

---

**DISEÑO E IMPLEMENTACIÓN DE UNA INTERVENCIÓN EFICAZ Y ÚTIL PARA  
PROMOVER LA SALUD MENTAL EN DOCENTES Y EQUIPOS DIRECTIVOS  
PERTENECIENTES A LICEOS PRIORITARIOS DE LA CIUDAD DE CURICÓ**

**JEMIMA GONZÁLEZ IBARRA  
MAGÍSTER EN PSICOLOGÍA SOCIAL MENCIÓN DE GESTIÓN Y  
DESARROLLO DE ORGANIZACIONES SALUDABLES**

**RESUMEN**

En este trabajo se analizan e intervienen los estresores, estrategias de afrontamiento y manifestaciones del estrés en una muestra de 34 docentes de los Liceos prioritarios Fernando Lazcano y Luis Cruz Martínez de la ciudad de Curicó. El modelo teórico a la base es el de Lazarus y Folkman (1984, citado en Peiró, 2000). Para esto, se operacionalizan las variables de estudio, a través de la aplicación de los siguientes instrumentos. Para la identificación de estresores, se utilizó el Cuestionario de satisfacción laboral de Meliá y Peiró (1998); para la identificación de estrategias de afrontamiento, la Escala de evaluación de técnicas de afrontamiento o COPE (Carver, Scheier y Weintraub, 1989), y para la identificación de manifestaciones del estrés se utilizaron el cuestionario Maslach Burnout Inventory (1997) y General Health Questionnaire (GHQ-12) de Golberg (2003). Los resultados de esta evaluación ex ante indican que uno de los principales estresores existentes en el grupo docente, se asocia al ámbito de la participación, específicamente, la participación grupal, la cual constituye el factor que menos explica la satisfacción en el trabajo. En cuanto a las estrategias de afrontamiento, la más utilizada por los docentes y directivos, es la evitación, estrategia que a su vez, explica la baja realización personal. Remitiéndose a los resultados de las manifestaciones del estrés, se aprecia un alto riesgo de salud mental y Burnout (especialmente en la dimensión realización personal). La baja realización personal explica la sensación de sentirse “quemado” en el trabajo. En la etapa de diseño, estos resultados fueron discutidos por un Equipo Administrador del Cambio (compuesto por 8 docentes y 8 directivos), que bajo la Metodología ZOO (GTZ, 1983 en Fernández, 1989), identificó las principales problemáticas, objetivos y estrategias de solución. Este último aspecto, se dirige a la ejecución de tácticas vinculadas al mejoramiento de la salud mental de los docentes, como psicoeducación asociada a los factores de riesgo y protectores, desarrollo de estrategias de afrontamiento y trabajo en equipo (asociado a la participación grupal). Los resultados de la evaluación de las acciones emprendidas (evaluación

ex post), en función a la problemática detectada, indican que los docentes desarrollaron estrategias de apoyo social (centradas en el problema) para enfrentar los estresores, los cuales están constituidos por elementos del ambiente físico y por la participación. La participación es evaluada a un nivel medio de satisfacción, la cual sería explicada por el desarrollo de estrategias de apoyo social. En cuanto a las manifestaciones del estrés, existe un moderado riesgo de salud mental y de Burnout; la baja realización personal ya no sería la dimensión que más explicaría la sensación de sentirse quemado en el trabajo, sino que, después de la intervención, sería el cansancio emocional.