

*El malestar personal y profesional de los educadores es una seria preocupación a nivel español y europeo.*

## El profesor cansado

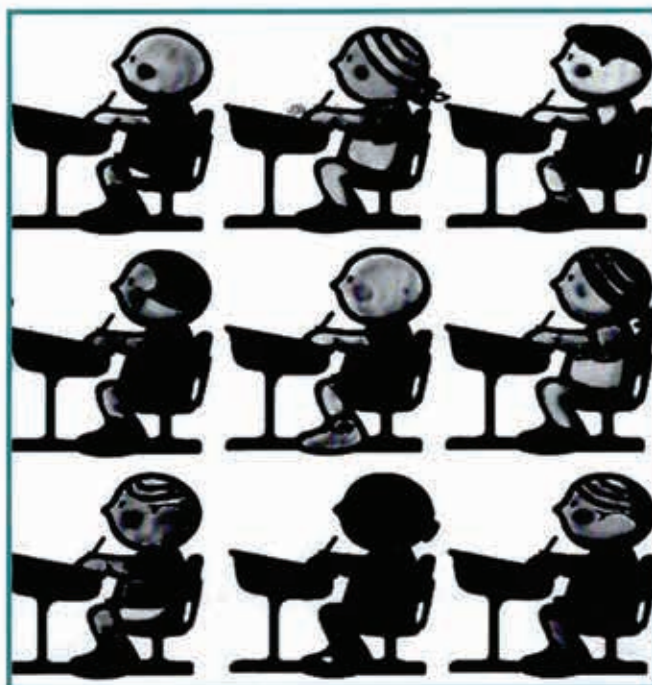
— Joaquín M<sup>o</sup> García de Dios —

*Es mucho más difícil ser un buen profesor que ser un buen alumno.*

*Pero se dan muchas más ayudas a los alumnos para que sean buenos alumnos que a los profesores para que sean buenos profesores.*

*Ofrecemos un artículo que, diseñado en forma de un cursillo, puede ayudar a los profesionales de la educación a abordar este tema que es, a la vez, personal, colectivo y administrativo.*

*La mejor manera de comprender el problema es realizar el cursillo diseñado en este artículo.*



### 0. La incomodidad del caos:

0.1. Por falta de una definición precisa.

0.2. Por predominio de sentimientos difusos, de malestar, de ineficacia, de culpabilidad y de sospecha por parte de alumnos, padres, sociedad y poder.

El caos se puede denominar de una manera genérica como

- **malestar:** e incluye un montón de sentimientos, síntomas, variables constataciones que suenan a:
- **cansancio:** uno general, de atonía básica, y otros muchos cansancios concretos y acumulados: hasta tener la sensación de amanecer cansado cada mañana, sentirse sin fuerzas durante el día y acostarse sin fuerzas ni para determinar por qué se siente uno tan cansado;
- **desilusión:** tanto idealismo al comenzar las tareas de educador y tan frustrado después de haberlo intentado todo y no haber logrado prácticamente nada;
- **desconcierto:** ante situaciones imprevistas, reacciones inesperadas, noticias de prensa equívocas ...
- **miedos, muchos miedos:** desde no saber contestar a las preguntas de los alumnos hasta los actos de violencia de los mismos, o de ridiculización en público, hasta las posibles amenazas de expedientes o despidos, o ante las reclamaciones

de unos padres contrariados y envalentonados por el respaldo que les supone la solidaridad de otros padres envalentonados, o a la creatividad y al poner en práctica experiencias que realizan otras personas o que uno mismo ha descubierto leyendo y discutiendo;

- **rutina y rutinas:** con toda esa labor sorda de la falta de novedad y de innovación, y la reiteración de los ciclos escolares y de los temas y los exámenes y todo lo que supone volver a empezar otra vez lo mismo sin tener la menor esperanza de que surja lo inesperado;

- **desorientación:** ante tantos dimes y diretes, ante tantos planes y proyectos y contraplanes y reglamentos que desactivan la creatividad de algunos planes, ante la incoherencia de que lo que valió ya no vale y de que lo que no valía resulta que es lo que ahora se promociona;

- **contradicción:** porque son muchos los pro:

- **envejecimiento:** porque esta profesión tiene el peligro de hacerte envejecer en los mismos escenarios y en una

estructura cerrada y bloqueadora que no es capaz de regenerarse con las nuevas oleadas de infancia y juventud que pasan por la escuela sino que, más o menos incomprensiblemente, defiende del reactivarse;

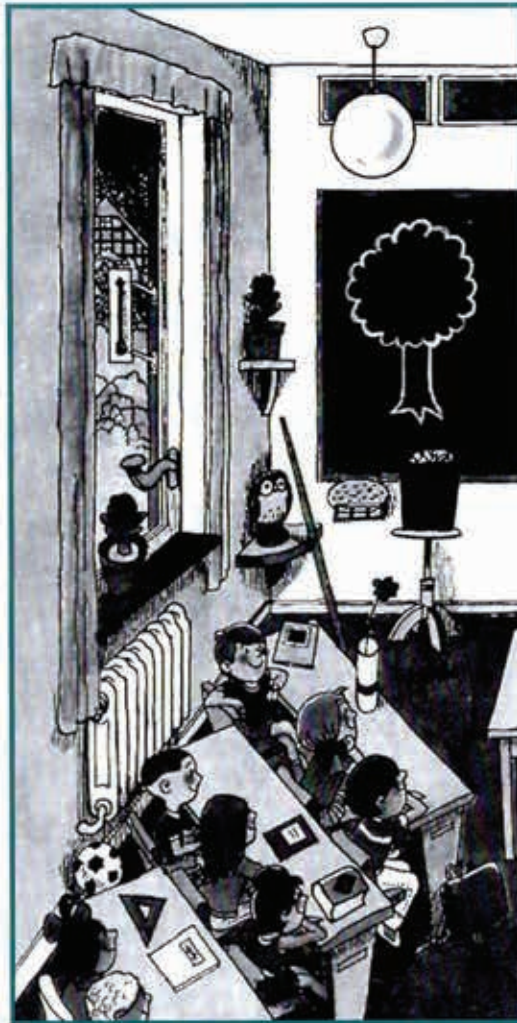
- **crisis de identidad profesional:** que no sólo se detecta en la versatilidad de los nombres que se le da (profesor, maestros, educador, enseñante, pedagogo, guía del aprendizaje ...) sino que, de hecho, se constata a la hora de pedirle a los profesionales que describan su profesión con la que se sienten identificados para dar razón de sí ante los demás y para poder autoevaluar su propio quehacer profesional;

- **lejanía:** de la vida, de los problemas reales de la vida, de tal manera que la escuela y lo que pasa en ella se ve y se vive como un paréntesis, como una reserva extraña de una cultura extraña, que no es la que anda por las calles ni por las salas de conciertos, ni por los mercados ni por las salas de fiestas, ni por los templos, ni por las aventuras deportivas o científicas ...

- **falta de seguidores:** de tal manera que los tutores no son capaces de brindar esta profesión como algo apetecible y mucho menos los padres cuando asisten a las opciones de carrera y profesión de sus hijos; sin caer en la cuenta de que los pueblos son lo que son sus maestros y educadores ... Pero desde su malestar sólo se cree que los pueblos son lo que les mandan ser los inventores de los slogans del comercio y de la vida, y los modelos de vida que presentan los medios de comunicación;

- **desafección social:** culminando la marginación al comprobar que se ha desmontado el aprecio del "maestro" de antaño y que hoy se les ve como los que "se han quedado en maestros" como el recurso de los que no han podido lograr otra cosa: ni siquiera se exige una alta calificación para su ingreso en la universidad;

en definitiva algo que es afín al estrés, a la depresión y a lo que se llama con mucha eficacia **malestar**.



profesional, el lugar de trabajo y el resto de los compañeros y alumnos.

Dicha dificultad adaptativa es fundamentalmente de tipo emocional y se caracteriza por una sensación de estrés permanente y agotamiento psicológico, con la sensación de incapacidad absoluta de adaptarse a las exigencias.

## 2. Cómo se vive:

### 2.1. A nivel personal.

Como desgaste personal y sensación de estar quemado.

### 2.2. A nivel de equipos docentes.

Como provisionalidad, inseguridad, incomprensión de la realidad. Dispersión hacia los intereses de cada cual.

### 2.3. A nivel del colectivo profesional en España.

Expectativas cada vez mayores para los alumnos.

La evolución de las tecnologías educativas que no están al alcance, ni teórico ni práctico, de los profesores españoles.

Aumento de todo tipo de exigencias desde el ministerio sobre el profesorado.

Conocimiento de los posibles estilos de interacción del profesorado con los alumnos. Depuraciones de profesores por sus errores y casi nulo reconocimiento de los buenos servicios prestados por los buenos profesores: tanto a nivel interno como de aireación en los medios de comunicación.

El aumento de la violencia y de las agresiones físicas hacia el profesorado.

El profesorado percibe más las exigencias que se les demandan que el proporcionarles las ayudas que necesitan.

### 2.4. A nivel del colectivo profesional en Europa.

Se responsabiliza a la educación y se le asignan funciones y responsabilidades sin dar recursos para poder lograr lo que se pide. Y con la sensación de una gran descoordinación. Y de no haber ni abordado ni resuelto las reestructuraciones indispensables para que la escuela puede realizar lo que se le exige.

## 3. Las causas:

### 3.1. Variables que intervienen.

### 3.2. Estructuras que se hacen operativas.

### 3.3. Hipótesis que se quedan en la superficie.

### 3.4. Hipótesis que se centran en el fondo.

Alguien, Forges, una vez dijo algo que suena a síntesis de

## 1. Descripción del concepto básico:

1.1. Por sinónimos - afines - equívocos - antónimos.

1.2. Por irisación de sus componentes básicos.

1.3. Por reflejo en los medios de comunicación social.

1.4. Por reflejo en los medios de investigación técnica.

1.5. Aventurando una definición.

Definimos el síndrome de "cansado" como la dificultad para adaptarse y adaptar las conductas a una situación laboral, caracterizada por una interacción negativa entre el

todas las causas posibles: "Ahora ya sólo queda arreglar todo".

Rigidez de los sistemas educativos y de la organización escolar. Inestabilidad de las políticas educativas. Fragmentación de las competencias. La prisa de los políticos por tener resultados de sus reformas. Sobrecarga de trabajo por incorporación de asignaturas o temas nuevos. Aumento de responsabilidades sin aumento de autoridad. Congelación de los salarios a las profesiones con similar nivel de cualificaciones. Uniformidad de los salarios sin remunerar la calidad del trabajo. Falta de horizontes y posibilidades limitadísimas de hacer carrera. Deterioro de los edificios, de las instalaciones y del material. Escasas posibilidades de perfeccionamiento profesional. Condiciones poco favorables para el trabajo en equipo. Tiempo insuficiente para las actividades extraescolares.

Las secuelas de todo ello son la baja estima social hacia los profesores y, por parte de éstos, la incertidumbre, el estrés físico y psíquico, la insatisfacción y, por último, el absentismo y las fugas de la profesión. (Fernández, José Antonio).

#### 4. Aventurando un diagnóstico de la situación:

##### 4.1. A nivel personal.

##### 4.2. A nivel de los profesionales.

##### 4.3. A nivel estructural.

Aprisionados entre la presión de las exigencias de la administración: unas nominales, otras utópicas, otras burocráticas y otras exigidas sin brindar los recursos para llevarlas a cabo en tiempo, espacio, capacitación técnica y procedimientos de evaluación.

#### 5. Las vías de solución:

##### 5.1. Recetas para emergencias personales ocasionales.

Del relax a la autocomprensión pasando por la organización de tiempos, espacios, recursos y reciclajes.

Controlar las propias actitudes. Buscar nuevos focos de interés personal y profesional. No maltratarse y saber utilizar apoyos creativos y animadores.

##### 5.2. Recomendaciones para los profesionales.

No convertir en culpabilidades personales las equivocaciones profesionales.

No dejar para mañana las cosas importantes. No contentarse con decir que la culpa no la tiene uno. Nunca negarse a tener en cuenta los nuevos datos que hay que tener en cuenta. No estar ausente ni de la vida ni de la escuela. Nunca empezar tirando la toalla. No perder el tiempo en los detalles accesorios que no resuelven los problemas.

##### 5.3. Actuaciones sobre las estructuras.

No convertir en problemas educacionales todos los problemas sociales pendientes. Pero aceptar que la educación tendrá que tomar postura ante esos problemas sociales: postura servil, dialéctica, dialogante o revolucionaria: revolucionando la sociedad o la estructura de la escuela que la está incapacitando para esa interacción creativa con los problemas de la sociedad.

#### 6. El debate sobre la reconversión de la estructura escolar:

Primero la reconversión industrial. Después la reconversión sanitaria. Y tendrá que llegar la reconversión educativa.

La escuela tendrá que dejar de ser "reserva" y tendrá que implicarse y dejarse desafiar por todos los avances que se han hecho extramuros

Las reconversiones las han motivado las revoluciones (más o menos pacíficas) científicas, técnicas y culturales en las que nos toca vivir. Aunque el detonante que dispara los mecanismos de reconversión siempre sean los datos económicos (con la ambivalencia que esto comporta).

Hay que reconvertir las antiguas estructuras y ordenanzas: habrá que lograr una escuela a un verdadero de sus clientes, sabiendo que el primer recurso son los trabajadores y en ellos debe incidir cualquier renovación o reconversión.

Una organización de la escuela horizontal y flexible. Aprender y trabajar en equipo. Con unos organismos centrales al servicio de la gestión autónoma, logrando que inventen en cada localidad nuevas formas de aprender y nuevas fórmulas de organizar los aprendizajes y los centros en que se aprende.

#### 7. Y para saber más:

##### 7.1. Libros seleccionados.

- 7.1.1. ABRAHAM, A: El enseñante es también una persona. Gedisa, 1986.
- 7.1.2. ESTEVE, J: Profesores en conflicto. Narcea, 1984.
- 7.1.3. ESTEVE, J: El malestar docente. Laia-Paidós, 1993.
- 7.1.4. ZUBIETA, J: Las satisfacciones e insatisfacciones de los enseñantes. CIDE, 1992.

##### 7.2. Artículos seleccionados.

- 7.2.1. CONSEJO EUROPA: Stress y fatiga del profesor. Revista Padres y Maestros nº 112, págs. 13-15.
- 7.2.2. DOMENECH DELGADO, Blanca: Introducción al síndrome "burnout" en profesores y maestros y su abordaje terapéutico. Revista Psicología Educativa, 1995, vol. 1, nº 1: págs. 63-78.
- 7.2.3. ESTEVE, J.M.: El profesorado: salud y absentismo. Revista Cuadernos de Pedagogía nº 234, págs. 69 - 71
- 7.2.4. ESTEVE, JM: El choque de los principiantes con la realidad. Revista Cuadernos de Pedagogía nº 220, págs. 58-63.
- 7.2.5. FERNANDEZ, José Antonio: Sobre el malestar de los profesores europeos. Revista Cuadernos de Pedagogía, nº 220, págs. 18-24.
- 7.2.6. GARRIDO, J: El director cansado. Revista Padres y Maestros nº 131, págs. 15 - 17.
- 7.2.7. NASSP: Stress y fatiga en la dirección de una escuela. Revista. Padres y Maestros nº 108, págs. 15 - 18.
- 7.2.8. TERILL, Jerry L.: ¿Cómo enfrentarse con el estrés de los directores en tiempos difíciles? Revista Padres y Maestros, nº 196, págs. 8 - 10