



Barómetro de empregabilidade sostible da Universidade de Vigo

Estudo nos mestrados
profesionalizantes

| CONCLUSIÓN

As principais conclusións resumen os factores que conforman a empregabilidade sostible dos estudantes dos mestrados profesionalizantes da Universidade de Vigo.

Antes de presentalas detállase o obxectivo do estudo, a metodoloxía utilizada, e as características da mostra de estudantes.

5.1 Obxectivo

O propósito do estudo é analizar a empregabilidade sostible dos estudantes dos mestrados profesionalizantes da Universidade de Vigo.

5.2 Metodoloxía

Coa finalidade anterior, realizouse un estudo de acordo ás seguintes especificacións:

5.2.1 A poboación

A poboación obxecto de análise está formada polos estudantes matriculados durante o curso académico 2021/22 nun mestrado profesionalizante dos que ofrece a Universidade de Vigo en calquera dos tres campus. En total ofrécense 33 mestrados nos que están matriculados 1.556 estudantes.

5.2.2 O procedemento de mostraxe

A selección da mostra realizouse a través dun procedemento aleatorio estratificado considerando dúas variables de estratificación. A primeira confórmase polas ramas de ensino - Artes e Humanidades, Ciencias, Ciencias Sociais e Xurídicas, Enxeñaría e Arquitectura e, Ciencias da Saúde-. Esta última rama

non ten representación na mostra ao non existir oferta de ningún mestrado profesionalizante por parte da Universidade de Vigo. A segunda variable considerada é o campus -Vigo, Ourense e Pontevedra-. Deste xeito, a mostra aproxímase á estrutura da poboación.

Adicionalmente, procurouse obter respostas de todas as titulacións de todos os mestrados profesionalizantes da Universidade de Vigo.

5.2.3 O tamaño da mostra

O tamaño da mostra ascende a 202 estudantes.

5.2.4 O erro de mostraxe

O erro de mostraxe sitúase no 6% considerando o tamaño da mostra (para un nivel de confianza do 95% e baixo as condicións de $p=q=0,5$).

5.2.5 A técnica de recollida de información

A recollida de información tivo lugar a través dun cuestionario estruturado ao que os estudantes podían acceder a través dunha ligazón electrónica ou dun código QR. Esta ligazón foi distribuído por medios electrónicos aos estudantes coa colaboración dos coordinadores de cada un dos mestrados.

5.2.6 O traballo de campo

O traballo de campo tivo lugar entre o 3 de xuño e o 20 de setembro de 2022, condicionando o seu inicio á finalización do período de prácticas na maioría dos mestrados.

5.2.7 A análise estatística

Os datos recolleitos foron analizados co fin de coñecer, por unha banda, o perfil da mostra e as características da empresa sobre a que o estudante vai avaliar a súa experiencia profesional. E, por outra banda, a percepción dos estudantes respecto dos factores que propician o seu empregabilidade sostible.

5.3 A mostra

Para a descrición da mostra analízanse as características do mestrado profesionalizante, as características persoais do estudante e as da empresa na que teñen experiencia.

5.3.1 Características do mestrado

En canto á titulación de mestrado, os máis representados na mostra son os de Profesorado en ESO, Bacharelato, Formación Profesional e Ensino de Idiomas dos campus de Ourense (12,38%) e de Vigo (8,42%), de Administración Integrada de Empresas e Responsabilidade Social Corporativa (6,93%), de Profesorado en ESO, Bacharelato, Formación Profesional e Ensino de Idiomas do campus de Pontevedra e de Comercio Internacional (ambos con 6,44%) e de Prevención de Riscos Laborais (5,94%).

En relación ao campus no que se imparte o mestrado, o 64,85% dos estudantes atópanse adscritos ao campus de Vigo, o 22,28% ao de Ourense e o 12,87% ao de Pontevedra. Estas porcentaxes

de representación aproxímanse á poboación de estudantes matriculados en cada titulación de mestrado.

Segundo a rama de ensino da titulación, o 68,81% dos estudantes da mostra están a estudar un mestrado de Ciencias Sociais e Xurídicas, o 20,30% de Enxeñaría e Arquitectura, o 6,44% de Ciencias e o 4,45% de Artes e Humanidades. Tamén neste caso a estrutura da mostra aseméllase á dos estudantes matriculados en cada rama.

Por último, e en relación ás prácticas que ofrece o mestrado, a maioría foi contratado pola empresa ao finalizar o período de prácticas (o 88,61%) fronte ao 11,39% que asegura que non conseguiu o traballo nese momento.

5.3.2 Características do estudante

Segundo o xénero, o 59,90% dos estudantes da mostra son mulleres e o 40,10% son homes.

De acordo á idade, a maioría non alcanzan os 31 anos (o 57,42%), o 15,35% sitúanse entre 31 e 35 anos, e o resto (o 27,23%) supera os 35 anos.

Unha análise da situación laboral actual dos estudantes pon de manifesto que o 23,76% dedícanse dun modo exclusivo aos seus estudos de mestrado mentres que o resto compatibilízalos cun traballo.

En canto á experiencia profesional, manifestan que a teñen o 28,20% dos estudantes mentres que o resto non ten experiencia máis aló da realización das prácticas no mestrado.

5.3.3 Características da empresa

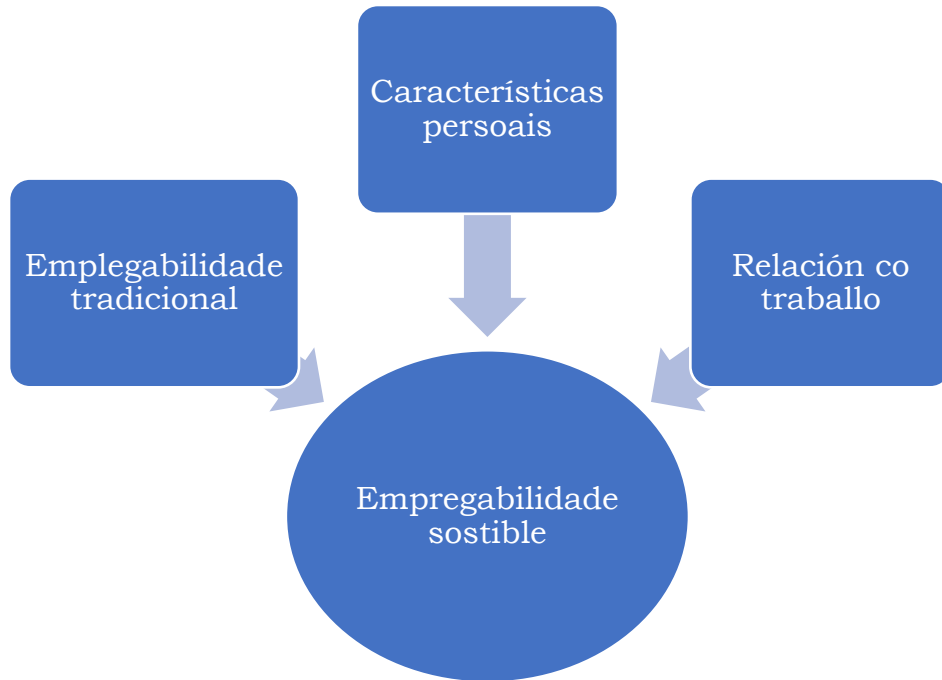
O principal sector de actividade no que se enmarcan as empresas nas que teñen experiencia os estudantes é o terciario (o 55,44%), seguido do secundario (o 32,18%) e do primario (o 12,38%).

Segundo o tipo de traballo que realizan, o 90,59% aseguran que é mental fronte ao 9,41% que manifesta que realiza un traballo físico.

5.4 A empregabilidade sostible

Neste apartado analízase a percepción dos estudantes respecto da súa empregabilidade sostible considerando os factores que a condicionan.

Así, a empregabilidade sostible confórmase a través de tres grandes bloques: a empregabilidade tradicional, as características dos individuos e a relación co traballo. Cada un destes bloques componse de variables que se miden a través dun conxunto de afirmacións, dada a súa complexidade conceptual.



Os estudantes valoran a empregabilidade sostible cunha puntuación xeral media de 3,99 sobre 5 puntos.

Os que máis a valoran son os de Enxeñaría e Arquitectura (4,09 puntos), seguidos dos de Ciencias Sociais e Xurídicas (3,98

puntos). Os que menos a puntúan son os de Artes e Humanidades (3,87 puntos).

A análise en detalle mostra que os estudantes consideran que as condicións que máis pensan que van ter ata a idade de xubilación, de media, son a de posuír coñecementos e habilidades e a de seguir realizando ben o traballo actual que posúen ata ese momento (ambas con 4,27 puntos). Séguelle que consideran que se manterán fisicamente ben ata a xubilación (4,18 puntos) e que estarán motivados no traballo ata ese momento (3,69 puntos). Por último, ofrecen unha menor puntuación ao valorar o interese por seguir traballando ata a idade da xubilación (3,61 puntos).

De acordo co xénero, a empregabilidade sostible mostra unha valoración media superior nos homes (4,04 fronte a 3,96).

5.4.1 A empregabilidade tradicional

A empregabilidade enténdese, baixo unha perspectiva tradicional, como a percepción dun individuo respecto da súa capacidade

para conseguir un traballo adecuado, conservalo e cambiar a outro se non estivese satisfeito.

A percepción da súa empregabilidade é valorada polos estudantes cunha puntuación media de 3,41 sobre 5 puntos.

En particular, os que mostran unha valoración media máis alta son os de Enxeñaría e Arquitectura (3,89 puntos), seguidos dos de Ciencias (3,63 puntos) e os de Ciencias Sociais e Xurídicas (3,32 puntos). Pola contra, os que menos a valoran son os de Artes e Humanidades (2,19 puntos).

A análise das afirmacións sobre empregabilidade mostra que a que máis valoran os estudantes é a seguridade que teñen en atopar traballo facilmente se empezan a buscar (3,53 puntos) e o convencemento de poder manter un traballo (3,51 puntos). Séguelle a posibilidade de atopar un traballo de inmediato de igual valor ao que teñen en caso de quedar sen aquel (3,32 puntos). E, por último, a menos valorada é a posibilidade de atopar un traballo de inmediato de igual valor en caso de non estar contentos co que posúan (3,25 puntos).

De acordo co xénero, unha análise da empregabilidade percibida polos estudantes mostra unha valoración xeral media maior nos homes (3,43 fronte a 3,39).

5.4.2 As características persoais dos estudantes

As principais características dos individuos xeradoras de empregabilidade sostible son as seguintes: a saúde xeral do individuo, o grao de fatiga que ten, as competencias, as calidades persoais, o nivel de formación e o nivel de resiliencia.

A saúde

Os estudantes valoran de media o seu estado de saúde xeral en 4,43 puntos sobre 5. Os estudantes das ramas de Ciencias e de Ciencias Sociais e Xurídicas son os que ofrecen as maiores puntuacións e por encima da media (4,85 e 4,50 puntos, respectivamente). Mentres, os de Artes e Humanidades son os que peor saúde consideran que teñen (3,67 puntos).

Se se analiza a saúde dos estudantes segundo o xénero aprécianse diferenzas ao considerar os homes que teñen mellor saúde (4,52, fronte a 4,37 puntos).

A fatiga

Os estudantes sitúan o seu nivel de fatiga de media en 3,34 puntos sobre 5. Só superan esta puntuación media os estudantes da rama de Ciencias Sociais e Xurídicas (3,42 puntos), valorándoa os estudantes do resto de ramas entre 2,90 puntos os de Artes e Humanidades e 3,22 puntos os de Enxeñaría e Arquitectura.

Unha análise da fatiga máis detallado pon de manifesto que reciben as maiores valoracións, por encima de 3 puntos, as afirmacións sobre o nivel de concentración do estudante (3,96 puntos), se consideran que están en forma (3,84 puntos), se os seus pensamentos divagan con facilidade (3,40 puntos), se se atopan mentalmente esgotados (3,36 puntos) ou se senten cansos (3,15 puntos). Reciben as menores valoracións as cuestións

relativas a se se cansan con facilidade (2,93 puntos) ou se fisicamente están esgotados (2,71 puntos).

Por xénero, a fatiga mostra unha maior valoración nas mulleres (3,42 fronte a 3,21 puntos).

As competencias

As competencias son agrupadas en catro: traballo autónomo e con outros, habilidades sociais, adaptación e eficacia no traballo.

Traballo autónomo e con outros

A capacidade do estudante para traballar dun modo autónomo e con terceiras persoas é valorada de media en 4,40 sobre o total de 5 puntos. Son os estudantes de Artes e Humanidades e os de Ciencias Sociais e Xurídicas os que ofrecen as maiores puntuacións (4,51 e 4,46 puntos, respectivamente), sendo os de Enxeñaría e Arquitectura os que menos consideran que teñen esta calidade (4,22 puntos).

En particular, os estudantes consideran que as maiores capacidades que teñen son as de traballar dun modo independente (4,72 puntos) e en equipo (4,65 puntos), redactar informes (4,54 puntos), escribir dun modo claro e metódico (4,51 puntos) ou utilizar os denominadas TICs (4,45 puntos). Pola súa banda, as menores valoracións xorden ao considerar a súa capacidade para expresarse oralmente (4,33 puntos), realizar presentacións (4,25 puntos) ou escribir e falar en idioma estranxeiro (3,79 puntos).

Segundo o xénero, o traballo autónomo e con outros é máis valorado de media polos homes que polas mulleres (4,48 fronte a 4,35 puntos).

As habilidades sociais

Os estudantes realizan unha valoración global das súas habilidades sociais de 4,26 puntos sobre 5. Os da área de Ciencias Sociais e Xurídicas e os de Enxeñaría e Arquitectura

ofrecen as maiores puntuacións (4,29 e 4,22 puntos, respectivamente), mentres que os de Artes e Humanidades, a menor (4,06 puntos).

En particular, as habilidades sociais que máis consideran que teñen os estudantes son a de interactuar con persoas de diferentes culturas (4,62 puntos) e a de negociar e chegar a acordos mantendo as formas (4,50 puntos). Séguenlle en importancia, a capacidade de mobilizar a outros (4,20 puntos), a de demostrar as súas calidades a terceiras persoas ou a de ter empatía (ambas con 4,19 puntos). As menos valoradas concrétanse en convencer aos empregadores do que valen (4,11 puntos) ou en facer valer a súa autoridade (4,00 puntos).

De acordo ao xénero, en xeral os homes consideran que teñen máis habilidades sociais que as mulleres (4,41 fronte a 4,15 puntos, respectivamente).

A adaptación

A competencia de adaptación é valorada de media, polo total dos estudantes, en 4,33 sobre 5 puntos. Todas as ramas mostran valoracións próximas, sendo as máis altas as ofrecidas polos estudantes de Ciencias Sociais e Xurídicas (4,35 puntos) e os de Artes e Humanidades (4,33 puntos). Pola súa banda, os estudantes de Ciencias son os que menos se adaptan, con 4,18 puntos.

A análise en detalle desta competencia mostra que os estudantes consideran que as capacidades que máis teñen, de media, son a de conseguir información para resolver problemas (4,60 puntos), a de adaptarse aos cambios (4,48 puntos), a de resolver problemas (4,43 puntos) e a de enfrontarse a situacións que non se esperan (4,40 puntos). Séguenlle, con valoracións similares, a capacidade para traballar baixo presión (4,28 puntos) e a de buscar reducir as debilidades propias dun modo metódico (4,23 puntos). Por último, as capacidades que mostran unha menor

puntuación son a de saber controlar as emocións (4,13 puntos) e a de identificar como senten en cada momento (4,06 puntos).

Esta competencia presenta diferenzas por xénero, sendo os homes os que ofrecen unha maior valoración (4,44 fronte a 4,25 puntos).

A eficacia

A competencia referida á eficacia do estudante recibe unha valoración media de 4,30 sobre 5 puntos. Os estudantes de Ciencias son os que máis eficaces se consideran, con 4,46 puntos, seguidos dos de Enxeñaría e Arquitectura (4,37 puntos). Os de Ciencias Sociais e Xurídicas son os que se consideran menos eficaces (4,26 puntos).

A afirmación en relación á eficacia que máis alta puntuación obtén é a que considera se o estudante reflexiona antes de tomar decisións (4,45 puntos) seguida, con valores próximos, pola de coordinar actividades (4,41 puntos) e a de pensar dun modo

analítico (4,38 puntos). Por outra banda, consideran con menor valoración a capacidade de planificar as tarefas (4,22 puntos) e de usar o tempo de maneira efectiva (4,02 puntos).

Tamén nesta competencia xorden diferenzas segundo o xénero, sendo os homes os que máis consideran que a teñen (4,41 fronte a 4,22 puntos).

As calidades persoais

As calidades persoais reciben unha valoración global do total dos estudantes, de 4,47 sobre 5 puntos.

Os estudantes da rama de Ciencias Sociais e Xurídicas son os que mostran unha valoración media máis alta (4,53 puntos), seguidos dos da rama de Enxeñaría e Arquitectura (4,36 puntos). Pola contra, os de Artes e Humanidades son os que ofrecen a valoración máis baixa (4,24 puntos).

A análise en detalle das calidades persoais mostra que a que os estudantes consideran que máis posúen é a responsabilidade

(4,73 puntos). Séguenlle, con valoracións similares, a facilidade para adquirir coñecementos novos (4,51 puntos), a de achegar novas ideas (4,50 puntos), a predisposición a aceptar responsabilidades (4,46 puntos) e a de saber prestar atención aos detalles (4,44 puntos). Por último, a calidade que mostra unha menor puntuación é a de saber cuestionar as ideas propias ou dos demais (4,19 puntos).

De acordo co xénero dos estudantes, son os homes os que ofrecen unha maior valoración (4,74 fronte a 4,72 puntos).

A formación

A formación é valorada de media polo total dos estudantes en 4,42 sobre 5 puntos.

Os estudantes que mostran unha maior valoración son os de Ciencias Sociais e Xurídicas (4,52 puntos), seguidos dos de Enxeñaría e Arquitectura (4,24 puntos). Pola contra, os que menos a valoran son os de Ciencias (4,17 puntos).

A análise en detalle da formación mostra que os estudantes consideran que as afirmacións que máis valoran, de media, son o desexo de seguir formándose ao longo de toda a súa vida (4,67 puntos) e a responsabilidade por manter e mellorar os coñecementos que posúen (4,58 puntos). Séguelle a consideración da formación como unha prioridade (4,40 puntos) e o dominio da área de estudos (4,27 puntos). Por último, atópase a posesión de coñecementos noutras áreas de estudo diferentes ás da súa titulación (4,19 puntos).

A formación presenta diferenzas por xénero, sendo os homes os que ofrecen unha maior valoración (4,52 fronte a 4,36 puntos).

A resiliencia

A capacidade dos estudantes para adaptarse ás adversidades mostra unha valoración media polo total dos estudantes de 4,17 sobre 5 puntos.

Os estudantes que máis consideran que a posúen son os de Ciencias Sociais e Xurídicas (4,22 puntos), seguidos dos de

Enxeñaría e Arquitectura (4,11 puntos). Pola contra, os que avalían a súa resiliencia con menor puntuación son os de Ciencias (4,01 puntos).

A análise en detalle da resiliencia mostra que os estudantes consideran que as capacidades que máis lles fan resilientes, de media, son a de resolver a maioría dos problemas co esforzo necesario (4,45 puntos), a de obrigarse a facer as cousas, queiran ou non (4,34 puntos) e a de atopar unha saída ante unha situación difícil (4,24). Séguenlle, con valoracións similares, a da confianza en manexar eficientemente situacións inesperadas (4,16 puntos) e a de manter a calma cando se enfrontan a dificultades confiando nas súas habilidades para afrontalas (4,08 puntos). Por último, a capacidade que mostra unha menor puntuación é a de despreocuparse ante non agradarlles a algunha persoa (3,78 puntos).

A resiliencia presenta diferenzas por xénero, sendo os homes os que ofrecen unha maior valoración (4,30 fronte a 4,09 puntos).

5.4.3 A relación co traballo

Neste apartado analízanse as características que definen como se relaciona o estudante co traballo e que propician a empregabilidade sostible dun individuo. En particular, analízase a capacidade de traballo, o rendemento no traballo, o compañeirismo, a motivación no traballo, a satisfacción no traballo, a necesidade de recuperación, o esgotamento mental, a influencia da situación persoal no traballo, a promoción do estilo de vida no traballo, o desenvolvemento persoal no traballo e o grao de absentismo.

A capacidade de traballo

A capacidade de traballo é valorada de media, polo total dos estudantes, en 3,81 sobre 5 puntos.

En detalle, os que mostran unha maior valoración son os estudantes de Enxeñaría e Arquitectura (3,88 puntos), seguidos dos de Ciencias (3,81 puntos). Pola contra, os que menos valoran

a súa capacidade para traballar son os de Artes e Humanidades (3,58 puntos).

A análise en detalle da capacidade de traballo mostra que os estudantes consideran que a que máis teñen, de media, é a capacidade de traballo en relación coas esixencias do posto (4,24 puntos). Séguenlle, a capacidade de traballo comparada coa mellor que tiveron ao longo da súa vida (4,01 puntos) e a que esperan posuír nos seguintes dous anos (3,72 puntos). Por último, a que mostra unha menor puntuación é a capacidade de traballo condicionada polas enfermidades que padecen (3,27 puntos).

Esta capacidade presenta diferenzas por xénero, sendo os homes os que ofrecen unha maior valoración (3,75 fronte a 3,70).

O rendemento no traballo

A valoración dos estudantes sobre o desempeño no traballo recibe unha puntuación media 4,57 sobre 5 puntos.

Os estudantes que maior valoración lle dan ao seu rendemento no traballo son os de Ciencias Sociais e Xurídicas (4,68 puntos), seguidos dos de Ciencias (4,44 puntos). Pola contra, os que menos valoran o seu rendemento son os de Artes e Humanidades (4,17 puntos).

A análise en detalle do rendemento mostra que os estudantes consideran que o que máis valoran deste é a realización das tarefas que se espera deles (4,73 puntos) e o cumprimento co que se lles encomenda (4,70 puntos). Séguelle a valoración sobre o bos que se consideran no seu traballo (4,51 puntos). Por último, valoran que o seu rendemento se sitúa por encima do que se espera deles (4,33 puntos).

Segundo o xénero, o rendemento presenta diferenzas, sendo os homes os que ofrecen unha maior valoración (4,65 fronte a 4,51 puntos).

O compañeirismo no traballo

A valoración dos estudantes sobre o compañeirismo no traballo recibe unha puntuación media 4,50 sobre 5 puntos.

Os estudantes que máis valoraron o compañeirismo son os de Ciencias Sociais e Xurídicas (4,66 puntos), seguidos dos de Ciencias (4,49 puntos). Pola contra, os que menos o valoran son os de Enxeñaría e Arquitectura (4,02 puntos).

A análise en detalle do compañeirismo mostra que os estudantes consideran que o desenvolven máis cando prestan axuda aos seus compañeiros nas tarefas (4,69 puntos) e cando lles ensinan a realizalas (4,50 puntos). Pola súa banda, o que menos consideran que fan é ofrecerse voluntarios cando xorden situacións inesperadas no traballo (4,30 puntos).

De acordo co xénero, o compañeirismo presenta unha valoración xeral media similar nas mulleres que nos homes (4,50 fronte a 4,49, respectivamente).

A motivación no traballo

A avaliación dos estudantes sobre a súa motivación no traballo é valorada cunha puntuación media de 4,02 sobre 5 puntos.

Os estudantes que máis valoran a súa motivación son os de Ciencias (4,18 puntos), seguidos dos de Ciencias Sociais e Xurídicas (4,04 puntos). Pola contra, os que menos consideran estar motivados son os de Artes e Humanidades (3,76 puntos).

A análise en detalle da motivación mostra que os estudantes consideran coa maior valoración media o estímulo por conseguir os obxectivos (4,47 puntos), a motivación por ascender no traballo se fose posible (4,35 puntos), a capacidade de traballar durante longos períodos de tempo (4,11) e as ganas de facer moitas cousas (4,07 puntos). Séguenlle, con valoracións similares, a consideración do traballo como retador (3,97 puntos), o nivel de enerxía que posúen (3,95 puntos) e o que lles inspira o traballo (3,80 puntos). Por último, mostran unha menor puntuación ao valorar a capacidade de obviar o que lles rodea mentres traballan (3,45 puntos).

Esta calidade presenta diferenzas por xénero, sendo os homes os que ofrecen unha maior valoración (4,04 fronte a 4,01 puntos).

A satisfacción no traballo

A avaliación que fan os estudantes sobre a súa satisfacción no traballo é valorada de media en 3,86 sobre 5 puntos.

En detalle, son os estudantes da rama de Ciencias Sociais e Xurídicas os que mostran unha valoración media máis alta (3,91 puntos) seguidos, coa mesma puntuación, dos de Ciencias e os de Ciencias Sociais e Xurídicas (ambos os 3,85 puntos). Pola contra, os de Artes e Humanidades son os que ofrecen a valoración máis baixa (3,69 puntos).

A análise da satisfacción mostra que os estudantes consideran que a afirmación máis valorada é o orgullo que teñen do traballo que realizan (4,02 puntos) seguida, coa mesma valoración, da felicidade que atopan no traballo cando están centrados no mesmo, así como da comodidade que senten mentres traballan (ambas con 3,96 puntos). A continuación, atópase, en xeral, a

satisfacción co traballo (3,87 puntos) e, coa menor valoración, a motivación de levantarse para ir traballar (3,47 puntos).

De acordo co xénero, a satisfacción presenta diferenzas, sendo os homes os que ofrecen unha maior valoración (3,93 fronte a 3,81 puntos).

A necesidade de recuperación tras o traballo

A necesidade de recuperarse tras o traballo mostra unha valoración xeral media de 3,42 sobre 5 puntos.

En detalle, os que mostran unha maior valoración son os estudantes de Artes e Humanidades (3,56 puntos), aos que lles seguen os de Ciencias Sociais e Xurídicas (3,48 puntos). Pola contra, os que menos a valoran son os de Ciencias (3,04 puntos).

A análise das afirmacións que detallan a necesidade de recuperación tras o traballo mostra que os estudantes consideran que as que máis valoran son a dedicación de tempo a outras persoas ao final da xornada laboral (3,93 puntos), a necesidade

de ter tranquilidade ao saír do traballo (3,88 puntos) e a avaliación de atopase moi esgotados ao final da xornada laboral (3,57 puntos). Séguenlle, con valoracións próximas, a recuperación tras o traballo no segundo día non laborable (3,14 puntos) e a dificultade que lles supón relaxarse despois dunha xornada laboral (3,04 puntos). Por último, e coa menor valoración, atópase a avaliación do cansazo ao final da xornada laboral como impedimento para facer ben o traballo (2,93 puntos).

Unha análise da necesidade de recuperación segundo o xénero reflicte que son as mulleres as que mostran unha maior puntuación media (3,46 fronte a 3,34).

O esgotamento mental

O esgotamento mental no traballo é valorado de media, polo total dos estudantes, en 2,97 sobre 5 puntos.

Os estudantes que mostran un maior esgotamento son os de Artes e Humanidades (3,50 puntos), seguidos dos de Ciencias Sociais e

Xurídicas (3,01 puntos). Pola súa banda, os que menos esgotados móstranse son os de Ciencias (2,68 puntos).

A análise en detalle mostra que as afirmacións que máis valoran son tanto as referidas ao cansos que se atopan cando se levantan pola mañá para ir traballar como a tensión que lles supón o traballo (ambas as con 3,27 puntos). Séguenlle, con valoracións similares, a intención dos estudantes de só querer facer o seu traballo e non ser molestados (2,98 puntos), a sensación de estar “queimados” polo traballo (2,87 puntos) e a perda de entusiasmo polo traballo (2,73 puntos). Por último, o que menos valoran é a perda de interese polo traballo (2,69 puntos).

Unha análise segundo o xénero reflicte que son as mulleres as que posúen un maior esgotamento mental (3,01 fronte a 2,90).

A influencia da situación persoal no traballo

A valoración do impacto negativo que a situación persoal dos estudantes poida exercer no seu traballo mostra unha puntuación media de 1,99 sobre 5 puntos.

En detalle, os estudantes que máis alto valoran esta influencia negativa son os de Artes e Humanidades (3,00 puntos), aos que lle seguen os de Ciencias (2,15 puntos). Pola contra, os que menos impacto consideran ter son os Ciencias Sociais e Xurídicas (1,89 puntos).

A análise das afirmacións que estudan esta influencia mostra que a máis valorada é a que afirma que os problemas da contorna persoal do estudante afectan o seu rendemento no traballo (2,39 puntos). Séguelle, con valoracións próximas, a falta de concentración no traballo debido á preocupación pola situación na súa casa (2,03 puntos), a falta de ganas de traballar por problemas coa súa contorna persoal (1,93 puntos) e o atraso en chegar ao traballo debido a obrigacións persoais (1,84 puntos). Por último, a menos valorada é a que considera que a situación na súa casa é a orixe de descarga de frustracións cos compañeiros (1,77 puntos).

A análise segundo o xénero mostra unha valoración da influencia no traballo debido á situación persoal superior nos homes (2,10 fronte a 1,92).

A promoción no traballo do estilo de vida

Os estudantes perciben que no traballo promóvense medidas que favorecen un estilo de vida saudable, cunha valoración media de 2,17 sobre 5 puntos.

Os de Enxeñaría e Arquitectura son os que mostran unha valoración media máis alta (2,72 puntos), seguidos dos de Ciencias (2,40 puntos). Pola contra, os que menos a valoran son os de Artes e Humanidades e os de Ciencias Sociais e Xurídicas (ambos con 2,00 puntos).

A análise en detalle do estilo de vida que propicia a empresa mostra que a promoción máis valorada é a da redución da tensión (2,29 puntos) e a do fomento dunha dieta saudable (2,23 puntos). Séguenlle, con valoracións próximas, a da actividade física (2,22 puntos) e a de evitar o tabaco (2,09 puntos). Por último, a promoción que menos observan é a de non consumir alcol (2,03 puntos).

Segundo o xénero, a promoción do estilo de vida no traballo reflicte que son os homes os que máis a perciben (2,23 fronte a 2,13).

A promoción do desenvolvemento persoal

O fomento no traballo do desenvolvemento persoal recibe unha valoración media, polo total dos estudantes, de 2,77 sobre 5 puntos.

En particular, os que mostran unha maior valoración son os de Enxeñaría e Arquitectura (3,49 puntos), seguidos dos de Ciencias (2,85 puntos). Pola contra, os que menos a valoran son os de Artes e Humanidades (1,89 puntos).

En detalle, o que máis valoran é a formación para mellorar a calidade do traballo (3,04 puntos), seguido do apoio dun *coach* no traballo co obxectivo de optimizar a súa carreira profesional (2,50 puntos).

Segundo o xénero, a promoción do desenvolvemento persoal no traballo reflicte que son as mulleres as que máis perciben que se dá (2,79 fronte a 2,73).

O absentismo

O absentismo que tiveron os estudantes no seu traballo debido a enfermidades é valorado cunha puntuación media de 0,72 sobre 5 puntos.

Os que mostran unha maior valoración son os de Artes e Humanidades (0,89 puntos), seguidos dos de Ciencias Sociais e Xurídicas (0,84 puntos). Pola contra, os que menos o puntúan son os de Enxeñaría e Arquitectura (0,34 puntos).

Segundo o xénero, a valoración do absentismo por enfermidades é maior nas mulleres (0,73 fronte a 0,70).