

# Riscs psicosocials a l'àmbit educatiu: Estrès, Burnout, Mobbing, Bullyng...

Maria Isabel Lujan Sureda

PROF. D'ENSENYAMENT SECUNDARI.  
PSICÒLOGA.  
MASTER EN PREV. DE RISCS LABORALS.

ELS riscos o "factors de risc" psicosocials han estat definits per l'Organització Internacional del Treball com "les interaccions entre el contingut, l'organització i la gestió del treball i les condicions ambientals, d'una banda, i les funcions i necessitats dels treballadors, per l'altra". Aquestes interaccions entre el treball, el medi ambient i les condicions d'organització, i les capacitats del treballador podrien exercir una influència nociva en la salut dels treballadors a través de les seves percepcions i experiències. Aquests problemes, d'origen psicosocial, per la freqüència i la incidència amb la qual es presenten, tenen greus repercussions sobre la salut de l'individu.

En el camp educatiu, l'estrès i la síndrome de burnout estan presents en els docents de primària i de secundària per múltiples motius, encara que, bàsicament, per l'existència d'una desproporció entre les demandes de tot tipus que la societat exigeix als docents i per la falta de recursos materials, humans i personals per a plantar-los cara de forma adequada, eficaç i gratificant. Els factors que incideixen més clarament en aquests processos són múltiples i variats: la notable intensificació de tasques i ritmes de treball,

l'empitjorament de les condicions laborals, la falta de reconeixement social de la tasca docent, l'absència de responsabilitat col·lectiva, la incorporació de les noves tecnologies, la pèrdua de valors, la problemàtica social, les dificultats derivades de la immigració, la diversitat a l'aula, els constants canvis curriculars, etc. Els treballadors del sector docent han hagut de realitzar un gran esforç per adaptar-se a tots aquests canvis escolars, la qual cosa ha perjudicat greument la seva salut i el seu benestar físic i psíquic.

Els riscos psicosocials en l'àmbit educatiu estan patents en tots els centres escolars. Hauríem de diferenciar alguns dels termes relacionats amb aquesta temàtica que s'han posat de moda i es confonen amb freqüència com són l'estrès, la síndrome de "burnout", el "mobbing" i el "bullyng".

## 1. ESTRÈS

L'estrès ha estat identificat com un dels riscos emergents més importants en el panorama laboral actual. L'estrès laboral pot definir-se com un conjunt de reaccions emocionals, cognitives, fisiològiques i del comportament, davant certs aspectes nocius del contingut, l'organització o l'entorn de treball. És un estat que es caracteritza per alts nivells d'excitació i angoixa, amb una freqüent sensació de no poder plantar cara a la situació. Però l'estrès no només està en funció de les demandes de l'entorn, sinó que depèn en gran mesura de la percepció que la persona té d'aquestes demandes i de la seva capacitat per a adaptar-se a elles.

## 2. BURNOUT

El "burnout" o síndrome d'estar "cremat" és una situació d'insatisfacció laboral en la qual el treballador es "crema".

Per les seves característiques el burnout és el problema de salut laboral més característic del professorat de primària i de secundària, ja que es dona en professionals que mantenen una relació constant i directa amb altres persones i que han dedicat molt d'esforç al seu treball: interès, dedicació, entusiasme, idees...

Les expectatives d'aquests professionals, que al principi eren de tipus vocacional, una manera d'ajudar als altres i de millorar les seves condicions de vida, en alguns casos es converteixen en l'origen dels seus fra-



L'AMOR ÉS CEC (LLUÍS MAICAS)

cassos. Aquesta situació provoca un desgast en el professorat que acaba per percebre exigències inassolibles en la seva tasca docent.

La síndrome de "burnout" està constituïda per:

- a) Una sensació d'esgotament emocional.
- b) Una actitud de desinterès cap a les persones en el tracte professional.
- c) Un sentiment d'improductivitat com a conseqüència de la manca d'èxit a nivell professional.

El treballador que pateix aquesta síndrome, passa per quatre fases en la seva vida laboral:

- 1ª.- Entusiasme: caracteritzada per les elevades expectatives laborals.
- 2ª.- Estancament: produïda per no poder complir les expectatives inicials.
- 3ª.- Frustració: en la qual comencen a sorgir els problemes emocionals, físics i conductuals. Aquesta fase és el nucli principal del "burnout".
- 4ª.- Apatia: constitueix el mecanisme de defensa enfront de la frustració.

Alguns experts consideren la síndrome de "burnout" com una de les possibles respostes a l'impacte acumulatiu de l'estrès laboral crònic. No obstant això, altres autors pensen que es tracta de l'estadi final d'un procés d'adaptació o d'inadaptació entre les demandes i els recursos del subjecte.

### 3. MOBBING

"Mob", en anglès, vol dir acorralar o assetjar. Aquest concepte fa referència a situacions de fustigació psicològica que es donen entre els membres d'una organització de treball. Ja que aquest tipus de problemes són propis de les organitzacions socials, també poden produir-se situacions de "mobbing" en altres àmbits distints del laboral, com el familiar, l'escolar, entre els veïnats, etc.

El "mobbing" és una situació de maltractament en la qual a l'acorralat li fan la vida impossible. Succeeix en els àmbits laborals on la violència física és substituïda per mètodes molt més sofisticats. Ataca la personalitat, dignitat o integritat física o mental d'una persona, posant en risc el seu lloc de treball o destruint l'harmonia en l'ambient laboral.

En el camp educatiu aquesta modalitat està perillosament instaurada en les universitats públiques, que per la seva idiosincrasia no estan lliures de l'assajament laboral. Almenys 20.000 treballadors universitaris, entre ells uns 12.000 professors, sofreixen assajament institucional en els seus centres acadèmics, segons càlculs del professor de la Universitat d'Alcalà, Iñaki Piñuel, autor del "Informe Cisneros" sobre l'extensió del "mobbing" a Espanya (Piñuel, 2001b). La xifra podria ser encara major, atès que moltes de

les víctimes no arriben a denunciar aquesta persecució. El problema és de tal magnitud que resulta la primera causa de baixa laboral entre el professorat universitari, segons es va informar en el "1r. Congrés Nacional sobre la Corrupció Pública a Espanya". L'assajament institucional causa estralls en el col·lectiu universitari i el nombre de professors en tractament psiquiàtric i amb seqüeles resulta alarmant, escandalós i intolerable.

Les raons d'aquest assajament poden derivar de la negativa de la "víctima" a participar de les irregularitats del centre o d'haver-se atrevit a denunciar-les. La situació s'agreuja encara més per les "connexions de persecució" sobre els denunciants, de manera que quan "cauen en desgràcia" en una universitat estan acabats en tot l'àmbit universitari espanyol. I aquesta amenaça també forma part del sistema de coacció en les institucions, tal i com afegeixen els organitzadors del congrés, que precisen que "la corrupció està estesa i hi ha rectors captius de les tribus que els varen dur al càrrec".

#### 4. BULLYNG

És un terme nou que prové de la paraula anglesa "bully", que significa gàngster, agressor, fanfarró. S'ha intentat traduir per bravejador, però no és el mateix.

El "bullyng" implica agressió física i psicològica, acompanyada d'amenaques, i s'aplica per a l'assetjament en l'àmbit escolar, entre nens i adolescents.

Sempre han existit assetjadors i fanfarrons. En el col·legi o en el treball. Entre iguals o amb abús de poder. El problema es planteja quan el sistema considera normal aquest assetjament, ho integra com a part de la carrera (treball) o del procés de creixement (escola) i, al no intervenir per a controlar-lo, ho fomenta.

## CONCLUSIONS

Si es toleren, "mobbing" o "bullyng", es fan crònics en el sistema; es veuen com a normals i, fins i tot, naturals. En conseqüència la situació evoluciona de tal manera que ni l'agressor té consciència de ser un torturador ni la víctima de ser perseguida.

L'assetjament escolar o laboral és un procés meticulós de destrucció amb petites actuacions que, aïllades, podrien semblar anodines, però, repetides constantment, tenen efectes devastadors. El brou de cultiu perquè aquests mesquins subjectes prosperin és un sistema cultural que funciona segons la "llei del més fort" (o del més indecent), en el qual l'honradesa es presenta com una debilitat.

Diuen els psiquiatres que l'assetjament és el resultat de la "mediocritat inoperant activa", un trastorn de la personalitat caracteritzat per l'ansia patològica de notorietat, que arriba fins a la impostura (amb l'apropiació del mèrit de les víctimes) i, sobretot, per una intensa enveja cap a l'excel·lència aliena, que procura destruir per tots els mitjans.

En els casos de "bullyng" i de "mobbing" les administracions han d'estar per a qualque cosa més que per tramitar les sol·licituds de trasllat o de baixa. Han d'obrir les seves portes per a escoltar i donar suport a les víctimes i desemmascarar als assetjadors en lloc d'encobrir-los.

Tant l'estrès, com el "mobbing" o la síndrome de "burnout" són causa d'absentisme laboral. D'altra banda, la coincidència d'alguns dels efectes que presenten sobre l'organisme no és casual. El treballador es troba indefens enfront de la situació que ha de resoldre: angoixa en el cas d'estrès, frustració en el cas del "burnout" i hostilitat en el cas del "mobbing".

A més el professorat està esgotat, saturat, deprimit, acorralat i cremat pel sistema, com bé relata Salvador García Jiménez en el seu llibre "Síndrome de burnout o el infierno de la ESO" (García Jiménez, 2001), per la qual cosa, si no s'augmenten les dotacions i les atencions en els centres educatius per resoldre i prevenir aquests riscos psicosocials, tant els que afecten els alumnes com els que actuen sobre els professors, hi ha molt poques possibilitats d'evitar-los. •

#### BIBLIOGRAFIA

- García Jiménez, S. (2001). *Síndrome de burnout o el infierno de la ESO*. Institut Alacantí de Cultura Juan Gil-Albert. Alacant.
- Peiró, J. M. (2000). *Desencadenantes del estrés laboral*. Editorial Pirámide. Madrid.
- Piñuel, I. (2001a). *Mobbing: como sobrevivir al acoso psicológico en el trabajo*. Editorial Sal Terrae. Santander.
- Piñuel, I. (2001b). *Informe CISNEROS II sobre "Violencia en el entorno laboral"*. Universidad de Alcalá de Henares. Madrid.

#### PÀGINES WEB

- [www.mtas.es/insht/index.htm](http://www.mtas.es/insht/index.htm)
- [www.istas.net](http://www.istas.net)