



UEPB

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS I – CAMPINA GRANDE
CENTRO DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO
CURSO DE LICENCIATURA PLENA EM PEDAGOGIA**

GILMARA ALBUQUERQUE DA SILVA

SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES

**CAMPINA GRANDE – PB
2019**

GILMARA ALBUQUERQUE DA SILVA

SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Coordenação do Curso de pedagogia da unidade acadêmica de Ciências Humanas da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de licenciada em Pedagogia.

Área de concentração: Pedagogia

Orientador: Profa. Dra. Tatiana Cristina Vasconcelos

CAMPINA GRANDE-PB
2019

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

S586s Silva, Gilmara Albuquerque da.
Síndrome de Burnout em professores [manuscrito] /
Gilmara Albuquerque da Silva. - 2019.
27 p.
Digitado.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em
Pedagogia) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de
Educação, 2019.
"Orientação : Profa. Dra. Profa. Dra. Tatiana Cristina
Vasconcelos , Coordenação do Curso de Pedagogia -
CEDUC."
1. Síndrome de Burnout. 2. Exaustão emocional. 3. Saúde
ocupacional. I. Título
21. ed. CDD 616.8

GILMARA ALBUQUERQUE DA SILVA

SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Coordenação do Curso de pedagogia da unidade acadêmica de Ciências Humanas da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de licenciada em Pedagogia.

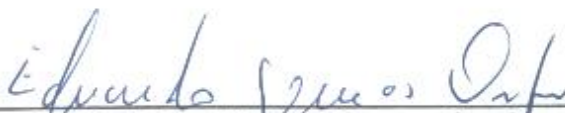
Área de concentração: Pedagogia

Aprovada em: 25/06/2019.

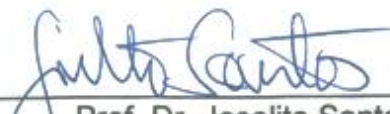
BANCA EXAMINADORA



Profa. Dra. Tatiana Cristina Vasconcelos (Orientador)
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof. Dr. Eduardo Gomes Onofre
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof. Dr. Joselito Santos
Faculdade Integrada de Patos (FIP)

Dedico este trabalho primeiramente a Deus, aos meus pais e ao meu esposo Alexandre por toda contribuição para meu crescimento e aprendizagem.

AGRADECIMENTOS

Agradeço...

Em primeiro lugar a meu Deus, por ter me guiado e aberto meus caminhos conduzindo em todo o processo para realização deste trabalho.

Aos meu pais, Milton e Maria Margarida, pelo exemplo de honestidade, coragem e simplicidade em suas trajetórias de vida que batalharam para educar a mim e meus irmãos, além de todo incentivo sempre.

Ao meu esposo, Alexandre, pelo seu companheirismo e compreensão para comigo no decorrer desses anos de vida acadêmica.

Em especial, com toda minha admiração e carinho, a Mikaela, pelo seu suporte sendo minha base para realização acadêmica.

A todas minhas amigas conquistadas na academia, Manuela, Virgínia e Jeilza, por toda ajuda e compreensão em todas as horas de tristezas e alegrias.

As minhas amigas e amigos Adelma, Flávia, Cláudio e Joab, por todo incentivo para acesso e permanência neste curso.

A professora Tatiana Cristina Vasconcelos pelas leituras sugeridas ao longo dessa orientação e pela dedicação, para realização deste trabalho.

A minha professora da disciplina de psicopedagogia Maria da Guia Rasia, que me instigou ao tema da pesquisa.

A todos os professores do departamento de pedagogia, em especial a, Eduardo Gomes Onofre, e também ao professor Joselito Santos os quais participarão da banca examinadora. E a todos os professores que fizeram parte da minha trajetória e que contribuíram ricamente para a construção e aperfeiçoamento dos meus conhecimentos.

Enfim, a todos que contribuíram direito ou indiretamente para a realização da minha pesquisa.

“É preciso diminuir a distância entre o que se diz e o que se faz, até que, num dado momento, a tua fala seja a tua prática”.

Paulo Freire

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	7
2 A SÍNDROME DE BURNOUT	9
2.1 Origem do termo e distinções	9
2.2 Síndrome de Burnout: alguns apontamentos	11
2.3 A Síndrome de Burnout em Professores.....	13
3 METODOLOGIA	16
4 RESULTADOS E DISCUSSÕES	17
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	20
REFERÊNCIAS	22
APÊNDICE – ANÁLISE DOS QUESTIONÁRIOS.....	23
ANEXO I – QUESTIONÁRIO	25

SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES

BURNOUT SYNDROME IN TEACHERS

Gilmara Albuquerque Da Silva*¹

RESUMO

Estudos recentes mostram o crescente aumento nos casos da síndrome de Burnout em professores. Partindo desse pressuposto minha inquietude com esse trabalho é fazer uma análise das origens do termo Burnout e suas distinções. Assim como também analisar alguns apontamentos recente sobre à síndrome em professores. Buscando entender por meio de pesquisas feitas com professores nos diferentes níveis de ensino, das cidades de Campina Grande, Alagoa Nova e Barra de Santana todas no Estado da Paraíba. O interesse pelo tema partiu após estudo da temática através do Componente Curricular de psicopedagogia. Para realização da nossa pesquisa foi necessário fazer leituras bibliográficas na área da psicologia que trabalham com as características e aspectos gerais dessa síndrome. A metodologia empregada na nossa pesquisa é de cunho qualitativa e quantitativa sobre a síndrome de Burnout e suas consequências no âmbito educacional quando se diz respeito ao sujeito-professor, buscando uma compreensão aprofundada teoricamente desta realidade. Para tal foi necessário a elaboração de uma entrevista e aplicação de questionários com alguns professores. Em conclusão podemos afirmar que a Síndrome de Burnout se manifesta muitas vezes em profissionais sobrecarregados, em salas de aulas lotadas sem infraestruturas, apoio, respeito e valorização de trabalho.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout. Professores. Exaustão Emocional.

1 INTRODUÇÃO

A síndrome de Burnout é um problema psicossocial que vem se tornando cada vez mais evidente, através de estudos e divulgação sobre o tema, face da incidência desse tipo de desgaste. Em se tratando do quadro educacional e da ocorrência aos educadores, que são um grande alvo é imprescindível que se busque fundamentos teóricos que oportunizem o conhecimento sobre o problema, desde a sua origem.

* Gilmara Albuquerque da Silva: Graduanda do Curso de Pedagogia pela Universidade Estadual da Paraíba – gilmar412@gmail.com

A pressão que o professor (a) sofre em seu ambiente de trabalho o torna mais vulnerável a doenças, principalmente as doenças psicológicas. Entre essas doenças está a Síndrome de Burnout, que afeta não apenas o docente, mas também todos que estão em torno dele, isto significa dizer que a qualidade de vida do educador e das pessoas próximas a ele ficam comprometidas. O profissional até então tinha o ato de educar como um prazer passa a sentir desprezo pelo que faz (OLIVEIRA, 2016, p. 27). A superlotação de salas de aula, longa jornada excessiva de trabalho, desvalorização social e financeira, falta de tempo para lazer, são alguns aspectos para que acomete à síndrome de Burnout em professores.

Comumente conhecida como exaustão emocional a síndrome foi estudada pelo psicólogo alemão Herbert J. Freudenberger (1926-1999) durante a década de 1970, o qual classificou alguns sintomas relacionados diretamente com a síndrome geralmente ligado a fadiga, carência emocional, sensação de cobranças acima de seus limites; despersonalização denominada de cinismo, designa sentimento negativo do trabalhador em relação com as pessoas com as quais trabalham. Falta de perspectiva para o futuro com avaliação negativas afetando a autoestima e a satisfação profissional. Esses termos classificatórios são alguns dos mais comuns apresentados por especialistas da área de psicologia.

O estímulo da minha pesquisa surgiu a partir dos estudos feitos com o componente curricular de psicopedagogia, e assim como a psicóloga social Christina Maslach fiquei instigada a compreender e analisar os estímulos negativos e as falas que apresentavam uma carga de exaustão profissional presentes em alguns professores. Segundo pesquisas recentes cerca de 15% dos professores apresentam alguns dos sintomas relacionados à síndrome. Diante disso, temos como objetivo geral no presente artigo analisar o desenvolvimento da Síndrome de Burnout em professores atuantes de escolas públicas e privado e ensino superior.

A metodologia empregada na nossa pesquisa é de cunho qualitativa e quantitativa, de natureza bibliográfica buscando uma compreensão aprofundada teoricamente desta realidade.

Para fundamentar a pesquisa, utilizamos as contribuições de autores como Ferenhof e Ferenhof (2002), Diehl e Carlotto (2014), Soares, Santos e Pinheiro (2017) entre outros que considerados importantes subsídios para compreensão do tema abordado.

2 A SÍNDROME DE BURNOUT

Atualmente sintomas de grande exaustão vêm acometendo profissionais que desempenham suas funções em meio a um grande público, a qual passou a ser chamada Síndrome de Burnout. Neste sentido, os professores estão em grande parte vulneráveis a essa patologia, principalmente diante das condições de trabalho a qual geralmente estão submetidos, por outro lado, evidenciamos as suas características que acaba muitas vezes confundidas com outras patologias psicossocial, e dificulta o diagnóstico.

2.1 Origem do termo e distinções

O termo Burnout foi desenvolvido na década de 70, nos EUA pelo psicólogo alemão Herbert J. Freudenberger (1926-1999) naturalizado americano. Deste modo, o termo tem origem na língua inglesa, a partir da união dos termos: *burn* e *out*, que de acordo com MELO et. al. (2015, p.3) significa “queimar até a exaustão”, ou seja, indica o esgotamento que sobrevêm posteriormente à utilização de toda a energia disponível.

Freudenberger observou que alguns toxicod dependentes apresentavam uma progressiva perda de energia até chegar ao esgotamento e sintomas de ansiedade e depressão, e descreveu que eram menos sensíveis e compreensivos, desmotivados e agressivos em relação aos demais doentes com um tratamento distanciado, clínico e com tendência a culpá-los pelos seus próprios problemas (BRITO; CRUZ; FIGUEREDO, 2008 *apud* MELO et al. 2015, p. 02).

Freudenberger observava o uso de drogas na cidade de Nova York, e passou a usar o termo em pessoas que não tinham ânimo para realizar determinados tipos de tarefas, ligavam apenas para drogas.

De acordo com SKOVHOLT (2001, p. 106 *apud* FERENHOF e FERENHOF, 2002, p.5):

No início da década de 1970, Herbert Freudenberger, era médico de uma representação comunitária que focava no abuso de drogas, na Cidade de Nova Iorque, Estados Unidos da América. Naquela época, os droga adictos eram frequentemente chamados de ‘burnouts’. Ser chamado de Burnout, significava que a pessoa não ligava mais para qualquer coisa, exceto drogas. Como consequência de um lento processo de erosão da motivação e competência, a pessoa não era capaz de muita coisa. Por esta razão,

tornava-se um 'burnout'. (...). Em 1974 Freudenberger publicou um artigo numa Revista de Psicologia, e utilizou a palavra 'burnout' pela primeira vez.

Sendo assim, a síndrome de Burnout passou a ser conhecida após a publicação do artigo de Freudenberger, que deu ênfase ao termo. E, a partir da década de 80, autores como Maslach passaram a usar esse termo para designar a síndrome decorrente da exaustão emocional humana, ou seja, uma condição em que o sujeito tem suas energias consumidas (FERREIRA, 2008, s/p).

De acordo com MARLACH e JACKSON (*apud* Codo 1999: 238), na Síndrome de Burnout, “o trabalhador se envolve efetivamente com os seus clientes, se desgasta e, num extremo, desiste, não aguenta mais, entra em Burnout” (*apud* FERENHOF e FERENHOF, 2002, p.6). A síndrome ainda é pouco conhecida e quando a pessoa tem não se sabe, ou na maioria das vezes é confundida com o estresse.

É importante distinguir a Síndrome de Burnout de outras patologias, pois ela é diferente em suas causas, mas aparentemente confundida como o estresse e a Síndrome de Loco-Neurótico, por apresentarem sintomas semelhantes. De acordo com Ferenhof e Ferenhof (2002, p.2) entendemos que o estresse se dá a partir do esgotamento em sua vida pessoal e não apenas precisamente do seu ambiente de trabalho.

O burnout/estafa é um estado de exaustão emocional, mental e física, causado pelo excessivo e prolongado stress. Ele ocorre quando você sente-se sobrecarregado e incapaz de responder às constantes demandas. Enquanto o stress continua, você começa a perder o interesse ou motivação que o levou a assumir uma certa posição em primeiro lugar. [...] Se o stress excessivo é como estar se afogando em responsabilidades, o burnout é estar seco de tudo. Uma outra diferença entre os dois: enquanto você normalmente está consciente de quando está sob muito stress você nem sempre percebe o burnout quando acontece [...] O burnout pode ser causado por stress em excesso, mas não é a mesma coisa. E mesmo que o stress seja um pré-requisito para o burnout, este não será necessariamente causado por muito stress (SAÚDE MELHOR, 2017).

Maslach e Leiter (1997: 26 *apud* FERENHOF e FERENHOF, 2002, p.2) “sugeriram seis fontes principais potenciais de estresse do professor, no processo de burnout: 1) a falta de autocontrole; 2) recompensas insuficientes; 3) sobrecarga de trabalho; 4) injustiças; 5) alienação da comunidade; 6) conflitos de “valores”. Nesse caso, o estresse evidentemente influenciado pela vida social caso não seja tratado, drasticamente, acaba acarretando prejuízos na vida profissional.

Em se tratando da Síndrome Loco-Neurótica está acomete grupos de pessoas com os mesmos sintomas, geralmente em fábricas e indústrias. Essa síndrome não quer dizer que o indivíduo sofra de problemas neuróticos, já que não tem diagnóstico clínico. Os sintomas observados são entre as relações de semelhanças e afinidades e manifestações diversas de situações coletivas. A resiliência é a compreensão para a Síndrome de Burnout, onde se instala em diversos grupos sociais.

A expressão 'Síndrome Loco-Neurótica', está sendo proposta, então, para designar um conjunto de sintoma, atitudes e reações identificadas de forma difusa, mas restritas a determinado espaço físico e social, comuns aos sujeitos do coletivo (que apresentam em outros espaços soais), cujas manifestações se assemelham às formas neuróticas de reagir às situações e aos problemas do cotidiano (Alevato, 1999: 22 apud Ferenhof e Ferenhof, 2002, p.2).

A síndrome quando acomete professores é no coletivo por fatores inerentes ao microambiente laboral, isso por que muitas vezes não ter valorização adequada em seu ambiente de trabalho e condições precárias no ambiente escolar. Em consentimento com Ferenhof e Ferenhof (2002, p.3) "ao descrever a Síndrome de Loco-Neurótica, fica evidenciado que ela se restringe a determinado espaço físico e social, comum aos sujeitos do coletivo, enquanto a Síndrome do Burnout é a instalação da doença mental em si, no sujeito".

2.2 Síndrome de Burnout: alguns apontamentos

A síndrome de Burnout é um distúrbio psíquico procedido quando há uma grande exaustão, que é capaz de afetar a produtividade e a saúde do indivíduo em alguns casos podendo chegar ao desgaste físico e mental. As vezes confundida com o estresse, mas vale ressaltar que, o estresse afeta apenas a vida pessoal do indivíduo, enquanto a síndrome de Burnout está relacionada com o ambiente de trabalho em que a pessoa não quer mais ficar em um determinado emprego, mas há vários fatores que ainda permanecem na situação de exaustão.

As pessoas que têm mais chances de adquirir a síndrome de Burnout são profissionais que têm contato direto com pessoas como: médicos, enfermeiros, professores, assistentes sociais, policiais, bombeiros, jornalistas e vendedores.

Em uma entrevista ao Portal do Professor a psicóloga Nádia Maria, relata em sua fala que “Burnout é a síndrome da desistência simbólica, pois embora não se ausente fisicamente de seu trabalho, o profissional não consegue se envolver emocionalmente com o que faz” (SOUZA, 2008).

Embora haja casos, que alguns profissionais em busca de destaque no seu trabalho, escondam seus sintomas para não afetar a sua produtividade, não é por muito tempo, pois concomitante com o desenvolvimento da síndrome está às crises de choro e a exaustão de não conseguir levantar para ir trabalhar, e quando esses fatores ocorrem o afastamento do empregado é necessário.

A síndrome de Burnout é caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional. Para Monteiro (2000) e MASLACH e LEITER (1997: 186) a síndrome de Burnout envolve três principais componentes:

- Exaustão emocional (EE) – situação em que os professores sentem que, afetivamente, já não podem de si mesmo; percebem que a energia e os recursos emocionais próprios se esgotam, devido ao contato diário com os problemas no ambiente escolar. Quando estes sentimento de impotência se tornam crônicos, educadores julgam-se incapazes de uma doação integral aos discentes;
- Despersonalização (DP) – referida ao segundo nível da Síndrome de Burnout em professores, ocorre quando estes não mais apresentam sentimentos positivos a respeito de seus alunos e desenvolvem cinismo, sentimentos e atitudes negativas. Entre as várias maneiras [...] estão os rótulos negativos, como “todos eles são uns animais”. Dessa forma, friamente, distanciam-se do corpo discente, como se ficassem ‘entrincheirados’ atrás de suas mesas, desarmonizando os estudantes com pressões psicológicas [...];
- Baixa realização pessoal (PA) – um sentimento de baixa realização pessoal do trabalho, que é particularmente crucial para professores. A maioria dos educadores ingressa na profissão para ajudar os alunos na apropriação do conhecimento, levando-os ao crescimento intelectual e ao resgate da autoestima. Por esse motivo, quando percebem que não mais contribuem para o desenvolvimento dos estudantes, os professores ficam vulneráveis a sentimentos de profundo desapontamento e enfrentam a depressão psicológica (MONTERIO, 2000 e MASLACH e LEITER, 1997: 186 *apud* FERENHOF e FERENHOF, 2002, P.6).

Essas características que são próprias da Síndrome em estudo, constitui um quadro bem definido, desde o esgotamento dos recursos emocionais do indivíduo, da insensibilidade emocional para tratar as pessoas com quem trabalha

(tornando-o meros objetos), até à auto avaliação negativa, insatisfação e infelicidade com o trabalho que presta.

A Síndrome de Burnout se diferencia pela apresentação à exaustão, desistência, negatividade, individualidade no seu diagnóstico, identificar essa síndrome a tempo é de grande relevância para evitar o abandono da profissão.

O diagnóstico da síndrome de Burnout pode ser feito por exame clínico, com profissional da área de saúde (médico, psicólogo) que efetivamente conheça os sintomas da síndrome, e por meio de instrumentos psicológicos elaborados especificamente para fazer essa avaliação. É importante que em ambos os casos a avaliação seja feita por profissional com formação adequada em relação ao fenômeno específico.

O tratamento ocorre por meio de antidepressivos, psicoterapia e atividades físicas que pode ajudar a relaxar. É significativo criar uma rotina saudável com tempo disponível para famílias e amigos focando no que realmente interessa, e não pensar apenas no trabalho, e nos pontos negativos do mesmo, mas buscar estímulos na prática. Melo et. al. (2002, p.4) acrescenta que o tratamento da síndrome envolve psicoterapia, tratamento farmacológico e intervenções psicológicas.

2.3 A Síndrome de Burnout em Professores

A síndrome de Burnout resulta de uma longa exposição aos estressores laborais crônicos, sendo mais frequente em profissões com altas demandas emocionais e que exigem interações intensas, como é o caso, por exemplo, dos profissionais da educação, os professores, que tendem a atender as demandas emocionais relacionadas ao cuidado, à possibilidade, ou não, de se estabelecer um vínculo afetivo com o aluno que favoreça o processo de aprendizagem e permita ao professor realizar um bom trabalho.

Essas demandas emocionais são inerentes nesta profissão, podendo ser agravadas, por exemplo, por políticas educacionais que aumentem a sobrecarga de trabalho sem a devida contrapartida, ou por condições inadequadas de trabalho, ou pela presença de alunos particularmente difíceis (alunos violentos, com grande déficit de aprendizagem) ou ainda pelo sentimento de injustiça, de não reconhecimento do seu esforço e da importância do seu papel na sociedade.

O quadro educacional brasileiro apresenta um cenário bastante problemático no que se refere às questões relacionadas à saúde dos professores e às condições de trabalho. No trabalho docente, atualmente, estão presentes aspectos potencialmente estressores, como baixos salários, escassos recursos materiais e didáticos, classes superlotadas, tensão na relação com alunos, excesso de carga horária, inexpressiva participação nas políticas e no planejamento institucional. O estresse neste tipo de profissão ocorre porque os professores ficam muito tempo de seu dia fisicamente isolados de seus colegas de trabalho, não podendo expressar suas ideias com eles. Muitos professores não visualizam perspectivas em seu trabalho, não examinam seu sucesso profissional, sua competência e a satisfação que obtêm com ele, não criando um estilo de vida saudável (MAZON; CARLOTTO; CÂMERA, 2008 *apud* Melo et al. 2015).

Por isso o Burnout é considerado a síndrome da desistência simbólica, pois embora não se ausente fisicamente do seu trabalho, o profissional não consegue se envolver emocionalmente com o que faz isso é prejudicial não apenas ao profissional, mas ao ambiente por completo ao qual ele está inserido e que tenha sido o fator responsável para o desenvolvimento supracitado.

Para Carlotto et. al. (2012) a profissão docente apresenta-se, no atual contexto de trabalho, exposta a uma grande quantidade de estressores psicossociais que, se persistentes, podem conduzir ao Burnout (*apud* Melo et al. 2015). Pois, o trabalho docente não se encontra resumido em ministrar aulas, mas simultaneamente esta os trabalhos administrativos, os planejamentos das suas atividades letivas, orientação aos alunos e atendimento aos pais.

Os docentes ainda devem organizar atividades extraescolares, participar em reuniões de coordenação, seminário, concelhos de classe, preenchimento de relatórios individuais às dificuldades e/de aprendizagem de alunos, cuidar do patrimônio escolar, do material, locais de refeições, recreios. E tudo isso, voltado para um grupo de uma sociedade onde o valor humano vem sendo ignorados, e cada vez mais encontra-se alunos, como afirma Oliveira (2016, p.19) malcriados, desinteressados e ociosos, pais que cobram além do que o professor pode oferecer, gestores muitas vezes autoritários e colegas em seu setor que por vez mais atrapalha que ajuda, e o professore sente-se na condição de fazer malabarismos para conter essas diversas situações e exigências.

E mesmo diante desse quadro o professor atravessa uma grande crise existencial, onde reconhecimento, respeito e prestígio social vem sendo ignorados, e mesmo tendo que prestar devido investimento pessoal na sala de aula, na família,

no sistema educacional e na sociedade seu trabalho é desvalorizado. Seguindo a concepção de Oliveira (2016, p.20) em meio a essa desvalorização do educador (a) a tendência da educação escolar é cair cada vez mais, pois investimentos no professor (a) não existem não existem de maneira alguma.

Em suma, para identificação de um possível desenvolvimento da síndrome de Burnout os principais sintomas são exaustão emocional, despersonalização e sentimento de baixa realização profissional. A exaustão emocional é uma sensação de perda de energia, de esgotamento, quando o profissional comumente relata que, embora querendo, já não consegue mais se envolver emocionalmente com o seu trabalho. Em decorrência dessa exaustão surgem dois mecanismos reativos, a despersonalização, que é o desenvolvimento de atitudes negativas em relação às pessoas destinatárias do trabalho e o sentimento de baixa realização profissional, ou seja, uma sensação de fracasso profissional, de ineficácia. Com base nesses princípios, entendemos que qualquer movimento no sentido de reduzir a vulnerabilidade do professor aos estressores do seu cotidiano, particularmente aqueles relacionados com as demandas emocionais, seria uma medida preventiva no sentido de minimizar as possibilidades de o indivíduo vir a desenvolver Burnout.

Dessa forma, aplicam-se à prevenção de Burnout, todas as estratégias voltadas para ajudar o indivíduo a lidar com essa desistência. Recomendando-se o apoio de todos que convivem no âmbito que está ocorrendo esse desenvolvimento. A direção da escola tem papel fundamental no sentido de minimizar problemas estruturais como, por exemplo, condições de trabalho inadequadas, e os colegas, a troca de vivências e de problemas comuns favorece a reorganização cognitiva no sentido de o trabalhador rever suas expectativas e encontrar formas possíveis de lidar com suas frustrações, e ideais inalcançáveis.

Entendemos então, que Burnout em professores é um fenômeno complexo, multidimensional, resultante da interação entre aspectos individuais e o ambiente de trabalho (KELCHEMANS, 1999 In. CARLOTTO, 2011, p. 406 *apud* Oliveira, 2016, p. 23). E que diante das devidas condições de trabalho que o docente é submetido atualmente, desvalorização por parte da sociedade e do sistema governamental, precarização, a violência etc. o educador fica mais vulnerável a adquirir a síndrome de burnout. Sabendo que todas as profissões exigem do profissional um bom corpo e uma boa mente para realização sucessiva do trabalho, o profissional educador se

enquadra como prioritariamente, por atuar com pessoas que necessita muito mais que conteúdo escrito.

Segundo algumas pesquisas feitas os educadores sofrem devido a exigência tanto pessoal como profissional que nos desafiam a atender as demandas por cultivo de seus conhecimentos para a preparação da aula, habilidade de interação com seus alunos e suas respectivas particularidades. Além da natureza da sua profissão, eles têm que lidar com superlotação de salas, longas jornadas de trabalho, falta de tempo para lazer e desvalorização social, financeira e burocrática de seus serviços. Por esses motivos, são emocional e fisicamente exaustos (MACHADO; BOECHAT; SANTOS, 2015 *apud* REIS et al, 2017, p.1129).

Tais pesquisas servem como parâmetros para identificar quais sintomas são mais frequentes e quais os gatilhos para o surgimento dessa síndrome de Burnout em professores. O trabalho recente realizado pelo docente Marília Guimaraes Pinheiro “Síndrome de Burnout em docentes do ensino público: Um estudo nas escolas estaduais de nível médio de Sertãozinho-SP” (2017) reafirma os dados coletados por muitos pesquisadores do tema. Em geral os fatores desencadeadores em docentes são: as discrepâncias entre o esforço do trabalhador e o que ele recebe (o reconhecimento de seus superiores, dos colegas e o reconhecimento dos alunos).

3 METODOLOGIA

A metodologia empregada na nossa pesquisa é de cunho qualitativa e quantitativa. Envolvendo a pesquisa bibliográfica sobre a síndrome de Burnout e suas consequências no âmbito educacional quando se diz respeito ao sujeito-professor, buscando uma compreensão aprofundada teoricamente desta realidade. De acordo com Malheiros (2011, p. 188) “à abordagem qualitativa parte do princípio de que a realidade só existe do ponto de vista da pessoa. Ou seja, o que é real é a interpretação que se faz de um fenômeno, não o fenômeno em si”. Deste modo, entende-se que a pesquisa qualitativa visa à construção da realidade, levando em consideração o contexto social do sujeito.

Foram pesquisados professores que atuam na Educação Infantil, Ensino Fundamental e Ensino Superior dos municípios de Campina Grande – PB, Alagoa

Nova – PB e Barra de Santana – PB, num total de 7 professores, que já possuem acima de 10 anos que atuam no trabalho docente.

Utilizamos de questionários-padrão (anexo) respondidos por todos os professores, estes questionários foram:

Desenvolvidos por MASLACH e LEITER (1996) reconhecidos e validados internacionalmente pelo MBI – *Maslach Burnout Inventory* (MASLACH, JACKSON e LEITER. 1996: 52) para apontar e qualificar Burnout. “O MBI é universalmente utilizado como o instrumento de acesso a Burnout” (SCHAUFELI, 1998: 220 apud FERENHOF, FERENHOF, 2002, p.9).

O questionário é composto por 22 declarações, referente aos sentimentos dos docentes perante seus alunos e ao ambiente de trabalho, as respostas seguem uma sequência de 0 a 6 (nível do sentimento).

Com o docente em que observamos maior índice da “desistência do educador”, ou seja, com sintomas parecidos com a síndrome de Burnout, realizamos uma entrevista orientada por um roteiro com 04 questionamentos básicos relacionados ao tema da pesquisa e organizado por uma sequência lógica, onde gravamos a fala do docente questionado e depois seguimos para descrição e análise. A entrevista foi aplicada e o docente no seu local de trabalho no momento que seus alunos estavam no intervalo sobre o seu olhar.

Os questionários e a entrevista foram realizados do dia 20 de novembro à 05 de dezembro, e a identidade dos professores mantida em sigilo.

Recorremos a estudos teóricos que serviram de base na abordagem do tema em questão, na perspectiva de proporcionar fácil entendimento para todos e uma discussão prazerosa, fundamentando principalmente em artigos publicados em revistas. Tais como: Ferenhof e Ferenhof (2002), Diehl e Carlotto (2014), Soares, Santos e Pinheiro (2017), Oliveira (2016), Melo et al. (2015), Reis et al. (2017) entre outros que considerados importantes subsídios para compreensão do tema abordado.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Inicialmente realizamos a aplicamos de um questionário-padrão (anexo) com 7 professores, composto por 22 declarações, referente aos sentimentos dos docentes perante seus alunos e ao ambiente de trabalho. Salienta-se que o instrumento não

foi utilizado com profissionais diagnosticado e nem trata de diagnóstico, apenas um método reconhecido e validado internacionalmente pelo MBI, reconhecendo os sentimentos de docentes.

Para a análise dos questionários não elencamos todas as declarações, apenas as consideradas mais relevantes, visto que em algumas o sentimento pode estar em paralelo significado. Deste modo, das 22 declarações especificamos 11, sendo elas: 1, 2, 3, 5, 7, 9, 10, 12, 16, 19 e 20 (apêndice).

Nesse questionário enfatizamos a relação professor-aluno na escola, exemplo da questão 16, trata-se do trabalho diário com os alunos, em sala de aula. Pudemos concluir que encontramos elevados níveis no que diz respeito a um sintoma da Síndrome de Burnout trata de estresse, cansaço físico devido às elevadas exigências das políticas educacionais sem suporte para tal. Trata-se de professores que precisam dar conta de tudo, e com o passar dos anos vão se sentindo sem forças.

A partir da análise dos questionários, notoriamente percebemos que em um dos questionários as respostas aparentemente indicavam um quadro de exaustão emocional elevado, comparado aos demais. Assim, realizamos uma entrevista com uma docente de escola privada localizada no município de Campina Grande – PB composto por 4 questões referindo a síndrome de Burnout.

Inicialmente foi perguntado se a mesma tinha algum conhecimento sobre a Síndrome de Burnout em professores, onde relatou que, apesar de todo conhecimento e experiência de trabalho, não têm nenhum conhecimento sobre a síndrome, nem ao menos já teve contato com algum professor que se encontrava nesta situação. Dando continuidade, mesmo após a mesma relatar que não tinha nenhum conhecimento sobre a temática em questão, diante do que havia sido abordado, perguntou-se sobre a sua concepção a respeito dos principais fatores que acarretam a “Síndrome da Desistência do Educador”, aonde ela relatou a questão do cansaço, pela longa carga horária de trabalho, e exigências burocráticas e pedagógicas que causam cansaço físico e mental do professor, que acaba desistindo da sua profissão.

No que diz respeito, ao seu espaço externo ao cotidiano escolar, a mesma foi questionada sobre a disposição do seu tempo para descanso e planejamento, deixando nítido sua insatisfação quanto ao tempo do professor, pois este trabalha além da escola, mas também precisa dedicar parte de seu tempo em casa para

planejar suas atividades, e corresponder as exigências da sala de aula e da escola como um todo. E, por fim, uma indagação sobre a disposição da escola com um trabalho motivacional para professores, se acontece ou não, contestado pela mesma que nenhuma escola possui este trabalho, apenas exige do professor o seu melhor, quanto ao cumprimento de todas as exigências burocráticas e pedagógicas.

Diante das respostas apresentadas pelo docente, foi possível inicialmente, comprovar o conhecimento ainda obscuro pela maioria dos docentes a respeito da Síndrome de Burnout. Por muitos é um assunto ainda é incipiente perceptível na declaração advinda do senso comum. Também podemos comprovar sobre os fatores que acarreta essa patologia, visto que, a mesma acusa a pressão estressante, a grande quantidade de estressores psicossociais, sobre o sujeito-professor que precisa dar conta, e por fim não tem uma valorização justa, pois á uma falta de apoio, proveniente da negligência de pais, superiores e de políticas inconsistentes, não contemplando o mérito da profissão.

Assim como complementam SKAALVIK E SKAALVIK (2011 apud e Diehl e Carlotto, 2014, p.746) referindo que aspectos do contexto escolar como a falta apoio da supervisão, a relação com os pais e problemas de disciplina têm contribuído para o aumento da Exaustão Emocional e a desistência da profissão.

Ainda pudemos perceber uma breve insatisfação da mesma com o local de trabalho, e infelizmente essa é a realidade de muitas escolas da rede privada, principalmente as pequenas como é o caso da entrevistada. Os donos das escolas não sabem reconhecer o trabalho do professor, só sabem cobrar, como ela mesma relatou. Sabe-se que essas escolas privadas são apenas empresas que tem de mostrar trabalho para os pais de alunos e, se isso não acontecer tem uma queda de seus "clientes". Esse tipo de ambiente de trabalho é um dos responsáveis pela Síndrome de Burnout em professores, justamente por essa carga horária pesada, por cobranças excessivas, por falta de reconhecimento perante o docente e, principalmente pela má remuneração, chegando ao ponto do professor perder o gosto pela sua profissão.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através dos estudos bibliográficos relacionados com a coleta de dados foi possível compreender como a Síndrome de Burnout pode afetar os professores, desde a sua condição psicológica até o seu real potencial à frente das suas atividades laborais.

Todas as análises realizadas, fez compreender o altíssimo grau das exigências que os professores são submetidos no seu ambiente de trabalho. São demandas que caracterizam o quadro da educação brasileira com aspectos potencialmente estressores, muita coisa para dar conta e acaba criando um estilo de vida inadequado, prejudicial à saúde.

Então, como enfatizado na síndrome de burnout em professores a causa mais relevante está nas demandas, exigências que devem ser cumpridas, sem apoio, suporte e valorização. E, concluímos que mesmo que os profissionais questionados não tenham indício de estarem com a síndrome, eles apresentam fatores preponderantes para o desenvolvimento. Por isso, chamamos a atenção para esse artigo, onde podemos pensar que os docentes devem ter uma assistência maior em se tratando de qualquer nível.

Busco com esse trabalho contribuir para academia, de modo que a mesma tenha uma pesquisa recente, na área da psicologia da educação contribuindo assim para o aumento dos trabalhos nessa corrente de estudo. Assim espero contribuir para seu acervo nesse campo de pesquisa, a partir da análise das concepções que apresentam a síndrome de burnout. Para tanto foi necessário fazer uma revisão bibliográfica de trabalhos feitas nessa linha de pesquisa, assim como uma revisão de trabalhos bibliográficos que adotam o tema Síndrome de burnout em docentes como centro de sua pesquisa.

ABSTRACT

Recent studies show the increasing increase in cases of Burnout syndrome in educational professionals. Based on this assumption my restlessness with this work is to make an analysis of the origins of the term Burnout and its distinctions. As well as analyzing some recent notes about the syndrome in teachers. Seeking to understand through researches made with teachers at different levels of education, from the cities of Campina Grande, Alagoa Nova and Barra de Santana all in the State of Paraíba. The interest for the theme left after the subject matter through the discipline of psychopedagogy. For the accomplishment of our research it was necessary to re-read the bibliographies in the area of psychology that work with the characteristics and general aspects of this syndrome. The methodology used in our research is qualitative on the Burnout syndrome and its consequences in the educational scope when it comes to the subject-teacher, seeking a deeper understanding of this reality theoretically. For that, it was necessary to prepare an interview and questionnaires with some teachers from these cities. In conclusion, we can say that the syndrome manifests itself often in overworked professionals, in crowded classrooms without infrastructures, and without support, respect and appreciation of work.

Keywords: Burnout Syndrome.

REFERÊNCIAS

- DIEHL, Liciane. CARLOTTO, Mary Sandra. **Conhecimento de Professores Sobre a Síndrome de Burnout: Processo, Fatores de Risco e Consequências.** Psicologia em Estudo. Maringá, v. 19, n. 4 p. 741-752, 2014. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/pe/v19n4/1413-7372-pe-19-04-00741.pdf>>. Acesso em 10 de dezembro de 2017.
- FERRARI, Juliana Spinelli. **"Síndrome de Burnout";** *Brasil Escola*, s/a. Disponível em <<http://brasilecola.uol.com.br/psicologia/sindrome-burnout.htm>>. Acesso em 07 de dezembro de 2018.
- FERENHOF, Isaac Aisenberg. FERENHOF, Ester Aisenberg. **Burnout em professores.** ECCOS – REVISTA CIENTIFICA. Avaliação e Mudanças. Centro Universitário Nove de Julho. São Paulo, v.4, n.1, p.131/151, 2002.
- MALHEIROS, Bruno Taranto. **Metodologia da pesquisa em educação.** In: Coletando Dados Qualitativos. Rio de Janeiro: LTC, 2011.
- MELO, W. F. et. al. **Síndrome de Burnout em Professores.** REBES. Pombal – PB Brasil, v. 5, n.5, p. 01-06, 2015.
- OLIVEIRA, Rosalva. De. **Síndrome de Burnout em Professores.** 2016. 46 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Pedagogia) – Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande, 2016. [Orientador: Prof. Dr. Maria da Guia Rodrigues Rasia]. Disponível em: <<http://dspace.bc.uepb.edu.br/jspui/bitstream/123456789/11668/1/PDF%20ROSALVA%20DE%20OLIVEIRA.pdf>>. Acesso em: 07 de dezembro de 2017.
- REIS, Ana Camila baioto Pina. et al. Avaliação dos principais sintomas na detecção precoce da Síndrome de Burnout em professores. **Anais.** Congresso Internacional de Pesquisa, Ensino e Extensão. 2017. P. 1127 – 11137.
- SAÚDE MELHOR. **Diferenças entre stress e burnout.** 2017. Disponível em: <<https://www.saudemelhor.com/diferencas-entre-stress-e-burnout/>>. Acesso em: 09 de dezembro de 2017.
- SOUZA, DAIANE. **Burnout: síndrome afeta mais de 15% dos docentes.** Portal do professor. 3 ed. Jornal-2008. Disponível em: <<http://portaldoprofessor.mec.gov.br/conteudoJornal.html?idConteudo=38>>. Acesso em 07 de dezembro de 2017.
- SOARES, J. A. R.; SANTOS, M. G. dos; PINHEIRO, M. G. Síndrome de Burnout em docentes do Ensino Público um estudo nas escolas estaduais de nível médio de sertãozinho-SP. **Revista Iluminart**, ano IX, nº 15, ISSN 1984-8625, 2017. P. 141-154.

APÊNDICES

APÊNDICE – ANÁLISE DOS QUESTIONÁRIOS

Qº	Declarações	Professores	Níveis
1.	Sinto-me emocionalmente drenado pelo meu trabalho	50% 20%	1 6
2.	Sinto-me usado final de um dia de trabalho	50%	0
3.	Sinto-me fatigado quando acordo de manhã e tenho que encarar outro dia de trabalho	30% 20%	5 3
5.	Sinto que trato alguns alunos como se eles fossem objetos impessoais	80% 20%	0 1
7.	Lido efetivamente com os problemas dos meus alunos	50% 20%	6 5
9.	Sinto que estou influenciado positivamente a vida de outras pessoas através de meu trabalho	70% 30%	6 5
10.	Tenho-me tornado mais insensível com as pessoas, desde que peguei este trabalho	90% 10%	0 6
12.	Sinto-me muito energizado	20% 10%	1-3-4 0-5
16.	Trabalhar diariamente com pessoas leva-me a ficar muito estressado	50% 20%	0 6
19.	Tenho-me atingido muitos objetivos que valeram a pena no meu trabalho	50% 20%	6 5
20.	Sinto-me como se estivesse com a “corda para arrebentar”	70% 10%	0 1-3-5

ANEXO

17.	Consigo facilmente criar uma atmosfera com os meus alunos
18.	Sinto-me exaurido depois de trabalhar bem de perto com meus alunos
19.	Tenho atingido muitos objetivos que valeram a pena no meu trabalho
20.	Sinto-me como se estivesse com a “corda para arrebentar”
21.	No meu trabalho, lido com problemas emocionais muito claramente
22.	Sinto que alguns alunos me culpam por alguns de seus problemas