

Universidad de Extremadura

PROGRAMA DE DOCTORADO: “Investigación en la Enseñanza y el Aprendizaje de las Ciencias Experimentales, Sociales, Matemáticas y la Actividad Física y Deportiva” (R017)

NOMBRE Y APELLIDOS: JUANA MARÍA GUTIÉRREZ CABALLERO

TÍTULO TESIS: Satisfacción con la vida, resistencia ocupacional y ejercicio físico en maestros

DIRECTORES DE TESIS: Sebastián Feu Molina y Alberto Blázquez Manzano

Fecha de lectura: 17 de diciembre de 2020

Sobresaliente CUM LAUDE

INFORMACIÓN SOBRE LA TESIS

PALABRAS CLAVE: Actividad física, Resistencia ocupacional, Satisfacción vida.

KEY WORDS: Physical Activity, Occupational hardiness, Life satisfaction.

DESCRIPTORES UNESCO: (5803) Preparación y empleo de profesores, (6114) Psicología Social, (6306) Sociología del trabajo.

RESUMEN:

El presente estudio tiene por finalidad estudiar la satisfacción vital, personalidad resistente y los motivos, intención y práctica de actividad físico-deportiva de los docentes de Primaria e Infantil en España.

El diseño de la investigación tiene un enfoque cuantitativo, descriptivo, transversal, correlacional y predictivo, mediante encuesta online con muestreo incidental. La muestra se compone de 649 docentes en activo (77.3% mujeres y el 22.7% hombres).

El cuestionario se compone de: datos sociodemográficos, Cuestionario ocupacional de resistencia, Cuestionario de práctica de ejercicio físico actual-PACE, Cuestionario de motivos de práctica de la actividad física MPAM-R revisado, Cuestionario adaptado sobre la intención de ser físicamente activo – MIFA y Escala de satisfacción con la vida.

Los resultados muestran una valoración media positiva de la satisfacción con la vida $M=3.77 \pm .72$.

El árbol de clasificación mostró que los docentes con mayor satisfacción vital son los que están casados o viven en pareja, trabajan en la especialidad de Educación Física, Primaria, Infantil o Lenguas extranjeras, y llevan un estilo de vida activo.

La puntuación de la resistencia ocupacional es media alta $M=3.48 \pm .363$ (Escala Likert de 1-4), como en las dimensiones: *Compromiso* $M=3.68 \pm .400$, *Desafío* $M=3.51 \pm .461$ y *Control* $M=3.24 \pm .516$. La variable *Resistencia* es la que más contribuye a predecir la satisfacción con la vida. También se encontró una tendencia de que la práctica de actividad física con motivo de *diversión* predice significativamente la satisfacción con la vida.

Finalmente, sólo un 12,5% de los maestros son físicamente activos siendo los que más puntúan en todos los motivos de práctica.

ABSTRACT

The present study aims to study life satisfaction, occupational hardiness and the reasons, intention and practice of physical-sports activity of Primary and Pre-school teachers in Spain.

The design of the research has a quantitative, descriptive, transversal, correlational and predictive approach, by means of an online survey with incidental sampling. The sample consisted of 649 teachers in active employment (77.3% women and 22.7% men).

The questionnaire is made up of: sociodemographic data, Occupational resistance questionnaire, Current physical exercise practice questionnaire-PACE, Revised physical activity practice motives questionnaire MPAM-R, adapted questionnaire on the intention to be physically active - MIFA and Life satisfaction scale.

The results show a positive mean valuation of life satisfaction $M=3.77 \pm .72$.

The classification tree showed that the teachers with the greatest life satisfaction are those who are married or living in pairs, work in the specialty of Physical Education, Primary, Pre-school or Foreign Languages, and lead an active lifestyle.

The occupational resistance score is high mean score, $M=3.48 \pm .363$ (Likert Scale of 1-4), as well as in the *Commitment* $M=3.68 \pm .400$, *Challenge* $M=3.51 \pm .461$ and *Control* $M=3.24 \pm .516$ dimensions. The *Resistance* variable is the one that most contributes to predicting life satisfaction. Also, a trend was found that practicing physical activity for fun significantly predicts satisfaction with life.

Finally, only 12.5% of teachers are physically active and these teachers score significantly higher in all practice areas.