UNIVERSIDAD DE GRANADA

Centro de Investigación
Mente, Cerebro y
Comportamiento

Autoeficacia y bienestar en profesionales que trabajan en violencia de género

30/11/2023

Autoeficacia y bienestar en profesionales que trabajan en violencia de género: el papel de las experiencias de recuperación y el burnout

La violencia de género tiene consecuencias sobre las mujeres que la sufren y además, también impacta de forma negativa en las/os profesionales que trabajan en este área de la intervención social. Dada la complejidad de esta problemática, los y las profesionales se enfrentan a diferentes fuentes de tensión cada día. Las situaciones de estrés constantes y mantenidas en el tiempo pueden generar en este grupo de profesionales un estado de tensión emocional que incrementa el riesgo de padecer un desgaste profesional o burnout, lo que afecta a la calidad de la atención ofrecida a las víctimas que acuden a sus servicios. ¿Qué ocurre con este grupo de profesionales? ¿Creen que son capaces de afrontar la situación de forma eficaz? ¿Cómo se podría prevenir o mejorar su bienestar? ¿Podrían mejorar su bienestar si llevan a cabo estrategias de recuperación físicas y mentales?

Copyright© 2024 Universidad de Granada

Desde el Centro de Investigación Mente, Cerebro y Comportamiento de la Universidad de Granada (UGR), un grupo de investigadoras integrantes del Laboratorio de Psicología Social y Género (https://psygender-ugr.es/) y del grupo de Psicología de los Problemas Sociales (HUM-289, https://www.pps-ugr.es/labs/psicologia-social-y-genero/), llevaron a cabo una investigación con el objetivo de examinar si la autoeficacia—referida como las creencias y juicios que un individuo mantiene sobre sus propias capacidades para lograr una meta y/o afrontar de forma eficaz situaciones estresantes—y las estrategias de recuperación podrían disminuir el desgaste profesional, y aumentar en consecuencia, su bienestar psicológico.

Los resultados de esta investigación revelaron que la autoeficacia se asoció positivamente con el bienestar psicológico a través del incremento de las experiencias de recuperación (distanciamiento psicológico y relajación), y una disminución del desgaste emocional. Concretamente, altos niveles de autoeficacia se relacionaron con un mayor distanciamiento psicológico del trabajo, lo que condujo a un menor desgaste emocional y, consecuentemente, a un mayor bienestar psicológico. Similarmente, altos niveles de autoeficacia se asociaron con una mayor ejecución de actividades que inducen relajación, conllevando a un menor desgaste emocional y, esto, a su vez, a un incremento de los niveles de bienestar psicológico.

En conclusión, estos hallazgos ponen el acento en la necesidad de desarrollar programas de intervención dirigidos a mejorar la autoeficacia de los y las profesionales que trabajan en materia de violencia de género, lo que resulta esencial para mejorar su situación laboral y su salud, y optimizar tanto los recursos institucionales como la calidad de los servicios ofrecidos.

Referencia completa:

Beltrán-Morillas, A.M., Sánchez-Hernández, M.D., Herrera, M.C., Villanueva-Moya, L., & Expósito, F. (2023). Self-Efficacy and Well-Being in Professionals Working in Intimate Partner Violence: Recovery Experiences and Burnout as Associated Variables. Psychological Reports. 1-27. https://doi.org/10.1177/00332941231183331

Investigadoras de contacto:

Ana María Beltrán Morillas (@email)

Copyright© 2024 Universidad de Granada

María Dolores Sánchez Hernández (@email)

María del Carmen Herrera (@email)

Laura Villanueva Moya (@email)

Francisca Expósito (@email)

Copyright© 2024 Universidad de Granada