

Avaliação e Interpretação do Mal-estar Docente: Um Estudo Qualitativo sobre a Síndrome de Burnout

Mary Sandra Carlotto

Psicóloga; Mestre em Saúde Coletiva (ULBRA-RS); Doutora em Psicologia Social (USC/ES); Professora da Faculdade de Psicologia e do PPG em Psicologia (PUCRS).

E-mail: mscarlotto@pesquisador.cnpq.br; mary.sandra@puccrs.br

Adolfo Pizzinato

Psicólogo, Mestre em Psicologia Social e da Personalidade (PUCRS); Doutor em Psicologia da Educação (UAB/ES); Professor da Faculdade de Psicologia e do Programa de Pós-Graduação em Psicologia (PUCRS).

E-mail: adolfo.pizzinato@puccrs.br

Resumo

Professores estão expostos a diversos estressores ocupacionais que, se persistentes, podem levar à Síndrome de Burnout. Trata-se de um estudo qualitativo, realizado com oito professores de

ensino fundamental, em uma escola de Porto Alegre. O objetivo foi identificar o conhecimento, os sintomas, o processo e as consequências da Síndrome de Burnout nesses profissionais. As informações foram obtidas através de entrevista semiestruturada constituída de seis questões norteadoras e foram analisados seguindo a técnica de análise de conteúdo. Os resultados revelam que os professores possuem informações adequadas sobre a síndrome e também algumas distorções ao identificá-la como depressão. Apontam como sintomas aspectos comportamentais e físicos; e como determinantes assinalam as características pessoais do professor, as condições e organização de seu trabalho e a falta de recompensas. Quanto ao processo, referem ser lento e que culmina na incapacidade total de executar adequadamente sua função. Como ações, sugerem acompanhamento pessoal, mudanças organizacionais e sociais.

Palavras-chave: *síndrome de burnout; professores; saúde ocupacional.*

Evaluation and Interpretation of Discontents Teacher: A Qualitative Study about Burnout Syndrome

Abstract

Teachers are exposed to various occupational stressors which, if persistent, can lead to burnout syndrome. This is a qualitative study realized with eight elementary school teachers in a school in Porto Alegre. The purpose of this study was to verify the knowledge, the symptoms, the process and consequences of burnout syndrome in these professionals. The information was collected through semi-structured interview consisting of six guiding questions and was analyzed by the technique of content analysis. The results reveal that teachers have adequate information about the syndrome and also some distortions and they identify as depression. They point to behavioral symptoms and physical aspects, and as determinants indicate the teacher's personal characteristics, conditions and organization of work and lack of rewards. They refer be a slow

process and that culminates in the complete inability to adequately carry out their function. Teachers suggest actions of individual counseling, organizational and social changes.

Keywords: *burnout syndrome; teachers; occupational health.*

Evaluación e Interpretación del Malestar Docente: Un Estudio Cualitativo del Síndrome de Burnout

Resumen

Los maestros están expuestos a diversos estresores laborales que, si es persistente, podrían llevar al síndrome de Burnout. Este es un estudio cualitativo, llevado a cabo con ocho maestros de escuela primaria en una escuela en Porto Alegre. El objetivo fue identificar los conocimientos, los síntomas, el proceso y las consecuencias de estos profesionales síndrome de Burnout. La información se obtuvo mediante entrevista semiestructurada consta de seis temas principales y se analizaron siguiendo la técnica de análisis de contenido. Los resultados muestran que los profesores tienen información adecuada sobre el síndrome y también algunas distorsiones para identificarla como depresión. Señalar cómo aspectos conductuales y síntomas físicos; y marcar las características personales como determinantes de la profesora, las condiciones y la organización de su trabajo y la falta de recompensas. En cuanto al proceso, se refieren a ser lento y que culmina en una incapacidad total para realizar su función adecuadamente.

Palabras-clave: *síndrome de burnout; maestros; salud ocupacional.*

Évaluation et Interprétation du Malaise de L'enseignement: Une étude Qualitative du Syndrome de Burnout

Résumé

Enseignants sont exposés à divers facteurs de stress au travail qui, si persistante, pourraient conduire au Syndrome de l'épuisement. Il s'agit d'une étude qualitative, réalisée avec huit enseignants du primaire dans une école à Porto Alegre. L'objectif était d'identifier les connaissances, les symptômes, le processus et les conséquences de ces professionnels, Syndrome de l'épuisement. L'information a été obtenue grâce à l'entrevue semi-dirigée se compose de six numéros principaux et ont été analysés selon la technique d'analyse de contenu. Les résultats montrent que les enseignants ont une information adéquate sur le syndrome et aussi certaines distorsions pour l'identifier comme la dépression. Souligner comment les aspects comportements et les symptômes physiques; et marquer des caractéristiques personnelles comme déterminants de la professeur, les conditions et l'organisation de leur travail et l'absence de récompenses. En ce qui concerne le processus, se reporter à être lent et qui culmine dans l'incapacité totale d'exercer sa fonction convenablement.

Mots-clés: *syndrome de burnout; enseignants; santé au travail.*

Introdução

A docência é uma atividade complexa que exige intensa dedicação e envolvimento dos profissionais nela implicados (Carbonneau, Vallerand, Fernet & Guay, 2008). Ensinar é uma prática intelectual e moral com diversas contradições (Santoro, 2011). O impacto dos fatores estressantes sobre profissões que requerem condições de trabalho específicas, com grau elevado de relação com o público, como a do professor, tem sido estudado em vários

países sob a denominação de Síndrome de Burnout (SB). A SB é a intensificação da sintomatologia própria do estresse, sendo considerada a etapa final de progressivas tentativas malsucedidas feitas pelo indivíduo, em lidar com o estresse proveniente de uma variedade de condições de trabalho negativas (Kyriacou & Sutcliffe, 1978). Segundo Pines, Aronson e Kafry (1981) é um estado de diminuição do estado físico, emocional e mental, caracterizado por cansaço, sentimento de desamparo, desesperança, vazio emocional e pelo desenvolvimento de uma série de atitudes negativas frente ao trabalho, à vida e às pessoas.

A SB é um fenômeno psicossocial constituído de três dimensões: Exaustão Emocional, Despersonalização e Baixa Realização Profissional. A Exaustão Emocional caracteriza-se por uma falta ou carência de energia e um sentimento de esgotamento emocional. A Despersonalização ocorre quando o profissional passa a tratar os clientes, os colegas e a organização de forma impessoal. A Baixa Realização Profissional caracteriza-se por uma tendência do trabalhador em se autoavaliar de forma negativa, sentindo-se insatisfeito com seu desenvolvimento profissional, experimentando um declínio no sentimento de competência e na sua capacidade de interagir com as pessoas em seu trabalho (Maslach, Schaufeli & Leiter, 2001).

A SB em profissionais da educação é resultante da interação entre aspectos individuais e o ambiente de trabalho. Este ambiente não diz respeito somente à sala de aula ou ao contexto institucional, mas sim a todos os fatores envolvidos nesta relação, incluindo os fatores macrossociais, como políticas educacionais e fatores socio-históricos da profissão docente (Carlotto, 2010). Estudo qualitativo realizado por Assis (2006), com professoras de séries iniciais, identificou, como fatores de estresse e apontados como facilitadores do Burnout, as condições precárias e o excesso de trabalho, a falta de lazer, os baixos salários, os conflitos no trabalho e entre o trabalho e a família. Estes foram apontados como aspectos que causam os sentimentos de insatisfação, desmotivação e frustração, retratando condições de uma realidade escolar pouco estimulante para a rotina de trabalho docente. Outro estudo, também de delineamento qualitativo, desenvolvido com professores, por Santini e Molina (2005), descreve uma prática profissional

marcada por sentimentos negativos que comprometem a qualidade do trabalho, acumulando, com o passar do tempo, reações físicas e emocionais. Para os professores, essas vivências subjetivas de desgaste físico e emocional acumuladas no trabalho traduziram-se em sentimentos depressivos e em fadiga crônica, indicadores da SB.

O estresse ocupacional, além de afetar o clima escolar e diminuir o moral, impede a realização dos objetivos educacionais e aumenta a probabilidade dos professores abandonarem sua profissão (Yong & Yue, 2008). Há repercussões importantes no sistema educacional, especialmente nos alunos e na qualidade da sua aprendizagem (Codeiro et al, 2003).

Muitos esforços têm sido feitos para traçar um perfil do educador suscetível ao desenvolvimento de SB (Carlotto, 2011; Codo, 1999) e os fatores de estresse implicados nesse processo (Schwerdtfeger, Konermann & Schönhofen, 2008), principalmente a partir de investigações de delineamento quantitativo, sendo ainda incipientes estudos qualitativos (Carlotto & Câmara, 2008). Assim, este estudo exploratório de abordagem qualitativa buscou conhecer qual o nível de conhecimento sobre Burnout, seus sintomas, seu processo de desenvolvimento, suas causas, suas consequências e possibilidades de intervenção sob a perspectiva do professor.

Método

Participaram do estudo oito professores, de ambos os sexos, que desenvolvem suas atividades no ensino fundamental de uma escola pública estadual. Como critério de seleção, os professores deveriam já ter algum tipo de conhecimento sobre a Síndrome de Burnout. Assim, participaram sete mulheres e um homem com idades entre 27 e 62 anos, todos com formação superior ou cursando a mesma.

Como instrumento de pesquisa, foi utilizada uma entrevista semiestruturada, guiada por um roteiro de questões, o qual per-

mitia uma organização flexível e ampliação dos questionamentos à medida que as informações eram fornecidas pelo entrevistado (Duarte, 2004). Foi realizado um pré-teste a fim de verificar a estrutura e a clareza do roteiro, por meio de uma entrevista preliminar com dois professores de outra escola.

As questões que compuseram o roteiro foram elaboradas de acordo com o modelo de Sackmann (1992) para investigações de fenômenos psicossociais. Gil-Monte (2005) também utilizou o mesmo modelo em estudos de Burnout: Conhecimento sobre o fenômeno (definição e nível de conhecimento); Componentes descritivos (sintomas, sinais e critérios que, segundo os participantes, indicam que uma pessoa desenvolveu ou está desenvolvendo Burnout); Conhecimento axiomático (desencadeantes da Síndrome de Burnout); Atribuições analítico-causais (descrição do processo de Burnout); Atribuições causais-normativas (possíveis medidas e/ou recomendações para melhorar a situação e prevenir a Síndrome de Burnout). Estas se constituíram em categorias definidas *a priori* (Bardin, 1980), elaboradas a partir de palavras-chave contidas nas próprias perguntas.

Após obtenção da autorização para a realização do estudo junto à direção da escola, foram agendadas as entrevistas com os professores que confirmaram disponibilidade em participar. A entrevista foi realizada em sala específica da escola, local escolhido pelos entrevistados, assegurando-se, dessa forma, questões pertinentes ao sigilo. As entrevistas tiveram, em média, 40 minutos de duração e foram realizadas no mês de abril de 2009. As entrevistas foram gravadas e, posteriormente, transcritas na íntegra. Na sequência, foram analisadas e os dados organizados em códigos temáticos, originados da leitura, que geraram categorias interpretativas das respostas dadas pelas participantes (Bardin, 1980). O destaque dado a fragmentos de discursos pressupõe a apreensão do sentido desse fragmento na totalidade do pensamento do qual foi separado. A interpretação dos dados norteou-se pelos pressupostos defendidos por Minayo (1993): X, Y e Z, bem como foi discutida com base na literatura sobre o tema. Buscou-se, então, estabelecer uma compreensão contextual dos dados coletados, responder às questões norteadoras formuladas, ampliando o conhecimento sobre o assunto pesquisado de forma articulada ao

contexto socio-histórico do grupo social investigado. Mais do que estudar o fenômeno em si, busca-se entender seu significado para os que o vivenciam (Turato, 2005).

As classificações e os recortes dos relatos que originaram as codificações foram encaminhados a dois juízes, psicólogos pesquisadores com conhecimento do tema em estudo, para posterior cálculo de concordância, ou seja, para verificação da fidedignidade das subcategorizações realizadas pelos pesquisadores, a fim de evitar possíveis vieses e legitimar o sistema categorial desenvolvido para esse estudo (Belei, Gimenez-Paschoal, Nascimento & Matsumoto, 2008).

A pesquisa teve autorização do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Luterana do Brasil. Foram realizados os procedimentos éticos conforme resolução 196 do Conselho Nacional de Saúde (CNS), no que diz respeito à pesquisa com seres humanos (Brasil, 1997).

Resultados e Discussão

Ver tabela 1.

Conhecimento sobre o Fenômeno (Definição e Nível de Conhecimento)

Nos relatos dos entrevistados, identificam-se conteúdos que originaram subcategorias quanto ao âmbito de conhecimento da SB, expressos na forma de doença, depressão e estresse do professor. A SB, referida como doença, foi expressa pelo relato de uma das participantes, indicando uma adequada proximidade com seu conceito teórico, embora mais reconhecido pela dimensão de exaustão emocional. O reconhecimento de Burnout, enquanto doença indica uma leitura apropriada da realidade do estresse

Tabela 1.

Categorias e códigos definidos através da Análise de Conteúdo

Categorias	Subcategorias
Conhecimento sobre o fenômeno (definição e nível de conhecimento sobre a SB)	Doença
	Depressão
	Estresse do professor
Componentes descritivos (sintomas, sinais e critérios para identificar a SB)	Sintomas comportamentais
	Sintomas físicos e emocionais
	Distanciamento
	Características do professor
	Relação com o aluno
Conhecimento axiomático (fatores desencadeantes da SB)	Organização do trabalho
	Falta de reconhecimento
	Sobrecarga de trabalho
	Conciliar trabalho e vida pessoal
Atribuições analítico-causais (descrição do processo da SB de forma cronológica)	Ocorre ao longo do tempo
	Emerge de forma aguda
	Não é percebido pela pessoa
Atribuições causais-normativas (possíveis medidas para prevenir a SB)	Centradas no indivíduo
	Centradas na organização

ocupacional, tendo em vista que as leis brasileiras de auxílio ao trabalhador já contemplam a SB no Anexo II – que trata dos Agentes Patogênicos causadores de Doenças Profissionais – ao se referir aos transtornos mentais e do comportamento relacionados com o trabalho (Grupo V da CID-10) (Brasil, 2001). Mesmo reconhecida legalmente, fica clara a ideia da dificuldade em realizar o adequado diagnóstico devido às características do agravo, que não apresentam, em suas fases iniciais, sinais físicos em seu adoecimento. Já a identificação de Burnout pela dimensão de exaustão emocional, geralmente, ocorre porque é aceitável socialmente estar exausto em função do trabalho e, em muitos casos, o trabalho exaustivo faz com que o profissional seja mais valorizado, sendo inclusive reforçado pelos gestores institucionais. Ainda que não necessariamente seja o caso dos participantes, o discurso social de exaustão

é legitimado por uma série de comentários abonatórios, que nem sempre consideram de fato as implicações do sujeito no processo. A própria legitimação do discurso de exaustão coloca o sujeito em uma posição passiva, o desresponsabiliza do processo e com isso potencializa a sensação de impotência. No entanto, identificar a SB pela despersonalização ou baixa realização entra em desacordo com o que se espera de um bom profissional. Mesmo que o professor tenha sentimentos e comportamentos presentes nessas dimensões, é difícil assumir a existência de atitudes, no trabalho, como não tratar seus alunos com afetividade ou ventilar a possibilidade de que o trabalho que desenvolve não o realiza profissionalmente. Estas dimensões relacionam-se com a expectativa de pais, administração escolar e sociedade em geral, fazendo parte do perfil idealizado do professor (Carlotto & Palazzo, 2006). Pode-se observar o exposto no relato a seguir do P5:

É um estresse muito grande por parte de alguns profissionais, principalmente que trabalham com pessoas. É um cansaço, uma fadiga, uma falta de energia, a pessoa fica incapacitada de fazer as coisas. Não é que ela não queira, ela está incapacitada naquele momento. Fica difícil até para o médico diagnosticar porque não é uma doença que aparece com efeitos colaterais. Não é uma dor física, não é um arranhão, que tu vê, faz exame e vai dar positivo ou negativo. Para mim, é um assunto muito delicado, porque no momento que tu está, no início, pode ter vários caminhos. Pode ser uma doença física ou emocional, psíquica. (P5)

A SB é uma intensificação da sintomatologia própria do estresse, sendo considerada a etapa final das progressivas tentativas de lidar com as condições de estresse negativas (Kyriacou & Sutcliffe, 1978). O P7 exemplifica tal definição quando refere:

[...] é isso, tempo e acúmulo de situações complicadas. (P7)

Em outros dois relatos, percebe-se o emparelhamento de Burnout com depressão identificando a dimensão de despersonalização como consequência:

É um estresse comparado ou confundido com a depressão, só que mais forte. Quando a gente não quer acordar de manhã, sente que tanto faz dar a aula ou não. É isso que a gente passa a sentir tudo como um objeto, o aluno é só mais um objeto. (P8)

É pior que um estresse, chega a dar uma mistura de estresse com depressão. (P7)

Embora a experiência de Burnout tenha alguma relação com sentimentos de depressão, não são sinônimos (Bakker et al, 2000; Maslach & Jackson, 1981; Papastylilianou, Kaila & Polychronopoulos, 2009). Alguns sintomas são os mesmos da depressão, no entanto, o indivíduo com Burnout pode apresentar dificuldades em uma esfera de sua vida e funcionar muito bem em outras, ao passo que, na depressão clássica, os sintomas se manifestam em todas as situações de sua vida (Farber, 1991; Maslach, Schaufeli & Leiter, 2001). Além dessa questão, que pode ocorrer devido ao fato do correto diagnóstico somente ser realizado em suas manifestações mais graves, sendo a depressão uma delas, verifica-se a percepção de gravidade do quadro e das limitações impostas pelo adoecimento.

Outra fala identifica a SB como relacionada especificamente à atividade docente: *Conhecia como estresse do professor. É aquela coisa do desgaste do dia a dia que afeta teu trabalho, família, corpo.* Esse conhecimento pode estar relacionado ao crescente espaço que Burnout vem recebendo da mídia em geral, escolas, sendo pauta constante de debate e pesquisa por parte do sindicato de professores da região, por exemplo.

Componentes Descritivos (Sintomas, Sinais e Critérios que indicam que uma Pessoa Desenvolveu ou está Desenvolvendo Burnout)

Quando questionados acerca dos indicadores de que um

professor revelaria estar com Burnout ou desenvolvendo a mesma, verifica-se, nos relatos, a formação de três subcategorias: sintomas comportamentais, sintomas físicos e comportamentais e sintomas psíquicos e emocionais. França (1987) divide os sintomas de Burnout em quatro categorias: físicas, psíquicas, emocionais e distúrbios de comportamento. Físicas: sensação de fadiga constante e progressiva associada a distúrbios do sono. Dores de pescoço, ombros e dorso, crises de sudorese e cefaleia do tipo tensional. Também, podem ocorrer problemas gastrointestinais, perda de apetite, emagrecimento e diminuição de resistência a infecções. Psíquicas: diminuição da memória evocativa e de fixação e dificuldade de concentração. Há uma redução da capacidade de tomar decisões, fixação de ideias e obsessão por determinados problemas, geralmente pouco importantes, havendo uma tendência a ruminar pensamentos, gerando tensão e ansiedade. Não, raras vezes, ocorre o pensamento de abandonar a profissão. Emocionais: desânimo, perda do entusiasmo e da alegria, sentimento de autodepreciação e de culpa, pois, à medida que o desempenho profissional e social diminui, também, diminui a autoestima e a confiança em si mesmo. Distúrbios do Comportamento: tendência ao isolamento social, desinteresse pelas atividades ligadas ao trabalho e ao lazer, dificuldades de aceitar situações novas, preferindo manter-se em uma rotina que, aos poucos, vai se tornando cada vez mais limitada, ocasionando um comportamento estereotipado e inflexível. Capacidade de iniciativa, absenteísmo, incremento do uso de fumo, consumo de bebidas e de drogas tranquilizantes.

Verifica-se que predomina a identificação da síndrome pelas reações comportamentais expressas nas falas, a seguir:

Este professor não tem motivação pra fazer uma aula diferente, vontade de lançar desafios; ele não faz coisas novas porque não tem retorno do aluno. (P1)

Desinteresse completo, apatia, irritabilidade, uma certa, uma certa não, bastante mesmo [...] A gente se sente muito desmotivada e a gente mesmo se questiona, o que estou fazendo vale à pena? (P7)

Desmotivada, irritada, sem vontade de trabalhar.

Qualquer coisa é melhor do que estar dando aulas. (P8)

O desinteresse pelo trabalho tem sido apontado, por Pines e Aronson (1988), como importante desencadeador de Burnout, pois somente pessoas altamente motivadas podem desenvolver a síndrome. Pessoas com pouca motivação inicial em seu trabalho podem experimentar estresse, alienação, depressão, crises existenciais, fadiga, mas não Burnout. Segundo os autores, a SB é o resultado de um processo de desilusão, uma falha na busca de sentido para a vida de sujeitos altamente motivados para o trabalho. A crescente perda de motivação pelo trabalho desencadeia o pensamento de desistir da profissão, sendo essa desistência não necessariamente executada na saída comportamental do trabalho, mas na forma de demissão psicológica, isto é, realizando seu trabalho abaixo do seu potencial. Esta, talvez, seja a reação mais devastadora e prejudicial a ambos, professor e comunidade escolar.

Também há relatos apontando combinação de sintomas físicos e emocionais:

Eu fico com dor de cabeça, náuseas, tensão na coluna e tudo [...] aí começo a brigar em casa e achar um saco que ir pra escola. (P4)

O professor geralmente fica mais agressivo, fica esquecido. Dor de cabeça, enxaqueca. (P6)

Muito cansaço, desânimo, pânico perante alguns momentos, um nervosismo muito grande, tanto tu podes estar bem como não estar bem, pois o humor oscila várias vezes durante o dia. (P5)

O distanciamento, dimensão importante para caracterização da síndrome, fica evidente nos relatos que seguem:

[...] tu vai de qualquer jeito, só marca presença, não se envolve. O aluno não te interessa nem um pouco. (S8)

[...] não tem motivação, está fazendo uma coisa por fazer, tipo comer sem fome. Tu tens uma reação mecânica fren-

te os alunos, tu larga de mão. (P6)

O professor se distancia do aluno, pois esta é até uma forma dele se proteger. É tanto sofrimento, tanto desgaste, que tu acaba por criar essa armadura. (P7)

As pessoas se mobilizam no sentido de preservar sua integridade física e psíquica, endurecendo-se afetivamente, não se sensibilizando com os problemas insurgidos no trabalho, não se sentindo responsáveis por eles, não se mobilizando em buscar soluções, mas se defendendo de um ambiente que o agride (Santos, 2009). A utilização de estratégias de enfrentamento de caráter evitativo tem sido estratégia bastante relacionada ao desenvolvimento do Burnout (Carmona et al., 2006; Gil-Monte, 2005). Se, por um lado, o desligamento psicológico e as estratégias evitativas atenuam o sofrimento e retardam o surgimento da SB em sua fase mais grave, a da impossibilidade total para o trabalho; por outro lado, impedem o prazer no uso pleno do potencial que o trabalho tem, enquanto instância de realização e promoção de saúde mental, ainda mais se considerarmos o papel que o trabalho desempenha na constituição identitária do sujeito. É importante destacar que o professor, mesmo apresentando sinais importantes de desgaste físico, emocional e comportamental, que comprometem a qualidade do seu trabalho e aceleram seu processo de adoecimento, permanece trabalhando.

Conhecimento Axiomático (Desencadeantes da Síndrome de Burnout)

Quando indagados sobre as causas que levariam o professor a desenvolver Burnout, observou-se a formação de subcategorias, como: fatores atribuídos a características do professor, organização do trabalho, relação com aluno, falta de reconhecimento, sobrecarga de trabalho e conciliar trabalho e vida pessoal. A atribuição às características do professor é evidenciada na seguinte fala: *O professor é na sua maioria muito jovem não conseguindo ter paciência (P1).*

Essa colocação sugere o que se conhece como uma tendência do trabalhador em atribuir a si e às suas características a responsabilidade pelo adoecimento. Essa questão é importante, necessitando de esclarecimentos, uma vez que hoje está consolidado o conhecimento de que *Burnout não é um problema do indivíduo, mas do ambiente social no qual ele trabalha* (Maslach & Leiter, 1997, p. 18). Vários estudos têm demonstrado a predominância dos fatores organizacionais como preditores da SB (Klusmann et al., 2008; Maslach, Schaufeli & Leiter, 2001).

Neste sentido e já mais próximo, tratando-se de conhecimento atual, verifica-se atribuição de fatores provenientes da organização do trabalho entre os agentes desencadeadores da SB, nos depoimentos dos professores entrevistados:

É um trabalho que tem muitas cobranças e tem gente que não consegue lidar com elas” (P2, P3).

Acho que é pegar muitas coisas pra fazer ao mesmo tempo, pegar muitas responsabilidades, tu pegas muitas coisas pra defender a parte monetária. (P6)

Eu tenho este ano quase 400 alunos. Chega-se por trimestre a 3.013 trabalhos. Os alunos não entregam os trabalhos na data e o professor não consegue se organizar. (P2)

[...] às vezes, falta de tempo pra você ter pra ti mesmo. Falta de apoio pedagógico, com os alunos complicados, que é a grande parte, enfim, são muitas coisas que agora nem lembro mais. (S7)

Pessoas que estão atrás das mesas sem saber a realidade. Eles querem é números, aproveitamento, eficiência, mas parece que trabalham ao contrário: as salas lotadas, as escolas com pouco apoio. (P4)

De acordo com Freudenberg (1974), é comum haver intensa sensação de frustração, em relação ao trabalho, decorrente da pressa em executar o mesmo por excesso de serviço. Percebem-se, então, sentimentos de frustração e de impotência frente aos estressores provenientes da organização de trabalho e do quan-

to não dispõem de apoio e recursos para controlar os mesmos. É evidente a pressão, sobrecarga e o sentimento de incompreensão frente ao exercício profissional. Segundo Woods (1999), a presença desses estressores é decorrente do processo de proletarização e da precarização das condições de trabalho dos profissionais da educação. Há uma preocupação em manter e promover a eficiência com redução da amplitude de atuação do trabalho, as tarefas de alto nível são transformadas em rotinas, aumento da subserviência a um conjunto de burocracia e poucas oportunidades de trabalho criativo. A esses aspectos adiciona-se a diversificação de responsabilidades com maior distanciamento entre a execução – realizada pelos professores – e o planejamento das políticas que norteiam seu trabalho, elaboradas por outras pessoas.

A evolução do contexto social fez com que se modificasse o sentido das instituições educativas, com a conseqüente necessidade de adaptação à mudança. Os professores, segundo Esteve (1999), adquiriram sua formação voltados para objetivos de um sistema projetado a um ensino de qualidade, tendo que atuar em outro cenário, no ensino de massa. Devido a essa massificação, não é possível assegurar a todos os alunos o sucesso, tampouco um trabalho de acordo com sua formação. Os professores sofrem as conseqüências da exposição a um crescimento da tensão no exercício de seu trabalho, cuja dificuldade aumentou fundamentalmente pela fragmentação da atividade do professor e pelo acréscimo de responsabilidades exigidas, sem que haja meios e condições necessárias para responder adequadamente.

Neste contexto, as mudanças também se fazem presentes na relação professor-aluno. Para muitos professores, é essa relação, na qual se estabelece a busca do sucesso da aprendizagem, a principal razão de escolha da profissão e, geralmente, uma das principais causas de satisfação no trabalho, assim como sua insatisfação é razão de desilusão e sofrimento.

A tensa relação com o aluno tem sido apontada como um dos principais estressores que podem conduzir ao desenvolvimento de Burnout em professores (Carlotto & Palazzo, 2006; Yong & Yue, 2008):

Teve um dia, aqui na escola, no início do ano, eu estava grávida de sete meses, e uns alunos disseram que que-

riam me dar uma 'gravata' pra que eu perdesse o bebê. Foi uma agressão psicológica, eu não conseguia mais dar aulas direito, ficava de costas com medo. Pensava: nossa, elas vão me pegar. Até hoje, quando lembro, me dá uma emoção forte e fico triste, emocionada. (P8)

Tem dias que tu não consegue dar uma aula e tem que brigar e brigar e não é meu temperamento brigar. Tem professores que levam empurrão, que são chamados de tudo. O professor se distancia de tudo quando o aluno começa a lhe agredir. (P2)

Cada um se fecha no seu mundo [professor e alunos], vive no seu mundo e meio que se digladiam, brigam, cada um tentando marcar seu território, os alunos não despeitam, desafiam. (P7)

A essas questões soma-se a indicação do sentimento de insatisfação no trabalho como uma das causas de Burnout, sendo esta relação já demonstrada de na literatura (Gil-Monte & Peiró, 1997) e, sendo explicitada na opinião do P4:

Acho que é a insatisfação com seu próprio trabalho. Achar que não está fazendo bem. Mas também que não está fazendo melhor porque não tem um incentivo a mais. A gente faz um trabalho, elabora e diz: Vai ser o máximo! Mas os alunos não percebem como tal. Tu não vê resposta também dos pais, dos alunos, da direção, ou das pessoas que pagam a gente, o Estado. O aluno te diminui cada vez mais. O investimento que tu faz é maior do que o que tu ganha, tanto de tempo como financeiro. (P4)

Professores são comprometidos com o trabalho e se envolvem intensamente com suas atividades, se sentindo desapontados quando não recompensados por seus esforços (Farber, 1991). Sentir que seus esforços não são proporcionais às recompensas obtidas e que futuros esforços não serão justificados ou suportados torna-os vulneráveis ao Burnout. A figura do professor, atualmente, diferencia-se em muito daqueles que inspiraram a opção docente, no gozo de prestígio e na valorização do estatuto social de sua práti-

ca. Ser professor, hoje, representa um grande desafio de resistência e coragem, contrariando a visão tradicional de profissão segura e vantajosa, que já foi no passado (Moura, 1997). A falta de reconhecimento e valorização é verificada na fala de P8, para a entrevistada, uma das causas de Burnout é a

falta de valorização, não se sentir valorizado pelo que faz. Professor perde o valor. Eu acho que o que leva a desenvolver a síndrome é não se sentir valorizado mesmo. (P8)

Outra causa levantada é o conflito trabalho-família. De acordo com Arroyo (2000), poucos trabalhos se identificam tanto com a vida pessoal do sujeito como o do professor. Os tempos de escola, para o autor, invadem todos os outros tempos. A nova organização do trabalho já não permite ao professor atender, no horário acordado por contrato, todas as suas atribuições. Sendo assim, ocorre o conflito entre o trabalho e vida pessoal (Carlotto, 2010), trazendo repercussões e questionamentos importantes na qualidade do trabalho oferecido, sendo esses aspectos retratados no relato do P8:

A pessoa não tem tempo pra lazer quando só trabalha, e nos fins de semana, não consegue se desligar dos alunos, dorme e acorda sem pensar em mais nada, quando não consegue fazer um trabalho bom com seus alunos, aplica as provas e a maioria vai mal, leva o professor a pensar em seu trabalho, se está passando corretamente. (P8)

Esteve (1999) questiona se, com todas essas circunstâncias indicadas pelos professores como causadoras de Burnout, não se estaria criando uma nova classe docente esmagada pela inutilidade de seus esforços, sem ilusão em sua tarefa, frustrada em sua vocação. Fatores que, não há dúvidas, abrem portas para o desenvolvimento de Burnout.

Atribuições Analítico-causais

Nos relatos dos professores, quanto ao processo de Burnout, identificam-se três subcategorias: Burnout como processo que se

desenvolve ao longo do tempo, ocorrência de forma aguda e um processo não percebido pelo sujeito. A SB é um processo paulatino e cumulativo, com incremento progressivo em termos de severidade (Domenéch, 1995). Sua evolução pode levar anos, até mesmo décadas (Rudow, 1999).

A compreensão, adequada à realidade, de ser um processo lento, que se desenvolve ao longo do tempo, é explicitada na fala a seguir:

É um processo gradual, a pessoa vai até criando ojeriza à escola, pois ele não está sendo acolhido naquele espaço, não está sendo bem tratado, e isso vai o afetando psicologicamente. Ao longo do tempo, acontece a sobrecarga, como aquela metáfora do balde que a água vai pingando até transbordar [...] tu chega num ponto que tu se desmotiva totalmente, que tu fica doente. É como um copo d'água, um pinguinho de cada vez. (P1)

Como uma reação aguda, verifica-se na seguinte colocação:

É o vulcão em erupção. Está adormecido, mas pronto para explodir. (S3)

Já o fato da pessoa não perceber o processo de adoecimento fica claro na verbalização, a seguir:

Ao longo do tempo, a pessoa pensa que vai passar e não se dá conta que o processo aumenta. Passa tão rápido e não se percebe. Quando se dá conta, já desenvolveu. (P8)

Esse entendimento corrobora o já apontado na literatura. A SB dificilmente é percebida nos estágios iniciais, o indivíduo, geralmente, recusa-se a acreditar na possibilidade de estar acontecendo algo de errado com ele (Rudow, 1999). Essa questão é importante, uma vez que dificulta a atuação preventiva sobre o Burnout, demonstrando a importância dos fatores de risco e sinais precoces de adoecimento.

**Atribuições Causais-normativas (Possíveis
Medidas e/ou Recomendações para Melhorar a**

Situação e Prevenir a Síndrome de Burnout)

Os relatos dos professores apontam para soluções que envolvem ações centradas no indivíduo e ações centradas na organização do trabalho. A subcategoria que envolve medidas centradas no indivíduo é representada nas falas a seguir:

Acho que toda escola deveria ter um psiquiatra, um psicólogo, uma pessoa que acompanhe, que tenha o mínimo de conhecimento, que detecte, chame o professor e o encaminhe, se for o caso. (S3)

Quando o professor começa a se sentir exausto emocionalmente está na hora dele pedir uma licença, falar com a equipe da escola, solicitar todo o apoio. (S2)

É ter uma válvula de escape. Dar aula é bom, mas às vezes tem coisa que tu gosta mais, mas não te dá o retorno monetário. Eu gosto de mexer na terra, dos meus bichos, são coisas que tu consegue escapar, botar a agressividade pra fora. Caminhar, academia, dançar. (S6)

A gente ter um pouco de tempo pra gente, né? Ajudaria ter alguma coisa que a gente pudesse se cuidar, algumas técnicas de relaxação, meditação. Ter um trabalho com profissionais da área da saúde mental, pra trocar umas ideias, clarear um pouco. (S7)

As falas reforçam o entendimento de Burnout como um problema do indivíduo, sendo, portanto, este o responsável por sua resolução. Esta visão, embora popular, é errônea, pois a pessoa acredita que está passando por uma crise e acha que ela é a única responsável pela resolução da mesma (Maslach & Leiter, 1997). Esta compreensão deve ser clareada à medida que exige a organização de efetuar as mudanças necessárias para prevenir ou erradicar o Burnout. A ideia não é menosprezar ações importantes relacionadas à qualidade de vida de uma maneira em geral, mas alertar o professor que ações individuais não resolvem o problema, podendo inclusive tornarem-se mais um estressor na sua já complexa e

variada rotina de vida e de trabalho.

As ações centradas na organização são colocadas indicando a necessidade de apoio social, sendo esse aspecto uma importante causa de Burnout (Pines, Aronson & Kafry, 1981), principalmente oriundo de colegas de trabalho, pois estes proporcionam apoio informal de amizade, bem como emocional (Gil-Monte & Peiró, 1997).

É preciso mais apoio no lado humano” (P4). “Respaldo dos colegas, das pessoas que percebem, que dão um alô. As pessoas têm que aprender a olhar as pessoas, aquela coisa do abraço, do dar um tudo bom? Como uma visita que se trata com carinho e mimos, tu deverias ser tratado assim na escola. (P5)

Já a colocação do P8 especifica importantes questões que dizem respeito à organização do trabalho em um sentido bastante amplo:

Acho que é até sonho, um conjunto de coisas da direção, do governo, professores do Estado, que é minha realidade. Diminuir os alunos em sala de aula, mais limites, mais tempo pra planejamento. (P8)

Destaca-se, nessa fala, que condições de trabalho legítimas, adequadas e necessárias adquirem, nesse contexto, projeção de sonho.

Considerações Finais

Conteúdos importantes figuram nas entrevistas dos participantes, caracterizando um entendimento claro de vários aspectos da SB, mesmo sem nomeá-la explicitamente. Boa parte dos conteúdos das entrevistas organizam uma noção clara de aspectos concernentes às suas causas, sintomas e conseqüências, mesmo que nem sempre conseguindo identificar os aspectos mais institucionais envolvidos no processo, caracterizando uma leitura predominante-

mente individualista do fenômeno. Os resultados revelam também a necessidade de intervenções que possam ampliar e aprofundar o conhecimento atinente a esse importante fenômeno psicossocial, o qual acomete professores de todos os níveis de ensino, desse modo, agindo como forma de prevenção, principalmente se pensarmos no âmbito institucional de prática docente.

Os professores, com base na experiência e no conhecimento construído a partir do exercício profissional, podem contribuir sobremaneira para propostas locais de intervenção. Tais propostas, no entanto, devem privilegiar uma ação conjunta, entre professor e comunidade escolar, na busca de alternativas para possíveis modificações, não apenas na esfera microsocial do trabalho e das relações interpessoais que o envolvem, mas, também, na ampla gama de fatores macro-organizacionais que determina aspectos constitutivos da cultura organizacional e social na qual o docente exerce sua atividade profissional.

Referências

- Arroyo, M. G. (2000). *Ofício de mestres: Imagens e auto-imagens*. Rio de Janeiro: Vozes.
- Assis, F. B. (2006). *Síndrome de Burnout: Um estudo qualitativo sobre o trabalho docente e as possibilidades de adoecimento de três professoras das séries iniciais* (Dissertação de Mestrado não publicada). Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, MG.
- Bakker, A. B., Schaufeli, W. B., Demerouti, E., Janssen, P. P., Van Der Hulst, R., & Brouwer, J. (2000). Using equity theory to examine the difference between burnout and depression. *Anxiety, Stress and Coping*, 13(3), 247-268.
- Bardin, L. (1980). *Análise de conteúdo*. Lisboa, Portugal: Edições 70.
- Belei, R. A., Gimenez-Paschoal, S. R., Nascimento, E. N., & Matsumono, P. H. V. R. (2008). O uso de entrevista, observação e vide gravação em pesquisa qualitativa. *Cadernos de Educação*, 30, 187-199.
- Carbonneau, N., Vallerand, R. J., Fernet, C., & Guay, F. (2008). The role of passion for teaching in intrapersonal and interpersonal

- outcomes. *Journal of Educational Psychology*, 100(4), 977-987.
- Carlotto, M. S. (2010). *Síndrome de Burnout: O estresse ocupacional do professor*. Canoas, RS: Editora da Ulbra.
- Carlotto, M. S. (2011). Síndrome de Burnout em professores: Prevalência e fatores associados. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 27(4), 403-410.
- Carlotto, M. S., & Câmara, S. G. (2008). Análise da produção científica sobre Síndrome de Burnout no Brasil. *Psico-PUCRS*, 39(2), 152-158.
- Carlotto, M. S., & Palazzo, L. S. (2006). Síndrome de burnout e fatores associados: Um estudo epidemiológico com professores. *Cadernos de Saúde Pública*, 22(5), 1017-1026.
- Carmona, C., Buunk, A. P., Peiró, J. M., Rodríguez, I., & Bravo, M. J. (2006). Do social comparison and coping styles play a role in the development of burnout? Cross-sectional and longitudinal findings. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 79(1), 85-99.
- Codeiro, J. A. C., Gullén, I. G., Gala-León, F. J. L., Lupiani, M. G., Benítez, A. G., & Gomes, A. S. (2003). Prevalencia del síndrome de Burnout en los maestros: resultados de una investigación preliminar. *Psicología*, 7(1). Recuperado de <http://132.248.25.54/articulo12.html>
- Codo, W. (1999). *Educação: Carinho e trabalho*. Petrópolis, RJ: Vozes.
- Domenéch, B. D. (1995). Introducción al Síndrome "Burnout" en profesores y maestros y su abordaje terapéutico. *Psicología Educativa*, 1(1), 1-16.
- Duarte, R. (2004). Entrevistas em pesquisas qualitativas. *Educar em Revista*, 24, 213-225.
- Esteve, J. M. (1999). *O mal estar docente: A sala de aula e a saúde dos professores*. Bauru, SP: Edusc.
- Farber, B. A. (1991). *Crisis in education. stress and Burnout in the American teacher*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- França, H. H. (1987). A síndrome de Burnout. *Revista Brasileira de*

Medicina, 44(8), 197-199.

- Freudenberger, H. J. (1974). Staff burnout. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159-165.
- Gil-Monte, P. R. (2005). *El síndrome de quemarse por el trabajo ("Burnout"): Una enfermedad laboral en la sociedad del bienestar*. Madrid: Pirámide.
- Gil-Monte, P. R., & Peiró, J. M. (1997). *Desgaste psíquico en el trabajo: El síndrome de quemarse*. Madrid: Síntesis.
- Klusmann, U., Kunter, M., Trautwein, U., Lüdtke, O., & Baumert, J. (2008). Teachers' occupational well-being and quality of instruction: The important role of self-regulatory patterns. *Journal of Educational Psychology*, 100(3), 702-715.
- Kyriacou, C., & Sutcliffe, J. (1978). Teacher stress: Prevalence, sources, and symptoms. *British Journal Educational Psychology*, 48(2), 159-167.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced Burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2(2), 99-113.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (1997). *The truth about Burnout: How organization cause, personal stress and what to do about it*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. Job Burnout. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 397-422.
- Minayo, M. C. S. (1993). *O desafio do conhecimento: Pesquisa qualitativa em saúde*. São Paulo: Hucitec.
- Ministério da Saúde. (1997). *Diretrizes e normas para pesquisa envolvendo seres humanos*. Resolução CNS 196/196. Recuperado em 30 de junho de 2009, da <http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/1996/reso196.doc>
- Ministério da Saúde. (2001). *Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde*. Brasília, DF: Ministério da Saúde; OPAS/OMS. Recuperado em 10 julho 2010, da http://dtr2001.saude.gov.br/editora/producao/livros/pdf/02_0388_M1.pdf

- Moura, E. P. G. (1997). *Saúde mental e trabalho: Esgotamento profissional em professores da rede de ensino particular de Pelotas - RS* (Dissertação de Mestrado não publicada). Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre.
- Papastylianou, A., Kaila, M., & Polychronopoulos, M. (2009). Teachers' Burnout, depression, role ambiguity and conflict. *Social Psychology of Education, 12*(3), 295-314.
- Pines, A., & Aronson, E. (1988). *Career Burnout: Causes and cures*. New York, NY: The Free Press.
- Pines, A., Aronson, E., & Kafry, D. (1981). *Burnout: From tedium to personal growth*. New York, NY: Macmillan.
- Rudow, B. (1999). Stress and burnout in the teaching profession: European studies, issues, and research perspectives. In R. Vanderbergue & M. A. Huberman (Orgs.), *Understanding and preventing teacher burnout: A source book of international practice and research* (pp. 38-58). Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Sackmann, S. A. (1992). Culture and subcultures: An analysis of organizational knowledge. *Administrative Science Quarterly, 37*(1), 140-161.
- Santini, J., & Molina, V. N. (2005). A síndrome do esgotamento profissional em professores de educação física: Um estudo na rede municipal de ensino de Porto Alegre. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, 19*(3), 223-232.
- Santoro, D. A. (2011). Good teaching in difficult times: Demoralization in the pursuit of good work. *American Journal of Education, 118*(1), 1-23.
- Santos, G. B. (2009). Os professores e seus mecanismos de fuga e enfrentamento. *Trabalho, Educação e Saúde, 7*(2), 285-304.
- Schwerdtfeger, A., Konermann, L., & Schönhofen, K. (2008). Self-efficacy as a health-protective resource in teachers? A biopsychological approach. *Health Psychology, 27*(3), 358-368.
- Turato, E. R. (2005). Métodos qualitativos e quantitativos na área da saúde: Definições, diferenças e seus objetos de pesquisa. *Revista de Saúde Pública, 39*(3), 507-514.

- Woods, P. (1999). Intensification and stress in teaching. In: R. Vanderbergue & M. A. Huberman (Orgs.), *Understanding and preventing teacher burnout: A source book of international practice and research* (pp.115-138). Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Yong, Z., & Yue, Y. (2008). Causes for burnout among secondary and elementary school teachers and preventive strategies. *Chinese Education and Society*, 40(5), 78-85.

Recebido em 21 de setembro de 2011

Aceito em 20 de setembro de 2012

Revisado em 02 de novembro de 2012