habilidades Socioemocionales.

Dimensiones	#	Ítem	HSE
Respeto a la diversidad	5	Me gusta que se presenten los hechos de forma objetiva, sin atribuir doble intencionalidad al que los expone	Autoconciencia y Autorregulación
Autoeficacia instruccional y emocional	13	Procuro adecuar el volumen de la voz a la superficie de la clase	Autoconciencia y Autorregulación
Autoeficacia instruccional y emocional	14	Hago lo posible por no afectar negativamente al alumnado desde el punto de vista emocional	Autoconciencia y Autorregulación
Autoeficacia instruccional y emocional	24	Me muestro muy seguro en mis explicaciones	Autoconciencia y Autorregulación
Respeto a la diversidad	1	Soy respetuoso con las creencias y valores que tiene el alumnado	Empatía y Conciencia Social
Autoeficacia instruccional y emocional	8	Si percibo que un alumno está triste me intereso por lo que pueda pasarle	Empatía y Conciencia Social
Autoeficacia instruccional y emocional	9	Escucho con atención los problemas personales del alumnado	Empatía y Conciencia Social
Autoeficacia instruccional y emocional	10	Sintonizo adecuadamente con los sentimientos de grupo en cada momento	Empatía y Conciencia Social
Autoeficacia instruccional y emocional	18	Ayudo al alumno menos capaz a que supere los obstáculos que le impiden progresar	Empatía y Conciencia Social
Autoeficacia instruccional y emocional	19	Permanezco atento a los signos no verbales (mano alzada, movimiento ocular) como señal de que alguien desea aportar algo	Empatía y Conciencia Social
Respeto a la diversidad	2	Inculco el respeto de las diferencias culturales entre el alumnado	Gestión Pedagógica Socioemocional
Respeto a la diversidad	3	Inculco el respeto de las diferencias personales entre el alumnado	Gestión Pedagógica Socioemocional
Autoeficacia instruccional y emocional	7	Suelo establecer normas de clase consensuadas a través del diálogo y la participación de todo el alumnado	Gestión Pedagógica Socioemocional
Autoeficacia instruccional y emocional	12	Me aseguro de que mi grupo de alumnos entienda las tareas	Gestión Pedagógica Socioemocional
Autoeficacia instruccional y emocional	15	Permito que mis alumnos defiendan sus posturas con naturalidad	Gestión Pedagógica Socioemocional
Autoeficacia instruccional y emocional	16	Favorezco la comprensión de las situaciones sociales de forma objetiva	Gestión Pedagógica Socioemocional
Autoeficacia instruccional y emocional	17	Exijo al alumnado la búsqueda de múltiples caminos para la obtención de sus posibles soluciones en los problemas	Gestión Pedagógica Socioemocional
Autoeficacia instruccional y emocional	22	Intento ser buen modelo como maestro/a	Gestión Pedagógica Socioemocional
Autoeficacia instruccional y emocional	26	Desarrollo entre el alumnado los hábitos de autonomía personal y el respeto a las normas de convivencia	Gestión Pedagógica Socioemocional

Dimensiones	#	Ítem	HSE
Dinamización del trabajo colaborativo	28	Enseño al alumnado a trabajar en equipo y a cooperar con los compañeros	Gestión Pedagógica Socioemocional
Dinamización del trabajo colaborativo	29	Fomento el trabajo en equipo para compartir experiencias	Gestión Pedagógica Socioemocional
Dinamización del trabajo colaborativo	30	Fomento actividades colaborativas entre el alumnado	Gestión Pedagógica Socioemocional
Dinamización del trabajo colaborativo	31	Favorezco el aprendizaje cooperativo entre el alumnado	Gestión Pedagógica Socioemocional
Dinamización del trabajo colaborativo	33	Propongo experiencias de grupo para que el alumnado tenga la oportunidad de expresarse	Gestión Pedagógica Socioemocional
Dinamización del trabajo colaborativo	34	Guío los trabajos en grupo	Gestión Pedagógica Socioemocional
Respeto a la diversidad	4	Trato con respeto las diferencias culturales y personales del alumnado	Habilidades Sociales
Autoeficacia instruccional y emocional	6	Intento manifestar una predisposición positiva hacia todos por igual	Habilidades Sociales
Autoeficacia instruccional y emocional	11	Uso un lenguaje adaptado a la comprensión del alumnado	Habilidades Sociales
Autoeficacia instruccional y emocional	20	Si hay que resolver un problema concreto de algún alumno me implicó directamente	Habilidades Sociales
Autoeficacia instruccional y emocional	21	Ante un conflicto entre alumnos/as procuro favorecer concesiones entre ambas partes	Habilidades Sociales
Autoeficacia instruccional y emocional	23	Poseo habilidades comunicativas para desenvolverse eficazmente en la clase	Habilidades Sociales
Autoeficacia instruccional y emocional	25	Respondo con agrado a las preguntas que me hace el alumnado	Habilidades Sociales
Dinamización del trabajo colaborativo	32	Me parece importante fomentar la práctica de la cooperación entre el alumnado	Habilidades Sociales
Autoeficacia instruccional y emocional	27	Domino los contenidos de las áreas que imparto	Competencia Profesional