

Diferències de gènere i edats en la tipologia d'estressors laborals docents

Marian Baqués Trenchs*

Joan Riart Vendrell**

Carles Virgili Tejedor***

Resum

El propòsit d'aquest article és presentar els resultats d'una investigació sobre com afecta el gènere i l'edat en el nivell d'estrès dels docents. La hipòtesi de sortida és que hi ha força relació entre edats, sexe i nivell d'estrès. La mostra que ha servit per fer l'estudi ha estat obtinguda pel grup de recerca GRELDO (Grup de Recerca sobre els Estressors Laborals Docents), de la secció de psicologia educativa del Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya. Comprèn 1.018 professionals que contestaren el qüestionari elaborat amb el registre de 57 elements estressors docents. Amb proporcions de sexe dins dels paràmetres habituals en el món educatiu: 75% de dones i 25% d'homes, aproximadament. Mitjançant l'Anàlisi de Variància Factorial Univariats s'arriba a la conclusió general que el nivell d'estrès és significativament diferent segons les edats i segons el sexe, amb particularitats que s'expliquen amb detall.

Paraules clau

estrès laboral docent, estrès segons sexe, estrès segons edat

Recepció de l'original: 20 de setembre de 2010

Acceptació de l'article: 21 d'octubre de 2010

Estat de la qüestió

Partim d'un fet concret i puntual: la situació d'estrès entre els docents. Efectivament, si l'estrès laboral s'ha convertit en un problema social, quan entrem en el cos docent el tema s'aguditza. De fet, ja es constata la greu situació de deteriorament físic i psíquic dels docents en les *IV Jornades de reflexió i formació sobre el rol, perfil i funcions del professor de psicologia i pedagogia a la secundària. La salut i el grau de satisfacció del professorat és clau!* (Barcelona, 16.02.2001), organitzades per la Secció de Psicologia Educativa del COPC (Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya).

Els sindicats han estat, segurament, el col·lectiu més sensible al tema. Només cal accedir a les seves webs per adonar-se de la dimensió del problema. Així, per exemple, si obrim la web de la UGT d'Astúries (2004) trobem un panorama que invita a l'acció. El cost humà i econòmic de les baixes ens esperona a tots a actuar. Del cost humà, ja ens n'ocupem al llarg del treball; pel que fa a l'econòmic, apuntem que,

(*) Doctor en Ciències de l'Educació (UAB, 1984). Professor de la Facultat de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport Blanquerna, de la Universitat Ramon Llull. Membre actiu de diferents grups de recerca (GRAO, GIAD), ha publicat un bon nombre d'articles i llibres. Adreça electrònica: Marian.BT@blanquerna.url.edu

(**) Psicòleg de l'Educació. Ha estat professor i tutor d'Educació Secundària i professor de la Universitat Ramon Llull. Membre del GRELDO (Grup de recerca sobre l'estrès laboral docent) de Col·legi de Psicòlegs de Catalunya i del grup de recerca GRAO (Grup de Recerca en Assessorament i Orientació) de la Facultat de Psicologia de Ciències de la Universitat Ramon Llull. Adreça electrònica: JoanRV@blanquerna.url.edu

(***) Doctor Enginyer Químic i professor d'estadística i mètodes d'investigació quantitativa en els estudis de Psicologia, Doctorat i Màster de la Facultat de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport Blanquerna de la Universitat Ramon Llull. Adreça electrònica: CarlesVT@blanquerna.url.edu

segons la IV Enquesta Nacional de l'INSHT, les pèrdues per baixes per estrès són de 20.000 milions d'euros anuals.

Crida l'atenció l'escassa literatura sobre la llista d'elements capaços d'estressar més d'una persona, i encara menys sobre els laborals i, en concret, referits a la docència. Entre aquesta mínima bibliografia, esmentem Sevilla i Villanueva (2000) i Gay *et al.* (2003). Ultra les aportacions ja apuntades dels sindicats, també destaquem les del Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, en especial Martínez Plaza (2001).

Ens trobem, doncs, davant d'unes constatacions que tots els professionals poden anar corroborant i reafirmant amb experiències personals o viscudes. I mentrestant les baixes per estrès no paren d'augmentar.

Una resposta

El Grup de Recerca sobre els Estressors Laborals Docents (GRELDO), coordinat per Joan Riart i Anna Martorell, treballa sobre el tema i intenta cercar respostes encara no donades. Aquest grup ha treballat sobre el control de les tècniques de l'estrès i relaxació. En aquest sentit val la pena destacar el treball de Riart (2002). Dóna una visió diferent al treball que Amutio (1999) havia dut a terme. I últimament, Riart i Martorell, en la seva condició de coordinadors, han editat *Els estressors laborals docents i programes pal·liatius* (2009) on, a banda de presentar la llista dels estressors laborals docents, s'ofereix un seguit de capítols encaminats a establir programes pal·liatius de l'estrès, tot atenent somatitzacions, contractures, problemes de la veu, pensaments negatius, etc. i altres programes per ajudar el docent a rebaixar, si més no, el seu nivell de tensió o estrès. Els treballs s'ocupen dels efectes fisiològics i psicològics, de les tendències personals, de l'estil o tipologia d'estressar-se, dels elements personals i caracterològics que generen estrès, de l'acceptació personal, la dominància, el nivell d'ansietat, i d'altres.

Destaquem que els estressors són elements subjectius. Per uns, un element concret pot ser altament estressor, mentre que per d'altres, aquest mateix element no pot constituir cap problema. L'agent extern, per si mateix, no produeix estrès. Hi ha situacions que tensionen als uns mentre que als altres els són neutres. El problema no rau en un fet objectiu, sinó en la vivència de la persona, o sigui, en el seu estil personal, en les competències socials, en el seu nivell de resiliència, en el grau d'assertivitat o empatia, en el moment personal en què es trobi.

Ara bé, i aquest és un factor important, tot i ser d'una dimensió altament subjectiva, no podem negar que objectivament hi ha situacions en les quals l'agent extern es mostra com a molt propens a generar estrès. Dit d'una altra manera: hi ha situacions laborals molt diverses en el món docent, i algunes objectivament molt properes a generar malestar a la majoria estadística de la població docent. Tant l'objectivitat com la subjectivitat de l'estrès ens alerta de la necessitat de disposar de recursos personals.

La resposta de la nostra recerca sobre els estressors laborals docents, per tant, va en el sentit d'oferir un material que detecti i analitzi els elements que provoquen l'estrès en els docents. A més, voldríem oferir recursos personals en funció de la mena d'estressors que els causin problemes.

Ens preguntem sobre els estressors derivats del lloc de treball (sorolls, llum, temperatura, mobiliari, espai, la distància de casa, etc.); biosomàtics (les postures, l'aparell fonador, altres problemes, etc.); institucionals, organitzatius, administratius (mobilitats, tasques excessivament diferents, massa grups i massa ràtio, grups heterogenis, nous continguts, sobrecàrrega laboral sense més hores, molta feina per fer i poc temps, mala organització, normes poc clares, manca d'un horari definit, massa responsabilitat, una promoció no motivant, soledat professional, baixos nivells d'ingressos, manca de reconeixement per part dels superiors, escassa o nul·la formació continuada, sensació de pèrdua de temps a les reunions, etc.); estressors de la mateixa tasca (m'he de preocupar massa de la conducta, el meu treball es troba qüestionat per l'alumnat i els pares, la classe es troba sotmesa a interrupcions, relacions negatives amb companys, pares i alumnes, manca de suport per part de les famílies, desautorització, ser ignorat o poc valorat, incapacitat per a resoldre conflictes, etc.).

I a més, i aquest és el tema d'aquest article, volem veure aquí quina diferència hi pot haver segons l'edat i segons el sexe, més enllà dels tòpics habituals. Igualment volem destacar que els criteris han estat elaborats a partir del propi personal docent. Es tracta, al nostre entendre, d'una proposta que honestament creiem nova perquè ens fa adonar que els docents, i per extensió els treballadors, necessiten «armar-se» de recursos personals per tal de poder encarar-se als estressors que els afecten de manera constant. De fet el GRELDO, de la Secció Educativa del COPC, porta ja cinc anys treballant en aquesta línia. Detectar els moments estressors, les situacions, les actituds, les relacions que amb una freqüència estadística més ampla provoquen neguit, tensió excessiva, etc., en definitiva, estrès. Fet i fet, caldria conscienciar els docents sobre la salut laboral. No només les afonies, al·lèrgies, depressions els afecten. També hi ha un clima en el treball que pot ajudar a millorar-ne la qualitat.

Per tant, el nostre propòsit és detectar els elements que amb major freqüència provoquen estrès en el personal docent i, a partir d'ells, s'han d'elaborar programes pal·liatius als quals es pogués recórrer en moments de necessitat personal. Ara i aquí, el nostre propòsit és observar com afecten aquests elements estressors a les persones en funció del seu gènere i de l'edat. La gent jove somatitza més o menys que la gent gran? En quines edats, del cicle vital, afecta més l'estrès en general, i en els homes i dones? És veritat, que en general també, les dones tenen tendència a estressar-se més que els homes o no? Ja veurem que les respostes a aquests interrogants s'aparten de les creences generals.

Mètode

Hipòtesi

La nostra hipòtesi de treball sosté que «el gènere i l'edat dels docents estan relacionats amb l'estrès d'aquest col·lectiu».

Descripció de la mostra

En aquest estudi es disposa una mostra de 1.018 subjectes dels quals 252 són homes i 766 dones. Les edats estan compreses entre un mínim de 21 anys i un màxim de 65 anys. Els subjectes s'han distribuït en funció de tres grups d'edat de manera que en el grup dels més joves, d'edat compresa entre 21 i 37 anys, el nombre de subjectes és 385, per al grup d'edat entre 38 i 51 anys, 449 subjectes, i per al grup de 52 a 65 anys, 184 subjectes.

Procediment

S'ha utilitzat l'Anàlisi de Variància Factorial Univariat tenint com a factors o variables independents l'edat i el gènere i, com a variable dependent, el total d'estressors. Per a les comparacions múltiples s'ha aplicat la prova de Bonferroni. S'ha dut a terme l'anàlisi de dades mitjançant el paquet estadístic SPSS 15.0.

Resultats

A la Taula 1 oferim el percentatge de subjectes segons el grup d'edat i el gènere observant la mateixa proporció d'homes i dones en els tres grups d'edat.

Taula 1. Nombre i percentatge de subjectes segons el grup d'edat i el gènere

<i>Grup d'edat</i>	<i>Gènere</i>	<i>Nombre (N)</i>	<i>Percentatge</i>
Menor o igual a 37 anys	Home	95	24,7
	Dona	290	75,3
De 38 a 51 anys	Home	111	24,7
	Dona	338	75,3
Més de 51 anys	Home	46	25,0
	Dona	138	75,0

A la Taula 2, s'observen els estadístics descriptius de la mostra corresponent a la variable total estressors en funció del gènere i el grup d'edat.

Taula 2. Mitjana i desviació típica (DT) de total estressors segons el gènere i grup d'edat

<i>Gènere</i>	<i>Grup d'edat</i>	<i>Mitjana</i>	<i>DT</i>
Home	Menor o igual a 37 anys	10,96	6,49
	De 38 a 51 anys	14,52	9,62
	Més de 51 anys	16,24	10,14
Dona	Menor o igual a 37 anys	12,02	7,91
	De 38 a 51 anys	13,27	8,12
	Més de 51 anys	11,90	7,07

En l'anàlisi de variància de dos factors (gènere, edat) a la Taula 3, obtenim informació sobre l'efecte d'interacció gènere i edat. Corresponent a aquest efecte, trobem $F(2,1012) = 5,333$; $p = 0,005$; per la qual cosa l'efecte de la interacció és significatiu.

Taula 3. Resultats de l'anàlisi de variància tenint com a fonts de variació el gènere i els grups d'edat i com a variable dependent total estressors

<i>Font de variació</i>	<i>gl</i>	<i>MC</i>	<i>F</i>	<i>P</i>
Gènere	1	374,264	5,749	0,017*
Edat	2	539,010	8,280	0,000***
Gènere * edat	2	347,173	5,333	0,005**
Error	1012	65,095		

Notes: * $p < 0,05$ ** $p < 0,01$ *** $p < 0,001$

La Taula 4 mostra la comparació de mitjanes del total d'estressors en el cas dels homes entre els diferents grups d'edat, on s'observen diferències significatives entre el grup d'edat menor o igual a 37 anys i el de 38 a 51 anys, i, també, entre el de menor o igual a 37 anys i el de més de 51 anys. La mitjana del total d'estressors que correspon al grup d'edat menor o igual a 37 anys és menor que la puntuació mitjana dels altres dos grups. La Taula 5 mostra la comparació de mitjanes de total estressors, i s'observen diferències significatives entre els grups d'homes i dones en el cas de pertànyer al grup de més de 51 anys, amb una mitjana de total d'estressors en el cas dels homes més alt que en el cas de les dones.

Taula 4. Comparació entre els diferents grups d'edat i gènere en total d'estressors. Comparacions per parelles

Variable dependent: total estressors

Gènere	(I) Edat	(J) Edat	Diferència entre mitjanes (I-J)	p ^a
Home	Menor o igual a 37 anys	De 38 a 51 anys	-3,565	0,005**
		Més de 51 anys	-5,281	0,001**
	De 38 a 51 anys	Menor o igual a 37 anys	3,565	0,005**
		Més de 51 anys	-1,717	0,676
	Més de 51 anys	Menor i igual a 37 anys	5,281	0,001**
		De 38 a 51 anys	1,717	0,676
Dona	Menor o igual a 37 anys	De 38 a 51 anys	-1,246	0,162
		Més de 51 anys	0,122	1,000
	De 38 a 51 anys	Menor o igual a 37 anys	1,246	0,162
		Més de 51 anys	1,363	0,281
	Més de 51 anys	Menor i igual a 37 anys	-0,122	1,000
		De 38 a 51 anys	-1,368	0,281

Notes: (a) Ajust per a comparacions múltiples: Bonferroni; (**) P < 0,01.

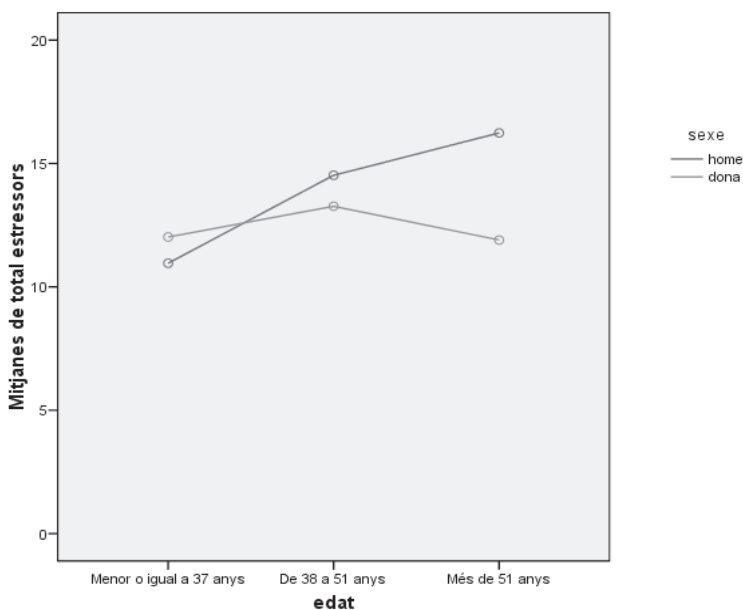
Taula 5. Comparació entre el gènere i segons el grup d'edat en total d'estressors. Comparacions per parelles

Variable dependent: total estressors

Edat	(I) Gènere	(J) Gènere	Diferència entre mitjanes (I-J)	p ^a
Menor o igual a 37 anys	home	dona	-1,063	0,265
	dona	home	1,063	0,265
De 38 a 51 anys	home	dona	1,256	0,155
	dona	home	-1,256	0,155
Més de 51 anys	home	dona	4,341	0,002**
	dona	home	-4,341	0,002**

Notes: (a) Ajust per a comparacions múltiples: Bonferroni; (**) P < 0,01.

En la Figura 1 representem les mitjanes de la variable total d'estressors calculades en cada subgrup resultant de combinar cada nivell de la variable edat amb cada nivell de la variable gènere.

Figura 1. Gràfic de perfil de total estressors en funció de grup d'edat i gènere

Conclusions

L'anàlisi de variància, tenint com a factors el gènere i el grup d'edat i, com a variable dependent, el total d'estressors, ha donat resultats significatius i, per tant, es pot afirmar la hipòtesi que «el gènere i l'edat dels docents estan relacionats amb l'estrès d'aquest col·lectiu». Es pot esperar, que en el cas dels homes, el grup d'edat de més de 51 anys i el grup d'edat de 38 a 51 anys no presenten diferències significatives del nivell d'estrès. Aquests dos grups d'edat presenten en canvi un nivell d'estrès més elevat que el grup d'edat menor o igual a 37 anys. És a dir, els homes majors de 38 anys manifesten un nivell d'estrès significativament superior als homes menors de 38 anys.

En el cas de les dones no hi ha diferències significatives del nivell d'estrès entre els diferents grups d'edat. També es pot esperar que en el grup d'edat de més de 51 anys els homes presenten un nivell d'estrès major que les dones.

En els altres grups d'edat no es presenten diferències significatives del nivell d'estrès entre els homes i les dones.

Referències

- Amutio, A. (1999) *Teoría y práctica de la relajación*. Barcelona, Martínez Roca.
- Franco Martínez, S.; Esteve Zarazaga, J.M. (1995) *Estrés laboral docente: estudio comparativo con la profesión de enfermería*. Málaga, Universidad, Secretariado de Publicaciones.
- Gay, M.; Milán, M.; Noguera, M.; Embuena, E. (2003) *Condicions de seguretat i salut del treball docent*. Barcelona: Associació de Mestres Rosa Sensat.
- Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT) *Encuestas nacionales de condiciones de trabajo*. Madrid, Ministeri de Treball i Assumptes Socials. Disponible a: <http://fete.ugt.org/paisvalencia/salud%20laboral/Catalogo%20de%20enfermedades.htm> [accés: 22.11.2010].
- Martínez Plaza, C.A. (2001) *Estrés: aspectos médicos*. Madrid, Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo.
- Riart, J. (2002) *La relaxació. Autogestió de l'estrès*. Barcelona, EUB.
- Riart, J.; Martorell, A. [coord.] (2009) *Els estressors laborals docents i programes pal·liatius*. Barcelona, ISEP.
- Sevilla, U.; Villanueva, R. (2000). *La salud laboral docente en la enseñanza pública*. Madrid, Federación de Enseñanza de CC.OO.
- UGT (Unión General de Trabajadores) (2004) *Catálogo de enfermedades profesionales de los docentes*. Disponible a: <http://asturias.ugt.org/fete/Prensa/Documento%20Prensa%20Enferm%20Profesionales%207-10-04.pdf> [accés: 17.11.2010]

Diferencias de género y edades en la tipología de estresores laborales docentes

Resumen: El propósito de este artículo es presentar los resultados de una investigación sobre cómo afecta el género y la edad en el nivel de estrés de los docentes. La hipótesis de salida es que hay bastante relación entre edades, sexo y nivel de estrés. La muestra que ha servido para realizar el estudio ha sido obtenida por el grupo de investigación GRELDO (Grupo de Investigación sobre los Estresores Laborales Docentes), de la sección de psicología educativa del Colegio Oficial de Psicólogos de Cataluña. Comprende 1.018 profesionales que contestaron el cuestionario elaborado con el registro de 57 elementos estresores docentes. Con proporciones de sexo dentro de los parámetros habituales en el mundo educativo: mujeres un 75%, hombres un 25% aproximadamente. Mediante el análisis de varianza factorial univariante se llega a la conclusión general que el nivel de estrés es significativamente diferente según las edades y según el sexo, con particularidades que se explican con detalle.

Palabras clave: estrés laboral docente, estrés según sexo, estrés según edad

Différences de genre et d'âge dans la typologie des stressseurs des professionnels de l'enseignement

Résumé : Le propos de cet article est de présenter les résultats d'une recherche sur la manière dont le genre et l'âge affectent le niveau de stress des enseignants. L'hypothèse de sortie est qu'il y a une importante relation entre l'âge, le sexe et le niveau de stress. L'échantillon qui a servi pour l'étude a été obtenu par le Groupe de Recherche sur les Stressseurs des Professionnels de l'Enseignement (GRELDO), de la section de psychologie éducative de l'Ordre officiel des Psychologues de Catalogne. Cette section comprend 1.018 professionnels qui ont répondu au questionnaire élaboré sur la base de 57 éléments stressants des enseignants. Avec une proportion des sexes comprise dans les paramètres habituels dans le monde éducatif —75 % de femmes et 25 % d'hommes approximativement. Grâce à l'analyse de variance factorielle univariée, on arrive à la conclusion générale que le niveau de stress est significativement différent selon les âges et le sexe, avec des particularités qui sont expliquées en détail.

Mots-clés : stress des professionnels de l'enseignement, stress selon le sexe, stress selon l'âge

Gender and age differences in the typology of stress factors affecting teachers

Abstract: The purpose of this article is to present the results of research into how gender and age affect stress levels in teachers. The initial hypothesis is that there is a strong link between age, sex and stress level. The sample used to conduct the study came from GRELDO, the research group into professional stress factors for teachers, in the educational psychology section of the official college of psychologists of Catalonia. It includes 1,018 professionals who answered the questionnaire drawn up with a list of 57 stress factors in teaching. The gender proportions were within the usual parameters in the educational world: approximately 75% women and 25% men. By means of univariate factorial analysis of variance, the overall conclusion was reached that the level of stress is significantly different depending on age and depending on sex, with specific features which are explained in detail.

Keywords: professional stress in teachers, stress depending on sex, stress depending on age